

200132

Proseminar Sozialpsychologie:

Selbstbild und Selbstwert

Mag. Dr. Helga Elisabeth Schachinger

SS 2008 (PS, 2st., N 17400)

„Körperselftkonzept“

Moritz Baumgarten (0607256)

Christina Ebner (0604316)

Aleksandra Kienzl (9707210)

Marina Kinschel (0609650)

Melanie Pflüger (0608657)

Diana Resch (0508124)

Eva Schütze (0533906)

Inhalt

I.	Körperliches Selbstkonzept.....	03
	Marina Kinschel	
II.	Schönheitspolitik und Patriarchat I	08
	Moritz Baumgarten	
III.	Schönheitspolitik und Patriarchat II.....	13
	Melanie Pflüger	
IV.	Einflüsse auf das Körperbild.....	17
	Eva Schütze	
V.	Körper und Identität.....	23
	Christina Ebner	
VI.	Körperselbstwahrnehmung und Körperselbstbild.....	28
	Diana Resch	
VII.	Entwicklungsorientierte, soziale und klinische Überlegungen.....	35
	Aleksandra Kienzl	
	Literatur	40
	Abbildungen.....	41

Lisa J. Stein (1996)

I. Körperliches Selbstkonzept

Erarbeitet von Marina Kinschel (0609650)

1. Einleitung

Begriffliche Definierung von „Body Image“ und Selbstkonzept:

Der Begriff Body Image ist deutlich vom Begriff des körperlichen Selbstkonzeptes abzugrenzen.

Zum besseren Verständnis hierfür folgendes Beispiel:

Jemand sieht ein, dass er übergewichtig ist -> körperliches Selbstkonzept
Und er leidet sehr stark darunter -> Body Image

2. Körperliches Selbstkonzept

Es ist bekannt, dass attraktive Menschen mit größeren körperlichen Fähigkeiten wesentlich mehr Aufmerksamkeit erregen, beliebter sind, oft bevorzugt werden und ihnen nicht selten positivere Eigenschaften zugeschrieben werden als Menschen die weniger gut aussehend sind.

Das lässt einen daraus schließen, dass die Unterschiede im Selbstkonzept zwischen den Menschen sich im Laufe eines Lebens entwickeln.

Das Selbstkonzept beinhaltet verschiedene Komponenten, welche für jeden eine andere Bedeutung bzw. eine unterschiedliche Wichtigkeit bedeuten und diese sind:

- Körperliches Selbstkonzept
- Soziales Selbstkonzept
- Kompetenz
- Berührtheit
- Akademisches Selbstkonzept
- Familien Selbstkonzept

Das Selbstkonzept soll als ein Konstrukt verstanden werden, welches wiederum das Konstrukt von Selbstwert zusammenfasst.

Interessant ist auch, dass es große Unterschiede zwischen dem eigenen Einschätzen der körperlichen Fitness und der Wirklichkeit gibt. Die Unzufriedenheit bei Kindern mit ihrem Körper hat gravierende negative Auswirkungen auf das globale Selbstkonzept.

Es gibt eine Reihe an Maßeinheiten und Skalen die die Messung von Selbstkonzepten ermöglichen. Die Bewertung von Kindern welche durch geeignete Skalen und Maße erfolgt ist wichtig so bald als möglich festzulegen, aber auch Wachstumstrends im körperlichen Selbstkonzept und ist eine Voraussetzung für eine frühe Intervention für Essstörungen.

Um ein paar Beispiele dafür zu nennen:

- **Multidimensionale Selbstkonzept Skala (MSCS)**
Diese Skala bezieht sich vor allem auf Kinder und beinhaltet 25 Items, welche sich auf das physische Erscheinungsbild und die körperliche Fitness konzentrieren.
- **Piers-Harris Kinder Selbstkonzept Skala**
Dies ist die am weitesten verbreitete und am häufigsten angewendete Skala und bezieht sich auf das äußere Erscheinungsbild und Eigenschaften.
- **Selbstbeschreibungsskala**
Die Selbstbeschreibungsskala umfasst körperliche Fähigkeiten und das äußere Erscheinungsbild von Kindern. Diese Skala beinhaltet verschiedene Subskalen von denen jede einzelne wiederum acht positiv besetzte Phrasen/Fragen/Items inkludiert auf welche der zu Beantwortende reagiert.
- **Tennessee Selbstkonzept Skala**
Diese Skala ist zugeschnitten auf eine sehr breite Altersklasse und zwar für 12-68 jährige. Die Tennessee Selbstkonzept Skala enthält 18 verschiedene Subskalen mit jeweiligen Items betreffend körperlichem Selbstkonzept. Dieses wiederum besteht aus den folgenden 4 Punkten: Gesundheit, äußerem Erscheinungsbild, körperliche Fähigkeiten und Sexualität.

- **Körper-Selbstwert Skala**

Diese Skala betrifft das körperliche Selbstkonzept und wurde entwickelt um die Beziehung zwischen dem Körper-Selbstwert und Selbstwert von Kindern im allgemeinen genauer zu untersuchen. Ja/Nein Items dienen dazu herauszufiltern, wie eine Person glaubt von anderen bewertet zu werden.

- **Test über Erforschung von Essgewohnheiten von Kindern**

Dieser Test betrifft ebenfalls das körperliche Selbstkonzept und wird am häufigsten verwendet um die Essgewohnheiten von Erwachsenen und älteren Jugendlichen nachzuvollziehen, wird aber auch bei Hauptschulkindern angewendet. Wichtig ist hierbei noch hinzuzufügen, dass man durch diesen Test auch Aufschluss über das Gewichtskontrollverhalten (im speziellen von Kindern) bekommt.

- **Physische Selbstkonzeptskala für Kinder (CPSS)**

Cpss ist das einzige multidimensionale Maß von physikalischen Selbstkonzept (SK) genau so wie die Unterkategorien von körperlicher Erscheinung, Auftreten und Verhalten bei der Gewichtskontrolle. Jede dieser Subskalen beinhaltet 9 Punkte und werden mit einem speziellen Antwortbogen beantwortet. Die Skala kann angewendet werden indem man sie einer Gruppe laut vorliest oder auf individueller Basis. Wegen diesem einzigartigen Anwendungsformat und der 9 Punkte ist der Inhalt des Maßes passend für Kinder im Volksschullevel, beziehungsweise ab der 1. Schulklasse.

- **Selbstprofil für Kinder (SPPC)**

Dieser Test ist beschränkt für Kinder mit einem Mindestalter von 8 Jahren, da ein Grundlevel beim Lesen Voraussetzung ist. Das SPPC beinhaltet Unterbereiche von athletischer Kompetenz und körperlicher Erscheinung.

- **Körpereinschätzungsprozess**

Der Körpereinschätzungsprozess ist eine sehr interessante Methode. Ein großer Vorteil daran ist, dass diese auch für Kinder geeignet ist, die noch nicht lesen und schreiben können und gilt somit als geeignete Alternative zum Stift-Papiermaß. Das einzige was Kinder benötigen um diesen Prozess durchzuführen ist eine Figur als Antwort die die Frage spezifiziert.

Es ist bekannt, dass die Sichtweise der Kinder von ihrer Körpergestalt und Größe nicht unbedingt die Realität widerspiegeln muss. Eine Methode um bei Kinder ihre Wahrnehmung ihrer Körpergröße und Gestalt zu eruieren, ist der Körpereinschätzungsprozess. Bei diesem Prozess werden Kindern stufenweise Bilder von Männern und Frauen in Übertriebener dünner (oder fetter) Art gezeigt. Collins (1991) benutzte 7 Bilder von weiblichen und männlichen Kindern und Erwachsenen, welche erstellt wurden um das Einschätzen von Körpergewicht im Bereich von sehr dünn bis fettleibig zu erläutern u eruieren. Collins entwickelte hierfür Zeichnungen die Kinderfiguren im Gewichtsbereich von sehr dünn bis fettleibig illustrieren und fragte jedes Kind 5 Fragen basierend auf den Illustrationen:

5 Fragen:

1. „Welches Bild sieht am ehesten aus wie du?“
2. „Welches Bild ist so wie du gerne aussehen möchtest?“
3. „Welches Bild zeigt wie Mädchen/Buben am besten aussehen?“
(Gegenteilige Gender Bild)
4. „Welches Bild zeigt wie du aussehen willst wenn du groß bist?“
5. „Welches Bild zeigt deiner Meinung nach wie erwachsene Frauen/Männer am besten aussehen sollten?“

Zusätzlich wurden die Kinder aufgefordert auf die 2 Punkte „Ich denke ich bin: fett, dünn, dazwischen“ und ob sie gerne zunehmen, abnehmen oder so bleiben wollen würden.

Cash & Brown teilten andere Körpereinschätzungsprozesse in 2 Kategorien von Körperstellen und Ganzkörpererwartungsregelungen. Körperstelleneinschätzung setzt eine individuelle Übereinstimmung mit der Bandbreite von der Entfernung zwischen 2 ungefähr gleich nahen Punkten an der Bandbreite von einer besonderen Körperstelle oder Bereich. Der Ganzkörpereinschätzungsprozess beinhaltet das Vorzeigen einer Einzelperson mit einem Ganzkörperabbild. (z. B über verzerrte Spiegel, Videoband, Overheadbilder) so dass sie dann selber auf kleiner oder größer abändern können und gemäß der Übereinstimmung ihrer Einschätzung von ihrem eigenen Körperbandbreite.

3. Voradoleszenz und Adoleszenz Population

Die Adoleszenz ist ein weiterer sehr interessanter Bereich beim Selbstkonzept und Bodyimage. Diese wurde ja lange als turbulente Zeit im Leben betrachtet. Warum jedoch ist dies eine so schwierige Zeit im Leben vieler Frauen? Definitiv ein entscheidender Faktor dafür ist die körperliche Veränderung (Pomerantz, 1979). Die körperliche Veränderung betrifft schwerwiegende Bereiche wie zum Beispiel die Sexualcharakteristik.

Clifford (1971) deutete an, dass obwohl die Adoleszenz positiv über ihre Erscheinung im allgemeinen ist, teilweise Frauen sehr beunruhigt über das Gewicht, die Größe und der Körperbau sind.

Eine wichtige Grundvoraussetzung ist laut Newcomb und Bukowski (1983), wie man die Adoleszenz den Kindern näher bringt. Durch den Schwerpunkt der körperlichen Erscheinung und Auftreten in der Adoleszenz, werden Aktivitäten die das körperliche Auftreten stärken fokussiert und durch die Betonung der körperlichen Erscheinung könnte gedacht werden, dass es die Entwicklung von einem besseren positiveren körperlichen Selbstkonzept fördert. Aktivitäten wie beispielsweise Tanzen bringt einen Gewinn in der Betrachtung der Adoleszenz bringen. Bakker (1988) jedoch fand das Gegenteil davon. Die wettbewerbsfähige Umwelt und die kritischen Beurteilung von anderen vereinigt die Adoleszenz in ein eigenes körperliches Selbstkonzept.

Cornell et al.'s (1990) Erforschung an hochbegabten weiblichen Studenten brachte ans Tageslicht, dass sie weniger betroffen über körperliche Erscheinung waren als ihre männliches Gegenstück.

Typisch ist zum Beispiel auch, dass Mädchen mehr besorgt sind mit ihrem körperlichen Selbstkonzept als Buben, besonders in Betrachtung auf die körperliche Erscheinung und Gewichtskontrolle. (Collin, 1991); Garner et al., 1980).

Wobei mir hier vielleicht ein geeigneter Zeitpunkt scheint, um erstmal festzuhalten, wie sich die Schönheitsideale im Laufe der Zeit veränderten:

Das Schönheitsideal und die Mode haben sich im Laufe der Geschichte immer wieder geändert, so dass sich die Frage stellt: Gibt es überhaupt so etwas wie DIE Schönheit?

Was auch immer als schön gilt - das Streben nach Perfektion begleitet die Menschheitsgeschichte. Aber warum wollen wir eigentlich möglichst attraktiv sein?

Schönheit wird durch eine Vielzahl von Faktoren bestimmt, die nur schwer in klare Regeln einzugrenzen sind. Es gibt aber eine Reihe von Merkmalen, die in einer Vielzahl von Fällen ein schönes Gesicht von einem eher unattraktiven Gesicht unterscheiden.

Einige Faktoren wären beispielsweise:

- durchschnittliche Gesichter
- makellose Haut
- Kindchenschema
- Symmetrie

Interessant wäre beispielsweise auch zu wissen, ob Venus, die griechische Göttin der Schönheit heute noch Model-tauglich wäre, oder müsste auch sie sich erst einer Radikal-Diät unterziehen, um Barbie-Maße zu erreichen?

Bereits die griechischen Göttinnen lieferten sich einen Wettstreit in punkto Schönheit. Schuld daran ist laut den Wissenschaftlern nur die geschlechtliche Fortpflanzung. Würden wir uns alle ohne vorhergehende Befruchtung fortpflanzen, wäre uns allen das Aussehen vermutlich ziemlich egal.

Es gibt jedoch zahlreiche Forschungsergebnisse die darauf hin weisen, dass durchschnittliche Gesichter von den meisten Menschen als besonders attraktiv bewertet werden.

Die Beschaffenheit der Haut spielt ebenso eine bedeutende Rolle. Immerhin ist eine makellose Haut ein untrügliches Zeichen für Gesundheit.

Ein weiterer zu erwähnender Punkt ist die Symmetrie. Auch heute gilt ein Zusammenhang zwischen Symmetrie und Schönheit als selbstverständlich. Symmetrie gilt als äußerer Anzeiger genetischer Fitness, denn asymmetrische Proportionen entstehen vor allem durch Krankheit, Mutation oder andere Störungen während der Embryonalentwicklung. Somit gilt: Ist die äußere Gestalt symmetrisch, ist auch mit den Genen alles in Ordnung und der Zeugung von überlebensfähigen Nachkommen steht nichts im Wege.

Laut einer Studie der Universität Regensburg zufolge ist Symmetrie zwar ein Faktor, der die Attraktivität beeinflusst, aber nur in relativ geringer Weise. Ein sehr unsymmetrisches Gesicht wird zwar selten als schön empfunden, schöne Gesichter sind aber nicht immer symmetrisch, ein Beispiel hierfür wäre keine geringer Berühmtheit als Cindy Crawford berühmtes Muttermal am Mund. Ebenso muss ein als unattraktiv eingedordnetes Gesicht nicht unbedingt asymmetrisch sein.

Eine weitere Rolle für die weibliche Schönheit ist eine Annäherung an das Kindchenschema. Große Augen, eine hohe, runde Stirn, ein kleines Kinn und eine kleine Stupsnase werden bei Frauen als attraktiv bewertet.

Vermutlich stellte es für Männer im Laufe der Menschheitsgeschichte einen evolutionären Vorteil dar, ihre Gene mit denen möglichst junger Frauen zu teilen. Diese waren natürlich meist gesünder als ältere Frauen und noch länger fruchtbar. Experimente bestätigen dies auch.

Wie bereits zu Beginn erwähnt, genießen schöne Menschen den Vorteil dass sie es leichter haben.

In einer wissenschaftlichen Untersuchung mit schönen und weniger schönen Frauen zeigte sich, dass eine gut aussehende Frau ihr Geld wenn sie es etwa in einer Telefonzelle vergessen hat, in 87 Prozent der Fälle zurück erhielt, eine weniger attraktive dagegen nur zu 64 Prozent.

Schöne haben es leichter im Leben, definitiv. Das ist zwar nicht gerade fair, bestätigt sich aber immer wieder. Auch bei Autopannen haben hübsche Frauen mehr Chancen auf Hilfe. Schöne Menschen sind im Allgemeinen beliebter bei ihren Mitmenschen und ihnen werden automatisch positive Charaktereigenschaften zugesprochen. So werden gutaussehende Menschen in der Regel als erfolgreicher, intelligenter, glaubwürdiger, geselliger, kreativer und fleißiger eingeschätzt, unattraktive Menschen gelten viel eher als faul, phantasielos und langweilig. In den USA beurteilen sogar die Geschworenen vor Gericht gut aussehende Menschen milder. Selbst in der Schule werden hübsche Abschreiber weniger hart bestraft als schlechter aussehende Kinder. Schöne Menschen haben mehr und früher Sex und attraktive Frauen heiraten häufiger reiche und gebildete Männer. Männliche Beaus haben ein etwa fünf Prozent höheres Gehalt als ihre Kollegen mit den Durchschnittsgesichtern, gut aussehende Frauen verdienen immerhin noch vier Prozent mehr, haben dafür allerdings weniger Chancen auf Führungspositionen, da ihnen vermutlich weniger Härte zugetraut wird.

Die stetig wachsende Flut immer attraktiverer Menschen in den Medien sorgt dafür, dass sich unser Schönheitsideal immer weiter hochschraubt, bis es schließlich kaum noch jemand erfüllen kann.

4. Schönheit im Wandel der Zeit

Im **19. Jahrhundert** war die Kleidung eine Weile bequemer und praktischer geworden, bald aber mussten Frauen sich in enge Korsetts und aufwendige Kleider zwingen. Für Frisuren und Make-up wurde noch immer viel Zeit verwendet, allerdings nur bei Frauen. Inzwischen galt es als unmännlich, sich herauszuputzen. Männer trugen keine Schminke mehr, keine Perücken und hatten vorwiegend kurzes Haar.

In den 20er Jahren kam mit beginnender Emanzipation die erste Schlankheitswelle und mit ihr männliche Kurzhaarschnitte für Frauen auf. Das Schönheitsideal wurde stark durch das Kino mit geformt. Marlene Dietrich oder Marilyn Monroe verkörperten jeweils den Frauentyp einer bestimmten Zeit und Millionen von Frauen wollten so aussehen wie sie. In den 60er Jahren hätte aber Marilyn Monroe mit Kleidergröße 44 schon als zu mollig gegolten. Das dünne Model Twiggy bescherte mit ihren 42 Kilo bei 1,70 Metern Körpergröße zahlreichen Frauen eine neue Krankheit; die Magersucht.

Erst in den letzten Jahren unserer **heutigen Gesellschaft** ist Schönheitspflege auch bei Männern wieder allgemein akzeptiert. Die natürliche Schönheit reicht einmal wieder nicht, man sollte für den Körper auch etwas tun. So schlagen sich Männer wie Frauen mit unzähligen Pflegeprodukten herum, formen sich im Fitness-Center und vor allem bei den Jüngeren wächst die Akzeptanz für plastische Chirurgie.

Schönheit ist aber immer noch relativ. In unterschiedlichen Kulturen gelten verschiedene Schönheitsideale. Die auf Tellergröße gedehnten Unterlippen gelten bei äthiopischen Surma-Frauen als schön, bei den Apa Tani im Nordosten von Indien genießt diejenige Frau das höchste Ansehen, die ihren Nasenrücken durch eingelegte Scheiben am meisten vergrößert hat.

Äußere Einflüsse wie die Medien spielen bekanntlich eine entscheidende Rolle. So wurde gerade im 20. Jahrhundert das bevorzugte Ideal stark durch das aufkommende Kino verbreitet. Auch gesellschaftliche Faktoren sind nicht unbedeutend. Nach dem Krieg galten gut genährte Frauen als anziehend, es waren gesunde Mütter gefragt, die kräftige Nachkommen zeugen können. Erstaunlich ist auch, dass sich Schlankheitswellen immer dann durchgesetzt haben, wenn eine feministische Bewegung aufkam und die Frauen sich emanzipierten.

Ebenso wie sich ein Look im Laufe der Zeit ändert, wird es auch immer Kulturen geben, in denen sich ein aus unserer Sicht bizarres Schönheitsideal etabliert hat.

Persönliche Stellungnahme

Ich denke, dass die gesamte Thematik rund um das Selbstkonzept und Bodyimage ist eine sehr interessante. Leider war mein gewählter Text sehr statistisch und theoretisch, empfand diesen jedoch trotz der englischen Sprache als gut lesbar und sehr verständlich.

Die einzelnen Maße im Detail betrachtet bieten einen sehr genauen Einblick in die vielen Möglichkeiten zur Feststellung und Erforschung von Selbstkonzept und Bodyimage. Wie jedoch in sehr vielen Bereichen ist auch dieser noch erweiterbar.

Besonders fasziniert empfand ich die selbst gesuchten Zusatzinformationen über die Schönheit im Wandel der Zeit, vor allem die jeweiligen Begründungen und der massive Einfluss von Seiten der Medien hierfür.

Der immer noch so dominierende Einfluss der Fortpflanzung in Schönheitsidealen ist meiner Meinung nach gerade im 21. Jahrhundert ein sehr interessanter Aspekt, dem in der Gesellschaft oftmals eine zu geringe Bedeutung zu geschrieben wird.

Die Auswirkungen auf die Umwelt von schönen Menschen sind ein weiterer prägender Aspekt. Sehr beeindruckend hierfür empfand ich auch die Studie betreffend dem wieder erhalten von vergessenen Geld in einer Telefonzelle. 84% der schönen Frauen haben ihr Geld wieder bekommen, jedoch nur 64 % der weniger attraktiven Frauen. Bedenklicher Weise wirkt sich auch der optische Eindruck beim Urteilen von Geschworenen aus.

Als Resümee hierfür denke ich, dass Schönheit immer noch eine sehr subjektive Beurteilung ist und dies auch so sein soll. In Bezug auf die eigene Kultur kann ich nur sagen, dass sich hoffentlich bald der Trend vom extrem dünnen wieder zu den normalen Proportionen entwickeln wird. Wobei hier unbedingt besonders die Firma Dove hervorgehoben werden muss, die mit ihrer etwas anderen Kampagne einen großen Beitrag zum Schritt in die richtige Richtung beigetragen haben.

Cheryl Brown Travis & Kayce L. Meginnis-Payne (2001)

II. Schönheitspolitik und Patriarchat I

Erarbeitet von Moritz Baumgarten (0607256)

1. Einleitung

Der folgende Text befasst sich mit der weiblichen Attraktivität und dessen Idealbild. Es wird darauf eingegangen was genau Attraktivität ausmacht, wie sie entsteht und wodurch sie beeinflusst wird. Betrachtet werden biologische Theorien als Erklärung für präferierte Körperideale und die Widerlegungen dieser Theorien, so wie die Entwicklung des Schönheitsideals über die Zeit. Beeinflusst werden Idealbilder heutzutage hauptsächlich durch die Medien und vor allem durch Werbungen. Wie diese Einflüsse aussehen und welche Konsequenzen das gesamte Konzept eines stereotypen Schönheitsideals für die Frauenwelt mit sich zieht wird in folgenden Absätzen besprochen. Die verwendeten Informationen dazu basieren auf der Quelle „Beauty Politics and Patriarchy“ von C. Brown Travis und K.L. Maginnis-Payne. (Brown Travis; Meginnis-Payne, 2001)

2. Attraktivität

Unter Attraktivität versteht man im traditionellen Sinne die Fähigkeit auf andere Personen anziehend, interessant und fesselnd zu wirken, mit anderen Worten positiv aufzufallen. In der Nord Amerikanischen sowie der Mitteleuropäischen Kultur ist Attraktivität ein wesentlicher Bestandteil des Weiblichen Rollenmodells, das darauf bedacht ist optisch stets zu brillieren und anziehend zu wirken. Das typische Rollenmodell einer attraktiven Frau ist keine individuelle Konstante, sondern variiert je nach politischen, sozialen und ökonomischen Trends einer bestimmten Zeit.

Heutzutage sind verherrlichende Schönheitsideale allgegenwärtig. Einer Frau ist es praktisch unmöglich dem Kulturellendruck der Schönheit idealisiert und besonders attraktive Frauen heraushebt zu entfliehen. Ein attraktives Erscheinungsbild beeinflusst einen großen Teil des Lebens, angefangen von Schulnoten bis hin zu Gerichtsurteilen. Letztendlich führt dies zur psychologischen Unterdrückung der Frau, welche ihr ganzes Leben beeinflusst.

