

Informationsunterlage zur Pressekonferenz „Bodyshaming“ mit Frauenstadträtin Mag.<sup>a</sup> Eva Schobesberger, Dr.<sup>in</sup> Doris Formann (Geschäftsführung PROGES) und der Frauenbeauftragten der Stadt Linz Mag.<sup>a</sup> Jutta Reisinger am Mittwoch, 7. November 2018, um 11 Uhr, im Alten Rathaus, 4. Stock, Pressezentrum

---

## **Bodyshaming: Wie beleidigende Postings Mädchen krank machen**

### **Frauenbüro finanziert Präventions-Workshops des Gesundheitsdienstleisters PROGES**

Sich in der eigenen Haut wohlfühlen, sich akzeptieren, ist oft nicht so einfach, wie es klingt. Wir werden auf verschiedensten Kanälen überflutet mit Schönheitsidealen, die sich einprägen. „Diese ‚perfekte Illusion‘ ist meist meilenweit von der Realität entfernt – und nur auf das Äußere reduziert. TV-Formate wie Modelcastings üben einen immensen Druck auf junge Mädchen aus. Abwertende Kommentare von Mitschülerinnen und Mitschülern können dann eine Negativspirale in Gang setzten“, stellt Stadträtin Mag.<sup>a</sup> Eva Schobesberger fest. Mädchen in ihrem Selbstbewusstsein zu stärken ist das gemeinsame Ziel des Gesundheitsdienstleisters PROGES und des Frauenbüros. Dafür entwickelte PROGES spezielle Präventions-Workshops für Schulen unter dem Titel „Entzauberung 4.0 – die Illusion von Schönheit und Scham“.

Das städtische Frauenressort finanziert zwölf Workshops für Neue Mittelschulen in Linz für dieses Schuljahr inklusive der Folgeworkshops. Insgesamt 144 Schülerinnen nahmen daran bereits im vergangenen Schuljahr teil. Das Programm richtet sich an Mädchen von zehn bis 14 Jahren. In dem fünfstündigen Grundworkshop setzen sich PsychologInnen mit den jungen Frauen kritisch über gängige Körpernormen und Schönheitsideale auseinander. In den Folgeworkshops nimmt auch eine Fotografin teil, die erklärt, wie und warum Stars auf die eine oder andere Weise dargestellt werden. Wie Aufnahmen durch Bildbearbeitungsprogramme manipuliert werden können.

## **Was ist Bodyshaming – was macht es**

Wenn sich jemand negativ, abwertend und diskriminierend über Figur, Körper, Gewicht oder Größe einer Person äußert, wird das als Bodyshaming bezeichnet. Es geht um beleidigende Äußerungen und Kränkungen in Social-Media-Kanälen wie Facebook oder Instagram, die von Jugendlichen häufig benutzt werden. Sie setzen Jugendliche unter Druck, vor allem Mädchen sind von Kritik über ihr Aussehen häufiger betroffen als Burschen.

Bodyshaming ist vor allem bei Mädchen im Alter von zehn bis 14 Jahren ein immer stärker um sich greifendes Phänomen. Sie wenden viel Zeit auf, um sich selbst zu optimieren – und zu kritisieren. Großes Thema ist das Gewicht – 80 Prozent würden gerne dünner sein. Dazu kommt, dass die Pubertät als Umbruchphase bei Mädchen wesentlich prägnanter ausfällt als bei Buben.

Bodyshaming führt dazu, dass sich die Menschen selbst verleugnen und abwerten, es kommt zu physischen und psychischen Folgeerscheinungen, die im schlimmsten Fall krankhaft werden.

## **Körperbilder & Bodyshaming**

Die Zeit der Pubertät zeichnet sich durch radikale körperliche und psychische Veränderungen aus. Diese Umbruchphase ist bei Mädchen weitaus transparenter und offensichtlicher als bei Jungen. Das beinhaltet ein gewisses Problempotenzial und bedarf ein hohes Maß an Selbstwirksamkeit. Wöchentlich werden wir mit zweitausend bis fünftausend Bildern von digital manipulierten Körpern konfrontiert.

