

WOUTER CORNET

DE
DIKKE
MENSEN
SHOW

Waarom we moeten stoppen
met lachen om overgewicht

LUCHT

INHOUD

Hoofdstuk 1

Waarom we graag lachen om mensen met overgewicht 7

Hoofdstuk 2

Hollywood walk of shame 26

Hoofdstuk 3

De obesitasgolf 46

Hoofdstuk 4

Groots geboren 70

Hoofdstuk 5

Het profiel van de fatshamer 92

Hoofdstuk 6

De fatshamer top tien 112

Hoofdstuk 7

Het zelfbeeld op de weegschaal 132

Hoofdstuk 8

Celebrity fatshaming 152

Nawoord 173

WAAROM WE GRAAG LACHEN OM MENSEN MET OVERGEWICHT

Sinds mensenheugenis kijken we naar overgewicht als vorm van vermaak. Het publiek smult ervan. De oude Grieken deden het al in hun komediespelen door acteurs van grote nepbuiken te voorzien, Shakespeare bediende zijn lezers graag met een komische portie literaire fatshaming, in de Bijbel dienden vetplooien als zwartgallige humor en de oude Egyptenaren vonden 'dik zijn' zelfs zo hilarisch dat zij hun god van de humor afbeeldden met een uitzonderlijk hoog BMI.

Gniffelen om overgewicht is dus iets van alle tijden en door de enorme toename van obesitas valt er voor de liefhebber tegenwoordig alleen maar méér lol te beleven. Maar wat maakt het dat we grappen over iemands gewicht zo leuk vinden? En hoe kan het zijn dat we deze vorm van discriminatie accepteren en al eeuwenlang genadeloos weglachen?



HET GEWICHTSSTIGMA

Het is hard maar waar; de gemiddelde persoon blijft een vooringenomen beeld van mensen met overgewicht te hebben¹. Tal van onderzoekers hebben aangetoond dat we hen minder intelligent, luier, slordiger en onverzorgder vinden dan slanke mensen¹. Bovendien dichten we hun een gebrek aan wilskracht en discipline toe en vinden we dat ze hun overgewicht aan zichzelf te danken hebben¹. Deze wijdverspreide minachting wordt ‘het gewichtsstigma’ genoemd en vormt de voedingsbodem voor overgewichtsdiscriminatie.

In dit eerste hoofdstuk kijken we naar het gewichtsstigma als basis voor het uitlachen van mensen met overgewicht. Zo blijkt de uitbundigheid van het lachen na een fatjoke bijvoorbeeld samen te hangen met de opvatting die je hebt over de eigen verantwoordelijkheid voor iemands overgewicht^{2,3}. Zo kunnen mensen die, geheel in lijn met het gewichtsstigma, vinden dat het iemands eigen schuld is dat deze zo zwaar is, harder lachen om spottende obesitasgrappen dan wanneer iemand weet dat het overgewicht voor een groot deel te maken heeft met een aangeboren aanleg. De ‘affectieve dispositietheorie van humor’ komt daar nog eens dunnetjes overheen; deze theorie stelt dat je harder om grappen kunt lachen als ze gericht zijn op mensen van wie je vindt dat ze het ‘verdienen’ om belachelijk gemaakt te worden.

De Griekse filosofen Plato en Aristoteles wezen er lang geleden al op dat mensen graag lachen om het ‘falen’ en de ‘gebreken’ van anderen. Hoe groter deze gebreken, des te harder we erom kunnen lachen. Aldus de oude wijze Grieken. De Engelse filosoof Thomas Hobbes scherpte deze zienswijze in 1651 verder aan en stelde dat de minachting van anderen dient om jezelf beter te voelen. Door een ander met meer overgewicht uit te lachen, voel je jezelf dus simpelweg een stukje beter. Aldus de oude Engelse filosoof.

MAKKELIJKE GRAP

Een goede overgewichtsgrap is ook nog eens snel en eenvoudig gemaakt, want het publiek zit er altijd klaar voor. Er is geen ingenieuze of goed doorwrochte opbouw voor nodig, een goede timing doet er ook niet toe en een rake punchline heb je al helemaal niet nodig. Dus of je nu humor hebt of niet, je kunt al snel een geslaagde grap over iemand met overgewicht maken. Het is een laagdrempelige vorm van humor met gegarandeerd succes en dus lekker makkelijk scoren. Je hoeft de overtollige kilo’s eigenlijk alleen maar te benoemen om de lachers al op je hand te krijgen, zoals het wijzen op de beperkte wandelsnelheid van iemand met obesitas, de overmatige trek die iemand lijkt te hebben of door jezelf hardop af te vragen of er nog wel voldoende ruimte in de bus overblijft als een zwaar persoon instapt. Alleen al aandacht vestigen op een persoon met overgewicht kan voldoende zijn om

mensen te laten gieren. Zo kan zelfs een zeer middelmatige cabaretier als Guido Weijers succes hebben.