3. Schönheitsmythen

Sogenannte Schönheitsmythen sichern Attraktivität und deren Erhaltung einen großen Hauptaspekt im Leben einer Frau. Sie führen zu Wetteifern wer die Schönste ist und führen zu Entzweiung und Misstrauen unter Frauen. Die Meisten dieser Mythen widersprechen sich gegenseitig:

Z.B. Schönheit ist angeboren und basiert auf guten Genen. Einige Frauen haben daher von Geburt an eine privilegiere Position als andere, die diese auf natürlichem Wege niemals erreichen werden.

Im Gegenzug besagt ein anderer Mythos „Wer schön sein will, muss leiden“. Demnach ist ein ständiges Eifern und Quälen nötig um Schönheit zu erlangen.

Dieses widersprüchliche Beispiel ist kein Einzelfall. All diese Mythen fördern den Gesichtspunkt, dass es im Leben einer jeden Frau nichts wichtigeres gibt als ihre Schönheit.

4. Feministische Perspektiven

Feministische Perspektiven von Schönheit beziehen sich hauptsächlich auf die sozialen und politischen Erwartungen, die heutzutage an die Attraktivität einer Frau gestellt werden. Feministinnen sehen in Schönheit nichts anderes als den Ausdruck verschiedener ästhetischer Vorlieben, welchen von der Gesellschaft viel zu hohe Bedeutung beigemessen wird.

Die soziale Gesellschaft drängt Frauen in bestimmte Rollen, ohne die sie nicht den gewünschten Erfolg hätten. Diese Rollen ändern sich über die Zeit entsprechend nach sozialen, ökonomischen und politischen Faktoren. Möchte eine Frau die Karriereleiter rauf klettern ist eine schlanke Figur extrem wichtig für den Erfolg. Bei Hausfrauen spielt es keine Rolle welche Figur sie haben. Man spricht daher von einem patriarchalischen System das im Nordamerikanischen und Europäischen Raum herrscht. Männer haben die größere Macht und erwarten von Frauen einen bestimmten ästhetischen Standard zu entsprechen, auch wenn dies körperlich, emotional und finanziell aufwendig ist.

Das patriarchalische System übt eine enorme Kontrolle auf das Erscheinungsbild der Frau aus. Anstatt mehr Energie in ihre eigene Bildung und finanzielle Unabhängigkeit zu investieren, bekommen Frauen vermittelt, dass ein bezauberndes Aussehen alleine sie glücklich machen kann. Der Wert einer Frau wird so durch ihre Erscheinung gemessen und kontrolliert. Diese unterwürfige Rolle der Frau wird durch die patriarchalisch männliche Kultur verkörpert.

5. Evolutionäre Perspektiven

Im Gegenteil zu feministischen Perspektiven die soziale und politische Einflüsse für rollentypische Schönheitsideale verantwortlich machen, gehen die evolutionären Perspektiven von biologischen Faktoren aus. Schönheitsideale entwickeln sich demnach nach heterosexueller Partnerwahl und Fortpflanzung. Laut dieser Sichtweise ist der Mann genetisch veranlagt sich mit mehreren Partnern fortzupflanzen und benutzt die Attraktivität als Marker für Gesundheit und Fruchtbarkeit. Frauen suchen sich nach dieser Theorie einen Partner der sie beschützt und sie bei der Aufzucht der Kinder unterstützt. Frauen würden demnach Männer nicht nach äußerlicher Attraktivität bewerten.

Einige Forscher haben probiert auf evolutionären Ansatz ein bestimmtes Schönheitsmerkmal auszumachen. Dabei kamen sie zu dem Schluss, dass eine Bevorzugung eines bestimmten weiblichen Körperbaus von Männern bevorzugt wird: Eine schlanke Figur mit schmalen Hüften bei normalem Körpergewicht. Sie entwickelten das Taille-Hüft-Verhältnis (im Original „waist-to-hip ratio“), dessen Werte 0,7 bis 0,8 dem oben genannten bevorzugten Körperbau entspricht. Dies wurde in Studien ermittelt, in denen Versuchspersonen Silhouetten verschiedener Frauenkörper gezeigt wurden und nach ihrer Attraktivität hin bewertet werden. Silhouetten mit einem Taille-Hüft-Verhältnis von 0,8 wurden als am attraktivsten empfunden und die Versuchspersonen konnten sich mit diesen Frauen am besten eine Langzeitbeziehung vorstellen.

Daraus entwickelten Forscher die Hypothese, dass Frauen mit dem bevorzugten Körperbau gesünder und auch fruchtbarer sind und daher von Männern bevorzugt werden.

6. Dekonstruktion der Evolutionären Perspektive

Die Ergebnisse des Experiments des Taille-Hüft-Verhältnis klingen plausibel und allgemein scheint die Idee sehr verlockend, dass besonders hübsche, schlanke Frauen die besten Partner sind. Jedoch konnte nie ein biologischer Nachweis für die evolutionäre Perspektive geliefert werden. Obwohl es nachgewiesen ist, dass abgemagerte Frauen mit wenig Körperfett oft keinen Eisprung bekommen und korpulente Frauen oft Schwierigkeiten haben schwanger zu werden, gibt es zwischen den normalen Durchschnittsfrauen so viele verschiedene Körperbautypen, welche im Vergleich zueinander keine Vor- oder Nachteile im Bezug auf ihre Fruchtbarkeit haben.

Trotz der Schlussfolgerungen einiger Forscher gibt es keinen Nachweis dafür, dass Frauen mit einem Taille-Hüft-Verhältnis von 0,8 fruchtbarer sind als Frauen mit einem größeren oder kleineren Verhältnis.

Abgesehen von ein paar Ausnahmen, handelte es sich bei allen befragten Versuchspersonen zum Taille-Hüft-Verhältnis um Nordamerikanische Studenten. Was diese Studie nachweist ist keine evolutionäre Perspektive, sondern der Beweis dafür, dass junge Studenten der 90er Jahre den damals kulturell idealisierten extrem schlanken Frauentyp bevorzugten.

Erstmals wurde das Taille-Hüft-Verhältnis in medizinischen Studien eingesetzt um das Körperfett zu messen. Diese Studien an Männern und später an Frauen belegten, dass Menschen mit einem hohen Taille-Hüft-Verhältnis, d.h. einem hohen Körperfettanteil, einen erhöhten LDL-Wert (Low Density Lipoprotein) im Blut haben und so ein erhöhtes Risiko für Herzerkrankungen haben. Außerdem wird ein hoher Körperfettanteil mit Altersdiabetes in Verbindung gebracht. Betrachtet man diese Tatsache aus evolutionärer Perspektive, stellt man fest, dass es Frauen in den Anfängen der Menschheit, also in der Zeit in der sich die Präferenz für schlanke Frauen angeblich entwickelt hat, es kaum möglich war, übermäßig fettleibig zu werden. Es könnte sogar ein Zeichen von Gesundheit gewesen sein, hätten Frauen in dieser Zeit der Hungersnot und Nahrungsmängel einen erhöhten Körperfettanteil gehabt. Die meisten unserer Vorfahren wären nicht mal alt genug geworden, um bei erhöhten Körperfettanteilen Herzkrankheiten und Altersdiabetes entwickeln zu können.

Des weiteren sollte eine genetisch bedingte Präferenz für schlanke Frauen im Wandel der Zeit konstant bleiben. Es ist jedoch belegt, dass das Bild der idealen Frau sich in verschiedenen Kulturen und Zeitepochen dramatisch unterscheidet.

Diese Tatsachen führen zu dem Schluss, dass das Umfeld und die Zeit in der wir uns befinden einen viel größeren Einfluss auf menschliche Vorlieben haben als unsere Gene. Künstler der Renaissance, zum Beispiel Michelangelo, porträtierten Frauen die nach heutigen Maßstäben als korpulent bezeichnet würden. Ein

Doppelkinn galt damals als besonders attraktiv. Mitte des 18. Jahrhunderts beispielsweise war eine extrem schmale Taille das anzustrebende Schönheitsideal. Frauen trugen Korsetts um diesem Ideal zu folgen. Ende des 18. zu Anfang des 19. Jahrhunderts trugen die Frauen Reifröcke, die mit Hilfe von Holz- und Drahtgestellen einen größeren Kontrast zwischen Taille und Hüfte hervorriefen. Sieht man heutzutage an jeder Ecke ein Sonnenstudio, kann man sich kaum vorstellen, dass noch vor knappen 100 Jahren gebräunte Haut ein Zeichen der Arbeiterklasse war und eine „vornehme Blässe“ als Schönheitsideal galt. Die aktuelle Barbie hat ein Taille-Hüft-Verhältnis von 0,6 und ist damit im Vergleich zum aktuellen Schönheitsideal kurvig gebaut. Vergleicht man ehemalige Sexsymbole Hollywoods mit den heutigen Idealen, wirken Frauen wie Marilyn Monroe oder Mae West viel fülliger. Diese Frauen verkörperten die Form einer „Sanduhr-Silhouette“ und nicht den gertenschlanken, durchtrainierten Typ der heute bevorzugt wird.

In anderen Teilen der Welt, wie Afrika, Südamerika und Hawaii, galten und gelten kräftigere Frauen als besonders fruchtbar.

7. Medienrummel

In unseren sowie dem Nordamerikanischen Kulturkreis hat die äußere Erscheinung einen sehr hohen Stellenwert. Es ist schier unmöglich sich vom Schönheitsboom zu distanzieren und jeder ist in irgendeiner Weise von ihm betroffen. Verherrlichungen von Attraktivität ist im Überfluss vorhanden.

Jedes Jahr wählt das „People Magazine“, wohl die erfolgreichste Zeitschrift zum Thema Prominente, die 50 schönsten Menschen der Welt (im Original „The 50 most beautiful people in the world“). Betrachtet man diese Liste fällt auf, dass abgesehen von einigen Ausnahmen, alle diese Prominenten Euro-Amerikanischer Abstammung sind. Schaut man noch genauer wird deutlich, dass fast alle Menschen auf der Liste hellhäutig, jung und sehr schlank sind. Dass sich die äußere Erscheinung der Stars oft aus viel Arbeit und Hilfe durch Fitnesstrainer, Stylisten und eigenem Koch zusammensetzt, wird von vielen Lesern übersehen.

Folgen des sexistischen Medienrummels sind häufig verzerrte Selbstbilder und extreme Gewichtsprobleme unter der weiblichen Bevölkerung. Unnatürliche und ungesunde Körperideale die durch Medien verbreitet werden, führen bei vielen Frauen zu einer Minderung des Selbstwertes und zu einem gestörten Bewusstsein ihrer eigenen Attraktivität. Eine Trendwende scheint es jedoch nicht zu geben. Ganz im Gegenteil, das Idealbild wird immer dünner.

8. Medien: ein zweischneidiges Schwert?

Die Medien machen nicht nur auf Schönheitsideale aufmerksam, sie bewerten Menschen sogar über ihr Äußeres und vermitteln die Idee, dass hübsche Menschen glücklicher und erfolgreicher sind als weniger attraktive. Diese Ideale sind allgegenwärtig. Ob in Zeitschriften, Werbungen, Musikvideos und sogar in Nachrichtensendungen findet man Werte und Normen darüber was genau Attraktivität ausmacht.

Dies betrifft vor allem das weibliche Geschlecht. Für Frauen ist es praktisch unmöglich im Alltag nicht durch Medien daran erinnert zu werden, wie wichtig es für ihr Leben ist, attraktiv auf ihre Mitmenschen zu wirken. Ihnen wird stets vor Augen geführt, dass sie nur durch gutes Aussehen ein glückliches und zufriedenes Leben führen. Jedoch bleibt ihnen dies verwehrt, wenn sie nicht ein von Medien bestimmtes Minimum an Attraktivität widerspiegeln. Beliebtheit, Erfolg und Zufriedenheit geht demnach mit dem Schönheitsideal Hand in Hand. Selbst in Comedy-Serien erhalten sehr dünne weibliche Charaktere mehr Komplimente von männlichen Charakteren als kräftige weibliche Charaktere.

Obwohl sowohl für Frauen als auch für Männer Schönheitsideale existieren, besteht ein sehr großer Unterschied in der Auswirkung dieser Ideale auf das Leben beider Geschlechter. Männer stehen nicht unter demselben Druck wie Frauen, diese idealisierten physischen Ideale zu erfüllen. Obwohl diese Ideale auch durch Medien verbreitet werden, spielen Eigenschaften wie beruflicher Erfolg, Ansehen oder sportliche Fähigkeiten eine viel größere Rolle für das Ansehen eines Mannes. Es wird nicht soviel Aufmerksamkeit auf die Attraktivität gerichtet wie bei einer Frau.

Dieses zweischneidige Schwert existiert nicht nur in den Medien, sondern auch im normalen Leben. Befragte man Leute zum Thema Attraktivität stellte sich beispielsweise heraus, dass ältere Frauen sehr viel unattraktiver und weniger begehrenswert als ältere Männer sind. Außerdem setzen Männer die Eigenschaft der Jugendlichkeit als Voraussetzung für Attraktivität voraus, auch wenn sie selbst schon zum alten Eisen zählen. Aus weiblicher Perspektive liegt solch ein Kriterium nicht vor. Männliche Attraktivität ist bei ihnen keine Altersfrage. Männer jeden Alters haben das Potential attraktiv zu wirken. In vielen Filmen und Fernsehserien spiegelt sich diese Tatsache wieder. Junge Schauspielerinnen spielen typischer Weise die Rolle der begehrenswerten Frau. Wohingegen Schauspieler jedes Alters begehrenswerte Männer spielen können. Möchte eine Frau noch im Alter

attraktiv wirken, muss sie viel dafür tun. In den Medien wird mittlerweile das Thema der Schönheitserhaltung im Alter breitgetreten. Stars verraten darin häufig wie sie durch Diäten, Training und Schönheitsoperationen mit der jungen Konkurrenz mithalten können. Das erschreckende solcher Berichte ist, dass viele Frauen die dort porträtiert werden, noch jünger sind als 40 Jahre und trotzdem schon mit der Schönheitskonservierung beginnen. Solche Berichte existieren hauptsächlich über Frauen und vermitteln die Nachricht, dass es Frauen sind und nicht Männer, die hart arbeiten müssen um auch im Alter attraktiv und begehrenswert zu bleiben.

9. Werbung

Die Werbung ist eine der mächtigsten Formen des medialen Bereichs und hat einen enormen Einfluss auf das Konzept der idealen Schönheit. Werben präsentieren Produkte die jeder Frau zur idealen Schönheit verhelfen sollen und drücken damit gleichzeitig aus, dass dies fast jede Frau nötig habe. Erfolgreiche Werbung bringt Frauen dazu an ihrer Erscheinung zu zweifeln, macht sie auf ihre Fehler aufmerksam und bietet gleichzeitig Abhilfe. Schönheit wird als Hauptziel angepriesen und um dieses zu erreichen ist viel Zeit, Anstrengung und natürlich Geld nötig.

Neben der Verherrlichung des Idealbildes werden Frauen in den Werben dazu aufgefordert, „unschöne“ Stellen ihres Körpers zu kaschieren oder zu verstecken. Cellulites-Cremen, die erwiesenermaßen zu nichts führen, außer zu einem leeren Geldbeutel, sollen die Problemzonen bekämpfen. Der Markt ertrinkt in einer Anhäufung von Antifaltencremes die Anzeichen des „peinlichen Älterwerdens“ vorbeugen sollen. Im Gegensatz zu den vielen Vorschriften was eine attraktive Frau nicht haben soll, gibt es unzählige Vorschriften die ihr sagen was sie haben „muss“. In den Vereinigten Staaten sind selbst Werben für Brustvergrößerungen gang und gebe. Werbeslogans à la „Beende deine Einsamkeit durch volle Brüste!“ haben dort keinen Seltenheitswert.

Oft präsentieren Werben unerreichbare Schönheit als Norm. Selbst Bilder von Supermodels werden per Computerbearbeitung perfektioniert. Supermodel Tyra Banks gab sogar zu, dass sie sich wünsche in Wirklichkeit so auszusehen wie auf einigen Fotos. Wenn selbst ein Supermodel von ihren eigenen Fotos eingeschüchtert wird, kann man sich vorstellen, welche Auswirkungen solche Fotos auf eine „Durchschnittsfrau“ haben.

Werbung verkörpert nicht nur das Bild, dass Attraktivität mit Zufriedenheit korreliert, sondern das alle anderen Zielsetzungen Zufriedenheit nicht möglich machen. Frauen scheinen keine anderen Alternativen zu haben vollkommene Glücklichkeit zu erlangen, als das Streben nach idealer Schönheit. Dieses abwertende und erniedrigende Klischee bringt Frauen dazu, ihre Erwartungen und Ziele in jeglichen anderen Bereichen herunterzuschrauben, da nichts so erstrebenswert scheint wie Schönheit. Diese Begrenzung der Möglichkeiten wird auf vielen subtilen Wegen zum Ausdruck gebracht. Frauen werden so stereotyp dargestellt, dass keine alternativen Sichtweisen möglich werden.

Frauen werden im Vergleich zu Männern immer als untergeordnet dargestellt. Werden Szenen des Arbeitsplatzes nachgestellt, spielen Frauen die Untergebenen der Männer (z.B. Chef und Sekretärin) und werden von der Haupthandlung ausgeschlossen. Der Grossteil der Werben in denen Frauen den Hauptpart übernehmen, sind Werben die sie im Haushalt zeigen. In Werben außerhalb des Haushalts spielen Frauen relativ kleine Rollen mit unterem Stellenwert. Sie erledigen die kleinen unwichtigen Dinge des Lebens und sehen dabei gut aus.

All diese Werben betonen die „traditionelle“ Rolle der Frau und halten dieses Klischee aufrecht. Es scheint kein Ende von sexistischen Werben in Sicht zu sein. Ganz im Gegenteil steigt die Quote sexistischer Werben an.

Ohne Zweifel profitiert von diesem Idealbild des perfekten Aussehens die Kosmetikindustrie mehr denn je, jedoch zum Preis vieler unsicherer und unglücklicher Mädchen und Frauen.

Persönliche Stellungnahme

Ich denke, dass sowohl Frauen als auch Männer, schon von Anbeginn der Zeit nach ihrem äußeren Erscheinungsbild bewertet wurden. Wie wir oben im Text erfahren haben, gab es jeweils nach Epoche und Kultur verschiedene Schönheitsideale, die sich ständig im Wandel der Zeit verändern haben. Da wir in einer Zeit leben in der Medien überall Vertreten sind und daher einen großen Einfluss haben, ist es unmöglich sich diesen Idealen zu entziehen. In Zeiten in denen Fernsehen und Internet nicht Alltag waren, existierten ebenfalls Schönheitsideale, jedoch konnten sie nicht an jeder Ecke zur Schau gestellt und so den Menschen Tag für Tag

vor Augen geführt werden. Selbstverständlich kann man das Tragen eines Korsetts und eine Brustvergrößerung nicht auf eine Ebene stellen. Das Prinzip ist jedoch dasselbe: die Umformung des eigenen Körpers durch schmerzhaftes Mittel. Dass die Schönheitsindustrie das weltweite Mediennetzwerk zu ihren Zwecken nutzt, ist aus rein marktwirtschaftlicher Perspektive sehr gut nachzuvollziehen. In einer Gesellschaft in der jeder nach Perfektion strebt, gibt es für alle Schwächen eine Creme oder ein Mittelchen das man an den Mann beziehungsweise die Frau bringen kann. Da Geschmäcker jedoch verschieden sind, ist es unmöglich letztlich Perfektion zu erreichen, da jeder einzelne Mensch Perfektion anders definiert. Ich finde es nicht verkehrt, sich zu pflegen und sich der Mode anzupassen, ich denke jedoch, man sollte nicht ewig bestimmten Vorstellungen hinterher jagen. Es gilt die eigenen „Fehler“ akzeptieren. Attraktivität trägt sicher zur Zufriedenheit bei, ist jedoch nicht der einzige ausschlaggebende Faktor dafür. Auch Supermodels sind manchmal traurig.

Cheryl Brown Travis & Kayce L. Meginnis-Payne (2001)

III. Schönheitspolitik und Patriarchat 2

Erarbeitet von Melanie Pflüger (0608657)

1. Grundsätze von Attraktivität

A) Vertrautheit

Die Forschung hat gezeigt, dass Frauen und Männer ein „durchschnittliches“ bzw. typisch aussehendes Gesicht bevorzugen.

Der „Vertrautheitseffekt“ wurde damit demonstriert, dass zwei Fotografien derselben Person beurteilt werden sollten – das Originalfoto und ein mit dem Computer verändertes Foto, bei dem die Gesichtszüge dem Durchschnitt vieler Menschen entsprachen („*Morphing*“). Bei kontrollierten Studien kam heraus, dass die meisten Versuchsteilnehmer das bearbeitete Foto attraktiver fanden wie das Original. Bemerkenswert war hierbei, je höher die Anzahl der beteiligten Gesichter am Durchschnittsfoto waren, umso mehr wurde das bearbeitete Gesicht gemocht.

B) Symmetrie

Menschen bevorzugen Gesichter, die eine hohe Symmetrie der linken und rechten Gesichtshälfte vorweisen.

Der „Symmetrieeffekt“ wurde in einer Studie gezeigt, indem man mit Hilfe des Computers Fotografien herstellte, wobei das Gesicht aus zwei gleichen Gesichtshälften bestand (z.B. zweimal die rechte Seite). Diese Fotos wurden als attraktiver eingeschätzt wie die Originalfotos mit linker und rechter Gesichtshälfte.

Ergänzend ist zu erwähnen, dass die Gesichter der meisten erfolgreichen Models und Schauspielerinnen eine hohe Symmetrie aufweisen.

C) „Baby Face“

Junge und kindliche Gesichtszüge sind typisch für das „Baby Face“-Image. Diese inkludieren einen großen Kopf in Relation zum dazugehörigen Körper, rundes Gesicht, pralle Wangen, große Augen, kleine Nase und ein kurzes Kinn.

Die Forschung meint, dass dieses Aussehen aggressives Verhalten drosselt und zu beschützendem Verhalten animiert.

Des weiteren wurde heraus gefunden, dass Menschen mit Merkmalen des „Baby Face“ für attraktiver gehalten werden. So gibt es einige Make-up-Tricks um das eigene Gesicht diesem Look anzupassen. Ob es Mascara ist, um große weite Augen zu „zaubern“ oder aber Make-up und Puder, um das Gesicht runder und die Wangen voller wirken zu lassen. Models wie Kate Moss fallen zum Beispiel auch in dieses Schema.

2. Die Vielfältigkeit von Schönheitsidealen

In westlichen Ländern ist das Schönheitsideal einer Frau mit blonden schönen Haaren, gebräunter Haut, prallen Wangenknochen, vollen Lippen aber besonders einem dünnen Erscheinungsbild gekennzeichnet. Der Wunsch, dünn zu sein oder als dünn angesehen zu werden steigt immer mehr unter den westlichen Frauen. So haben Forschungen ergeben, dass dickere Frauen als nicht so attraktiv, intelligent, erfolgreich, beziehungstauglich, glücklich und beliebt angesehen werden wie normal Gebaute oder Dünne.

Ein weiteres Schönheitsmerkmal in westlichen Kulturen ist die „Jugend“. Sieht jemand alt und verbraucht aus, sinkt gleichzeitig seine Attraktivität. Um weiterhin jung auszusehen gibt es zahlreiche Möglichkeiten, die da wären: Haare färben, Bräunungscremes, Zähne bleichen, Haarwachsmittel und Schönheitsoperationen. Sogar in der Werbung wird schon gezielt darauf hingewiesen, dass man sich ab einem Alter von 25 Jahren Gedanken über das Altern der Haut machen sollte.

Inwieweit dieses „westliche Schönheitsideal“ verbreitet ist, zeigen auch immer wieder Tatsachen, dass Dunkelhäutige sich die Haut aufhellen, die Nase operieren oder die Haare glätten lassen, nur um auch ein wenig mehr in diesen Kulturen als attraktiv zu gelten.

