

# frauen- körper

von optimierungswahn  
bis selbstliebe

if:faktum  
gleichstellung kompakt

# Venus von Willendorf

**Tanja Kopf**  
 Funktionsbereich  
 Frauen und Gleichstellung  
[tanja.kopf@vorarlberg.at](mailto:tanja.kopf@vorarlberg.at)

Mehr Infos:  
[www.vorarlberg.at/frauen](http://www.vorarlberg.at/frauen)  
[frauen.gleichstellung@vorarlberg.at](mailto:frauen.gleichstellung@vorarlberg.at)



Die Hüften sind stark, der Bauch steht hervor, das Gesäß ist ausgeprägt: Wer kennt sie nicht, diese wohl berühmteste Frauenskulptur der Welt. Elf Zentimeter groß und ungefähr 30.000 Jahre alt. Ihre Bedeutung ist nicht ganz geklärt, aber man verbindet mit ihr eine Göttin,

Urfrau oder Urmutter. Das ist sehr beruhigend für uns Frauen. Vor allem wenn wir an unser Aussehen denken.

Und darum geht es in der aktuellen Ausgabe des *ifaktum*, um Frauen und ihre Körper.

Da darf der geschichtliche Rückblick genauso wenig fehlen wie der Trend hin zu Schönheitsoperationen.

Wussten Sie, dass Frauen sich der Schönheit wegen sechsmal häufiger unters Messer legen als Männer?

Wie sich Körperoptimierungen auswirken, können Sie im Bericht über die dritte Frauengesundheitsfachtagung nachlesen. „Es ist das Leben, das uns schön macht.“ Vertrauen wir dieser Aussage und leben wir zufrieden mit und in unserem Körper.

Ich wünsche Ihnen viele gute Lesestunden.

*Tanja Kopf*

© LAND VORARLBERG

## INHALT

### 03\_Standpunkte

Landesrätin Katharina Wiesflecker

### 04\_Frauen-Körper

Perfektionsdruck, extreme Schönheitsideale und Gendermedizin

### 08\_Das Diktat der Schönheit

Gedanken zur plastischen Chirurgie

### 10\_Nur eine dünne Frau ist eine gute Frau

Essstörungen als Frauenkrankheit Nummer eins

### 11\_Gewalt im Namen der Tradition

Genitalverstümmelung und ihre Folgen

### 12\_Aufatmen!

Die Gegenbewegung: Body Positivity

### 14\_„Wir haben verlernt, normale Körperformen schön zu finden!“

Dagmar Pauli, Chefärztin der Kinder- und Jugendpsychiatrie Zürich, im Interview

### 15\_Spieglein, Spieglein an der Wand ...

3. Frauengesundheitstag Vorarlberg zum Thema

### 16\_Menschen zum Thema

## IMPRESSUM

*ifaktum* gleichstellung kompakt. Aktuelle Information zu Frauen- und Gleichstellungsthemen für Multiplikatorinnen und Multiplikatoren sowie interessierte Frauen und Männer.  
**Herausgeberin:** Funktionsbereich Frauen und Gleichstellung des Amtes der Vorarlberger Landesregierung **Redaktion:** Ursel Nendzig **Bundeslandredaktion:** Tanja Kopf, Susanne Birnbaumer, Siegrid Pescoller  
**Organisation:** Nadine Wieländner **Artredaktion, Layout, Grafik und Bildbearbeitung:** Martin Renner, rennergraphicdesign **Druck:** Samson Druck **Auflage:** Vorarlberg 3.000, Gesamtauflage 16.300  
**Beratung, Konzept, Koordination der Produktion:** „Welt der Frauen“ Corporate Print für das Amt der Vorarlberger Landesregierung, Funktionsbereich Frauen und Gleichstellung [www.welt-der-frauen.at](http://www.welt-der-frauen.at)  
**DSGVO-Hinweis:** Sehr geehrte Bezieherinnen und Bezieher, mit 25. 5. 2016 ist die Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) in Kraft getreten. Als Bezieherin/Bezieher haben Sie uns personenbezogene Daten zur Verfügung gestellt, die wir im Rahmen der Erfüllung Ihres Bezugswunsches verarbeiten. Der verantwortungsvolle Umgang mit Ihren personenbezogenen Daten ist uns wichtig. Um unsere Informationspflicht nach der DSGVO zu erfüllen, möchten wir Sie für alle weiteren Details zu unserem Umgang mit Ihren Daten auf unsere Datenschutzerklärung hinweisen. Diese schicken wir Ihnen auf Wunsch und Anfrage via [frauen.gleichstellung@vorarlberg.at](mailto:frauen.gleichstellung@vorarlberg.at) gerne zu.