MEELACHEN OF UITGELACHEN WORDEN?

Het gewichtsstigma blijkt een heel hardnekkig denkpatroon te zijn dat de meerderheid van alle mensen heeft, zelfs ook mensen met overgewicht. Niet iedereen met overgewicht ziet de eigen overtollige kilo's als probleem en deze mensen trekken zich dan ook nergens iets van aan, maar het merendeel dat er wel mee worstelt gelooft ook in het stigma. Zij zijn zichzelf als minderwaardig gaan zien ten opzichte van de slankere medemens⁴. Dat verklaart ook meteen waarom mensen met overgewicht niet zo snel in opstand komen als ze worden gediscrimineerd; het lijkt of ze soms wel 'begrijpen' dat ze worden bespot en zelfs wel een beetje kunnen lachen om de overgewichtsgrippen.

Maar mensen die worstelen met hun overgewicht vinden dit soort grappen in de werkelijkheid allesbehalve leuk en dit meelachen kan dan ook een verdedigingsstrategie zijn⁵. Hier kwamen onderzoekers achter die een groep vrouwen met overgewicht onderwierpen aan een vragenlijst over het door hen ervaren stigma en het ongewild moeten om leren gaan met beledigingen. Uit de antwoorden bleek dat deze vrouwen door zelf mee te lachen beter om konden gaan met alle beledigingen. Ze lachen dus liever met de pesters mee dan dat ze zich door hen laten uitlachen.

OVERGEWICHT ALS STIJLMIDDEL

Zoals je hiervoor al kon lezen is het belachelijk maken en bespotten van mensen met overgewicht diepgeworteld en verweven in de geschiedenis van de mensheid. Overgewicht wordt sinds de eerste geschriften al als stijlmiddel gebruikt om karakters in verhalen te kleuren. Mensen met overgewicht zijn hierin vaak mislukt, niet zo slim, de vijand of hebbertig. Ze hebben veel eigenschappen, maar zijn in de verhalen nooit de gedroomde romantische partners. In bijvoorbeeld Shakespeares *The comedy of errors* – in het Nederlands vertaald als *Een klucht vol verwarring* – is dat niet anders. Het is één van zijn vroegste toneelstukken en werd gepubliceerd in 1594. Shakespeare paste overgewicht vaker als stijlmiddel toe, maar in één scène van dit beroemde stuk maakte hij de fatshaming wel heel erg bont.

In wat bekend staat als de meest komische scène van *The comedy of errors* bespreken twee mensen het overgewicht van een afwezige vrouw. Wat trouwens kenmerkend voor fatshaming is, want ook in het echte leven wordt overgewicht vaker ongeremd belachelijk gemaakt in iemands afwezigheid dan dat het gebeurt waar iemand bij is. Zo vergelijkt de slaaf Dromio van Syracuse de vrouw van zijn tweelingbroer met een keukendoekje dat is doordrenkt met vettigheid en zegt hij dat deze vrouw van top tot teen gemeten niet langer is dan van heup tot heup. Hij beledigt haar

tot op het bot om maar duidelijk te maken dat hij zich niet tot haar voelt aangetrokken. ‘Ze is bolvormig’, stelt hij, ‘net als de aarde’ en zegt ook allerlei landen op haar lichaam te kunnen ontdekken. Zo ontdekt hij Ierland op het zachte, moerassige, golvende achterwerk, Engeland op de witte kliffen van haar kin, het oorlogszuchtige Frankrijk op het voorhoofd in strijd tegen de haargrens, de Spanjaarden voelt hij in haar hete, brandende adem en Nederland en België heeft hij niet gezien omdat hij niet zo laag durfde te kijken. Daarmee stigmatiseert hij per lichaamsdeel dat hij opsomt niet alleen de vrouw, maar ook de verschillende landen en hun inwoners. Het is een lange dialoog die een aaneenschakeling is van stigmatiserende beledigingen waarin een hoop over de omvang van de vrouw en de afschuw die hij van haar heeft wordt gezegd. Hoewel Shakespeare een meesterlijk verteller is, draagt hij met deze scène wel al eeuwen bij aan de bekrachtiging van het gewichtsstigma.

