

## ***Schlankheitswahn* Schönheit um jeden Preis?**

**Fast ein Drittel der Jugendlichen zwischen 13 und 16 Jahren sind unzufrieden mit der eigenen Figur. Oft mündet der Schlankheitswahn in Ess-Störungen. Wie können Jugendliche lernen, dass jeder Mensch auf seine Art schön und attraktiv ist?**

Traumberuf Model: Für viele junge Mädchen ein wünschenswertes Ziel. Voller Bewunderung orientieren sie sich an den Superschlanken, die allgegenwärtig in Modezeitschriften, im Fernsehen oder auf Plakatwänden zu sehen sind. Dünn und schön scheint hier mit Erfolg und Aufmerksamkeit gekoppelt zu sein - aber eben nur mit den richtigen Körpermaßen. Welches Mädchen aber kann sich mit den Models messen und was ist an denen überhaupt schön? Junge Mädchen, die sich an den Idealen der Modewelt orientieren, geraten in eine ständige Konkurrenzsituation. Denn über die Welt hinter diesen Kulissen, wie hart die Models arbeiten, um im Geschäft zu bleiben, wie sie ihren Körper ruinieren, um die Idealfigur zu behalten und mit welchen technischen Tricks ihr Aussehen getrimmt wird, darüber wird kaum öffentlich diskutiert. Fernsehsendungen, wie "Germanys Next Top Model" verklären diesen Traumberuf noch mehr. Denn auch hier werden nur Mädchen mit Idealmaßen gezeigt und von einer Jury bewertet. Und damit die Quote stimmt, müssen Tränen fließen, und das auf Kosten der Teilnehmerinnen, die geschickt inszeniert vor der Kamera beurteilt werden.

### **Ess-Störungen als häufige Konsequenz**

Studien belegen, dass fast ein Drittel der Jugendlichen zwischen 13 und 16 Jahren unzufrieden mit der eigenen Figur sind. Auch immer mehr junge Männer achten voller Sorge auf ihr Äußeres und wollen attraktiver sein. Und so gibt es Jungen, die bereits mit 12 Jahren eine Diät gemacht haben. Sogar sich operieren zu lassen, um vermeintlich schöner zu sein, ist für viele Jugendliche vorstellbar. Essstörungen sind häufig die Konsequenz, wenn sich der Wunsch nach dem Super-Idealgewicht mit der Realität nicht vereinbaren lässt. Deshalb brauchen Jugendliche Unterstützung, um ein gesundes Körpergefühl zu entwickeln. Gerade in der Pubertät, die geprägt ist von vielen Unsicherheiten, brauchen Mädchen und Jungs positive Vorbilder, die ihnen bei der Suche nach ihrer eigenen Identität helfen. Filmstars und Models bieten hier jedoch wenig Unterstützung.

### **Selbstvertrauen stärken**

Doch die Medien allein sind nicht die einzigen Auslöser, wenn Jugendliche einem Schlankheitswahn verfallen. Die familiäre Situation, die Freunde und das Umfeld können die Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper verstärken, können diese aber auch auffangen. Deshalb sollten Eltern mit ihren Kindern Schönheitsideale kritisch hinterfragen und selbst ein positives Vorbild geben. Vor allem müssen Jugendliche unterstützt werden, wenn sie für ihr Aussehen gehänselt werden. Wenn sie lernen, dass jeder Mensch auf seine eigene Art schön und attraktiv ist, dann wächst ihr Selbstvertrauen und sie lassen sich weniger einschüchtern. Eine offene Atmosphäre, vertrauensvolle Gespräche und das Stärken ihrer Fähigkeiten machen Kinder und Jugendliche selbstbewusst und unabhängig vom Einfluss der Medien.

#### *Weiterführende Informationen*

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung - Studie Schlankheitswahn [www.bzga.de](http://www.bzga.de) und Deutsche Gesellschaft für Essstörungen [www.dgess.de](http://www.dgess.de)

Quelle: [Bayerischer Rundfunk](http://www.br-online.de/br-alpha/elternsprechstunde/elternsprechstunde-kinder-erziehung-ID1223387570602.xml)  
<http://www.br-online.de/br-alpha/elternsprechstunde/elternsprechstunde-kinder-erziehung-ID1223387570602.xml>

aufgerufen am 02.02.2009