### 3 FRAGEN AN ...

## Katharina Buhri

Verein Amazone



#### Was sind die Inhalte Ihrer Workshops?

Das Projekt „#followme – Sicherheit durch Medienkompetenz“ soll im Rahmen der gendersensiblen Workshops und Seminare Jugendliche über ihre Handlungsoptionen und mögliche (Gegen-)Strategien in sozialen Medien aufklären. Sie erhalten Auskunft zu rechtlichen Schritten und Unterstützungsangebote. Die Workshops werden zusammen mit den Jugendlichen konzipiert.

#### Worauf muss man besonders achten?

Jugendliche sind etwa von Bodyshaming betroffen und entwickeln verzerrte Selbstbilder. Fotos sind häufig retuschiert und haben nicht mehr viel mit der Realität zu tun. Es werden hinterfragenswerte Rollenbilder transportiert, inhaltlich sind sie sehr eindimensional und auch Sexismus und Gewalt sind keine Seltenheit. Phänomene wie Influencerinnen und Influencer sind zunehmend relevant.

#### Was können Eltern tun?

Sie können einen Kinderschutz aktivieren oder die Nutzungszeiten begrenzen. Trotzdem ist es äußerst wichtig, die Privatsphäre eines Kindes zu respektieren und nur mit dessen Einverständnis Kommunikationen, Fotos und Videos anzuschauen.

Schätzungen gehen von rund 40.000 medizinischen Schönheitseingriffen in Österreich aus, ca. acht Prozent der Österreicherinnen haben einen solchen bereits hinter sich, 25 Prozent können sich einen Eingriff vorstellen. In den USA sind die Zahlen noch um einiges höher. Die neuen Medien und die Werbeindustrie tragen ihren Teil dazu bei, dass weibliche und männliche Schönheitsideale vorgegeben und konstruiert werden. So genannte Influencerinnen und Influencer gewinnen zunehmend als Vorbilder besonders für Jugendliche an Einfluss. Oft können deren Darstellungen aber in der Realität gar nicht erreicht werden, da diese Bilder verändert, retuschiert und beschönigt sind.

Bereits 2015 hat sich die Landesregierung gemeinsam mit dem Mädchenzentrum Amazone mit diesem Thema beschäftigt und eine umfangreiche Broschüre dazu erarbeitet. Die kritische Reflexion vorgegebener Rollenbilder ist

der erste Schritt, um negative Auswirkungen von Körperidealen wie Essstörungen usw. zu verhindern.



Ich wünsche Ihnen eine anregende Lektüre.

Katharina Wiesflecker  
Frauenlandesrätin

## Auf Punkt und Komma

# 491

Kontakte im  
Projekt „#followme –  
Verein Amazone“

YouTube, Instagram, Snapchat und Co. sind allgegenwärtig im Leben von Jugendlichen der Generation der Digital Natives. Aber auch Cybermobbing, Sexting, Cybergrooming, Hasspostings und Sexismus im Netz sind Teile davon. Die kritische Auseinandersetzung mit den persönlichen, sozialen, gesellschaftlichen und politischen Wirkungen digitaler Medien ist daher ein wichtiges Thema, das Gesellschaften in den nächsten Jahren immer stärker beschäftigen wird. Jugendliche brauchen Austausch und Diskussion, Strategien und Hilfestellungen, um mit diesen Fragestellungen in adäquater Weise umgehen zu können.

491 Kontakte, 332 Jugendliche, 159 Erwachsene:

Das sind laut dem Verein Amazone seit Dezember die neuen Zahlen seiner Statistik zum Projekt „#followme“.