Wat verder ook opvalt is dat Shakespeare de vrouw met overgewicht door Dromio van Syracuse laat ontmenselijken door haar ‘een beestachtig wezen’ te noemen. Dat is een interessant punt en haakt aan bij de bevindingen van de onderzoekers die vierhonderd jaar later een verklaring zochten voor de vraag hoe het toch komt dat wij zo hard kunnen zijn tegen mensen met overgewicht en hen zonder moeite zo zwaar kunnen beledigen.

ONTMENSELIJING

Het ontmenselijken van iemand met overgewicht is een bekend gegeven dat we vooral van pesters kennen; zij belagen hun slachtoffers maar al te graag met dierlijke benamingen als varken, zwijn of olifant. Dit is vaak komisch bedoeld, maar heeft een bewust denigrerende intentie. Want door slachtoffers op deze manier te ontmenselijken, worden ze moreel buitengesloten⁶ en niet langer gezien als een mens met gevoelens, dromen en zorgen⁷. Door het menselijke aspect weg te nemen, vinden de belagers het gerechtvaardigd om iemand ongegeneerd belachelijk te maken⁸. Onderzoekers die keken naar het gewicht van de plegers kwamen erachter dat hoe dunner iemand is, des te groter de kans dat zij mensen met obesitas ontmenselijken¹⁰. Maar ook mensen die zelf serieus overgewicht hebben kunnen het doen¹¹. Waarschijnlijk met de motivatie om zichzelf hierdoor net iets beter te voelen. De groep potentiële *fatshamers* is dus groot.

Maar iemand vergelijken met een diersoort om zo het overgewicht aan te duiden is niet alleen voorbehouden aan pesters. Het wordt namelijk ook toegepast op tv, in films en zelfs in kranten⁹. Mensen met overgewicht worden onbewust sneller dan een slank persoon¹⁰ met een dier geassocieerd en onderzoekers ontdekten ook dat de gemiddelde persoon iemand met obesitas als ‘minder geëvolueerd’ beschouwt¹¹.

Dat ligt dus allemaal in lijn met het gewichtsstigma en de heersende (onbewuste) opvatting dat mensen met overgewicht minderwaardig zijn. En dat verklaart ook waarom we het zo normaal zijn gaan vinden om hen te bespotten en uit te lachen.

Het ontmenselijken kan ook gebeuren door iemand bij de beschrijving van diens persoonlijkheid geen menselijke eigenschappen als warm, sociaal en empathisch toe te dichtten¹² of door in nieuwsartikelen bijvoorbeeld afbeeldingen te plaatsen van mensen met obesitas waar het hoofd af is geknipt. Onderzoekers die krantenartikelen bekeken kwamen erachter dat 72 procent van alle foto's die bij nieuwsartikelen over obesitas waren geplaatst stigmatiserend waren. Vergeleken met foto's van mensen zonder overgewicht werden bijvoorbeeld veel vaker foto's gebruikt waar het hoofd af was geknipt of werden mensen met overgewicht in veel te krappe kleding weergegeven¹³ om een artikel zo een komische noot mee te geven. Op deze manier worden we zelfs bij het open slaan van een krant al gevoed door het gewichtsstigma¹³.

DE FATSHAMENDE OUDE GRIEKEN

Ver voor Shakespeare gebruikten de oude Grieken ook al fatshaming in hun uitingen. Zo is bekend dat de beroemde blijspeldichter Aristophanes vierhonderd jaar voor Christus de komedie-acteurs van zijn voorstellingen buik- en bilprothesen gaf om hen eruit te laten zien als personen met veel overgewicht.

Blijkbaar vonden de Oudgriekse bezoekers van zijn toneelstukken dat erg grappig.

Maar Aristophanes was niet de enige oude Griekse fatshamer; Hierocles en Philagrios overtroffen hem eeuwen later dubbel en dwars in overgewichtshumor. Zij hebben namelijk het alleroudste moppenboek ter wereld op hun naam staan. Hun 1600 jaar oude boekje *Philogelos* bevat in totaal 265 mopjes. Ze zijn lang niet allemaal even grappig of überhaupt te begrijpen, maar de moppen maken wel duidelijk dat de oude Grieken van lachen hielden. En ook van fatjokes dus, want in het zeer stoffige boekje staan maar liefst acht moppen die gewijd zijn aan overgewicht. Ze hebben er een speciaal hoofdstuk van gemaakt. Het boekje is in Engelse vertaling nog steeds te koop... voor een fatshamer is dat wellicht een leuke cadeautip voor de feestdagen!