Doch ist das Schönheitsideal bei afroamerikanischen Frauen eher gegenteilig. Deren Männer bevorzugen eher dickere Frauen und auch unter ihnen selbst werden Dickere nicht wie bei den westlichen Frauen abgewertet.

Ein Kritikpunkt der Forschung in diesem Gebiet ist, dass überwiegend nur Männer befragt werden, um die Schönheit von Frauen zu definieren, Frauen dagegen kaum. Auch werden ethnische Gruppen oftmals völlig außer Acht gelassen.

So ist doch Schönheit auch immer eine Frage der Kultur. Sind in nicht-westlichen Kulturen ausgeprägte Hintern, weit gestreckte Hälse, Lippen, die mit großen Scheiben gedehnt werden, ausgedehnte Ohrläppchen und Körpertätowierungen ein Zeichen von Ästhetik und Schönheit. Zum Beispiel finden die afrikanischen Ureinwohner der Regenwälder („Efe peoples“) es sexuell anziehend, wenn ihre Frauen Haare auf der Brust haben.

3. Vorurteile: Was schön ist, ist gut!

Es existiert ein starker „Halo-Effekt“ in Bezug auf attraktive Menschen. Durch ihr „schönes Äußeres“ werden ihnen automatisch andere positive Eigenschaften zugeschrieben und sie werden durchaus auch positiver bewertet. Sie werden als interessanter, gesellschaftsfähiger, anziehender, kompetenter, erfolgreicher, intelligenter und besser angepasst angesehen als weniger „schöne“ Menschen. Das heißt aber noch lange nicht, dass diese Menschen auch diesen Eigenschaften entsprechen, sondern nur von ihren Mitmenschen demnach eingeschätzt werden.

Attraktiven Menschen fällt es zudem leichter ein ausgeprägtes Selbstbewusstsein aufzubauen. Denn, so wurde festgestellt, kooperieren Außenstehende lieber mit Menschen, die sie selbst für hübsch halten. Diese soziale Anerkennung und Kommunikation wirkt sich wiederum positiv auf das Auftreten der „attraktiven“ Person aus und hat somit auch einen positiven Einfluss auf die Bewertung von Anderen.

A) Arbeit und Anstellung

Studien haben festgestellt, im Vergleich zu weniger attraktiven Menschen, fällt der berufliche Aufstieg attraktiven Personen leichter. Des Weiteren wurde vermerkt, dass sie nicht nur erfolgreicher sind, sondern demnach auch ein höheres Einkommen zu verzeichnen haben.

B) Beeinflussung und Marketing

Im Bereich des Marketing und der Werbung werden attraktive Menschen als glaubwürdiger und zuverlässiger angesehen. Ihnen wird mehr Kompetenz zugeschrieben als weniger hübschen Menschen. Generell wird ein attraktiver Sprecher vom Publikum als sympathischer empfunden. Bemerkenswert ist zudem, dass hübschere Menschen erfolgreicher in der Beeinflussung Anderer sind, einen Vertrag bzw. Antrag zu unterschreiben.

C) Rechtssprechung

Obwohl in diesem Kontext Objektivität unabdingbar ist, hat Attraktivität dennoch einen enormen Einfluss. So werden zum Beispiel attraktive Angeklagte vor Gericht weniger oft einer Tat schuldig gesprochen als Unattraktive. Sollte eine Verurteilung statt gefunden haben, so fallen die Strafen, Kautionen oder Geldbußen zumeist milder aus als bei unattraktiven Verurteilten. Dieses Phänomen ist sowohl im Straf- als auch im Zivilprozess zu beobachten.

D) Der „Halo-Effekt“ bei Kindern

Auch in der Schule kommt der „Halo-Effekt“ zum Tragen. Werden einem Lehrer zum Beispiel zwei Fotos von schulisch gleich guten Kindern vorgelegt, wird dieser annehmen, dass das attraktivere der beiden Kinder bessere schulische Leistungen abliefern.

Ergänzend ist zu sagen, dass Mütter von hübschen Kindern oftmals als aufmerksamer, liebevoller, scherzhafter und reaktiver eingeschätzt werden.

4. Romantische Beziehungen

Feministen betonen, dass der patriarchalische Einfluss sich nicht nur auf Anstellung und Lohndiskriminierung auswirkt, sondern auch auf die Bildung von festen privaten Beziehungen. Denn dadurch, dass Frauen zumeist geringere Alternativen und Ressourcen zur Verfügung haben als Männer, zwingt sich ihnen die Rolle der „Ehefrau“ und „Mutter“ auf. Die Forschung hat ergeben, dass das zwischenmenschliche „Gespür“ und „Sensitivität“ von Frauen auf den geringeren Status und die eingeschränkten Alternativen zurück zu führen ist. Aufgrund dessen ist es für Frauen von großer Bedeutung, für gerade diese traditionellen Rollen (s.o.) Anerkennung und Förderung zu erlangen. Vielen Frauen ist es ein wichtiger Teil ihres Lebens, eine feste und romantische Beziehung aufzubauen und zu erhalten. Sie nehmen dies als essentiell für die Ausbildung ihrer Identität, ihres Erfolgs und Könnens auf.

Bei der „*Matching Hypothesis*“ kommt es zu der Behauptung, Menschen suchen sich ihre Beziehungspartner nach gleicher oder ähnlicher Attraktivität aus. Natürlich ist der physische Einfluss nicht bei allen Beziehungsentscheidungen von Bedeutung, doch zählt beim ersten Eindruck überwiegend nur das Äußere. Ob bei einem Blind-Date ein zweites statt finden wird, hängt stark davon ab, wie attraktiv sich beide Personen finden.

Ein weiterer etwas veralteter Aspekt der Partnersuche ist eine passive Haltung der Frau. Die Aufgabe des Mannes ist es, den ersten Schritt in Richtung Beziehung zu gehen und die Frau anzusprechen. Dabei besteht jedoch wieder die Gefahr eines Hineinzwängens in das typische Schema, die Frau muss schön sein und ein attraktives Auftreten haben, denn sonst wird sie vom anderen Geschlecht nicht wahr genommen bzw. nicht als potentieller Partner angesehen.

So wurde zudem fest gestellt, dass eine attraktive Frau einen wesentlich größeren Pool an möglichen Partnern hat als eine nicht so Attraktive. Bei Männern jedoch ist der Fokus nicht generell auf das Äußere gelegt. Sie haben trotz geringerer Attraktivität dieselbe Auswahl an Frauen wie hübschere Ihresgleichen. Männer haben weitaus mehr Möglichkeiten einen guten Eindruck zu hinterlassen, sei es durch Status, Humor, Höflichkeit etc..

Diese Annahme, Männern sei das Äußere des Partners bedeutend wichtiger wie einer Frau, bestätigt sich auch bei der Erforschung von Kontaktanzeigen. Männer beschreiben ihren Wunschpartner direkt in den eigenen Anzeigen. Frauen dagegen, beschreiben sich selbst in ihren Anzeigen, bewusst dessen, dass Männer von einer hübschen Beschreibung ihres Äußeren angezogen werden. Sollten sich Männer jedoch gut darstellen wollen, dann ist dies mit einer großen Körperstatur zu erreichen. Frauen finden es im Allgemeinen attraktiver, einen größeren Mann zu haben (rund 10 cm). Als Bestätigung dieser Aussage, gilt die Tatsache, dass Männer, die sich in ihren Kontaktanzeigen als groß beschreiben, mehr Anschriften bekommen als kleinere Männer.

Warum ist Männern das Äußere einer Frau wichtiger als umgekehrt? Eine Antwort stellt wohl die Bewunderung, bzw. mehr Ansehen von anderen Männern zu erlangen, dar, eine attraktive Frau zu haben. Auch definieren sich die Männer durch ihre hübschen Frauen - ein unattraktiver Mann mit einer hübschen Frau an seiner Seite lässt auf andere positive Dimensionen schließen. Denn sonst, so umgangssprachlich „wäre eine hübsche Frau ja nicht mit jemandem zusammen, der ihrem „Schönheitsgrad“ nicht entspricht“. Andere beeinflussende Faktoren müssten demnach sein: ein guter Charakter, Liebenswürdigekeit, Einkommen, beruflicher Status und Erfolg. Männer steigern somit ihren eigenen sozialen Status durch eine attraktive Frau.

Hinzukommend gibt es mehrere kulturelle Belege für das männliche Bevorzugen attraktiver Frauen in Kreisen, wo die Frau dem Ehemann als „zugehörig“ gilt, niedrigeren Status und geringere ökonomische Autonomie besitzt. Die Forschung hat ergeben, dass es Frauen, die als attraktiv gelten, leichter fällt einen heiratswilligen Mann zu finden, der sie zudem sozial aufsteigen lässt. Dennoch stehen diese Ehen unter keinem guten Stern und zeugen oftmals von einem Mangel an emotionaler Bindung und Oberflächlichkeit („*trophy wives*“).

5. Verinnerlichung, Sexualität und Identität

Das Schönheitsideal der westlichen Kultur wird von der Mehrheit der Frauen so weit verinnerlicht, dass ein regelrechter Kontrollwahn resultiert. Jegliche Art der Selbstmanipulation wird bewusst oder unbewusst auf sich genommen, nur um sich eine innere Befriedigung und ein Gefühl von Vollständigkeit zu verschaffen.

Schönheitsideale werden nicht nur verinnerlicht, physische Attraktivität stellt auch einen Hauptaspekt der weiblichen Identität dar. Das Äußere einer Frau wirkt sich stark auf ihr Selbstwertgefühl aus. Dies ist auch bei Männern zu beobachten, jedoch ist ihre Sorge, nicht maskulin genug zu sein bzw. nicht gut genug auszusehen, in den meisten Fällen mit der Pubertät beendet. Bei Frauen zieht sich diese Sorge jedoch wie ein roter Faden durch ihr Leben. Gerade erwachsene Frauen im Gegensatz zu Männern quälen sich damit, sich einzureden, sie wären unvollkommen in Körperform und Körpergröße. Doch wodurch werden diese Zweifel geprägt? Die Medien und die Gesellschaft an sich vermitteln permanent das Bild, Schönheit sei ein zentraler Aspekt, um feminin zu sein. Die Forschung bestätigt einen Zusammenhang von Attraktivität und Femininität.

Natürlich gibt es auch sogenannte „Außenseiter“, die diesem Schönheitswahn nicht verfallen sind. Fehlt das Interesse für stundenlanges „Shopping“, Experimentieren mit Kosmetika, Bräunen, Diät-Tipps teilen und neuen Übungen zur Gewichtsreduktion, kommen Vorurteile zum tragen und diese Frauen werden als unweiblich, geschlechtslos oder lesbisch betitelt.

Wie dieser Gegenpart zeigt, ist Attraktivität ein Indikator für das sexuelle Selbstwertgefühl einer Frau. Die Gefahr besteht jedoch darin, dass eine Frau sich nur attraktiv fühlt, wenn sie es von Außenstehenden bestätigt bekommt. Dieses wiederum führt zu einer Abhängigkeit, nur noch auf die Beurteilungen anderer Wert zu legen. Das eigene Körpergefühl wird nicht mehr von einem selbst bestimmt. Dies kann schwere psychische Folgen nach sich ziehen und wohlmöglich auch einen Verlust der eigenen Identität.

6. Konsequenzen der Vergegenständlichung

Die „*Objektification Theory*“ besagt, dass wenn Mädchen und Frauen erstmal die Rolle des Betrachters über ihren eigenen Körper angenommen haben, sie sich nur noch als „Objekte“ sehen, die zu kontrollieren und demnach auch zu manipulieren sind. Dies lässt nicht nur Angst- und Schamgefühle auftreten, sondern erhöht auch die Tendenz zu Essstörungen, sexuellen Störungen und Depressionen. Hungern führt jedoch mehr zu negativen Empfindungen (Versagen und Missverhältnis), anstatt zu der erwünschten Selbstakzeptanz und innerlichen Befriedigung.

Attraktivität kann hingegen auch das Selbstwertgefühl und Selbstbewusstsein reduzieren. Beispielsweise könnten attraktive Frauen ihren akademischen und/oder beruflichen Erfolg nur auf ihre Erscheinung zurück führen. Ihre eigenen Leistungen werden dabei außer Acht gelassen aus Zweifel an der Objektivität der Anderen.

Wer als „zu schön“ gilt, hat es auch nicht leicht in der heutigen Zeit. So werden attraktiven Frauen weniger leistungsbezogene Charaktereigenschaften zugeordnet als hübschen Männern. Kurvenreiche Frauen, im Vergleich mit Unter-, Normal- und Übergewichtigen, werden oftmals als inkompetent „abgestempelt“.

Die physische Attraktivität wird zudem stets dadurch kritisiert, dass sich übertrieben mit dem eigenen Körpergewicht beschäftigt wird, hingegen die eigenen (schon perfekten) Körpermaße für die betreffende Person keine Rolle mehr zu spielen scheint. Die Ergebnisse dieses unnormalen Strebens nach Schönheit und Perfektion

werden immer gehäufiger in Studien über Essstörungen gezeigt. Die Anzahl von Frauen mit ausgehungerten Körpern und eindeutiger Störung des Essverhaltens stieg in den letzten 50 Jahren enorm an. Bemerkenswert ist auch der Anstieg der Schönheitsoperationen bei Heranwachsenden und Patienten unter 50 Jahren.

Persönliche Stellungnahme

Die Erkenntnisse, die in „Beauty Politics and Patriarchy“ aufgezeigt werden, animieren stark zum Nachdenken und Reflektieren, inwieweit man selbst diesem Schönheitswahn verfallen ist. Ertappt man sich doch oftmals, beim Kalorien zählen, Bemängeln der eigenen Körperproportionen oder dem schlechten Gewissen, mal wieder etwas Sport treiben zu müssen. Ich denke, es gibt wirklich so gut wie keine Frau in der westlichen Kultur, die voll und ganz mit ihrem Äußeren zufrieden ist.

Es ist erschreckend in den Medien wie auch im Alltag zu sehen, wie sehr das „westliche Schönheitsideal“ immer mehr zu einem krankmachenden, identitätsstörenden und manipulierenden Ideal wird. Doch ist eine Lösung dieses Problems wohl noch lange nicht in Sicht. Ein Schönheitsideal wird es immer geben, solange es die Medien und die Mode gibt. Versuche, eine Gewichtsrichtlinie für Models international durchzusetzen, sind kläglich gescheitert. Denn es müssen nicht nur Einzelne der Überzeugung sein, dass Schönheit noch durch andere Faktoren, wie Charakter, Ausstrahlung, Freundlichkeit und Humor zu definieren ist, sondern es müssen *alle* an dieser Einstellung arbeiten.

Die Frage ist, wann der Zeitpunkt erreicht ist, wo den Menschen und vor allem den Medien bewusst wird, wohin dieser Schönheitswahn führt?

Sollten nicht „ausgemergelte“ Körper von 14-jährigen jungen Mädchen, an Magersucht sterbende Models, die steigende Anzahl von Schönheitsoperationen aber auch die Verherrlichung von Schönheitsartikeln in der Werbung jetzt schon zum Denken anregen?!

Ich denke schon, dass unsere heutige Gesellschaft im Allgemeinen einen oberflächlichen Schönheitswettbewerb jeden Tag und in allen Lebensbereichen ausfechtet. Bedenklich ist vor allem dabei, dass das Alter zunehmend sinkt, ab wann sich junge Mädchen mit ihrem Äußeren kritisch beschäftigen. Erwachsene und Medien sollten sich ins Gewissen rufen, dass sie Verantwortung und Einfluss besitzen und *ihr* Schönheitswahn fatale Folgen für die jetzige Generation und nachkommende Generationen hat.

Wir sollten uns doch manchmal ein Beispiel an den Ureinwohnern in Afrika nehmen. Diese haben natürlich auch ihre eigenen Schönheitsideale, jedoch ist ihr Fokus nicht hauptsächlich auf diese gelegt. Dort zeichnet sich ein „guter“ Mensch noch durch harte Arbeit, Hilfsbereitschaft, Familienzusammenhalt und andere soziale Eigenschaften aus. Klarerweise ist in diesen Kulturen nicht alles besser, jedoch mussten westliche Kulturen den Fortschritt wohl mit einem voranschreitenden Verlust der sozialen Fertigkeiten und dem schwindenden Bezug zum „Normalen“ bezahlen.

Linda Smolak und Ruth H. Striegel-Moore (2001)

IV. Einflüsse auf das Körperbild

Erarbeitet von Eva Schütze (0533906)

1. Einleitung

Unser Körperbild und damit verbunden auch Störungen des Körperbildes werden maßgeblich durch unser Umfeld geprägt. Der Einfluss biologischer Faktoren wie der Body Mass Index oder eine genetische Veranlagung zu Übergewicht oder Fettpolstern an unerwünschten Körperstellen verstärkt die Unzufriedenheit. Die folgenden Befunde werden zeigen, dass Frauen eine kulturelle Norm hinsichtlich unerreichbarer Körperbilder übernommen haben: Stärke und Art der Unzufriedenheit sind geschlechtsspezifisch. Sie ist so weit verbreitet, dass ein unzufriedenes Körperbild unter Frauen als normal empfunden wird. Die Art und Stärke der Unzufriedenheit unterscheidet sich jedoch hinsichtlich ethnischer Gruppen (Smolak & Striegel-Moore, 2001). Zunächst soll auf die kulturelle Aussage eingegangen werden.

A. Die Botschaft

Frauen spielen in vielerlei Hinsicht eine dem Mann untergeordnete Rolle in der Gesellschaft. Dies spiegelt sich nicht zuletzt noch heute im Arbeitsleben wider: Es ist kein Geheimnis, dass Frauen für die gleiche Arbeit schlechter bezahlt werden als Männer und in hochrangigen Positionen kaum vertreten sind. Nichtsdestotrotz spielt auch hier die Figur der Frau eine Rolle: Dünne Frauen werden öfter aufs College zugelassen, haben bessere Chancen auf einen Job als dickere Frauen und erfahren im Arbeitsleben mehr Unterstützung (Smolak & Striegel-Moore, 2001).

Unser Körperbild wird aber auch in den Medien, vor allem im Fernsehen, durch einen unrealistisch dünnen und jungen Frauentyp bestimmt. Darauf soll später noch weiter eingegangen werden (Smolak & Striegel-Moore, 2001).

Auch sexuelle Belästigung spiegelt das „Besitztum Frau“ wieder. Sogar schon in der Schule werden Mädchen von Jungen belästigt. Letzteren ist oftmals gar nicht bewusst, dass ihr Verhalten falsch ist. In der Tat bekommen dünne Frauen mehr Verabredungen. Es gibt sogar einen Zusammenhang zwischen dem Gewicht und der Anzahl der Verabredungen: Je schwerer das Mädchen ist, desto weniger Verabredungen bekommt es. Hier muss jedoch angemerkt werden, dass sich der Zusammenhang bei afroamerikanischen Mädchen nur in den höheren sozialen Schichten zeigt (Smolak & Striegel-Moore, 2001).

An dieser Stelle sei auch die Objektifikations-Theorie erwähnt: Demnach konzipiert die dominante männliche Kultur in Amerika Konzepte von Männer- und Frauenkörpern. Frauen stehen permanent einem Bewertungsprozess gegenüber, ihr Körper wird wie ein Objekt bewertet, kommentiert und in Anspruch genommen von Männern. Letzteres spiegelt den sexuellen Charakter wider. Dieser ist auch den Mädchen bewusst. Sie merken, dass sie bewertet und sexualisiert werden und befürchten, diesen Standards nicht zu genügen. Als eine Folge verstärken sie mit ihrem Verhalten den Prozess der Objektifikation (Smolak & Striegel-Moore, 2001).

Ein Experiment dazu führte Barbara Fredrickson durch: Sie ließ Frauen angezogen oder lediglich mit Badeanzug oder Bikini bekleidet Matheprobleme bearbeiten. Hier zeigte sich, dass Frauen in Badekleidung eine niedrigere Selbstwertschätzung hatten und schlechter bei den Matheproblemen abschnitten (Smolak & Striegel-Moore, 2001).

Im Folgenden soll auf die unrealistischen Standards für Schlankheit eingegangen werden. Obwohl Supermodels wie beispielsweise Kate Moss mit einem Anteil von 10 Prozent zu den dünnsten Frauen der Bevölkerung zählen, wird genau dieser Standard in den elektronischen oder Printmedien repräsentiert: High-Heels verlängern optisch die Beine und sollen den Eindruck erwecken, dass die Frauen schlanker sind als in der Realität. Bestimmte Kameraeinstellungen oder Computerbearbeitungen verstärken den Eindruck und zeigen die Frauen ebenfalls schlanker als sie in Wirklichkeit sind. Dazu kommt, dass viele der gezeigten Frauen im Vergleich zu ihrem dünnen Körper einen relativ großen Busen haben. Da Brüste hauptsächlich aus Fettgewebe bestehen, ist es sehr unwahrscheinlich dass die Mehrheit der Frauen in der Bevölkerung zum einen sehr dünn sein und zum anderen gleichzeitig große Brüste haben können (Smolak & Striegel-Moore, 2001).

Eindeutig wird das Problem des unrealistischen Körperbildes jedoch hinsichtlich des Verabscheuens von Fettsucht und dem Verehren von Schlankheit: Das Bewusstsein und die Verinnerlichung dieses Ideals stehen in Verbindung mit der Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper, Gewichtsproblemen und dem Gebrauch von

verschiedenen Abnehm-Techniken bei Mädchen und Frauen vieler Altersklassen und ist ein Risikofaktor für die Entwicklung von Essstörungen (Smolak & Striegel-Moore, 2001).

Ein männliches muskulöses Körperideal kann als Analogon zum unnatürlich schlanken Körperideal der Frauen betrachtet werden und in Bezug zu Steroid-Missbrauch und Muskel-Dysmorphophobie gesetzt werden. Vor allem Jungen während der High-School sind für dieses Bild empfänglich. Diese Verbindungen konnten bisher noch nicht ausreichend empirisch aufgezeigt werden. Dennoch besteht die Möglichkeit, dass die Botschaft zu Unzufriedenheit und demzufolge zu gefährlichen Muskelaufbau-techniken, Hormon-Missbrauch, Gewichtsabnahme oder zweifelhaften Nahrungsergänzungen führen kann (Smolak & Striegel-Moore, 2001).

B. Das Medium

Bei der Übertragung der kulturellen Nachricht handelt es sich um einen sozialen Lernprozess, an dem Eltern, Freunde und Massenmedien beteiligt sind (Smolak & Striegel-Moore, 2001). Im Folgenden soll der jeweilige Stellenwert der beteiligten Komponenten näher erläutert werden.

2. Eltern

Eltern haben einen großen Einfluss auf Körperbild ihrer Kinder: Sie sind zuständig für eine ausgewogene Ernährung und genügend Bewegung und übermitteln ihren Kindern ein kulturell geprägtes Körperbild, welches die Aufgaben haben sollte, „ein realistisches und gesundes Körperbewusstsein zu entwickeln“ (Jenseits von Stereotypen: Das neue Verständnis von Schönheit, n.d., p. 4).

Im Allgemeinen sind Eltern mit dem Aussehen ihrer Kinder zufrieden, auch wenn die Zufriedenheit mit dem steigenden Alter ihrer Kinder abnimmt. Viele Eltern kommentieren das Aussehen ihrer Kinder, was diese ungemein beeinflusst. Dieses bestätigen Untersuchungen (Smolak & Striegel-Moore, 2001).

Mehrere Studien haben keinen Zusammenhang zwischen dem Essverhalten (Diät) der Eltern, deren Zufriedenheit mit ihrem Körper und dem Essverhalten und Körperbild ihrer Kinder gefunden. Andere Studien hingegen konnten signifikante Korrelationen aufweisen, indem sie aufzeigten, dass das Kommentieren des Aussehens des Kindes in Verbindung mit elterlichem unerwünschten Essverhalten im engen Zusammenhang mit dem Körperbewusstsein des Kindes und Abnehmtechniken steht (Smolak & Striegel-Moore, 2001). Es wäre erstaunlich, wenn das Verhalten der Eltern in keiner Verbindung zum Körperbild des Kindes stehen würde. Hier sind jedoch weitere Nachforschungen notwendig.