Quelle: Amazone



Der Druck,  
perfekt auszusehen,  
ist für Frauen enorm groß –  
und richtet gewaltigen Schaden  
an Körper und Seele an. Schuldige  
gibt es viele: gesellschaftliche  
Normen, die daraus entstehende  
Unsicherheit – und dann  
wären da noch die Fotos  
auf Instagram.

# frauen- körper



## Aktionsplan Frauengesundheit

Frauen leben länger als Männer. Aber: Sie verbringen weniger Lebensjahre in gutem Gesundheitszustand. Die Gründe dafür sind vielfältig, der größte ist Armut, die generell Frauen stärker betrifft als Männer und der Haupteinflussfaktor für Gesundheit ist.

Der Aktionsplan Frauengesundheit des Bundeskanzleramtes hat sich die gesundheitliche Chancengleichheit für Frauen zum Ziel gesetzt. Dazu wurden 17 Wirkungsziele und 40 Maßnahmen formuliert. Darunter etwa „gendergerechte Gesundheitsversorgung“, „Gewaltprävention“ und „ein positives Selbstbild bei Mädchen und jungen Frauen für ein gesundes Leben“.

Hier gibt es den Aktionsplan Frauengesundheit zum Nachlesen: [www.frauen-familien-jugend.bka.gv.at/frauen/Aktionsplan-Frauengesundheit.html](http://www.frauen-familien-jugend.bka.gv.at/frauen/Aktionsplan-Frauengesundheit.html).

**I**m Jahr 2017 sorgte die australische Filmemacherin Taryn Brumfitt mit ihrem Film „Embrace – Du bist schön“ weltweit für Aufsehen. Darin war sie in einem Vorher-nachher-Vergleich zu sehen. Vorher: Brumfitt als durchtrainierte Bodybuilderin. Nachher: Brumfitt mit gemütlichen Rundungen. Ein Vergleich, der bisher so nicht da war, zeigen Menschen online doch meist ihre Verwandlung von dick zu dünn, von weich zu gestählt, von schwabbelig zu muskulös – und nicht umgekehrt. Taryn Brumfitt, die als Gründerin des „Body Image Movements“ als Botschafterin des positiven Körpergefühls aktiv ist, hatte eine andere Message: Sie hatte die Verwandlung von schwabbelig zu muskulös bereits hinter sich und erkannt, dass sie um keinen Deut zufriedener oder glücklicher mit ihrem Körper war als zuvor und immer noch jene Frauen beneidete, die noch ein winziges Stück „besser“ aussahen als sie.

### Vorbilder dringend gesucht

Der Film kam, von der deutschen Schauspielerin Nora Tschirner coproduziert, auch in Europa in die Kinos. Darin zeigten sich Frauen aus der ganzen Welt, die nicht dem gängigen Schönheitsideal entsprachen und doch gelernt hatten, mit ihrem Körper zufrieden zu sein – Vorbilder, die möglichst viele Frauen sehen sollten, so Nora Tschirner. Denn auch das zeigt der Film „Embrace“: 91 Prozent der Frauen hassen ihren Körper. Eine alarmierende Zahl, die die Frage aufwirft: Wie konnte es eigentlich dazu kommen? Der Druck, perfekt auszusehen, traf und trifft Frauen am härtesten. Je kapitalistischer und je patriarchaler ein System, umso stärker wird Frauen eine bestimmte Optik abverlangt – um Unsicherheit zu schaffen, mit der sich dann auch noch Geld verdienen lässt. Dabei stimmt die Annahme, dass sich Schönheitsideale wie das Fähnchen im Wind jederzeit ändern, nicht ganz. Auch wenn sich im Lauf der Jahrhunderte oder in unterschiedlichen Regionen gewisse Änderungen feststellen lassen – wie etwa, dass Rundungen im Barock als schön galten oder zu Kaiserin Sisis Zeit die extreme Wespentaille –, gibt es ein Ideal von Schönheit, das überdauerte. Nur so ist zu erklären, dass wir auch heute noch Kunstwerke wie etwa Statuen aus der Antike als schön empfinden.

