

Social Media und der perfekte Körper

Wie beeinflusst Social Media das Körperbild von Jugendlichen?

INFOS & METHODE

Warum die Studie?

Jugendliche sind heutzutage permanent online vernetzt und auf Plattformen wie Instagram und TikTok unterwegs. Durch die Flut an inszenierten Körperbildern werden junge Menschen zunehmend mit unrealistischen Schönheitsidealen konfrontiert. Daraus ergibt sich unsere Forschungsfrage.

Körperbild:

- individuelle Vorstellung über den eigenen Körper
- Bewertung, Einstellung & Wahrnehmung



Forschungsdesign:

Quantitative Methode

Fragebogen inkl. Textfragen

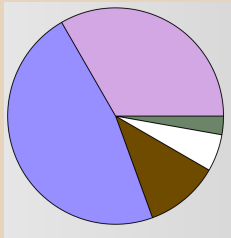
Auswertung des Fragebogens, Darstellung und Interpretation

n = 36 vollständige Ergebnisse

SuS 15-19 Jahre an Hamburger Schulen

ERGEBNISSE

Medienkonsum



Im Durchschnitt sind die Jugendlichen etwa 2,5 Stunden am Tag online.

Beliebteste Social Media Plattformen



Körperbilder

Wer hat den schönsten Körper?



Körperideal Frau:

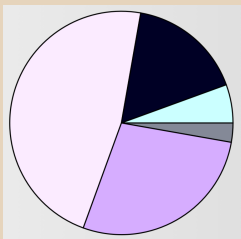
- schlank & sportlich
- Brüste & Po
- zu viele Muskeln, mager oder übergewichtig



Körperideal Mann:

- trainiert & muskulös
- zu viele Muskeln, mager oder übergewichtig

Körperzufriedenheit



92% der Jugendlichen wollen an ihrem Körper gerne etwas ändern!

„Manchmal wünschte ich, ich wäre etwas dünner und hätte größere Brüste“

Einfluss Social Media auf das Körperbild

„Ich vergleiche mich zwangsläufig täglich“

„Ohne Social Media würde man sich mehr akzeptieren.“

„Der Druck so auszusehen ist hoch“

„Ich fühle ich oftmals nach Nutzung von Insta schlecht, anstatt inspiriert.“

„Man sieht unrealistische Körper, die man nicht haben kann und das ist frustrierend.“

64% der Jugendlichen denken, dass sie ohne Social Media anders über ihren Körper denken würden!

FAZIT

- Soziale Medien verbreiten spezifisches Körperideal der Frau und des Mannes, welches die SuS auf Social Media täglich anschauen
- Jugendliche streben nach einem unerreichbaren Schönheitsideal und fühlen sich dadurch selber in ihrem eigenen Körper unwohl
- Zusammenhang zwischen Nutzungsdauer und Körperunzufriedenheit (Je länger die Dauer, desto unzufriedener mit dem eigenen Aussehen)
- Trotz des Bewusstseins über den negativen Einfluss, nutzen Jugendliche weiterhin soziale Medien
- -> Dringende Notwendigkeit, Jugendliche über ein gesundes Selbstbild aufzuklären
- -> Gezielte Interventionen im Schulunterricht

Literaturverzeichnis

Fardouly, J., Diedrichs, F. C., Vartanian, L. R., & Halliwell, E. (2015). Social comparisons on social media: The impact of Facebook on young women's body image concerns and mood. *Body Image, 13*, 38-45.

Gesundheitsförderung Schweiz (2018). Themenblatt: Positives Körperbild: Grundbegriffe, Einflussfaktoren und Auswirkungen.

Grabe, S., Ward, L. M., & Hyde, J. S. (2008). The role of the media in body image concerns among women: A meta-analysis of experimental and correlational studies. *Psychological Bulletin, 134*(5), 460-476.

Jotisa, B., Macosko, B., Daval, M., Rocher, B., & Grall-Bronnec, M. (2021). Social Media Use and Body Image Disorders: Association between Frequency of Comparing One's Own Physical Appearance to That of People Being Followed on Social Media and Body Dissatisfaction and Drive for Thinness. *Int. J. Environ. Res. Public Health, 18*(6), Artikel 2880.

Keery, H., van den Berg, P., & Thompson, J. K. (2004). An evaluation of the Tripartite Influence Model of body dissatisfaction and eating disturbance with adolescent girls. *Body Image, 1*(3), 237-261.

Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (2022). JIM-Studie 2022: Jugend, Information, Medien, 28-29.

Widmer Howald, F., Schär Gmelch, M., & Peterzell, M. (2018). Das Körperbild von Jugendlichen in der Schweiz - Studienergebnisse. *Praxis, 107*(14).

LITERATUR