In wenigen Längsschnitt-Studien konnte dennoch gezeigt werden, dass solche Kinder konstant Diät hielten, welche aufgrund ihres Gewichts von ihrem Vater in negativer Weise kommentiert wurden. Hierbei soll erwähnt werden, dass Eltern ihre Kinder gleichermaßen, unabhängig vom Geschlecht, kommentieren. Es ist jedoch davon auszugehen, dass Mütter ihre Töchter öfters kommentieren.

Als nächstes stellt sich die Frage, ob sich Kommentare unterschiedlich oder gleichermaßen auf Jungen und Mädchen auswirken. Die Meinungen der Studien gehen hier jedoch auseinander. Es gibt verschiedene Faktoren, die die Wirkung der Kommentare beeinflussen. Hierzu gehören das Alter des Kindes und die Anzahl der Kommentare anderer Freunde, Lehrer oder Trainer im Sportverein. Auch diesbezüglich benötigt es mehr Nachforschung um die Beziehungen besser beurteilen zu können (Smolak & Striegel-Moore, 2001).

Abschließend kann man sagen, dass Eltern eine Botschaft über die Wichtigkeit des Gewichts an ihre Kinder weitergeben. Möglicherweise trifft dies Mädchen mehr als Jungen, obwohl Eltern ihre Töchter nicht mehr kommentieren als ihre Söhne (Smolak & Striegel-Moore, 2001).

3. Peers

Freunde beeinflussen die (Un-)Zufriedenheit mit dem eigenen Körper indirekt oder mit Kommentaren bezüglich des Gewichts oder Aussehens. Dies ist öfter der Fall als Hänseleien anderer Art. Hierbei ist zu beachten, dass in die Freundschaft Energie gesteckt wird, um diese zu erhalten. Freundschaft gilt also als ein Verdienst, für den man etwas tun muss. Dazu zählt insbesondere auch ein bestimmtes Aussehen. Auf diese Weise haben Freunde Möglichkeiten das Körperselbstbewusstsein anderer zu beeinflussen (Smolak & Striegel-Moore, 2001).

Viele Mädchen sind der Meinung, dass ihr Beliebtheitsgrad steigt wenn sie ihr Gewicht reduzieren. Kommen Hänseleien dazu und werden diese ernst genommen, entsteht noch mehr Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper. Mittlerweile ist es sogar unter Mädchen üblich, sich bezüglich ihres Aussehens und Gewichts in einem „fat talk“, gegenseitig abzuwerten, anstelle zufrieden mit ihrem Körper zu sein. Diese Tatsache entspricht auch den Ergebnissen einer Studie, wonach bei Mädchen ein signifikanter Zusammenhang zwischen ihren Diät-Verhalten und den Normen diesbezüglich innerhalb ihres Freundeskreises gefunden werden konnte. Interessant

wäre hier, ob es bei Jungen eine vergleichbare Beziehung zwischen dem Druck von Mitschülern und Trainern in einer Sportmannschaft und dem Aufbau von Muskeln, Steroid-Missbrauch und Gewichtheben gibt (Smolak & Striegel-Moore, 2001).

Zuletzt sei noch der Aspekt der sexuellen Belästigung erwähnt. Die Reaktion der Mädchen auf sexuelle Belästigung ist davon abhängig, wie sehr sie ihren Körper wertschätzen und achten. Studien mit erwachsenen Frauen ergaben, dass sexuelle Belästigung ein Risikofaktor für das Körperbild und Essstörungen ist (Smolak & Striegel-Moore, 2001).

Bisher haben sich nur wenige Studien mit Hänseleien von Mitschülern bei Jungen beschäftigt. Jungen der Grundschule berichten weniger von Kommentaren als ihre weiblichen Mitschülerinnen. Dies kann damit zusammenhängen, dass Jungen nicht höhere Gewichtsorgen und Figursorgen zeigen wenn sie das Gefühl haben, dass sie schlanker eher akzeptiert werden von Schulkameraden. Die oben angesprochenen Normen innerhalb eines Freundeskreises bezüglich des Aussehens und Gewichts gelten auch bei Jungen, sie korrelieren mit denen der Mädchen. Ein interessanter Forschungsansatz wäre die Frage, ob es vergleichbare Beziehungen zwischen dem Druck von Mannschaftskameraden und Trainer in Bezug auf Muskularität und Gewichtheben und Steroid-Missbrauch gibt (Smolak & Striegel-Moore, 2001).

Zusammenfassend kann man sagen, dass Freunde die Wertschätzung des eigenen Körpers, insbesondere Sorgen um das Gewicht, beeinflussen, wobei der Einfluss auf Mädchen stärker wirkt als auf Jungen (Smolak & Striegel-Moore, 2001).

4. Massenmedien

Medien nehmen indirekten Einfluss auf ihre Zielgruppe, indem sie deren Verhalten formen. Dies geschieht, indem sie ein vermeintlich ideales Körperbild darstellen und gleichzeitig darauf hinweisen, dass das Nichterlangen einer perfekten Figur bestraft wird. Sie teilen uns zudem mit, dass der ideale Körper von jeder Person mit wenig Aufwand und den richtigen Produkten erreicht werden kann (Smolak & Striegel-Moore, 2001).

Es besteht kein Zweifel, dass das Frauenbild aus Magazinen und dem Fernsehen extrem dünn ist (Smolak & Striegel-Moore, 2001).

In Filmen sieht man keine normalgewichtige oder übergewichtige Frau in dramatischen oder romantischen Rollen (Smolak & Striegel-Moore, 2001).

Eine Analyse von Situations-Comedy zeigte, dass übergewichtige weibliche Charaktere wenige positive Kommentare erhielten als die dünneren Charaktere. Diese Tatsache spiegelt sich auch bei Kindern wieder: Jungen mit hohem Fernsehkonsum bilden negativere Stereotype hinsichtlich dicker Frauen (Smolak & Striegel-Moore, 2001).

Signifikante Korrelationen zwischen der Botschaft der Medien und der Wertschätzung des eigenen Körpers zeigen, dass das von ihnen dargestellte dünne Körperideal die Zuschauer beeinflusst. Dies gilt für Zeitschriften genauso wie für das Fernsehen. Der Effekt der Medien liegt in der Verinnerlichung ihrer Botschaften (Smolak & Striegel-Moore, 2001).

Dieser schlägt sich auch in der Anzahl der jungen Leserinnen nieder: 25 Prozent der Mädchen der Grundschule lesen zweimal pro Woche Magazine für Jugendliche, wohingegen zweimal so viele Mädchen zumindest hin und wieder Magazine für Jugendliche lesen. Unter den Jugendlichen lesen schon 90 Prozent der Mädchen ab und zu Teenager-Magazine. In einer Studie wurde der Zusammenhang von Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper und dem Heranziehen von in Teenager-Magazinen vorhandenen Informationen hinsichtlich des Aussehens geprüft. Hierbei kam heraus, dass Mädchen sich mit den darin abgebildeten Models vergleichen um zu erfahren wie sie „auszusehen haben“. Als Folge fühlen sie sich schlecht, was wiederum Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper hervorruft. Interessant ist, dass das Aussehen der weiblichen Lieblingsschauspielerinnen einen durchaus positiven Einfluss auf das Körperbild junger Mädchen hat, wenn erstere normalgewichtige sind: Die Mädchen verinnerlichen das unrealistisch dünne Schönheitsideal weniger (Smolak & Striegel-Moore, 2001).

Auch Jungen sind von der Darstellung des vorherrschenden männlichen Ideals betroffen. Diesbezüglich gibt es aber zu wenige Nachforschungen um die Stärke des Effekts festzustellen oder diesen mit dem der Mädchen zu vergleichen. Es sollte aber klar sein, dass Jungen und Männer weniger konsistent von der kulturellen Aussage betroffen sind, da die Medien die Vermarktung des weiblichen Ideals stärker nutzen. So gibt es keine vergleichbaren Magazine für Jungen und nur wenige Artikel oder Anzeigen in Magazinen, die auf das männliche Ideal abzielen (Smolak & Striegel-Moore, 2001).

5. Die Einheitlichkeit der Botschaft

Man kann davon ausgehen, dass Mädchen im Gegensatz zu Jungen eine klarere Botschaft bezüglich ihres Aussehens erhalten. Sowohl in Bezug auf die Stärke als auch auf die Häufigkeit/Anzahl der Aussage unterscheiden sich Mädchen von Jungen: Mädchen werden vor allem durch die Medien und deren Vielzahl an Quellen stark beeinflusst, aber auch Eltern und Freunde tragen ihren Teil dazu bei.

Dies führt dazu, dass Mädchen in größerem Ausmaß unzufrieden mit ihrem Körper sind, wie sich in allen ethnischen Gruppen ab der Grundschule bestätigte. Daten belegen zudem, dass Mädchen, dessen Eltern, Freunde und Mitschüler selbst Diät halten und die zudem Jugendmagazine nutzen um Informationen über das erwünschte Erscheinungsbild zu erlangen, höhere Unzufriedenheit mit ihrem eigenen Körper zeigen (Smolak & Striegel-Moore, 2001).

6. Effekte

Mädchen und Frauen zeigen höhere Unzufriedenheit mit ihrem Körper und Aussehen und berichten von mehr Sorgen bezüglich ihres Gewichts und verschiedenen Abnehmtechniken als Jungen oder Männer. Diese Geschlechtsunterschiede treten erstmalig in der Grundschule auf und gelten für alle untersuchten ethnischen Gruppen in Amerika. Soziokulturelle Einflussfaktoren betreffen Mädchen wie auch Jungen, wobei mehrere der oben genannten Faktoren einen größeren Einfluss auf Mädchen haben. Dies zeigt sich am deutlichsten hinsichtlich der Medien, welche ein klar definiertes Schönheitsideal für Mädchen und Frauen entworfen haben und vermarkten. Für Jungen und Männer trifft dies nur in abgeschwächter Form zu. Im Gegensatz zu den Jungen werden Mädchen zudem immer öfter Opfer von sexuellen Belästigungen (Smolak & Striegel-Moore, 2001).

All die genannten Faktoren führen zu einer noch stärkeren Verinnerlichung dieses kulturell geprägten Ideals, welches folglich beim Vergleich zu Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper führt. Dies steht wiederum in Beziehung zu Gewichtsreduktionstechniken und dem Auftreten von Essstörungen wie Bulimie. Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper kann also als Risikofaktor für Essstörungen und als Grund für den Anstieg von Schönheitsoperationen aufgefasst werden (Smolak & Striegel-Moore, 2001).

Innerhalb der letzten drei Jahrzehnte hat sich ein dünnes Schönheitsideal in Amerika manifestiert, welches sowohl für hellhäutige, als auch für farbige Frauen Gültigkeit besitzt. Das sozial und ökonomisch tolerierte Ideal trägt zur Objektifikation von weiblichen Körpern bei und dient dem sexuellen Vergnügen von Männern. Dies geschieht durch soziales Lernen und kognitive Prozesse. Die Verinnerlichung kann also als Grund für die Entwicklung von Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper genannt werden (Smolak & Striegel-Moore, 2001).

7. Zusammenfassung

Unzufriedenheit mit dem Körper gibt es sowohl bei Mädchen als auch bei Jungen. Dennoch unterscheiden sie sich hinsichtlich mehrerer Aspekte: Mädchen aller ethnischer Gruppen zeigen schon in ihrer Kindheit größere Unzufriedenheit mit dem Körper als Jungen. Dabei ist auffällig, dass sowohl Ausmaß als auch Häufigkeit der Unzufriedenheit unter Mädchen größer ist (Smolak & Striegel-Moore, 2001).

Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper kann gesundheitsschädliche Folgen haben. Nicht selten treten in Verbindung damit Essproblemen, Verhaltens- oder körperliche Störungen auf. Mädchen zeigen eine erhöhte Neigung zu Diäten und anderen Gewichtsreduktionstechniken und entwickeln eher Depressionen, Essstörungen und auch Fettsucht (Smolak & Striegel-Moore, 2001).

Die kulturelle Aussage bezüglich Aussehen und Aufrechterhaltung dieses Schönheitsideals bezieht sich vornehmlich auf das weibliche Geschlecht. Sie wird durch Medien, Mitmenschen und Familie weitergegeben. Hier muss jedoch darauf hingewiesen sein, dass die Botschaft unterschiedlich stark von den verschiedenen ethnischen Gruppen in Amerika aufgenommen wird; es kann dennoch von einem universellen Standard ausgegangen werden (Smolak & Striegel-Moore, 2001).

Ergänzende Erweiterungen der Referentin und persönliche Stellungnahme

Der von mir bearbeitete Abschnitt des Artikels „Body Image Concerns“ von Smolak und Striegel-Moore (2001) fokussiert auf den soziokulturellen Einflüssen des Körperbildes junger Mädchen und versucht die eigentliche Aussage des uns übermittelten Schönheitsideals durch Medien und Mitmenschen zu ergründen.

Letzteres gelingt den Autoren jedoch nur zum Teil: Zunächst beziehen sie sich beispielsweise auf die Beziehung zwischen dem Arbeitsleben und Aussehen von Frauen. Sie stellen fest, dass dünnere Frauen erfolgreicher sind. Hierbei wird jedoch nicht weiter eingegangen, welche Vergleichsgruppe für diese Behauptung herangezogen wurde: Es macht einen Unterschied für den Leser, ob letztere normalgewichtig oder leicht übergewichtig sind, oder ob zum Vergleich stark übergewichtige, an Adipositas erkrankte Frauen genommen wurden.

Nichtsdestotrotz stimme ich den Autorinnen in ihren Aussagen diesbezüglich grundsätzlich zu. Dennoch hätte ich mir eine tiefergreifende Beurteilung des Einflusses der Medien und deren Botschaft gewünscht: Smolak und Striegel-Moore (2001) stellen richtig fest, dass die Medien ein Schönheitsideal vermarkten, welches von jeder Person erreicht werden kann. Anstatt diesen Gedanken jedoch weiter zu führen, gehen sie zum nächsten Thema über. Dabei ist vor allem dieser Gedanke von zentraler Bedeutung um die Internalisierung des Schönheitsideals zu verdeutlichen: Frauen werden verantwortlich gemacht für ihre angeblichen Makel. Der perfekte Körper ist nicht mehr eine Utopie, sondern hängt von unserem Verhalten ab. Das unausweichliche Scheitern stellt also eine Charakterschwäche dar, der es entgegenzuwirken gilt. Die gleiche Kritik habe ich hinsichtlich der Attribution des Aussehens an Erfolg im Arbeitsleben: Dies gilt nachweislich auch für viele andere Lebensbereiche. Es geht also um Erfolg im Leben durch Schönheit.

Und auch die Rollen von Frauen in der Filmbranche werden lediglich tangiert. Dabei suggeriert uns jene, dass normalgewichtige Frauen oder minimal übergewichtige Frauen zu dick sind, indem sie Filme wie zum Beispiel „Bridget Jones- Schokolade zum Frühstück“ produziert.

Eine Ausweitung dieses Themas würde den Rahmen meines Kommentars leider sprengen. Eine Ausweitung des Themas im Artikel jedoch wäre wünschenswert gewesen.

Bei meinen Recherchen zu dem Referatsthema bin ich auf die „Initiative für wahre Schönheit“ sowie auf die „Aktion für mehr Selbstwertgefühl“ gestoßen, welche den weiteren Verlauf meines Kommentars maßgeblich bestimmen werden. Beide wurden von der Kosmetikfirma Dove ins Leben gerufen mit dem Ziel, „die bestehenden Schönheitsideale zu erweitern und durch eine gesündere, demokratischere Sichtweise zu ersetzen“ (Dove, n.d).

Die Ergebnisse stimmen weitgehend mit den Meinungen der Autorinnen überein, es gibt jedoch auch Abweichungen hinsichtlich der Richtung der Einflüsse sowie deren Stärke. Darauf möchte ich im Folgenden in eingehen.

Aufgrund der Ergebnisse der Dove-Studie legt die Aktion für mehr Selbstwertgefühl einen besonderen Schwerpunkt auf die Beziehung zwischen Mutter und Tochter. Bei einer weltweiten Umfrage unter Mädchen und Frauen im Alter von 15 bis 64 Jahren in zehn verschiedenen Ländern zum Thema „Jenseits von Stereotypen: Das neue Verständnis von Schönheit“ konnte der große Stellenwert der Mutter gezeigt werden: 36% bis 84% der befragten Mädchen und Frauen im Alter von 18-64 Jahren gaben an, dass ihre Mutter einen positiven Einfluss auf ihr Selbstwertgefühl hat/hatte und 31% bis 81% Prozent der Mädchen und Frauen hätten sich gewünscht, dass ihre Mutter in ihrer Kindheit und Jugend öfter mit ihr über Themen wie Schönheit und Körperbild gesprochen hätte. Zudem konnten 8% bis 47% der Mädchen im Alter von 15 bis 17 Jahren angeben, dass ihre Mutter den ersten richtigen Einfluss auf ihre Gefühle zu Themen wie Schönheit und Selbstwahrnehmung hatte (Jenseits von Stereotypen: Das neue Verständnis von Schönheit, n.d.).

Die Autorinnen blieben bei einer einseitigen, negativen Betrachtungsweise und haben es versäumt, auf die positiven Auswirkungen einer intakten Mutter-Tochter-Beziehung hinzuweisen. Die Ergebnisse der Dove-Studie zeigen jedoch, dass der Einfluss der Mutter auf die Tochter sehr groß ist. Demnach sollten vor allem Mütter ihre Vorbildfunktion nutzen und ihre Tochter positiv beeinflussen, indem sie sie in der Entwicklung eines positiven, zufriedenen und ausgeglichenen Selbstbildes bestärken.

An dieser Stelle möchte ich auf die Internetseite der Firma Dove verweisen. Sie haben einen interaktiven Bereich für Mädchen eingerichtet, in dem sie den Dialog zwischen Mutter und Tochter fördern möchte. Dort gibt es verschiedene Ansatzpunkte, welche junge Mädchen auf ihr Körperbild aufmerksam machen und ein gesundes Körperbild fördern:

Die Mädchen können zum Beispiel Bilder von normalgewichtigen Frauen verändern, indem sie den Frauen die Maße einer Barbiepuppe geben. Daraus ergeben sich natürlich Bilder, welche in keiner Weise in einem Zusammenhang mit einer normalen, gesunden Figur stehen.

Zudem hat Dove mit der amerikanischen Organisation Girls Scout eine Broschüre entwickelt, in der zur Stärkung des Selbstwertgefühls Übungen vorhanden sind, welche von Mutter und Tochter gemeinsam durchgeführt werden sollen.

Das Girls Scout Institut gibt zudem Ratschläge für Eltern: Sie vertreten die Auffassung, dass das Körperbild von Mädchen in größerem Ausmaß als bei Jungen nicht nur durch Selbstwahrnehmung beeinflusst wird, sondern auch durch Wahrnehmung durch andere Mitmenschen. In ihrer Broschüre „Weighing in: Helping Girls Be Healthy Today, Healthy Tomorrow“ geben Sie Ratschläge für Eltern, wie sie ihre Töchter unterstützen können und zu einem positiven Selbstbild verhelfen.

Die folgenden Hinweise stammen aus einem Artikel der New York Times mit dem Titel „Body and Image: How to Talk to Teenage Girls About Weight? Very Carefully“: Eltern sollten das Gewicht ihres Kindes wie jedes andere medizinische Problem behandeln und nicht wie ein soziales Problem, es ist also eine klare Trennung zwischen Person und Gewicht notwendig, welche keine persönlichen Urteile zulässt. Eltern sollen ihr Kind zu kleinen Veränderungen ermutigen. Sie bewirken mehr als nur kurzweilige größere Erfolgserlebnisse. Die Eltern sollten ihren Kindern zeigen, was letztere an ihrem Körper ändern können und was nicht. Des Weiteren appellieren sie an die Eltern, sich ihren Töchtern gegenüber positiv, ehrlich, und unterstützend zu verhalten

sowie eine klare Einstellung in Diskussion rund um Schönheit, Gesundheit und Selbstbild zu beziehen. (Schoenberg, Salmond & Fleshman, 2000).

Abschließend sei zu dem Thema noch hinzuzufügen, dass der Einfluss von der Mutter in der Dove – Studie positiv dargestellt wird. Hingegen wird der Einfluss von Mitschülern und Freunden negativ dargestellt. (Jenseits von Stereotypen: Das neue Verständnis von Schönheit, n.d.) Hierauf wird jedoch nicht weiter eingegangen.

In Bezug auf den Einfluss der Medien kommt die Dove-Studie auf mit den Autorinnen übereinstimmende Ergebnisse, welche deren Aussage mit neuen Zahlen unterstützen: Laut einer in elf verschiedenen Ländern durchgeführten Umfrage von der Kosmetikfirma Dove sind 20% bis 81% der Frauen der Meinung, dass die Medien und die Werbung einen unrealistischen Schönheitsstandard setzen, den die meisten Frauen nie erreichen können. (The Real Truth about Beauty: A Global Report, 2004)

41% bis 91% der befragten Frauen wünschen sich, dass „die Medien (...) Frauen unterschiedlicher physischer Attraktivität – Alter, Figur und Größe – besser porträtieren“ würden. (The Real Truth about Beauty: A Global Report, 2004)

Diese Ergebnisse weisen nicht nur darauf hin, dass das dargestellte Schönheitsideal von Frauen eindeutig zu dünn ist, sondern zeigen auch mangelnde Virtuosität bei der Frauentypenwahl auf. Ein Aspekt, der bei Smolak und Striegel-Moore (2001) nicht weiter präzisiert wird.

Die Angaben von 600 befragten Teilnehmern einer forsa-omninet Umfrage im Auftrag der Kosmetikfirma Dove sprechen ebenfalls für die Objektifikationstheorie der Autorinnen: Demnach sind 47% der befragten Frauen der Ansicht, dass die Vorstellungen und Wünsche der Männer ein Schönheitsideal kreieren, dem die Frauen entsprechen wollen“ (Dove Beauty Studie über Schönheitsideale, 2004, p.6).

Zusammenfassend kann man sagen, dass der Quelltext von Smolak und Striegel-Moore (2001) eine gute Basis für mein Referat war. Um jedoch ein abgerundetes Bild hinsichtlich der Themen erhalten und darstellen zu können, bedurfte es weiterer Recherche. Dennoch hoffe ich, dass es mir gelungen ist, eine aktuelle, auf repräsentativen Studienergebnissen basierende, Betrachtungsweise der Einflüsse auf das Körperbild junger Mädchen darzustellen.

Elisabeth Rohr (2004)

V. Körper und Identität. Gesellschaft auf den Leib geschrieben.

Erarbeitet von Christina Ebner (0604316)

1. Einleitung

„...wo die Natur mit der Bildung ihrer Formen aufhört, da beginnt der Mensch mithilfe der Natur aus den natürlichen Dingen unzählige Formen zu machen...!“ (Leonardo Da Vinci)

Jedes Jahr legen sich rund 400.000 Menschen für ein besseres Aussehen unter Messer: Tendenz steigend. (Rohr 2004, S. 90)

Seit geraumer Zeit haben auch die Medien dieses Massenphänomen entdeckt und aufgegriffen. Von diversen Boulevardblättern aber auch von politischen Magazinen springen dem Leser nun Fotos von den neuen Siliconbrüsten von Britney Spears und Ashley Simpson's neuer Nase ins Gesicht. Auch immer mehr TV-Sender strahlen Sendungen aus, in denen es um Schönheitsoperationen geht. Ich möchte an dieser Stelle auf die unzähligen MTV Beiträge aus Amerika verweisen und auch Pro Sieben hat zum Thema Schönheitsoperationen im Fernsehen seinen Beitrag geleistet. Bei der Reality Show „The Swan“ wurden von Selbstzweifeln geplagte Frauen auserwählt, die nach einem dreimonatigen Aufenthalt im „Swan Camp“, welches mit zahlreichen Schönheitsoperationen und dem nötigen Sportprogramm verbunden war, ihren Traum von Schönheit endlich werden ließen.