### Symmetrie und Bräune

Auch die Evolutionsbiologie versucht, das Phänomen Schönheitsideal zu erklären. Der Ansatz der Forscherinnen und Forscher: Empfundene Schönheit hängt mit evolutionär vorteilhaften Eigenschaften zusammen. Einem idealen Verhältnis von 0,7 zu eins zwischen Taille und Hüfte etwa, das einen Hinweis auf Gesundheit und Gebärfähigkeit einer Frau gibt. Genau wie Symmetrie nicht nur als schön eingestuft wird, sondern auch aus medizinischer Sicht ein Indiz für Gesundheit ist. Überlegungen wie diese lassen die Forschung schließen, dass Schönheitsideale durchaus nicht gesellschaftlich konstruiert, sondern auch der Evolution geschuldet sind. Wobei: Eine klare Trennung zwischen gesellschaftlich konstruiert und biologisch bedingt ist kaum möglich. Klar ist, dass die Anforderungen an den „perfekten Körper“ immer auch die vorherrschenden Machtverhältnisse einer Gesellschaft



spiegeln. Ein Beispiel ist das Ideal der gebräunten Haut. Nachdem über Jahrhunderte weiße Haut als schön galt, wurde in den 1960er-Jahren plötzlich gebräunte Haut ein „Muss“ – als Zeichen dafür, zur oberen Schicht der Gesellschaft zu gehören, die sich einen Urlaub am Meer leisten konnte.

### Lookismus und Instagram

Was unabhängig vom vorherrschenden Schönheitsideal bleibt: Wer diesem nicht entspricht, ist im Nachteil. Diskriminierung aufgrund des Aussehens war immer in Mode; heute unter dem Begriff „Lookismus“. So gibt es Studien, die belegen, dass Menschen, die als schön gelten, bereits in der Schule bevorzugt werden, dadurch höhere Chancen auf Bildung und alle damit einhergehenden Privilegien haben. Sie finden leichter einen Job, einen Partner oder eine Partnerin und erhalten sogar bessere Gesundheitsversorgung. Jene Menschen

jedoch, die nicht die perfekte Hülle aufweisen, werden mit Faulheit, mangelnder Kontrolle und sogar Krankheit assoziiert. Sie leiden deshalb häufiger an Essstörungen (siehe Seite 10), Depressionen und Einsamkeit. Erschwerend kommt hinzu, dass scheinbar jede und jeder andere perfekt aussieht: Auf Instagram und ähnlichen Plattformen präsentieren sich nicht mehr nur die Supermodels mit perfekten Körpern, sondern auch die Frau von nebenan. Bilder werden bearbeitet, mit Filtern versehen, aus ausgeklügelten Winkeln gefertigt, sodass es den Anschein erweckt, dass jede Frau „insta“ aussieht. Daraus entsteht ein noch viel größerer Druck auf das Individuum, perfekt auszusehen, denn das Argument, es gäbe nur eine Handvoll Supermodels mit idealer Figur, perfekten Zähnen und wallendem Haar, fällt weg. Ein Druck, aus dem sich inzwischen eine Gegenbewegung formiert: Body Positivity (siehe Seite 12) lässt viele Frauen aufatmen. ●

## Extrem schön

**Weißer Haut und schwarze Zähne, der Hals einer Giraffe und die Taille einer Wespe: Immer wieder gab und gibt es Schönheitsideale, die skurril anmuten.**

### LOTOSFUSS

Bis vor 100 Jahren war es in China üblich, Mädchen im Alter von fünf bis acht Jahren die Füße zu bandagieren, sodass sie nicht mehr weiterwachsen konnten. Bei der extrem schmerzhaften Prozedur wurden die Füße so eng gebunden, dass sie verkümmerten. Die kleinen Zehen wurden gebrochen, unter den Fuß geklappt und so ein spitzer, im „Idealfall“ circa zehn Zentimeter langer so genannter „Lotos-“ oder „Lilienfuß“ erzwungen, der durch seine Form an eine Blüte erinnern sollte. Seit Mitte des 20. Jahrhunderts ist das Abbinden der Füße verboten, bis heute leben aber ältere Frauen mit deformierten Füßen, die nur unter Schmerzen gehen können.