BESPOTTINGEN IN DE BIJBEL

Nog zo'n oud boek waarin flink gefatshamed wordt is de Bijbel. Ook hierin worden mensen met obesitas stevig op de hak genomen. Maar in dit boek zijn de grappen wel wat duisterder dan in het moppenboekje van de oude Grieken. Met veel Bijbelse karakters met overgewicht loopt het namelijk erg slecht af en ze gaan veelal op een heftige manier dood. Een voorbeeld daarvan is het verhaal van koning Eglon van Moab, waarbij zijn vetplooien een komisch bedoeld

middel¹⁴ lijken om hem te karakteriseren als naïef, traag en incompetent¹⁵. De naam Eglon betekent ‘groot kalf’ en hij wordt dus eigenlijk al direct door de naamkeuze ontmenselijkt. Deze naam staat bovendien symbool voor domheid en kwetsbaarheid¹⁶. Hij komt aan zijn eind doordat hij door het zwaard van Ehud gestoken wordt, dat in eerste instantie veel te kort lijkt te zijn om zich een weg door het vet van de koning heen te banen. Maar uiteindelijk verdwijnt het zwaard toch in de vetlaag als in een zompig moeras. Eglon probeert zelf het zwaard er nog uit te trekken, maar het vet zorgt ervoor dat hem dat niet meer lukt waardoor hij sterft. Niet erg gezellig dus, die Bijbelse humor...

Naast de karakters met overgewicht staan er ook veel spreuken in de Bijbel die iets zeggen over veel eten en overgewicht. Hierbij twee voorbeelden om je een idee te geven:

- Filippenzen 3:19: ‘Zij zijn op weg naar de ondergang, hun buik is hun god en hoe schandaliger zij leven, hoe mooier zij het vinden. Het enige waaraan zij denken, zijn de aardse dingen.’
- Spreuk 28:7: ‘Een verstandige zoon houdt zich aan de wet, maar een vriend van veelvratens maakt zijn vader te schande.’

Wat er precies wordt bedoeld met deze uitspraken is op meerdere manieren uit te leggen en de meningen zijn hierover verdeeld, maar wat je feitelijk leest als je

de bijbel openklapt is een strenge veroordeling van overgewicht. Het lezen van de bijbel levert daarmee, net als het lezen van de krant, een serieuze bijdrage aan het gewichtsstigma.

EEN OBESE GOD VAN DE HUMOR

Met een god van de humor aan het hoofd is het duidelijk dat de oude Egyptenaren hielden van een potje lachen. ‘Bes’ heette deze god van de humor en was bedoeld als een komisch ogend figuur: een dwerg met een wilde baard, grote oren en veel overgewicht. Dat zet gelijk de toon en kennelijk vonden de Egyptenaren overgewicht dus ook al grappig.

Een bekende oud-Egyptische overgewichtsgrap is te vinden bij de tempel van Hatshepsut in Deir el-Bahri. Daar staat een afbeelding van koningin Ati met veel overgewicht, die wordt gevolgd door een kleine ezel waarbij deze tekst staat: ‘De grootste ezel die deze vrouw moest dragen.’ We weten dat de oude Egyptenaren konden lachen om deze spottende grap, want de afbeelding werd herhaaldelijk nagetekend teruggevonden op meerdere andere plekken.

Wat precies de motivatie was van koningin Hatshepsut om koningin Ati te bespotten is onbekend. Koningin Hatshepsut wordt door Egyptologen gezien als een van de meest succesvolle farao’s in de geschiedenis. Zij heeft de opdracht gegeven om deze afbeelding te

laten maken in haar tempel. Ati was de koningin van het land genaamd Punt, in het meest zuidelijke puntje van het oude Egyptische rijk. Het bespotten kan in het licht van de ‘sociale dominantietheorie’ mogelijk te maken hebben gehad met het kleineren of ondergeschikt maken van dit zuidelijk gelegen koningshuis. Deze sociale dominantietheorie stelt dat als mensen zich sterk identificeren met de eigen sociale groep, zij ook harder kunnen lachen om grappen waarin andere sociale groepen of leden van zo’n groep belachelijk worden gemaakt¹⁷.