Somit liegt auf der Hand, dass Schönheitsoperationen längst nicht mehr nur eine Sache der Stars sind. Immer häufiger lassen auch ganz normale Menschen ihr Aussehen künstlich aufbessern. Zwar wächst der Anteil von Männern, aber nach wie vor sind Frauen die hauptsächliche Zielgruppe von Schönheitsoperationen. Sie stellen rund 80 bis 90 Prozent des Klientels dar. Gerade darum ist es äußerst verwunderlich, dass das Thema der kosmetischen Chirurgie bislang noch keine wissenschaftliche Beachtung gefunden hat. Denn im Kontext mit sex und gender bewegt man sich in einem sehr breiten Feld, wo die Auseinandersetzung mit dem weiblichen Körper unumstritten im Mittelpunkt steht. Die Fokussierung beruht im Wesentlichen auf sehr konkreten Körperthemen, wie z.B. Essstörungen, sexueller Missbrauch, selbstverletzendes Verhalten, Sexualität, Adoleszenz, entwürdigende Darstellung von nackten Frauen in den Medien, etc (Rohr 2004, S. 91).

Rohr führt die Ambivalenz zwischen Schönheitsoperationen und den emanzipatorischen Idealen als einen möglichen Grund für die Nichtbeachtung in der wissenschaftlichen Frauenforschung an.

Was aber bewegt Frauen dazu sich Schönheitsoperationen zu unterziehen und zwar weltweit, aus allen sozialen Schichten und quer durch alle Generationen, angefangen bei den weiblichen Teenagern? Um darauf eine mögliche Antwort zu finden muss man in der Geschichte einige Jahrhunderte zurückgehen und darf auch kulturelle Aspekte nicht unbeachtet lassen.

2. Geschichte und Entwicklung der Schönheitschirurgie

A) Historischer Rückblick

Schönheitsoperationen sind genauso wie Piercings und Tattoos Beispiele für einen neuen Körperkult, welcher sich im historischen Rückblick stark verändert hat. Früher demonstrierten z.B. die Tätowierungen in Europa Zugehörigkeit zu sozialen Randgruppen. Das Tattoo galt als Erkennungszeichen für Seeleute und Knastbrüder. Heute verleihen Menschen mit Tattoos ihrer Individualität Ausdruck. Wer sich tätowieren lässt, präsentiert seinen Körper gleichzeitig als Botschaft (Wikipedia 2008).

Betrachtet man auch andere Kulturen, so lassen sich ebenfalls Bestrebungen feststellen, den menschlichen Körper entsprechend den kulturbedingten Schönheitsvorstellungen zu formen und durch mechanisches Einwirken zu verändern (Adatto 1993, Ensel 1996). In vielen Kulturen der Welt, wie z.B. in Afrika ist das Branding fester Bestandteil von Ritualen. Es kann als Zeichen des Ausgeschlossenenseins oder als Zeichen der Unterwerfung verstanden werden.

Erinnert sei auch an die Fußbindungen im alten China. Bereits in sehr jungem Alter wurden die Zehen der Mädchenfüße abgebunden. Kleine Füße gelten in der asiatischen Kultur als besonders ästhetisch. Geht man noch ein Stückchen weiter zurück in der Geschichte und betrachtet Höhlenmalereien und Verzierungen, dann kann man daraus schließen, dass Körperbemalung und Körperkunst auch schon vor Tausenden von Jahren existierte. Wirft man jedoch einen genaueren Blick darauf so wird man feststellen, dass jene Kontexte und Absichten von

früher mit denen von heute nicht mehr viel gemeinsam haben. Die Veränderung und das Formen von einzelnen Körperteilen lag vor allem der Visualisierung von ethnischen und religiösen Aspekten zugrunde (Rohr 2004, S. 92-93).

Wobei der ethnische Aspekt eine zentrale Rolle bei der kosmetischen Chirurgie heute einnimmt. Doch darauf werde ich später noch genauer eingehen.

B) Von der plastischen zur kosmetischen Chirurgie

Um es vereinfacht auszudrücken könnte man sagen, dass sich die kosmetische Schönheitschirurgie aus der plastischen Chirurgie herausentwickelt hat. Die plastische Chirurgie ist auf die Rekonstruktion von verletzten Körperteilen spezialisiert. Sie kommt vor allem bei Unfällen und schweren Erkrankungen in Form von Missbildungen zum Tragen. Einen Höhepunkt erlebte die plastische Chirurgie als sie mit den Verletzungen der beiden Weltkriege konfrontiert war. Dies brachte ihr die Anerkennung in der Öffentlichkeit und die bislang verweigte Anerkennung in der Medizin (Ensel 1996, S. 55, Haiken 1997, S. 29).

Erst seit Mitte des 20. Jahrhunderts hat man auch begonnen Operationen am gesunden Körper durchzuführen. Die Ära der kosmetischen Chirurgie beginnt. Neuere Operationstechniken und medizinischer Fortschritt gewährleisteten präzise Eingriffe, welche keine sichtbaren Narben hinterlassen. Man greift auf körperverträgliche Materialien zurück und auch nicht immer sind invasive Eingriffe in den Körper notwendig um eine Veränderung im äußeren Erscheinungsbild herbeizuführen. Dadurch wird die Hemmschwelle herabgesetzt und durch einen relativ erschwinglichen Preis boomt der Markt der Schönheitsoperationen wie nie zuvor. Die Film- und Medienindustrie hat stark dazu beigetragen, dass sich aus diesem Prozess heraus vor allem für junge Mädchen und Frauen ein neuer gesellschaftsfähiger Prototyp entwickelt hat. Ein perfekt proportionierter weißer Frauenkörper à la Marilyn Monroe galt als das Schönheitsideal der damaligen Zeit und wurde mit Reichtum, beruflichem Erfolg und sozialem Aufstieg verknüpft. Wer dem nicht entsprach galt als sozial und ökonomisch benachteiligt (Rohr 2004, S. 94).

An dieser Stelle möchte ich den ethnischen Aspekt einwerfen, den ich vorhin schon kurz angeschnitten hatte. Der Wunsch nach ethnischer Anonymität (Haiken 1997, S. 189) und somit größerer sozialer und beruflicher Anerkennung trieb viele ethnische Minderheiten und Immigranten aus aller Welt dazu dem weit verbreiteten weißen Schönheitsideal zu entsprechen. Durch schmalere Lippen, zierliche Nasen und die Entfernung der asiatischen Augenfalte versuchte man sich dem gängigen Prototyp anzupassen. Trotz der begrenzten Verbreitung der Schönheitschirurgie unter ethnischen Minderheiten hat diese, weit mehr als die Schönheitschirurgie unter der High Society von Hollywood, die kosmetischen Operationen unter Volk gebracht und sie für die weiße Mittelschicht gesellschaftsfähig gemacht (Rohr 2004, S. 96).

3. Was treibt Frauen zu Schönheitsoperationen?

Frauen, die sich chirurgisch verschönern lassen, leiden so stark an einem einzigen körperlichen Makel, dass sie ein äußerst gestörtes Selbstbewusstsein entwickeln. Durch das operationale Entfernen des Fehlers können diese Frauen die Abspaltung aufheben und scheinbar eine neue Identität entwickeln (Rohr 2004, S. 97).

Das Selbstwertgefühl heutiger Frauen ist durch die Schönheits-Manipulation der Medien sehr niedrig. Magazin-Coverbilder, Werbemodells, und Medien-Stars bilden ein Schönheitsideal, welches vollkommen unrealistisch und unerreichbar ist. Denn sämtliche dieser Bilder und Körper sind gefälscht, auf dem Bild nachbearbeitet und unnatürlich verschönert. Diese unrealistische Wahrnehmung von Schönheit und Schönheitsidealen die hauptsächlich auf Frauenkörper zugeschnitten ist vermindert das Selbstbewusstsein und das Selbstwertgefühl junger Mädchen und Frauen drastisch. So geht es bei Schönheitsoperationen in erster Linie um deren Steigerung, abseits von psychotherapeutischen Maßnahmen.

Rohr (2004) hebt in diesem Kontext hervor, dass dieses Leiden in der Auffassung von betroffenen Frauen nur durch die chirurgische Beseitigung des körperlichen Makels zu lindern ist. Außerdem betont sie, dass es zu einer Verschiebung des körperlichen „Defekts“ gekommen ist. Anders als bei den Frauen der ethnischen Minderheiten ist bei den Frauen der weißen Mittelschicht die Nase nur noch ein Objekt unter vielen anderen relevanten Objekten für Schönheitsoperationen. Stattdessen gilt nun dem zumeist als zu klein erachteten Busen alle Aufmerksamkeit. Das Körperkonzept der Frauen besteht in der heutigen Gesellschaft aus einem einzigen Begriff, nämlich dem der Weiblichkeit. Doch interessanterweise haben Frauen nicht ein Problem mit ihrer Weiblichkeit, sondern mit der Perfektion des Körpers als ein Gesamtkonzept. Schon der kleinste körperlicher Makel lässt Frauen darunter leiden und treibt sie zur Schönheitschirurgie. Im Vergleich zu allen anderen schönheitschirurgischen Eingriffen stehen Brustvergrößerungen mit Abstand am höchsten im Kurs.

Im Folgenden möchte ich etwas näher darauf eingehen wie sich eine Schönheitsoperation gleichzeitig auf die Identität und Persönlichkeit eines Menschen auswirkt. Kathy Davis, einer Frauenforscherin aus den Niederlanden ist es gelungen in ihrer Studie *Reshaping the female body* (1995) zur kosmetischen Chirurgie die subjektive Motivation der Frauen und ihren Wunsch nach einer Schönheitsoperation präzise herauszuarbeiten.

Davis interviewte 42 Frauen, zum Teil vor und nach schönheitschirurgischen Eingriffen. Die Unzufriedenheit betraf die typischen Problemzonen, die von der Schönheitschirurgie tagtäglich aufgegriffen werden, wie z.B.

eine zu kleine Brust, Problemzonen um Hüfte und Po, zu große Nase, vorstehender Kiefer und hängende Augenlider. Frauen, die vor ihrem Eingriff befragt wurden betonten mit aller Deutlichkeit wie sehr sie diesen Teil ihres Körpers verabscheuten und sie würden auf eine Operation unter keinen Umständen verzichten. Bei dem Großteil von Schönheitschirurgischen Operationen können Außenstehende die Beweggründe für einen solchen Eingriff oft nicht nachvollziehen und es entschließen sich auch viele Frauen dazu obwohl ihnen ihre Partner und die Familie dringend davon abraten. Obwohl in vielen Fällen die nötige Unterstützung fehlt, entscheidet sich der Großteil der Frauen noch immer für eine Operation.

Nach Rohr (2004) kommt es in den meisten Fällen zu einem narzisstischen Rückzug in der Beziehung und die Aggression auf den minimalen Makel wird erhöht.

In diesem Auseinandersetzungsprozess, der sich über Jahre hinweg ziehen kann wird das gehasste Körperteil abgespalten, bereits sprichwörtlich „aus dem Leben herausgeschnitten“ (Davis 1995, S. 74).

Zur Befragung nach der Operation fand Davis in Übereinstimmungen mit anderen Studien (Gilman 1998, S. 144 ff., Ensel 1996, S. 45), dass der Großteil der Frauen extrem zufrieden mit dem Verlauf und dem Ergebnis der Schönheitsoperation war, unabhängig von den zum Teil unerwarteten und enormen Schmerzen (Davis 1995, S. 118). Die Patientinnen sind nach solchen Eingriffen oft gar nicht mehr wieder zu erkennen. Sie vermitteln nicht nur ein Gefühl der Erleichterung und Entspannung, sondern sie präsentieren sich stolz, triumphierend und mit neu gefundener Lebensfreude (Davis 1995, S. 95 ff.).

Trotz dieser positiven Einschätzung des ersten Eindrucks lohnt es sich kritisch zu bleiben. Denn Selbstzweifel und negative Ausprägungen im Selbstwertgefühl rühren oftmals von viel tiefer als lediglich von einem körperlichen Makel auf den es sich nur allzu leicht übertragen lässt.

4. Schönheitsoperationen aus einer kritischen Perspektive

Anhand Davis Aufzeichnungen könnte man zu dem Schluss kommen, dass als eine mögliche Option für die Abspaltung gehasster Körperteile die Schönheitsoperation herangezogen wird um diese Abspaltung zu überwinden und das anfänglich verabscheute Körperteil in das normale Selbstkonzept zu integrieren. Betrachtet man diesen Prozess jedoch ein wenig genauer, so wird man sich schnell vom Gegenteil überzeugen lassen. Das „defekte“ Körperteil wird durch einen Schönheitschirurgischen Eingriff erneuert, verbessert und perfektioniert. Es erlangt erneut diesen „Spezialstatus“, nur dieses mal im umgekehrten Sinn (Rohr 2004, S. 100-101).

Das einst gehasste und zum Objekt degradierte Körperteil wird nun zum idealisierten – und wie es einige Frauen ausdrücken – zum exhibitionistisch präsentierten und hoch sexualisierten Objekt (Davis 1995, S. 78).

Davis (1995) betont außerdem, dass es sehr schwer ist, das operierte Körperteil in das persönliche Körperbild zu integrieren und es wie einen selbstverständlichen Teil des Körpers zu behandeln, da die Eigenschaften des Fremdkörpers dabei eine zentrale Rolle spielen. Implantate in den Brüsten und sichtbare Narben nach einer Operation geben das Gefühl, dass diese nicht Teile des eigenen Körpers sind. Gerade bei Brustimplantaten, die man nach Belieben wieder rausnehmen lassen kann ist das Gefühl für den Fremdkörper am größten. Narben hingegen werden banalisiert und es wird versucht darüber hinwegzusehen.

Doch nicht nur die Verschiebung der Abspaltung von verhasst zu idealisierend ist kennzeichnend für Patientinnen nach Schönheitsoperationen. Ich möchte noch kurz auf die Aggression zurückkehren, die sich vor der Operation über Jahre weg ansammelt. Das Objekt der Aggression hat sich verflüchtigt, aber dennoch existiert die Aggression nach wie vor: in der Narbe. Das Beweismittel, die ewige Erinnerung, welche im Weg steht zwischen der kompletten Idealisierung und Sexualisierung des neuen Körperteils. Rohr bleibt äußerst kritisch gegenüber dem erreichten Ergebnis und Schlussfolgerungen, die Davis aus ihrer Studie zieht (Rohr 2004, S. 102).

5. Schönheitsoperationen als Akte der Autoaggression?

Mit selbstverletzendem Verhalten oder autoaggressivem Verhalten beschreibt man eine ganze Reihe von Verhaltensweisen, bei denen sich betroffene Menschen absichtlich Verletzungen oder Wunden zufügen. Es gibt verschiedenste Arten der Selbstverletzung. Zu den häufigsten zählen das Aufschneiden, Aufkratzen oder Aufritzen der Haut mit diversen Gegenständen wie Rasierklingen und Scheren, wiederholtes Kopfschlagen, Ausreißen von Haaren, Verbrennungen und Verbrühungen (Wikipedia 2008).

Schönheitsoperationen oder exzessives Bodybuilding zum Beispiel sind gesellschaftlich akzeptierte Formen der Selbstbeschädigung. Die Gefühle, die Frauen nach einem gelungenen kosmetischen Eingriff schildern, ähneln sehr den Beschreibungen von autoaggressiv gestörten Menschen. Es reicht von Entzücken, Freude, Stolz, Glück, Heiterkeit bis zu Zufriedenheit, Entspannung und Beruhigung (Davis 1995, S. 102 ff.). Selbstverletzende junge Mädchen und Frauen verspüren ein Gefühl von Wärme und Lebendigkeit, wenn das Blut warm über ihre Haut rinnt und sie den Schmerz fühlen, so beschreibt es Sachsse (2000). Autoaggressionen und Schönheitsoperationen

gemeinsam ist auch, dass ein gesunder Körper verletzt wird und die betroffene Person bereit ist, gesundheitliche Risiken einzugehen. Obwohl es auf den ersten Blick sehr grotesk erscheinen mag, denn Schönheitsoperationen dienen vor allem dazu den Körper zu verschönern und die verschiedenen Formen der Autoaggression zielen genau auf das Gegenteil ab, nämlich den Körper zu verstümmeln und zu beschädigen. Dennoch kann man bei detaillierter Betrachtung nicht gänzlich ausschließen, dass schönheitschirurgische Eingriffe und Selbstverletzungen jeglicher Art vielleicht mehr an Gemeinsamkeiten aufweisen als anfänglich vermutet (Rohr 2004, S. 103).

Obwohl sich die kosmetische Chirurgie bereits Rang und Namen verschafft hat, gibt es viele kritische Mediziner, die den Ansatz vertreten, dass Medizin den Zweck hat zu heilen und nicht zu verschönern und somit die kosmetische Chirurgie gegen die fundamentalen Prinzipien der Profession verstößt (Haiken 1997, S. 93). Jedoch ist die Schönheitschirurgie mittlerweile Teil unserer Konsumgesellschaft. Das Streben nach ewiger Jugend und Perfektion scheint Überlebenselixier geworden zu sein. Die kosmetische Chirurgie ist nicht mehr wegzudenken aus dem 21. Jahrhundert. Schönheitschirurgische Eingriffe haben es möglich gemacht unseren Idealvorstellungen von Schönheit Stück für Stück ein bisschen näher zu kommen.

Rohr (2004) gibt an, dass die Schönheitschirurgie nach wie vor mit dem Ruf zu kämpfen hat, ein Gewerbe zu sein, das sich am Rande der medizinisch vertretbaren Ethik befindet. Das hängt nicht zuletzt auch mit der Tatsache zusammen, dass kosmetische Eingriffe, prinzipiell wie alle anderen medizinischen Eingriffe, mit gesundheitlichen Risiken und Gefahren verbunden sind. Betrachtet man sich Fotos von Narbenbildungen, Verstümmelungen, entstellten Gesichtern und gänzlich amputierten Körperteilen, dann erinnern diese Eingriffe eher an massive Formen der Körperverletzung als an Schönheitsoperationen.

Ein typisches Risiko birgt auch das OP-Ergebnis selbst. Kein Arzt der Welt kann eine Garantie darauf geben, dass das Ergebnis genauso aussieht wie gewünscht. Denn das Ergebnis ist auch abhängig von der Veranlagung des Körpers und von der Beschaffenheit des Gewebes. Auch kann der Arzt nicht vorhersagen, wie der Körper auf die Operation reagiert. So bleibt selbst bei leichten Operationen immer noch ein kleines Restrisiko. Laut Rohr (2004) informiert sich der Großteil der Frauen sehr gründlich vor einem schönheitschirurgischen Eingriff über mögliche Gefahren und Komplikationen. Tatsächlich sind fast alle dazu bereit die dargestellten Risiken und gesundheitlichen Belastungen auf sich zu nehmen. Viele von ihnen nicht nur einmal, sondern mehrfach. Sie spricht auch davon, dass Schönheitsoperationen einen potentiellen Suchtcharakter an den Tag legen. An dieser Stelle möchte ich auf Pop Diva Cher und den King of Pop Michael Jackson verweisen. Beide erregten durch ihren Operations-Wahn und der Gier nach mehr die Aufmerksamkeit der Medien. Aktuelle Bilder sprechen nun für sich und es ist erschreckend und Furcht einflößend zugleich.

Somit greife ich Rohr's Vermutung auf, welche Überlegungen anstellt, dass es sich bei Schönheitsoperationen anders als bei selbstverletzendem Verhalten vielleicht nur um eine gesellschaftlich akzeptierte und medizinisch geadelte Form der Autoaggression handelt. Ihrer Meinung nach sind Schönheitsoperationen aktive Versuche einem unerträglichen Leidenszustand zu entfliehen. Doch kann ein chirurgischer Eingriff tatsächlich als letzter Ausweg angesehen werden? Wenn es nun nicht der Letzte ist, sondern der Einfachste? Die Frage ob ein körperverletzender Akt vorübergehendes Wohlbefinden im Selbstwertgefühl herbeiführt spinnt sich wie in einem Teufelskreis.

6. Schönheitsoperationen als moderne Form der Psychotherapie

Aus verschiedensten Gründen suchen Menschen ihr Heil in der kosmetischen Chirurgie. Nicht nur, weil sie persönlicher Eitelkeit nachgeben, sondern auch um ihre Chancen zu verbessern geliebt, gefördert und bevorzugt zu werden. Schon kleine äußere Veränderungen durch eine Schönheitsoperation bewirken bei manchen Menschen innere Wunder. Sie fühlen sich selbstsicherer und zufriedener. Doch der Wunsch nach einer ästhetischen Operation kann auch ein Zeichen für eine psychische Erkrankung sein. Eine Schönheitsoperation gilt längst als ein Mittel der Persönlichkeitsentwicklung, aber dient sie mitunter vielleicht sogar als Ersatz für eine Psychotherapie?

Nach Rohr (2004) ist Davis' These (1995), dass Schönheitsoperationen zur Festigung der eigenen Identität beitragen in ihrer Absolutheit nicht tragbar. Jedoch beschäftigt sie sich jetzt näher mit einer ganz speziellen Form der Schönheitschirurgie. Darunter fallen z.B. Kieferkorrekturen und Ohrenanlegungen. Der Unterschied zu den bisher genannten Schönheitsoperationen, welche sich auf Brust, Lippen, Fettpölsterchen und Nasen – also vorwiegend auf Weiblichkeit, Sexualität und Mütterlichkeit konzentrieren – besteht darin, dass hier weder eine ausgeprägte Abspaltung noch ein psychisch auffälliger Affekt, vergleichbar mit jenen Abspaltungen und Affekten wie z.B. bei Brustvergrößerungen vorhanden ist. Das Ergebnis wird zwar durchaus mit Stolz und Erleichterung kommentiert, jedoch nicht idealisiert und auch nicht sexualisiert, sondern – und das ist entscheidend – in ein sich nun normalisierendes Körperteil integriert (Rohr 2004, S. 109). So trägt in einigen Fällen eine chirurgische Veränderung durchaus dazu bei, dass sich eine gefühlte körperliche Normalität einstellt und die Abspaltung aufhebt.

Die Grenzen zwischen einem sehr kritischen, aber gesunden Blick auf das eigene Äußere und krankhafter eingebildeter Hässlichkeit sind fließend. Trotzdem lösen Schönheitsoperationen viele andere Probleme nicht und können deshalb sicher nicht als Ersatz einer Psychotherapie gesehen werden.

7. Schönheitsoperationen bei Jugendlichen

In den USA ist eine Brustoperation mittlerweile kein seltenes Geschenk mehr zum Schulabschluss. 2003 haben sich mehr als 200.000 Jugendliche unter 18 Jahren „unter's Messer gelegt“ und ließen Schönheitskorrekturen an Brust, Nase und Lippen vornehmen. Auch Fettabsaugungen stehen hoch im Kurs (American Medical Association Virtual Monitor 2003).

Generell gibt es kein Mindestalter bei Kindern und Jugendlichen für eine Schönheitsoperation. Auch plastische Chirurgen sind sehr zurückhaltend bei Jugendlichen ästhetisch-plastische Eingriffe vorzunehmen, weil der jugendliche Körper noch nicht ausgereift ist. Es sollte also prinzipiell keine Schönheitsoperation bei Jugendlichen vorgenommen werden, es sei denn, es liegt ein erheblicher Leidensdruck vor oder es kann ein gewisser Krankheitswert der Deformierung eingeschätzt werden. Vorsichtig muss man vor allem sein, wenn ein Elternteil auf eine Korrektur drängt, da hier häufig von den Eltern einem Schönheitsideal für das Kind nachgeeifert wird, das gar nicht im Sinne des Patienten ist. Es kann aber durchaus sein, dass zum Beispiel bei ausgeprägten Brustasymmetrien, tubulären Brustdeformitäten oder auch bei pathologischer Fettverteilungsstörung eine Operation durchaus sinnvoll ist. Dabei sollte man den kleinstmöglichen chirurgischen Eingriff durchführen. Die Jugendlichen müssen immer wissen, dass durch weiteres Wachstum sich die Körperkontur wieder verändern kann und unter Umständen weitere Eingriffe notwendig werden.