Der negative mediale Einfluss von Bildern, Musikvideos, TV-Formaten wie Modelcastings, die künstliche und ungesunde Darstellung von weiblichen „Schönheiten“ auf das Selbstwertgefühl der Mädchen, jungen Frauen und Frauen ist unbestritten und wissenschaftlich belegt. 40 bis 70 Prozent der Mädchen zwischen 12 und 16 Jahren sind mit zwei oder mehr Bereichen ihres Körpers unzufrieden, 50 bis 80 Prozent der Mädchen und jungen Frauen möchten dünner sein, 20 bis 60 Prozent der adoleszenten Mädchen machen Diäten. Rund 15 Prozent der befragten Schülerinnen und Schüler fühlen sich zu dünn und 39 Prozent zu dick, wobei laut erhobenen Daten nur 15 Prozent als übergewichtig oder adipös einzustufen sind. 37 Prozent der Jugendlichen meinen Abnehmen zu müssen, beziehungsweise sind auf Diät.

Erschreckend auch die Tatsache, dass mehr als die Hälfte der jungen Frauen im Teenageralter ungesunde, teils gefährliche Maßnahmen zur Gewichtskontrolle und -reduktion anwenden.

Ein negatives Körperbild kann bei Mädchen und Jungen daher unter anderen Folgewirkungen auf Diätverhalten, Störungen des sexuellen Erlebens, soziale Ängsten, den Anstieg von psychischen Erkrankungen wie Depressionen und Essstörungen sowie den Anstieg von Schönheitsoperationen haben.

So liegt es nahe, dass Mädchen und Jungen ein Mehr an Unterstützung im Umgang mit den körperlichen Veränderungen während der Pubertät benötigen, um dem vermittelten Schönheitsideal kritisch und reflektiert gerecht zu werden.

## **Cybermobbing**

Bodyshaming ist ein Aspekt des Cybermobbings. Cybermobbing hat sich zu einem gesellschaftlichen Phänomen entwickelt und die Bekämpfung wird zunehmend schwieriger, weil die Online-Aktivitäten von Kindern und Jugendlichen schlechter kontrollierbar sind.

Es handelt sich dabei um eine spezielle Form von Gewalt und ein überaus schadhaftes, antisoziales Verhalten mit lang anhaltenden und weit reichenden negativen Folgen.

35 Prozent der befragten Schülerinnen und Schüler der WHO-HBSC-Survey (Health Behaviour in School-aged Children Study) 2014 gaben an, sich laut Selbstbericht in den letzten paar Monaten zumindest einmal am Schikanieren beziehungsweise Bullying von Mitschülerinnen und Mitschülern beteiligt zu haben. 32,5 Prozent berichten, zumindest einmal Opfer von Bullying-Attacken geworden zu sein, wobei 14,1 Prozent der Befragten wiederholtem Bullying ausgesetzt waren.

## **Workshop Entzauberung 4.0 – die Illusion von Schönheit und Scham**

Der Gesundheitsdienstleister PROGES ist für dieses Angebot ein kompetenter Partner.

„Wir denken und handeln interdisziplinär und verfügen über langjährige Erfahrungen in der Arbeit mit Menschen, insbesondere auch Mädchen. Daraus ist dieses präventive und maßgeschneiderte Workshop-Angebot für Schulen entstanden“, so Geschäftsführerin Dr.<sup>in</sup> Doris Formann zum präventiven Programm.

In diesen vom Frauenbüro geförderten Präventionsworkshops bilden maximal zwölf Mädchen eine Gruppe, die im Grundmodul gemeinsam mit einer Psychologin in einem vertrauten, wertschätzenden Rahmen Inhalte erarbeiten:

- Soziometrische Aufstellungen zum Sichtbarmachen der Vielfalt und Komponenten der Gesundheit
- Kritische Betrachtung von Frauenmagazinen anhand vorgegebener Fragestellungen
- Körnernormen und Schönheitsideale
- Selbstdarstellung auf Social Media und Bodyshaming
- Wie kann ich mich vor dem Einfluss schützen und mein Selbstbewusstsein stärken
- Cybermobbing
- Sammeln von anonymen Erfahrungen als Betroffene/Täterin

Im zweiten Modul findet die Reflexion der Themenbereiche statt, die im 1. Modul behandelt wurden. Hier können sich die Mädchen über ihre individuellen Schwerpunkte austauschen. Das kann wie folgt aussehen:

- „Das hat mich vom letzten Mal noch länger beschäftigt!“
- „Hier bemerkte ich positive Veränderungen bei mir selbst und im Umgang mit anderen!“



Darüber hinaus werden gemeinsam mit einer Fotografin Bildinszenierungen hinterfragt und die vielfältigen Möglichkeiten von Bildbearbeitungsprogrammen aufgezeigt.

[www.linz.at/frauen](http://www.linz.at/frauen)

[www.proges.at](http://www.proges.at)