Koningin Hatshepsut werd in alle beeltenissen die van haar zijn gevonden slank getoond, maar toen ze op vijftigjarige leeftijd overleed bleek ze gezien de gevonden mummie die aan haar gelinkt kon worden ook obees te zijn geweest. Mogelijk scheidde ze er daarom genoeg in om iemand die meer overgewicht had dan zij te fatshamen, iets wat in ieder geval in onze huidige westerse tijd geen vreemde verklaring zou zijn.

DE TSJECHEN TIJDENS DE TWEDE WERELDOORLOG

Voor een ander voorbeeld van de sociale dominantietheorie reizen we af naar Tsjechië. Hier gebruikten ze fatshaming tijdens de Tweede Wereldoorlog om de eigen Tsjechische identiteit te beschermen. Dat deden de Tsjechen door een geslepen vorm van humor te ontwikkelen waarmee ze de vijand en ‘foute’ Tsjechen

konden framen en wegzetten als ‘inferieur’. Overal werden onderling moppen en grappen uitgewisseld en deze werden ook verder door Europa verspreid. In hun ‘fatshaming moppen’ waren de pijlen vooral gericht op nazikopstuk Goering: hij werd in hun moppen structureel als klungelige veelvraat neergezet¹⁸. De motivatie van de Tsjechen was helder: door de tegenstander belachelijk te maken en te kleineren konden zij de afstand tussen henzelf en de bezetter bewaren. Ze beschouwden de bezetting dan ook als iets tijdelijks.

Maar zelfs het fatshamen van een nazikopstuk is kwalijk. Het kwalijke zit daarbij natuurlijk niet in het kwetsen van de gevoelens van een nazikopstuk, dat moet kunnen, maar in het bespotten van een lichamenlijk kenmerk dat meer mensen in een maatschappij delen. Fatshamen is geen aanval op de persoon, maar een aanval op iederéén met overgewicht. Later in dit boek lees je hier meer over.

GROEPSHUMOR

In het voorbeeld van zowel de oude Grieken als de Tsjechen komt een belangrijk sociaal element van humor naar voren. Humor verbindt mensen en de groep waarin je je bevindt bepaalt de humor waar je samen om kunt lachen. Sterker nog: wat je grappig vindt is helemaal afhankelijk van de mensen om je heen¹⁹. Je beoordeelt een grap als ‘leuker’ wanneer deze afkomstig is van iemand binnen je eigen groep dan een grap

die van buiten de groep komt, ook al is de grap exact hetzelfde²⁰.

Zou je eigen humor en alles wat je grappig vindt dan ook kunnen veranderen als de opvattingen van je groep plotseling veranderen? Het antwoord is ja, want individuele opvattingen die verbonden zijn aan humor blijken volgens de onderzoekers makkelijk mee te kunnen bewegen als de opvattingen van de groep veranderen^{21,22}. Je eigen humor lijkt ondergeschikt te zijn aan de humor van de groep.

Dat is dus goed nieuws en zou zelfs kunnen betekenen dat fatshaming binnen een groep eenvoudig te veranderen is als één of meerdere groepsleden zich bewust worden van de schadelijke effecten en het hierdoor niet grappig meer vinden.

FATSHAMING 'LIGHT'

De meeste mensen bedoelen het helemaal niet zo kwaad als ze een grapje maken over iemand met overgewicht en zij zullen dan ook niet van zichzelf vinden dat ze kwalijk bezig zijn. Dit zijn de milde fatshamers, waarbij de grapjes niet door haat ontstaan maar gewoon als sociaal bindmiddel door iemands wens om samen plezier te hebben. Deze milde fatshamers of de 'fatshamers light' begrijpen dat het kwetsend kan overkomen en maken de grapjes daarom ook meestal niet in de nabijheid van de mensen over wie het gaat. Maar dit betekent helaas niet dat het geen effect kan hebben.

Met iedere grap wordt het stereotype beeld van mensen met overgewicht namelijk verder bekrachtigd. En hoewel het merendeel van de mensen dat erom lacht of er nog een schepje bovenop doet er ook geen kwaad mee in de zin heeft, wordt het binnen de groep wel steeds normaler om iemand met overgewicht uit te lachen. Zo kan een onschuldig bedoelde grap toch bijdragen aan het versterken van het gewichtsstigma en kan het daarmee eenvoudig munitie voor een echte pester worden.