Wenn sich wirklich Trends von Amerika nach Europa übertragen, kann unsere Gesellschaft damit rechnen, dass der Wunsch von Jugendlichen nach Schönheitsoperationen zunimmt. Eine fundierte Aufarbeitung des Problemfeldes sowohl aus ethischer, medizinischer und juristischer Sicht ist deshalb angebracht, um auch auf diesem Gebiet in verantwortungsvoller Weise gewisse Leitlinien vorzugeben (Schönheit und Medizin 2004).

Im europäischen Raum warnen Kinder- und Jugendärzte vor dem Boom der Schönheitsoperationen. Gesundheitspolitiker in Deutschland fordern jetzt sogar ein Verbot von schönheitschirurgischen Eingriffen an Minderjährigen. Man sieht das "verirrte Schönheitsideal" der heutigen Gesellschaft als treibende Kraft für den Operationswahn. Kinder würden schon sehr früh darauf vorbereitet eine Idealfigur zu entwickeln und träumten davon, Model zu werden. Ein gesetzliches Verbot ist nach Einschätzung der Gesundheitspolitik unumgänglich, weil es zu wenig Selbstbeschränkung der Ärzte gebe. Es gehe dabei nicht um medizinisch notwendige Operationen, sondern um echte Schönheitseingriffe wie Brustvergrößerungen, Brustverkleinerungen oder Fettabsaugungen. Es werden Verbote und Strafen für die Chirurgen gefordert (Stern 2008).

Persönliche Stellungnahme

Ich persönlich finde die Entwicklung des heutigen Schönheitsideals und die Wunschvorstellungen über den perfekten Körper sehr erschreckend und bedenklich. Egal wo man hinsieht wird man damit konfrontiert, dass man in der heutigen Gesellschaft als Frau nur dann eine Chance hat, wenn man schlank und schön ist. Attraktive Frauen stehen mitten im Leben, werden von Männern begehrt, haben gut bezahlte Jobs und sind rundum einfach glücklicher.

Meiner Meinung nach übt das Fernsehen den größten Einfluss aus. TV-Sendungen über gesunde Ernährung mit wertvollen Tipps zum Abnehmen sprengen die Einschaltquoten. Donnerstag Abend ist „Germany's Next Topmodel“ Pflicht-Programm auf Pro Sieben. Styling Show's auf MTV und VIVA verpassen jungen Mädchen einen komplett neuen Look, der ihnen das Gefühl gibt in die Haut eines Stars geschlüpft zu sein. Reality Show's der Reichen und Schönen präsentieren das Leben so wie es eigentlich sein sollte und deswegen ist es eine Selbstverständlichkeit, dass man jede zweite Woche einen Abstecher zum Schönheitschirurgen unternimmt um sich die Lippen neu aufspritzen zu lassen.

Doch nicht nur im Fernsehen, sondern auch überall sonst dreht sich alles nur um das äußere Erscheinungsbild und wie es sich am besten perfektionieren lässt. Wem es nicht möglich ist seine Wunschvorstellungen vom perfekten Schönheitsideal auf natürlichem Wege zu erreichen, der wendet sich an den nächsten ästhetisch-plastischen Chirurg.

Ich finde es in Ordnung sich die Brüste verkleinern zu lassen, wenn man an einer zu großen Oberweite leidet in Form von Rückenschmerzen und Bewegungseinschränkungen. Ohrenkorrekturen und kosmetische Operationen, die aufgrund von Missbildungen und Entstellungen nötig sind finde ich auch weniger problematisch. Jedoch finde ich es sehr bedenklich, dass sich viele Frauen lediglich über den Körper definieren und versuchen ihr geschwächtes Selbstwertgefühl durch einen operativen Eingriff oder eine Korrektur aufzubauen bzw. wieder herzustellen. Zu viel Oberflächlichkeit schadet nicht nur der Persönlichkeit, man sollte auch bedenken was man seinem Körper alles zumutet. Denn dieser hat auch seine Grenzen.

Linda Smolak und Ruth H. Striegel-Moore (2001)

VI. Körperselbstwahrnehmung und Körperselbstbild

Erarbeitet von Diana Resch (0508124)

1. Einleitung

Körperselbstbild Gefühle, Überzeugungen und Einstellungen bezüglich der Attraktivität des eigenen Körpers.

BMI Beschreibt das Verhältnis von Körpergewicht zur Körpergröße und wird üblicherweise als Indikator für Fettleibigkeit herangezogen. Der BMI wird errechnet aus dem Körpergewicht in Kilogramm dividiert durch die Körpergröße in Metern zum Quadrat.

Essstörungen Dazu zählen die Krankheitsbilder Anorexia Nervosa (AN oder „Magersucht“), Bulimia Nervosa (BN oder „Ess-Brech-Sucht“) sowie Binge Eating (BED oder Fressattacken) in der klinischen Ausprägung, wie sie im Diagnostischen und Statistischen Handbuch Psychischer Störungen (DSM-IV der American Psychiatric Association, 1994) beschrieben werden.

Essprobleme Hierzu zählen individuelle Symptome gestörten Essverhaltens, sowie Verhaltensweisen der kalorienreduzierenden Diäten, körperliche Unzufriedenheit, Fressattacken und die Verwendung verschiedener gewichtsreduzierender Techniken.

Der Begriff „Körperselbstbild“ ist in der öffentlichen Presse, in Talk-Shows oder Mittagstischen weit verbreitet. Diese Diskussionen sind häufig von der Annahme geleitet, dass die Körperselbstwahrnehmung unter Frauen und Mädchen eine problematischere sei, als und Männern und Jungen. Des Weiteren sind sie gekennzeichnet von der Ansicht, dass Probleme des Körperselbstbildes stark mit Essstörungen korreliert, beziehungsweise ursächlich mit ihnen in Zusammenhang stehen. Häufig werden Anorexia Nervosa oder Bulimia Nervosa als ansteckende Essstörungen unter jungen Mädchen verstanden. Die übliche Argumentation der problematischen Selbstwahrnehmung bezieht sich auf soziokulturelle Faktoren und teilweise die Darstellung extrem schlanker Models durch die Medien. Dieser Artikel überprüft die weithin verbreiteten Annahmen. Besonderes Augenmerk wird auf die Untersuchung von geschlechtsspezifischen Unterschieden der Körperselbstwahrnehmung unter der Beachtung von Prävalenz und Verursachung gelegt. Die Grundlage für diesen Artikel bilden Studien, die größtenteils in den USA mit überwiegend weißen Versuchspersonen durchgeführt wurden. Studien aus Großbritannien, Kanada und Australien wurden nach Möglichkeit miteinbezogen. Wann immer die Beweislage ausreichend war, wurden Ähnlichkeiten wie auch Unterschiede unter den verschiedenen ethnischen Gruppen der USA hervorgehoben.

2. Definition Körperselbstbild

Es bestehen Zweifel daran, dass das komplexe Konzept des Körperselbstbildes durch die Beschreibung einiger unterschiedlicher Dimensionen wie Wahrnehmung, Kognition, Gefühle und Einstellungen erklärbar wäre. Das Konzept der Körperselbstwahrnehmung umschließt jedoch Störungen eben dieser Dimensionen. Die wahrnehmende Komponente bezieht sich auf die sorgfältige Bewertung der Körperkontur und -form. Messmethoden mit regulierbaren Lichtstrahlen oder Messschiebern erlauben eine Einschätzung der individuellen Wahrnehmung des eigenen Körpers. Die verzerrte Selbstwahrnehmung ist der zentrale Begriff der Dismorphobie. An dieser Krankheit leidend, nehmen die Betroffenen einzelne Körperteile als anormal und entstellt wahr. Es handelt sich hierbei um eine Übertreibung oder eingebildeten Defekt.

Nur wenige Studien zum Körperselbstbild konzentrieren sich auf die perzeptuelle Komponente. Die Gewichtung liegt vielmehr auf den kognitiven, gefühlsmäßigen oder einstellungsrelevanten Elementen des Konzepts. Körperselbstwahrnehmung in Zusammenhang mit diesen Komponenten beinhaltet eine Überbewertung der physischen Erscheinung und körperliche Unzufriedenheit. In der Theorie können diese Komponenten unterschieden werden, in der Realität stehen sie jedoch in starker gegenseitiger Beziehung. Tatsächlich kombinieren viele Testungen Fragen, die Überzeugungen („Ich denke...“) und Gefühle („Ich mag...“) erfassen. Messungen zur Körperselbstwahrnehmung, die diese subjektiven Komponenten mit einbeziehen, bewerten oft körperliche Unzufriedenheit (Überzeugungen und Gefühle bezüglich des eigenen Körpers verglichen mit einem persönlichen Idealkörper). Der am häufigsten untersuchte Effekt von Körperselbstbildern ist die Unzufriedenheit mit dem Körpergewicht und der Figur. Die gebräuchlichsten Messungen zur Untersuchung selbiger betonen die Besorgnis, übergewichtig zu werden. In diesen Testungen zu Bedenken von Gewicht und Figur treten die größten und konsistentesten geschlechtsspezifischen Unterschiede auf.

3. Geschlechtsspezifische Besonderheiten des Körperselbstbildes

A. Das Gewicht

Je deutlicher ein Forscher seinen Schwerpunkt auf Gewicht und Figur legt, umso wahrscheinlicher werden geschlechtsspezifische Unterschiede gefunden. Schon in der Grundschule sind Mädchen häufiger unzufrieden mit ihrem Gewicht und ihrer Figur als Jungen. Diese Unzufriedenheit mit dem eignen Körper wächst mit zunehmenden Alter. Auch die geschlechtstypischen Unterschiede zeigen sich bis in das frühe Erwachsenenalter. Folglich lässt sich sagen, dass durch praktisch alle Altersstufen Mädchen und Frauen unzufriedener mit ihrem Körper sind als Jungen und Männer. Ferner hat sich das Ausmaß der geschlechtsspezifischen Unterschiede während der letzten 30 Jahre augenscheinlich vergrößert.

Es gilt dabei zu bedenken, dass es sich bei manchen dieser geschlechtstypischen Unterschiede um methodische Artefakte handeln könnte. Viele dieser Messmethoden zur körperlichen Unzufriedenheit legen ihren Schwerpunkt auf das Gewicht und die Figur und fragen gezielt nach der Besorgnis, übergewichtig, nicht jedoch untergewichtig zu sein. Das häufig verwendete Standardverfahren zur Messung körperlicher Unzufriedenheit (ein Untertest des Eating Disorder Inventory, EDI) ist ein Beispiel hierfür. Unter präpubertären Jungen ist die Sorge des zu Klein-Seins gleichermaßen verbreitet, wie die Sorge des zu hohen Gewichts. Während Mädchen sich eher für die schlankeste Figur in einer Reihe entscheiden, wählen Jungen wahrscheinlicher die schwerste aller Figuren. Hier gilt es zu bemerken, dass Jungen nicht dicker sein wollen; viel eher möchten sie muskulöser und generell „kräftiger“ sein. Diese Unterschiede sind konsistente Differenzen zwischen weiblichen (dünnen) und männlichen (schlanken und muskulösen) Schönheitsidealen. Erst kürzlich durchgeführte Studien zeigten, dass junge erwachsene Männer eher muskulös sein möchten, als dies bei Frauen der Fall ist. Der Wunsch nach mehr Muskelmasse scheint mit geringem Selbstwert in Zusammenhang zu stehen und erhöht die Wahrscheinlichkeit einer Depression unter Männern, nicht jedoch unter Frauen. Man bedenke, dass in dieser Studie der Begriff „muskulös“ größere und stärker ausgeprägte Muskeln bedeutet. Läge die Betonung auf „muskulär“, ein Begriff der häufiger mit „schlanker“ assoziiert wird, wäre die Unzufriedenheit unter Frauen größer als unter Männern.

B. Body Mass Index (BMI)

Zwei Faktoren scheinen sich indirekt auf die geschlechtsspezifischen Unterschiede in Bezug auf Gewicht und Figur auszuwirken: der Body-Mass-Index (BMI) und die ethnische Zugehörigkeit. Bei allen BMI-Stufen sind Mädchen und Frauen üblicherweise mehr besorgt, übergewichtig zu sein, als Jungen und Männer. Studien belegen weiter, dass bei höheren Gewichtsklassen, die körperliche Unzufriedenheit bei Männern und Frauen steigt. Die Schwelle Unzufriedenheit wahrzunehmen, liegt für Männer allerdings bei höherem Übergewicht, als dies für Frauen der Fall ist. Tatsächlich gibt es sogar eine Minderheit an untergewichtigen Frauen, die Gewicht verlieren wollen. Unter den durchschnittlich- oder normalgewichtigen Frauen möchte die Mehrheit gerne dünner sein. Auf der an Seite sind Jungen die Gewicht reduzieren möchten, verglichen mit der nationalen Norm, tatsächlich übergewichtig. Es lässt sich daher sagen, dass Körpergewicht bei Männern und Frauen signifikant mit körperlicher Unzufriedenheit assoziiert ist, aber im Gegensatz zu Mädchen und Frauen, bedarf es bei Männern einen höheren Grad an Übergewicht, bis sie Unzufriedenheit wahrnehmen.

C. Ethnizität

Kritiker haben übereinstimmend festgestellt, dass Afro-Amerikanische Frauen einen höheren Grad an Körperzufriedenheit zu haben scheinen, als weiße Frauen. Nichts desto weniger, zeigen Afro-Amerikanische Frauen und Mädchen mehr körperliche Unzufriedenheit als Afro-Amerikanische Jungen und Männer. Jene geschlechtsspezifischen Unterschiede zeigen sich auch bei Erwachsenen. Studien belegen üblicherweise Unterschiede zwischen ethnischen Gruppen bezüglich Körperunzufriedenheit, wobei Amerikaner afrikanischer Abstammung höhere Punkte bei der Bewertung des Aussehens und niedrigere Punktzahlen bei der Auseinandersetzung mit dem Gewicht erzielen, als europäische oder lateinamerikanische Frauen. Es gibt üblicherweise keine genderbezogenen Interaktionen innerhalb einer Volksgruppe, was vermuten lässt, dass die genderunterschiede innerhalb der Volksgruppen vergleichbar sind.

D. Zusammenfassung

Eine Durchsicht der Studien, welche sich mit Körperselbstbildern als eine unabhängige oder abhängige Variable beschäftigen, zeigt, wie verbreitet Forscher an der Meinung festhalten, dass körperliche Unzufriedenheit und die Sorge um das Gewicht eine Angelegenheit von Frauen ist. Tatsächlich ist die Unzufriedenheit mit dem Körper so stark mit dem weiblichen Geschlecht assoziiert, sodass in vielen Studien männliche Probanden ausgeschlossen werden. Ein Kurzbericht bezüglich des Gewichts demonstriert tatsächlich einen geschlechtsspezifischen

Unterschied. Dieser Unterschied ist auf zwei Arten offenkundig: Erstens, sind Mädchen schon in der Grundschule mehr um ihr Körpergewicht besorgt und zeigen größere Besorgnis, dick zu werden, als Jungen. Sie sind zudem mehr Unzufrieden mit ihrem Gewicht und ihrer Figur. Dieser Unterschied kann sich während der Entwicklung sogar vergrößern, da Mädchen in der Pubertät grundsätzlich mehr Fett anlegen. Obwohl die Daten begrenzt sind, lässt sich weiter sagen, dass der Unterschied nicht auf eine höhere Anzahl übergewichtiger Mädchen zurückzuführen ist. Auch scheint dieser Unterschied keine Domäne einer ethnischen Gruppe zu sein. Zweitens zeigen die Daten, dass die Richtung und Art der Unzufriedenheit zwischen Jungen und Mädchen differieren. Jungen (und Männer) tragen mehr Sorge, zu klein zu sein als Mädchen und Frauen. Methodische Grenzen haben keine vollständige Untersuchung dieses Inhalts zugelassen. Die Daten zeigen jedoch, dass selbst unter Berücksichtigung dieses Aspekts, die Kluft zwischen den geschlechtstypischen Unterschieden scheinbar nicht eliminierbar ist.

Diese geschlechtsbezogene Kluft ist von großem Interesse, da Forschungen deutlich gezeigt haben, dass körperliche Unzufriedenheit, besonders in Zusammenhang mit Gewicht und Figur, keine unbedeutende Besonderheit ist. Tatsächlich haben Forschungen gezeigt, dass sie nicht nur in Zusammenhang mit Essstörungen, sondern auch mit Depression in Verbindung gebracht werden kann.

4. Körperselbstbild und problematische Verhaltensweisen

Warum sind wir um ein negatives Körperselbstbild, insbesondere um das Gewicht besorgt? Könnte körperliche Unzufriedenheit nicht als Motivation zur Gewichtsreduktion dienen? Angesichts der Tatsache, dass Fettleibigkeit in den Vereinigten Staaten ein großes öffentliches Gesundheitsproblem darstellt- sollte dann nicht die Unzufriedenheit mit dem Gewicht erstrebenswert sein? Forschungen die sich mit dieser Frage beschäftigen sind begrenzt und zudem mehrdeutig. Körperliche Unzufriedenheit scheint jedoch nicht jedermann bei der Gewichtsreduktion hilfreich zu sein. In manchen Fällen wird die Unzufriedenheit alleine nicht zur Gewichtsreduktion anleiten, oder kann diese sogar verhindern. Eindeutiger ist jedoch, dass ein negatives Körperselbstbild eher zu potentiell gesundheitsgefährdenden Verhaltensweisen wie kalorienrestriktive Diäten oder andere gewichtsreduzierende Maßnahmen (Entschlacken, rauchen, illegale Drogen) und verschiedenartigen psychopathologischen Erkrankungen wie Anorexia Nervosa, Bulimia Nervosa oder Depressionen führt.

A. Diäten

Körperliche Unzufriedenheit wird unter Frauen und Mädchen wahrscheinlicher in Diäten und andere gewichtsreduzierende Praktiken umgesetzt als unter Männern und Jungen. Bereits in der Grundschule versuchen Mädchen eher an Gewicht zu verlieren, als Jungen, obwohl es noch keine generellen geschlechtlichen Unterschiede im Körperselbstwertgefühl gibt. Durch die Adoleszenz und das Erwachsenenalter hindurch, bezeugen die Daten, dass Frauen wesentlich öfter versuchen ihr Gewicht zu reduzieren als Männer. Einige Studien belegen sogar, das Mädchen im High-School-Alter zwei bis dreimal häufiger den Versuch einer Gewichtsreduktion unternehmen, als Jungen. Im Erwachsenenalter mögen diese Unterschiede nicht so stark ausgeprägt sein, trotzdem versuchen Frauen öfter Gewicht zu verlieren als Männer.

Es ist erwähnenswert, dass Bestrebungen der Gewichtsreduktion auch gesundheitsgefährdend sein können. Auf kurze Sicht, leiden Menschen, die sich einer Diät unterziehen an Gereiztheit, haben Konzentrationsschwierigkeiten, sind müde, leiden an Kopfschmerzen und Magenschmerzen. Diese Symptome haben natürlich Potential, die schulischen Leistungen von Kindern und Jugendlichen zu beeinträchtigen. Auch sind langfristige Probleme wie verminderte Knochendichte oder Wachstumsbeeinträchtigungen möglich. Diäten können auch zu speziellen Risiken für einige Menschen führen, beispielsweise, wenn junge an Diabetes leidende Mädchen die Insulingabe zwecks Gewichtsreduktion unterlassen. Der anhaltende Zigarettenkonsum bei weißen Mittelschicht-Mädchen beruht ebenfalls auf dem Wunsch, Gewicht zu verlieren. Einige Jugendliche berichten von noch extremeren Methoden der Gewichtsreduktion, wie Abführen oder Drogenkonsum um den Appetit zu zügeln. Auch wenn der Prozentsatz jener Mädchen die Entschlacken oder Abführmittel nehmen gering ist- die gesundheitlichen Konsequenzen derart extremer Methoden sehr ernste und möglicherweise fatale Folgen.

Der signifikante Zusammenhang zwischen Gewichtsunzufriedenheit und Diäten, wird üblicherweise folgendermaßen interpretiert. Übergewichtig zu sein oder die Angst zu haben, übergewichtig zu werden, verursacht Gewichtsunzufriedenheit, welche ihrerseits wieder unverzüglich Diäten und andere gewichtsreduzierende Maßnahmen zur Folge hat. Kürzlich haben prospektive Studien provokante Ergebnisse zu dieser hypothetisierten zeitlichen Abfolge ergänzt. Ergebnisse prospektiver Studien sind besonders wichtig, da sie die zeitlichen Prioritäten von Verhaltensweisen relativ klar kennzeichnen und folglich ursächliche Zusammenhänge klären können. Prospektive Langzeitstudien weisen darauf hin, dass Diäten mit Gewichtszunahme und Fettleibigkeit in Verbindung stehen, zumindest bei jugendlichen Mädchen. Der Grund für

diese Verbindung ist nicht eindeutig, möglicherweise steht er aber im Zusammenhang mit Gewichtsschwankungen. Diäten können den Stoffwechsel reduzieren, sodass normales Essverhalten (oder erhöhte Kalorienzufuhr) nach einer Diät, die Gewichtszunahme erleichtert. Einige Leute haben auch argumentiert, dass Diäten in Zusammenhang mit Fressattacken stehen, die wiederum zur Fettleibigkeit mancher Menschen beitragen. Weitere Forschungen sind notwendig, um die Verbindung zwischen Diäten und Fettleibigkeit zu untermauern.

Prospektive Langezeitstudien zeigen auch, dass Diäten im Zusammenhang mit dem Beginn bulimischer Symptome stehen. Es gibt einige plausible Erklärungen für diese Verbindung. Eine mögliche Erklärung wäre, dass Diäten mit eingeschränkten Essen assoziiert wird, welches, wenn es zu exzessiv betrieben wird, Fressattacken zur Folge haben kann. Mit anderen Worten: Wenn das Essverhalten zu stark eingeschränkt ist, rebellieren eventuell Körper und Geist und es steigt das Verlangen nach großen Essensmengen. Dieses Verhalten konnte sowohl bei kalorienausgehungerten Männern, als auch bei essgestörten Frauen beobachtet werden. Es ist auch möglich, dass selbst moderate kalorienreduzierte Diäten den 5-HT (Serotonin)-Spiegel in weiblichen Gehirnen, offenbar jedoch nicht in männlichen, reduzieren. Ein verringerter Serotoninspiegel steht im Zusammenhang mit dem Verlangen nach Kohlehydraten und Überessen, wahrscheinlich sogar mit Fressattacken. Interessanterweise hat ein erniedrigter Serotoninspiegel auch eine Bedeutung im Zusammenhang mit depressiver Stimmung und klinischer Depression. Depression ist ebenfalls gekennzeichnet durch einen erheblichen geschlechtsbezogenen Unterschied und ist häufig eine zusätzliche Erkrankung zur Essstörung.

Körperliche Unzufriedenheit kann also zu Diätverhalten führen. Diäten ihrerseits wiederum können in Zusammenhang gebracht werden mit Fettleibigkeit, Essstörungen und vielleicht sogar Depressionen. Zusätzlich zu diesen indirekten Verbindungen gibt es auch Anzeichen, die darauf hindeuten, dass körperliche Unzufriedenheit auch direkt in Zusammenhang mit Depression und Essstörungen steht.

B. Depression

Zahlreiche Studien haben eine signifikante Korrelation zwischen körperlicher Unzufriedenheit und Depression unter jugendlichen Mädchen festgestellt. Folglich neigen depressive Mädchen zu größerer körperlicher Unzufriedenheit. Zuletzt haben Forscher in prospektiven Studien begonnen, den Zusammenhang zwischen Körperunzufriedenheit und Depression zu untersuchen und die Ergebnisse belegen, dass die Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper ein Risikofaktor für jugendliche Depression darstellt. Beispielsweise haben Eric Stice und Kollegen in einer Langzeitstudie herausgefunden, dass Mädchen zwischen 13 und 16 Jahren, die im ersten Jahr der Studie höhere Punktwerte bei Körperunzufriedenheit erzielt haben, eine um 31% höhere Wahrscheinlichkeit hatten, vier Jahre später an einer bedeutsamen Depression zu erkranken. Die negativen Effekte körperlicher Unzufriedenheit bezogen auf das Risiko einer Depression scheinen nicht auf weiße Mädchen beschränkt zu sein. Körperliche Unzufriedenheit steht auch indirekt mit dem Geschlecht und Depression in Zusammenhang. Es gibt aber keine geschlechtlichen Unterschiede in Bezug auf Depressionen in der Kindheit. Der Unterschied tritt erst im Jugendalter, vermutlich im Alter von 15 Jahren auf. Körperliche Unzufriedenheit hat sich als Beitrag zum Beginn geschlechtlicher Differenzen bei Depressionen im Jugendalter als einflussreicher erwiesen, als pubertäre Entwicklung und geschlechtsspezifische Rollenorientierung.

C. Essstörungen

Viele Studien zeigen, dass Körperunzufriedenheit - besonders in der Form von Besorgnis über Gewichtszunahme - in einer längerfristigen Verbindung mit der Entwicklung von Essstörungen steht. Schülerinnen in Mittelschulen mit einem hohen Ausmaß an Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper oder schweren Bedenken über Körpergewicht und Figur werden wahrscheinlicher problematische Ess-Einstellungen und -Gewohnheiten in ihrem späteren Heranwachsen entwickeln.

Symptome von Bulimia Nervosa sind Teil des Problemverhaltens, das mit vorher auftretenden Bedenken über das eigene Körpergewicht vorhergesagt werden kann. Wohl ist Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper das am konsistentesten dokumentierte Anzeichen für Anorexia Nervosa und Bulimia Nervosa. Die Internalisierung des kulturell vorgeschriebenen Schlankheitsideals scheint eine Vorbedingung für die Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper zu sein. Das bedeutet, dass die eigenen persönlichen Werte das kulturell definierte Ideal mit einbeziehen (z.B. eine Person ist der Meinung, dass ein unvernünftig dünner Körper attraktiv und erreichbar ist). Noch gefährlicher ist es, wenn Mädchen das Schlankheitsideal annehmen und in ihre Selbstdefinition integrieren – sich selbst überzeugen, dass Dünnssein ein bedeutender Teil ihrer Selbst ist. Die Internalisierung des kulturell definierten Ideals scheint eher ein Problem von Mädchen als ein Problem von Jungen zu sein. Dies zeigt sich auch dann, wenn Jungen zum Thema Muskelkraft befragt werden, während Mädchen bezüglich Dünnssein befragt werden.

Die Internalisierung des Schlankheitsideals zeigt starke Verbindungen zu Essproblemen, sowohl in hypothesengeleiteten Studien, als auch in experimentellen Studien. Diese Kombination von Hypothesen- und

Experiment-Daten hilft, ein besonders starkes Argument für eine mögliche Ursache-Wirkung-Verbindung zwischen der Internalisierung des Schlankheitsideals und Essstörungen aufzubauen. Es bedarf weiterer Forschung, um diese Verbindung zu bestätigen und zu erklären.

Es ist möglich, dass die Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper die frühesten Phasen von Essstörungen darstellt. Es gibt einen gewichtigen Grund zu glauben, dass es zumindest teilweise einen Zusammenhang zu Essstörungen gibt. Vergleicht man „Normal-Essende“, subklinische Essstörungspatienten und Frauen, die Essstörungen aufweisen, dann gibt es - betreffend die Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper - eine quantitative Erhöhung, aber keinen Beweis für eine qualitative Veränderung. Deshalb ist es zumindest in manchen Fällen möglich, dass die Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper und dessen Gewicht eine Entwicklung von Essstörungen mit sich bringt.

So weit haben wir uns fokussiert auf Verhaltensprobleme, die möglicherweise in Verbindung mit der Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper stehen. Es ist auch möglich, dass die Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper auf eine Art und Weise Ausdruck findet, die die Kultur nicht für problematisch hält. Manche Menschen denken, dass Fasten eine solche Maßnahme ist und zu einem gesundheitlich unbedenklichen Änderung des Gewichts führt. Es gibt viele Gefahren in Verbindung mit kalorienreduzierendem Fasten und es ist oft nicht wirklich eine effektive Maßnahme, um Gewicht zu verlieren. Tatsächlich kann Fasten speziell unter heranwachsenden Mädchen zu Fettleibigkeit führen. (Verweis: Eating Disorders and Disordered Eating)

Ergänzende Erweiterungen der Referentin

Bezugnehmend auf den Fachartikel von Linda Smolak und Ruth H. Striegel-Moore (2001) werden an dieser Stelle einige vertiefende Ergänzungen zum Thema Essstörungen, mit speziellem Augenmerk auf das Krankheitsbild Anorexia Nervosa, vorgenommen.

Wie in dem Artikel bereits ausdrücklich hervorgehoben wurde, besteht ein direkter Zusammenhang zwischen einer Körperbildstörung und der Erkrankung Magersucht. Wenn die Wahrnehmung des eigenen Körperbildes zu sehr vom tatsächlichen Gewicht abweicht, besteht für die Betroffenen die potentielle Gefahr an einer Essstörung zu erkranken.

Warum jedoch werden manche Menschen übergewichtig?

Wie in vielen anderen Fällen auch, liegen die Ursachen teilweise in der Vererbung und teilweise in der Umwelt. In unserem Kulturkreis beispielsweise, essen wir in der Regel drei Mahlzeiten am Tag. Die Einnahme dieser Mahlzeiten ist jedoch mehr an die sozialen Normen als an körperliche Hinweise angepasst. Auch die Art und Auswahl unserer Nahrungsmittel ist an diese sozialen Normen angepasst. Gleichsam können die finanziellen Möglichkeiten eines Kulturkreises für die Bewertung des persönlichen Gewichts ausschlaggebend sein: Während in den Vereinigten Staaten ein negativer Zusammenhang zwischen dem Körpergewicht und dem Einkommen besteht, zeigt sich in Entwicklungsländern eine positive Korrelation zwischen diesen beiden Faktoren- „Beleibtheit wird mit Wohlstand und Reichtum assoziiert“ (Cogan et al., 1996, S.98).

Auch das große Ausmaß der Beschäftigung mit dem eigenen Körper ist ein Phänomen unserer modernen Gesellschaft. In den USA beispielsweise geben 52 Prozent der Frauen und 37 Prozent der Männer an, Übergewicht zu haben. (Zimbardo & Gerrig, 2004, zitiert nach Brownell & Rodin, 1994). Festgestellt wurde jedoch, dass nur 24 Prozent der Frauen und 31 Prozent der Männer an Übergewicht leiden. Diese Abweichung zwischen dem tatsächlichen Gewicht und der Wahrnehmung desselbigen kann als einer der Gründe angesehen werden, die zu Entwicklung von Essstörungen führen.

Als genetische Grundlage von Fettleibigkeit haben Wissenschaftler Belege für die Annahme gefunden, dass einige wenige Menschen mit einer angeborenen Neigung zur Adipositas versehen sind. Hierbei scheint die Verbrennungsrate des Körpers eine wesentliche Rolle zu spielen: Dabei kann der individuelle Grundumsatz des Körpers variieren. Während manche Menschen schon bei geringer körperlicher Aktivität zahlreiche Kalorien verbrennen, ist dies bei anderen nicht der Fall. Es besteht somit ein erhöhtes Risiko der Gewichtszunahme (Bouchard et al., 1991).

Jüngst haben Forscher sogar ein Gen isolieren können, welches für die Signalverarbeitung im Gehirn und somit die Appetitregulierung zuständig sein soll- das Leptin-Gen (Zimbardo & Gerrig, 2004, zitiert nach Comuzzie & Allison, 1998; Gura, 2000). Ist dieses Gen inaktiv, können die Betroffenen ihren Hunger nicht mehr kontrollieren und es kommt unweigerlich zur Fettleibigkeit (Raabe, 2008). Da diese Gen-Mutation jedoch äußerst selten vorkommt, kann sie nicht für die Mehrheit der Fälle von Übergewicht verantwortlich sein. Dennoch verspricht man sich von der Genforschung viele innovative Lösungen für das Problem.

Abgesehen von den genetischen und soziokulturellen Faktoren, die (Über-)Gewicht mitbedingen, muss auch von interindividuellen Differenzen im psychologischen Profil des Essverhaltens ausgegangen werden.

Die Psychologie des Essverhaltens

Die Externalitätshypothese von Schachter (1968, 1971) besagt, dass das Essverhalten adipöser Menschen stärker außenreizgesteuert ist. Sie erleben Appetit, Hunger und Sättigung weniger durch Innenreize gesteuert, sondern mehr durch Umweltreize beeinflusst (Mohr, 2005).

Janet Polivy und Peter Herman schränken die Gültigkeit der Externalitätshypothese ein, indem sie die Ansicht vertreten, dass zwischen *gezügelten* und *ungezügelter* Essern unterschieden werden muss (Zimbardo & Gerrig, Psychologie, 2004, zitiert nach Polivy & Herman, 1975). Während gezügelte Esser sich mit einigermaßen großem Verhaltensaufwand an eine konstante Obergrenze der Nahrungsaufnahme halten und somit einer ständigen Diät unterliegen, kann die geminderte Wahrnehmung des Körpergefühls sowie der fehlende Appetenzverlust als ein Resultat der beschränkten Nahrungsaufnahme verstanden werden. Tatsächlich nehmen gezügelte Esser aber ständig an Gewicht zu. Der Grund dafür ist, dass es ihnen nicht gelingt, ihr Essverhalten permanent zu kontrollieren (Mohr, 2005). Unter gewissen Lebensumständen sind gezügelte Esser enthemmt- sie neigen dann zu Fressattacken. Ist das psychische Wohlbefinden bedroht, wird versucht, durch verstärktes Essen das gekränkte Selbstbild zu kompensieren. Dieser Effekt tritt nicht bei körperlicher Bedrohung auf (Zimbardo & Gerrig, 2004, zitiert nach Heatherton et al., 1991).

Diese Theorie bietet einen möglichen Erklärungsansatz, warum es manchen Menschen so schwer fällt, abzunehmen. Viele adipöse Patienten berichten darüber, ständig Diät zu halten- sie sind somit gezügelte Esser. Diese Annahme geht mit jener in dem Fachartikel beschriebenen Hypothese konform, dass dauerhaftes Diäthalten unter Umständen zu Fettleibigkeit führen kann.

Welche Folgen gewichtsreduzierende Diäten noch haben können, wird im folgenden Abschnitt näher beschrieben.

Anorexia Nervosa & Co.- Die Essstörungen unserer Zeit

Nach dem DSM-IV-TR, Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (Diagnostisches und Statistisches Handbuch Psychischer Störungen), wird das Krankheitsbild wie folgt definiert:

Anorexia Nervosa wird diagnostiziert, wenn eine Person unterhalb der Grenze von 85 Prozent des zu erwarteten Normalgewichts liegt und dennoch Angst hat, an Gewicht zuzunehmen und dick zu werden (DSM-IV-TR, 2000).

Bulimia Nervosa liegt vor, wenn Personen sich immer wiederkehrenden Perioden von intensiven „Fressattacken“ hingeben, gefolgt von Maßnahmen, die dazu führen, die überschüssigen Kalorien wieder abzuführen (selbst herbeigeführtes Erbrechen, Einnahme von Abführmitteln oder anderen Medikamenten, Einläufe, exzessive körperliche Betätigung) (DSM-IV-TR, 2000).

In diesem Handbuch werden abgesehen von der Erkrankung der sogenannten **Binge Eating Disorder**, bei der es sich um überfallsartige Heißhungeranfälle mit Kontrollverlust über das Essverhalten handelt, keine weiteren Essstörungen beschrieben. Und dennoch liegt mittlerweile eine Vielzahl von weiteren auffälligen Verhaltensstörungen im Bereich der Nahrungsmittelaufnahme vor.

Orthorexia Nervosa ist eine Erkrankung, bei der die Betroffenen in krankhafter Weise nach gesunden Lebensmitteln trachten. Sie verbringen Stunden, um den Vitamin- und Nährwertgehalt von Lebensmitteln zu prüfen, wobei sich die Auswahl der „erlaubten“ Nahrungsmittel immer mehr verringert. Als Folgen drohen Unterernährung, Mangelernährung und soziale Isolation (Wikipedia, 2008).

Anorexia Athletica ist gekennzeichnet durch übermäßigen Sport und der damit verbundenen Gewichtsreduktion (auch als Sport-Sucht bekannt). Sie wird meist als Begleitstörung einer Ess-Sucht beobachtet. Dennoch ist sie als eigenständiges Krankheitsbild nicht anerkannt (Wikipedia, 2008).

Das **Pica-Syndrom** ist keine Essstörung im eigentlichen Sinne, dennoch wird es oft im Zusammenhang mit Essstörungen erwähnt. Vom Pica-Syndrom Betroffene, meist Menschen mit geistiger Behinderung essen oftmals „ungewöhnliche“ Dinge wie Papierschnipsel, Erde, Ton oder Kreide. Es kann dabei zu Verstoffungen und schlimmstenfalls zu Vergiftungen kommen (Wikipedia, 2008).

Es gibt keine wirklich zuverlässigen Statistiken zur Anzahl an einer Essstörung erkrankten Menschen. Die Angaben zur Prävalenz (=Krankheitshäufigkeit) von Anorexia Nervosa variieren in einem Bereich von etwa 0,5 Prozent (Zimbardo & Gerrig, 2004, zitiert nach DSM-IV-TR, 2003) und knapp 1 Prozent (Christoph-Dornier-Klinik, 2008).

Persönliche Stellungnahme

Der Fachartikel *Body Image Concerns* von Linda Smolak und Ruth H. Striegel-Moore (2001) bot inhaltlich nur einen groben Überblick zu dem Thema Körper selbstwahrnehmung. Vielfach wurden Behauptungen und Hypothesen aufgestellt, die mangels Quellenangaben für den Leser nur schwer zu verifizieren sind. Zu oft fehlen Angaben zu jenen Studien, worauf sich die von den Autorinnen getroffenen Aussagen beziehen. Einige Zahlen und Fakten zu den entsprechenden Forschungsergebnissen hätten die Thesen bedeutsam untermauert.

Da Essstörungen sowohl in dem Artikel als auch im Schwerpunktthema *Körper selbstkonzept* ein zentrales Thema sind, wurden sie in diesem Teil der Arbeit speziell herausgegriffen und im Rahmen des Möglichen vertieft.

Die Recherchen zum Thema Essstörungen erwiesen sich als aufwendig, zumal viele, teilweise einander widersprechende Quellen vorliegen.

Im Zuge dieser Arbeit habe ich jedoch einige neue Aspekte und Betrachtungsweisen dieses Thema betreffend kennengelernt und konnte so mein Wissen über Körper selbstbilder und –wahrnehmung erweitern.

Risa J. Stein (1996)

Entwicklungsorientierte, soziale und klinische Überlegungen

Erarbeitet von Aleksandra Kienzl (9707210)

1. Körper-Selbst-Konzept: Vorpubertäre und Jugendliche

Durch die körperlichen Veränderung in der Pubertät wird die Aufmerksamkeit der Jugendlichen verstärkt auf ihren Körper gerichtet. Die bewusster Körperwahrnehmung bei Jugendlichen kann zu gesteigerter Besorgnis um ihr Gewicht und ihren Körperbau führen, obwohl sie eigentlich zufrieden mit ihrem allgemeinen Erscheinungsbild sind (Clifford, 1971). Nach Newcomb und Bukowski (1983) legen ältere Kinder bei der Wahl ihrer Freunde mehr Wert auf das äußere Erscheinungsbild und sportliche Fähigkeiten bzw. körperliche Leistungsfähigkeit als auf schulische Leistungen. Aufgrund dieser Tatsache könnten Aktivitäten, wie z.B. Tanzen, die diese Attribute fördern, dazu beitragen ein positiveres Körper-Selbst-Konzept zu entwickeln. Bakker (1988) untersuchte in diesem Zusammenhang jugendliche Tanzschülerinnen und fand heraus, dass dessen Körper-Selbst-Konzepte niedriger waren, als jene von gleichaltrigen Nicht-Tänzerinnen. Die Ursache für dieses Ergebnis vermutete er darin, dass eine wettbewerbsorientierte Umgebung und kritischen Bewertungen der Anderen in das eigene Körper-Selbst-Konzept aufgenommen werden und somit negative Auswirkungen auf dieses ausüben können. Dies könnte sich in einer gesteigerten Selbstkritik äußern.

2. Körper-Selbst-Konzept: Behinderte Menschen

Da das Aussehen und die „Funktionstüchtigkeit“ der einzelnen Körperregionen als wesentliche Aspekte des eigenen Körper-Selbst-Konzepts angesehen werden, ist die Annahme begründet, dass Unzulänglichkeiten in diesen Gebieten Auswirkungen auf das Körper-Selbst-Konzept von behinderten Kindern haben können (Harvey & Greenway, 1984).

Klinische Studien berichten über eine hohe Depressionsrate und ein schwaches Selbstverständnis bei Kindern mit orthopädischen Behinderungen (Schechter, 1961) und Kindern mit angeborenen Herzfehlern (Kolin, Scherzer, New & Garfield, 1971). Des weiteren fand Kinn (1964) heraus, dass behinderte Kinder weniger enge Beziehungen und weniger Möglichkeiten zur sozialen Teilnahme als nicht behinderte Kinder haben. Dies zeigt, dass körperliche Behinderungen auch die soziale Entwicklung und das Selbst-Konzept beeinflussen können.

Bisher hat die Entwicklung des Körper-Selbst-Konzepts von behinderten Menschen wenig Aufmerksamkeit erhalten. Noch weniger wurde die Variable Geschlecht in diesem Zusammenhang untersucht und die wenigen Studien, die sich tatsächlich mit geschlechtsbedingten Unterschieden in der Entwicklung des Körper-Selbst-Konzepts beschäftigen sind nicht eindeutig. Zum Beispiel berichten Hill-Beuf & Porter (1984) in ihrem Bericht über Kinder mit Vitiligo (das ist eine Krankheit mit gestörter Hautpigmentierung), dass Mädchen und Jungen gleichermaßen durch die Krankheit belastet wären. In einer Studie von Magill und Hurlbut (1986) über Jugendliche mit zerebraler Parese kam heraus, dass weibliche Jugendliche signifikant niedrigere Werte bezüglich des Körper-Selbst-Konzepts hatten als männliche oder gesunde Jugendliche. Dahingegen fand Hopper (1988) ein gegenteiliges Ergebnis bei der Untersuchung von hörbehinderten Jugendlichen. Hörbehinderte Mädchen fanden sich selbst signifikant sportlicher, sozial akzeptierter und attraktiver als hörbehinderte Jungen. Diese unterschiedlichen Ergebnisse lassen vielleicht den Schluss zu, dass die Art der Behinderung und verschiedene soziale Anforderungen unterschiedliche Auswirkungen auf das Körper-Selbst-Konzept von Mädchen und Jungen haben könnten.

Marsh und Peart (1988) berichteten, dass ein Körpertrainingsprogramm signifikant positive Effekte auf die Wahrnehmung und die Beurteilung des eigenen Körpers bei präpubertären Mädchen hätte. In diesem Zusammenhang führte Resnik (1986) eine Studie mit 12 – 20 jährigen Jugendlichen mit zerebraler Parese durch und fand heraus, dass jene, die in ihrer Kindheit bereits an sportlichen Aktivitäten teilnahmen glücklicher und ungehemmter waren, als die die in ihrer Kindheit keinen Sport betrieben hatten.

Jenseits der Studien, die berichten, dass behinderte Kinder im Allgemeinen geringere Körper-Selbst-Konzepte aufweisen, gibt es noch viel zu wenig Forschung rund um dieses Thema. Es sind weitere Studien notwendig, um genauere Zusammenhänge zwischen den Variablen Alter, Geschlecht und Art der Behinderung zu ermitteln. Des weiteren sollten zukünftige Untersuchungen auch anstreben Schulungsprogramme zu verbessern bzw. zu entwickeln um behinderte Menschen zur Entwicklung eines positiven und gesunden Körper-Selbst-Konzepts zu unterstützen.

3. Die Beziehung zwischen Körper-Selbst-Konzept und Essstörungen

Neueste Studien machen deutlich, dass ältere Jugendliche mit Essstörungen schon im Kindesalter mit ungesunden Diätpraktiken Erfahrungen gemacht haben. Collins (1991) zeigte Kindern der 1.-3. Schulstufe Zeichnungen von menschlichen Körpern verschiedener Formen. Obwohl viele Kinder die durchschnittlichen Körperformen als repräsentativ für sich selbst ausgesucht hatten, haben 41% der Mädchen und 30% der Jungen dünnere Körperformen als ihre Idealfigur gewählt. Mellin (1988) befragte 9-jährige normalgewichtige und übergewichtige Mädchen über ihre Einstellungen und Verhaltensweisen bezüglich Diäten und fand heraus, dass 1/3 der gesamten Stichprobe schon Erfahrungen mit der Angst zuzunehmen, eingeschränktem Essverhalten, binge-eating (Fress-Attacken) und Abführmitteln hatten. Maloney et al (1994) untersuchte Kinder der 3-6. Schulstufe mittels ChEAT (Childrens' s Eating Attitude Test-26, Mallony et al, 1988) und fand heraus, dass 7% der befragten Kinder im Anorexia nervosa Bereich punkteten. Des weiteren berichtet er, dass Kinder gezielt ihre Diäten modifizieren und auch exzessiven Sport betreiben um ihre gewünschte Körperform zu erreichen. Solche Verhaltensweisen können in ernsthaften gesundheitlichen Problemen enden.

Neben den überraschenden Ergebnissen, die in diesem Gebiet gefunden wurden und der Tatsache dass Jugendlichen schon in sehr frühen Jahren mit verschiedensten Diäten beginnen, gibt es noch sehr wenige Studien, die darauf abzielen, die Ursachen für diese Verhaltensweisen zu finden. Außerdem könnten zukünftige Studien über Kinder, die sich ihrer Körperform erst bewusst werden und gerade beginnen sie verändern zu wollen, frühere Diagnosen bezüglich Essstörungen zu ermöglichen und helfen Strategien dagegen zu entwickeln.

Abschließende Bemerkungen

Der Großteil der Literatur, die in diesem Kapitel zitiert wird, stammt aus den 1960er und 1970er Jahren. Diese Tatsache stellt ein großes Problem dar, da sich in der Zwischenzeit der gesellschaftliche Druck und gesellschaftliche Einflüsse erheblich verändert haben. Dies beweisen zahlreiche Modezeitschriften, in denen man die drastischen Veränderungen der Models in den letzten 30 Jahren beobachten kann. Thompson (1980) untersuchte Aktfotos der amerikanischen Zeitschrift *Playboy* zwischen 1960 und 1978 und stellte fest, dass die Models im Laufe dieser 18 Jahre immer dünner wurden. Bruch (1978) weist darauf hin, dass die Vorstellungen und Vorgaben der Modeindustrie, Gewichtskontrolle (als Äquivalent zu Selbstkontrolle) führe zu Schönheit, besonders leicht anfällige Jugendliche beeinflussen könnte. Aber wie aus dem oberen Text ersichtlich ist, sind nicht nur Jugendliche betroffen. Die Beeinflussung durch die Medien fängt schon im Kindesalter an. Feldman, Feldman und Goodman (1988) bestätigen in ihrer Studie, dass Kinder durch die kolportierten Schönheitsideale beeinflusst werden und dass Mädchen bereits vor der Pubertät Dünne sein als erwünschenswert betrachten. Daher sollte diesem gesteigerten gesellschaftlichem Druck, unbedingt die Idealfigur erreichen zu müssen, viel mehr Aufmerksamkeit geschenkt werden, da er bereits sehr junge Kinder beeinflusst potentiell gefährliche Diätpraktiken durchzuführen.