ONGEZONDE VOEDINGSBODEM

De Bijbel, Shakespeare, de oude Egyptenaren, de Tsjechen en de oude Grieken zijn natuurlijk geen uitzondering, want overal om ons heen word je – voor de grap of heel serieus – continu geconfronteerd met veroordelingen van overgewicht. Je wordt platgebombardeerd met slanke rolmodellen waarbij de een nog perfecter oogt dan de ander, maar waarbij niemand de disclaimer plaatst dat deze foto's zijn bewerkt in Photoshop. Iedereen wil graag maatje S dragen, maar de meeste mensen passen het niet. Dit ideale figuur is maar voor weinig mensen weggelegd, maar houdt ons dusdanig in de greep dat we ons continu gedwongen voelen om dit toch te bereiken. Het geeft stress wanneer dit niet lukt en kan ons dan zelfs het gevoel geven dat we ons moeten schamen voor ons niet perfecte lichaam.

VETFOBIE

We hebben als maatschappij een vetfobie ontwikkeld, een angst voor overgewicht. Sommige mensen zijn als de dood om een beetje extra lichaamsvet te krijgen en anderen zijn doodongelukkig omdat ze het al hebben. Veel mensen voelen de angst om met die paar overtollige kilo's afgewezen en bespot te worden, omdat ze dat zelf ook graag doen.

Onderzoekers zagen dat de kans dat je een vetfobie hebt groter wordt naarmate je slanker bent²³. Hoe lager het BMI en hoe groter de angst voor vet, des te groter de kans dat je vooroordelen hebt over mensen met overgewicht, hen 'dus' niet leuk vindt²⁴ en er ook geen enkel probleem mee hebt om hen te bespotten of uit te lachen. De druk en stress om je lichaam zo veel mogelijk 'vetvrij' te houden, kan een heel ongezonde spanning opleveren. Als het niet lukt om aan dit schoonheidsideaal te voldoen dan kan dat niet alleen een negatief effect hebben op je zelfbeeld, maar kan het ook omslaan in pestgedrag richting mensen met overgewicht. Door anderen die zwaarder zijn te bespotten of uit te lachen, kan je eigen stress of spanning weer wat worden verlicht. En als dit afreageren gepaard gaat met humor dan is de kans trouwens groter dat daarvoor een doelwit buiten je eigen groep wordt gekozen. Dit komt simpelweg doordat grappen dan veel beter in de smaak vallen, je publiek harder kan lachen²⁵ en er een ruimere keuze is in doelwitten.

GROTER EN GROTER

De wijzers van de weegschaal gaan de verkeerde kant op. Obesitas of serieus overgewicht is een toenevend mondiaal probleem. Eén op de twee Nederlanders heeft tegenwoordig last van serieus overgewicht (met een BMI tussen de 25 en 30) en één op de zeven mensen heeft obesitas (met een BMI van 30 of meer). Het probleem is dat de toename van het overgewicht in een steile lijn omhoogloopt. In landen als Amerika en Egypte heeft inmiddels zelfs één op de drie mensen obesitas. Met de toenemende mate van overgewicht groeit helaas ook de mate waarin deze mensen worden gediscrimineerd. Zonder het zelf door te hebben, bespotten fatshamers tegenwoordig steeds vaker mensen uit hun eigen directe omgeving.

Helaas blijft het niet bij uitlachen alleen. Mensen met overgewicht of obesitas blijken ook steeds vaker last te hebben van discriminatie op allerlei andere vlakken²⁶, zoals bij het solliciteren²⁷, op de werkvloer²⁸, bij het aangaan van nieuwe relaties²⁹, in het hoger onderwijs³⁰, op de basisschool³¹, in de gezondheidszorg³², in het vliegtuig³³ en bij sportclubs³⁴. Om maar een paar voorbeelden te noemen. Discriminatie op basis van overgewicht is uitgegroeid tot een van de meest voorkomende vormen van discriminatie, terwijl de minachting die hier de basis van vormt een waanzinnig schadelijk effect kan hebben op het zelfbeeld van de mensen die het mikpunt zijn: het kan leiden

tot depressies, een sociaal isolement, angststoornissen, suïcidale gedachten, paniekstoornissen en helaas maar waar... nog meer eetbuien. Het wordt dus hoog tijd dat we hier als maatschappij eens bij stilstaan. Vandaar dit boek.

Mocht je een enorme liefhebber zijn van fatjokes, kun je er nu snel nog een paar maken of ze even op internet opzoeken. Want de kans is groot dat je er na het lezen van dit boek nooit meer om kunt lachen.