Ergänzende Erweiterungen der Referentin

4. Das mediale Bild des Mannes

Bisher ging es in der Forschung über Körperbilder hauptsächlich um weibliche Belange in diesem Gebiet (z.B. Groesz, Levine & Murnen, 2002; Cash & Pruzinsky, 2002). Neueste Studien zeigen aber, dass auch Männer sehr unzufrieden mit ihrem körperlichen Erscheinungsbild zu sein scheinen, da sie sich einen größeren Anteil an Muskulatur und einen geringeren Körperfettanteil wünschen (Pope & Gruber et al, 2000; Olivardia et al, 2004). Diese Diskrepanz zwischen ihrer realen Körperform und ihrem Idealbild kann zu gesundheitlichen Problemen, Depressionen, Vermindertem Selbstwertgefühl und auch zum Missbrauch leistungsfähigkeitsteigernder Substanzen führen (Olivardia et al, 2004; Ricciardelli & McCabe, 2004) führen.

Mögliche Ursachen für die steigende Unzufriedenheit der Männer mit ihren Körpern könnten soziale Vergleichsprozesse und Medienberichte sein, die immer mehr idealisierte Körperbilder von Männern anpreisen (Pope, Olivardia, Gruber & Borowiecki, 1999).

Frühere Studien zeigten, dass Frauen und Männer nach unterschiedlichen Kriterien ihren Körper bewerten. Das wichtigste Kriterium, nach denen Frauen ihren (körperlichen) Selbstwert richten ist das der physischen Attraktivität, bei Männern jenes der Instrumentalität (z.B. Lerner, Orlos & Knapp, 1976). Kilbourne (2000) behauptet, dass der Stellenwert der körperlichen Attraktivität bei Frauen aus dem Hervorstechen der gesellschaftlichen Ideale aus den Medien, die das Bild der Frau als Objekt fördern, entsprungen sei. Demzufolge behaupten die Autoren dieses Artikels, dass die körperliche Unzufriedenheit der Männer einhergeht mit dem Wandel des von den Medien gezeigten Körperbildes, nämlich von einem instrumentellen hin zum ästhetischen Idealbild. Daher ist der Zweck ihrer Untersuchung den Wandel der männlichen Körperkonzeptualisierung in den

Medien aufzuzeigen und zu prüfen in wie weit die Körper - Konzeptualisierung der Männer ihre Selbstbewertung beeinflusst.

A) Anzeichen der körperlichen Unzufriedenheit

Nach Garner (1997) hat sich die Unzufriedenheit der Männer mit ihrem körperlichen Erscheinungsbild in den letzten 30 Jahren verdreifacht (15% 1972 – 43% 1997). Dieses Phänomen betrifft Männer aller Altersklassen und lässt sich auch nicht auf bestimmte Länder oder Kulturen festsetzen.

Die, durch die wahrgenommene Diskrepanz entstandene, Jagd nach dem körperlichen Idealbild kann sich in verschiedensten Weisen manifestieren. Zum Beispiel in Essstörungen. Laut APA (2000) beträgt der männliche Anteil der essgestörten Bevölkerung 10%. Des Weiteren versuchen Männer auch vermehrt durch das Rauchen und verschiedenste Diäten ihren Körperfettanteil zu reduzieren und durch Leistungsfähigkeitssteigernde Substanzen (z.B. Kreatin, anabole Steroide; Olivardia et al, 2004) ihren Muskelanteil zu erhöhen. Dem National Institute of Health (1999) zufolge nehmen 2.9% der 18-jährigen Steroide, um ihre Körperform zu verändern!

B) Die Rolle der medialen und sozialen Vergleiche

Nach Festinger (1954) strebt der Mensch danach sich selbst zu Beurteilen. Fehlen ihm jedoch die, für den Bewertungsprozess notwendigen objektiven Kriterien, vergleicht er sich eben mit anderen Menschen. Je nachdem ob der Betreffende in den, für seinen Vergleichsprozess wichtigen Kriterien, benachteiligt ist, oder eher Vorteile hat, fühlt er sich durch den Vergleich schlechter bzw. besser. Vergleicht er sich also mit Männern aus den Medien (Models, Schauspieler), deren Körper den Idealbildern entsprechen, ist es sehr wahrscheinlich, dass er zunehmend unzufriedener mit sich selbst wird. Nach Pope et al (1999) haben die Körper dieser leicht zugänglichen Idealbilder mit der Zeit an Muskulatur gewonnen und an Körperfett verloren. Das bedeutet, dass Männer (ebenso wie Frauen) zunehmend Idealbildern ausgesetzt werden, die sie auf natürliche Art und Weise gar nicht erreichen können.

Die Konsequenzen dieser Veränderungen hat man in zahlreichen Studien bestätigt. Nach Botta (2003) liegt eine positive Korrelation zwischen der Betrachtung von medialen Idealbildern und körperliche Unzufriedenheit vor. Zum Beispiel haben Morrison et al (2003) herausgefunden, dass das Lesen von Fitness-Magazinen (z.B. Men's Fitness, Flex, Muscle & Fitness) positiv mit dem Wunsch einen größeren Körpermuskelanteil zu erreichen und der Entwicklung von Essstörungen (Morry & Staska, 2001) korreliert. Zusätzlich steigt die Bereitschaft auch für die Einnahme von Tabletten und anderen Supplementen um die gesetzten Ziele zu erreichen. Interessanterweise besteht aber ein Unterschied ob man die Artikel in solchen Zeitschriften liest und sich inhaltlich damit auseinandersetzt, oder man sich bloß die abgebildeten Models bzw. Sportler ansieht. Denn wenn sich die Leser auf den Inhalt der Texte konzentrieren steigt die Wahrscheinlichkeit, dass sich sie sich zufriedener mit ihren Körpern fühlen und weniger gefährdet sind Essstörungen zu entwickeln (Botta, 2003). Es scheint aber auch ausschlaggebend für den Grad der negativen Wirkungen, die solche Magazine auslösen können, zu sein, in wie weit die Leser schon im Vorfeld unzufrieden mit ihrem Körper waren (Arbour & Ginis, 2006).

C) Körper – Konzeptualisierung

Eine wichtige Frage rund um das Thema des medialen Einflusses auf die körperliche Unzufriedenheit der Männer ist, ob die negativen Konsequenzen der medialen Stimulation wirklich auf die dargestellten Körper, oder in der Art und Weise WIE diese Körper dargestellt, (d.h. konzeptualisiert) werden, zurückzuführen sind.

Franzoi (1995) schlägt zwei grundlegende Wege vor, wie man den Körper konzeptualisieren könnte. Der eine Weg sei „body-as-process“, bei dem der Körper als funktionelle Maschine gesehen wird und die Gewichtung eher in seiner Instrumentalität als in seiner Schönheit zu suchen sei (z.B. der Zweck größerer Muskeln ist die Kraftsteigerung). Den anderen Weg der Körperkonzeptualisierung nennt er „body-as-object“. Hier wird der Körper als ein aus Einzelteilen bestehendes Ganzes gesehen, wobei die Einzelteile nach ästhetischen Eigenschaften bewertet werden (z.B. ein großer Bizeps wird nicht mit Kraft in Verbindung gebracht, sondern nach ästhetischen Merkmalen beurteilt). Die Autoren dieses Artikels glauben, dass die Art und Weise wie ein Körper in den Medien konzeptualisiert wird einen großen Einfluss darauf hat, worauf der Leser seine Aufmerksamkeit lenkt und was die Grundlage seiner Selbstbeurteilung bildet.

D) Studien zur Körperkonzeptualisierung

Studie 1

Die erste Untersuchung beschäftigt sich mit der Veränderung der Körper-Konzeptualisierung männlicher Models in den Inseraten der zweitgrößten amerikanischen Zeitschrift *Sports Illustrated* der letzten 30 Jahre. Die Autoren begründen ihre Wahl der Zeitschrift damit, dass ihre Leserschaft zu 80% männlich ist (Raskopf, 2005)

und mit der Tatsache, dass sie eine sehr hohe Dichte von Werbeeinschaltungen besitzt (PIB/TSN Media Intelligence, angeführt in *Adweek*, 2005). Der Anteil an vollseitigen Werbungen beträgt nämlich 40%!

Ihre erste Hypothese lautet, dass sich die Kozeptualisierung des männlichen Körpers in den letzten 30 Jahren von einem „body-as-process“ zu einem „body-as-object“ verlagert hat. Dafür verwenden sie 23 Hefte aus den Jahren 1975-2005.

Um die Variable Körper-Kozeptualisierung zu operationalisieren kreierten sie, ausgehend von Francoi's (1995) „body-as-process“ und „body-as-object“, sieben unterschiedliche Messgrößen, die im Folgenden kurz beschrieben werden sollen.

1. „Level of activity“ – berichtet über den Grad an Aktivität, das von dem Model gezeigt wird. Hohe Werte bedeuten ein hohes Mass an „body-as-process“, niedrige Werte deuten auf eine Erscheinung als „body-as-object“ des Modells hin.
2. „Level of pose“ – bezeichnet den Grad der Natürlichkeit mit der das Model in der Annonce dargestellt wird. Ein eher unnatürlich dargestelltes Model würde eher nach ästhetischen Kriterien dargestellt werden (body-as-object), wohingegen ein natürliches Bild des Models weniger Aufmerksamkeit auf seine äußere Erscheinung lenken würde.
3. „Use of advertised item“ – deutet darauf hin, in wie weit das Model das beworbene Produkt benutzt. Ein Model, dass das Produkt in der Anzeige nicht direkt benützt, dient eher einer ästhetischen Requisite (body-as-object), wohingegen eine Benützung des Produktes auf dessen Fähigkeiten schließen lässt (body-as-process).
4. „Nudity“ – bezeichnet den Grad der Nacktheit des Models. Ein Model, dass wenig anhat, erlaubt dem Betrachter seine ästhetische Erscheinung zu beurteilen (body-as-object), wohingegen ein bedecktes Model eher auf das Produkt hinweist (body-as-process).
5. „Fragmentation“ – damit ist gemeint inwiefern nur einzelne Körperteile gezeigt werden bzw. ob das Model ohne Kopf dargestellt wird (body-as-object).
6. „Eye-gaze“ – bezeichnet die Blickrichtung des Models. Wenn die Blickrichtung nicht beurteilt werden kann (weil die Augen bedeckt sind, bzw. der Kopf verdreht ist), deutet dies auf eine mangelnde Subjektivität des Models hin (body-as-object).
7. „Object representation“ – berichtet darüber, ob der Körper des Models benützt wird, um die Größe, Gestalt oder Form eines Objektes –wie das des Produktes- anzunehmen.

Ergebnisse

In den Variablen „fragmentation“ und „eye-gaze“ wurden in den letzten 30 Jahren signifikante Veränderungen in Richtung „body-as-object“ gefunden. Bei der Variablen „use of advertised item“ wurde ein abfallender Trend bestätigt. In „nudity“ wurde bis zu den 1990er Jahren ein aufsteigender Trend in Richtung „mehr Nacktheit“ und danach ein langsamer Abfall verzeichnet. Interessanterweise fand man bei „Level of activity“ zu den 1990er Jahren hin einen aufsteigenden Trend, der danach wieder abfiel. Die Variablen „object representation“ und „level of pose“ wurden mangels an Vorkommen bzw. Reliabilität von der Messung ausgeschlossen.

Studie 2

In der zweiten Studie ging es darum herauszufinden, ob die Körper-Kozeptualisierung tatsächliche Effekte auf Selbstbewertungsprozesse hat. Dafür wurden 107 männliche Schüler (mittleres Alter war 12.51 Jahre) zufällig zu zwei Versuchsgruppen mit den Bedingungen „body-as-process“ bzw. „body-as-object“ und einer Kontrollgruppe zugeordnet. In den Versuchsbedingung wurden den Vpn, für die jeweilige Bedingung charakteristische, Idealbilder und Werbesprüche vorgelegt, die von unabhängigen Bewertern nach den oben genannten Kriterien ausgesucht wurden (z.B. hatten die Models der „body-as-object“ Bedingung im Vergleich zur „body-as-process“ Bedingung mehr Muskeln, weniger Körperfettanteil und wurden als attraktiver und maskuliner eingestuft). Der Kontrollgruppe wurden Bilder von elektronischen Geräten vorgelegt.

Danach wurden die Vpn gebeten zwei Fragebögen auszufüllen, um fragliche psychische Konsequenzen der Darstellungen aufzuzeigen. Die Autoren benutzten die „Current Thought Scale“ (Heartherton & Polivy, 1991) um das Selbstwertgefühl der Teilnehmer zu messen und den „Depression-Dejection-Questionnaire“ (mcNair, Lorr & Droppleman, 1992) um ihre Stimmungslage zu erfassen. Es wurde angenommen, dass die Teilnehmer an der „body-as-process“-Bedingung und der „body-as-object“-Bedingung niedrigere Werte in Selbstwert-Skala erzielen würden als die Kontrollgruppe und dass die Teilnehmer der „body-as-object“-Bedingung die niedrigsten Werte erzielen würden. Für die Depressions-Skala wurde angenommen, dass die Teilnehmer der „body-as-process“-Bedingung die niedrigere Werte als die Teilnehmer der „body-as-object“ erzielen würden.

Des weiteren wurden die Teilnehmer gefragt, was sie liebsten an sich ändern würden, um ihre Ideale zu erfassen. Es wurde angenommen, dass die vorige Bedingung, denen die Vpn zugeordnet wurden, erheblichen Einfluss darauf hätte, welche Ideale sie angeben würden.

Ergebnisse:

Auf die Variable Selbstwert hatten die Versuchsbedingungen einen signifikanten Effekt. Die Vpn der Bedingung „body-as-process“ hatten signifikant höhere Werte als Vpn der Bedingung „body-as-object“ und auch teilweise als die Vpn der Kontrollbedingung.

Auf die Variable Depression hatten die Versuchsbedingungen ebenfalls einen signifikanten Effekt. Versuchsteilnehmer der „body-as-process“ Bedingung hatten signifikant niedrigere Werte als die Vpn der „body-as-object“ Bedingung und auch als die Kontrollgruppe.

Die Befragung nach den Idealen brachte geringfügig signifikante Unterschiede zwischen den drei Gruppen. Interessanterweise wünschten sich beide Versuchsgruppen Ideale, die auf die äußere Erscheinungsform bezogen waren, jedoch war dies bei der „body-as-object“ Bedingung stärker der Fall. Die Kontrollgruppe nannte am meisten „andere“ Ideale, also weder auf die Erscheinungsform bezogene noch auf Leistungsfähigkeit bezogene Ideale.

Persönliche Stellungnahme

Der Wandel, der in unserer Gesellschaft voranschreitet und die Rolle der Medien, die ihren Beitrag zu diesem Wandel leistet, lässt sich nicht länger abstreiten. Die Ergebnisse beider Studien zeigen deutlich, dass wir viel achtsamer, aufmerksamer und vor allem kritischer demgegenüber sein sollten, was wir täglich so an medialen „Schwachsinn“ konsumieren, denn dieser Schwachsinn kann sehr gefährliche Auswirkungen haben. In unserer Zeit, wo die freie Meinungsäußerung gilt, kann man niemandem vorschreiben wie Werbung u.ä. gestaltet werden sollte. Aber es könnte wenigstens für diejenigen Medien und Produkthersteller, die eine jüngere Zielgruppe ansprechen möchten Richtlinien geben (so wie eine Art Jugendschutzgesetz), wonach sie ihre Inhalte gestalten sollten, um Kinder und Jugendliche nicht noch mehr zu gefährden. Darüber hinaus sollte mehr Aufklärungsarbeit - für Kinder und Eltern - zu diesem Thema gemacht werden, um die Gefahren sozusagen schon im Keim zu ersticken und die Kinder zu einem gesünderen Lebensstil (gesunde Ernährung und Sport) zu animieren.

Meiner persönlichen Ansicht hat dieser Modetrend nach dem Motto „je dünner, desto besser“ sehr viel mit unserer Überfluss-Gesellschaft zu tun. Denn dort, wo die Lebensmittel schon beinahe eine bizarre Vielfalt annehmen und man die Möglichkeit hat beinahe rund um die Uhr bei dem kleinsten Hungergefühl aus einer Vielzahl von Speisen und Getränken zu wählen (z.B. durch Bestellservice), gilt man als etwas ganz besonderes, wenn man in der Lage ist auf diese Dinge zu verzichten. Neben der Tatsache, dass man durch dieses Verhalten aus der (übergewichtigen) Masse heraussticht und dadurch Aufmerksamkeit bekommt, verspürt man selbst auch so eine Art Stolz über die eigene Selbstdisziplin. Dadurch stellt sich aber für mich die Frage, wo die Grenze zum pathologischen zu ziehen ist und warum so viele Menschen bereit sind solche Entbehrenungen auf sich zu nehmen. Dient dieses Verhalten als Kompensation für etwas was in ihrem Inneren fehlt, dass, so ähnlich wie Übergewichtige „aus Kummer“ essen, dünne Menschen „aus Kummer“ hungern? Dieses Thema ist sehr komplex und es ist unmöglich eine globales Urteil über die wahren Hintergründe dieses voranschreitenden Modetrends zu fällen. Was jedoch offensichtlich ist, ist dass die Medien für die Verbreitung dieses Trends keine unwesentliche Rolle spielen.

Literatur

I. Körperliches Selbstkonzept

Bracken B.A. (ed.) (1996). *Handbook of Self-Concept: Developmental, Social and Clinical Considerations*. New York: Wiley. S 374-393

Fels, K. (2005). Schönheit im Wandel der Zeit. <http://www.scinexx.de/dossier-detail-240-8.html> [01.07.05].

II. & III. Schönheitspolitik und Patriarchat I & II

Brown Travis, Ch. & Meginnis-Payne, K. L. (2001). Beauty Politics and Patriarchy. *Encyclopedia of Women and Gender*, Vol 1, S.189-200

IV. Einflüsse auf das Körperbild

Dove Beauty Studie über Schönheitsideale. (2004) Retrieved April 24, 2008, from <http://www.initiativefuerwahreschoenheit.de/supports.asp?id=2114&length=short§ion=campaign>

Dove. Internetpräsenz der Firma. (n.d.) Retrieved April 24, 2008 from http://www.dove.de/de_de/de_de/flash_content.html

Dove. Jenseits von Stereotypen: Das neue Verständnis von Schönheit. (n.d.) Retrieved April 24, 2008 from <http://services.dove.de/nike/dieaktion/studie/>

Schoenberg, J., Salmond K., Fleshman P. (2000). Research Review of Weighing in: Helping Girls Be Healthy Today, Healthy Tomorrow. Retrieved April 24, 2008 from http://www.girlscouts.org/research/publications/reviews/weighing_in.asp

Smolak, L. & Striegel-Moore, R.H. (2001). Body Image Concerns. In J. Worell (Hrsg.), *Encyclopedia of Women and Gender* (S. 201-210). San Diego: Academic Press

The Real Truth about Beauty: A Global Report. (2004) Retrieved April 24, 2008 from <http://www.initiativefuerwahreschoenheit.at/supports.asp?id=1636&length=short§ion=campaign>

V. Körper und Identität

Adatto, M. (1993). *Lebendige Haut. Schmucktätowierung und Dermatologie*. Basel: Steinkopff

Davis, K. (1995) *Reshaping the Female Body. The Dilemma of Cosmetic Surgery*. New York/London: Routledge

Ensel, A. (1996). *Nach seinem Bilde. Schönheitschirurgie und Schöpfungsphantasien in der westlichen Medizin*. Bern: eFeF

Gilman, Sander, L. (1998) *Creating Beauty to Cure the Soul. Race and Psychology in the Shaping of Aesthetic Surgery*. Durham, London: Duke University Press

Haiken, E. (1997). *Venus envy. A History of Cosmetic Surgery*. Baltimore/London: Johns Hopkins University Press

Rohr, E. (Hrsg.). (2004). *Körper und Identität. Gesellschaft auf den Leib geschrieben*. Königstein/Taunus: Ulrike Helmer Verlag

Sachsse, U. (2000). Selbstverletzendes Verhalten? Somatopsychosomatische Schnittstelle der Borderline-Persönlichkeitsstörung. In F. Otto (Hrsg.), *Handbuch der Borderline Störungen* (S. 347-370), Stuttgart: Schattauer

American Medical Association Virtual Monitor (2003). Teenagers and plastic surgery [online]. URL: http://www.breastimplantinfo.org/what_know/teencosurgery.html [12.01.2003]

Schönheit und Medizin (2004). Wenn Eltern ästhetisch-plastische Eingriffe per Schönheitsoperationen bei ihren Kindern wünschen [online]. URL: <http://www.schoenheit-und-medizin.de/news/aesthetische-chirurgie/schoenheitsoperationen-kinder.html> [23.09.2004]

Stern (2008). Keine Schönheits-OP für Jugendliche [online]. URL: <http://www.stern.de/wissenschaft/medizin/617955.html?q=sch%F6nheit> [21.04.200]

Wikipedia (2008). Selbstverletzendes Verhalten [online]. URL: http://de.wikipedia.org/wiki/Selbstverletzendes_Verhalten [15.04.2008]

VI. Körper selbstwahrnehmung und Körper selbstbild

Christoph-Dornier-Klinik. (2008). *Christoph-Dornier-Klinik für Psychotherapie*. Abgerufen am 23. April 2008 von Häufigkeit, Verlauf und Folgen der Magersucht: http://www.c-d-k.de/psychotherapie-klinik/Stoerungen/anorexie_verlauf.html

DSM-IV-TR. (2000). *DSM-IV, Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fourth Edition*. Abgerufen am 23. April 2008 von BehaveNet®, Clinical Capsules™: <http://www.behavenet.com/capsules/disorders/anorexia.htm>

Hans, B. (15. August 2007). *Thinderella aus dem Netz*. Abgerufen am 23. April 2008 von Spiegel Online: <http://www.spiegel.de/schulspiegel/leben/0,1518,489275,00.html>

Kirkwood, R. (2005). Support choice, support people: An argument for the study of pro-anorexia. *Atena*, 25, 117-129.

Mohr, R. (2005). *Adipositas - Ätiologie, Diagnostik und Therapie*. Abgerufen am 22. April 2008 von www.adipositas-online.de: <http://www.adipositas-online.de/diaet-abnehmen-6.htm>

Smolak, L., & Striegel-Moore, R. H. (2001). Body Image Concerns. In J. Worell, *Encyclopedia of Women and Gender* (S. 201-210). San Diego: Academic Press.

Wikipedia. (16. April 2008). *Essstörung*. Abgerufen am 23. April 2008 von Wikipedia-Die freie Enzyklopädie: <http://de.wikipedia.org/wiki/Essst%C3%B6rung#Pica-Syndrom>

Wikipedia. (11. April 2008). *Pro-Ana*. Abgerufen am 23. April 2008 von Wikipedia- Die freie Enzyklopädie: <http://de.wikipedia.org/wiki/Pro-Ana>

Zimbardo, P. G., & Gerrig, R. J. (2004). Psychologie der Nahrungsaufnahme. In P. G. Zimbardo, & R. J. Gerrig, *Psychologie* (S. 512-519). München: Pearson Studium.

VII. Entwicklungsorientierte, soziale und klinische Überlegungen

Bracken, B.A. (ed.) (1996). *Handbook of Self-Concept: Developmental, Social, and Clinical Considerations*. New York: Wiley. S. 382-389

Farquhar, J. C. & Wasylkiw L. (2007): Media Images of Men: Trends and Consequences of Body Conceptualization. *Psychology of Men & Masculinity*, 8, 145-160