### GIRAFFENHALS

Die Frauen des Padaung-Volkes in Myanmar tragen einen spiralförmigen Halschmuck, der ihnen im Alter von ungefähr fünf Jahren angelegt und regelmäßig durch längere Spiralen ersetzt wird. Durch das Tragen des schweren Halschmuckes werden Schultern, Schlüsselbein und obere Rippen nach unten gedrückt, was den Eindruck eines „Giraffenhalses“ erweckt. Der bis zu zehn Kilo schwere Halschmuck führt dazu, dass Frauen, die ihn meist ein Leben lang tragen, starken Muskelschwund erleiden.

### HELLE HAUT

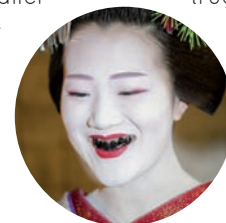
Laut einem Bericht der WHO (Weltgesundheitsorganisation) werden weltweit mehr Hautbleichmittel

als Sonnenschutz- und Bräunungsmittel verkauft. Angeblich sollen weltweit bis zu 27 Prozent aller nichtweißen Frauen Hautaufheller benutzen. Durch vornehme Blässe signalisierte schon Europas Adel: „Ich muss nicht auf dem Feld arbeiten.“ In Japan puderten und schminkten sich schon vor Jahrhunderten Menschen die Haut heller; in der indischen Kastengesellschaft unterschied sich die obere Kaste durch blassen Teint von den unteren.

### SCHWARZE ZÄHNE

„Ohaguro“ heißt die japanische Schönheitstechnik, bei der die Zähne mit einer Mischung aus Wasser, Reiswein, Eisenspänen und Gallappelpulver schwarz gefärbt werden. Sie war bis ins 20. Jahrhundert

verbreitet und symbolisierte Treue und Unterwerfung – dementsprechend trugen vor allem Frauen ihre Zähne schwarz, sobald sie verheiratet waren.



### WESPENTAILLE

Korsette mit starker Schnürung, die die Taillen von Frauen auf ein fast unmögliches Maß zusammenschnürten, gab es seit dem späten 17. Jahrhundert und sie hielten sich bis Mitte des 20. Jahrhunderts. Um eine noch extremere Wespentaille zu erreichen, lassen sich aber bis heute manche Frauen die unteren Rippenpaare operativ entfernen. In der Kritik stehen in diesem Zusammenhang immer wieder Zeichentricksfiguren, Prinzessinnen etwa, die Körpermaße zeigen, die gar nicht im anatomisch möglichen Bereich liegen.

# Eva ist nicht Adam

Die Gendermedizin hat sich dem Unterschied zwischen Mann und Frau verschrieben. War der Körper des Mannes in jedem Medizinlehrbuch der Prototyp des Menschen, galt der weibliche Körper als die Abweichung von dieser Norm. Warum das gefährlich ist und was wir selbst für unsere Gesundheit tun können, weiß Psychologin Beate Wimmer-Puchinger.



**Sie haben als erste Frauengesundheitsbeauftragte der Stadt Wien ein Frauengesundheitsprogramm umgesetzt. „Gesundheit hat ein Geschlecht.“ Was bedeutet das?**

**Beate Wimmer-Puchinger** Viele Jahre lang haben wir von DER Gesundheit und DEM Menschen gesprochen und nicht zwischen Männern und Frauen differenziert, die ja seit Adam und Eva eine völlig unterschiedliche Biologie haben. Frauen haben andere Hormone, andere Organe, komplexere Funktionalitäten allein schon durch die Fähigkeit der Reproduktion. Das alles macht uns toll und stark, erfordert aber auch eine höhere Komplexität. Zum einen ist es also ein biologischer Unterschied. Zum anderen hat Gesundheit immer etwas mit der sozialen Situation zu tun. Die ist ebenfalls bei Männern und Frauen unterschiedlich. Frauen haben doppelte und dreifache Belastungen durch Betreuungspflichten und dabei bis zu 20 Prozent weniger Verdienst. Wir haben noch lange nicht halbe-halbe, was die soziale Rollenverteilung angeht. Immer noch sagt uns das Patriarchat, was wir zu tun und zu lassen haben. Und besonders beim Körper schlägt sich das negativ zu Buche: Wir Frauen müssen schön sein, fruchtbar sein, schlank sein, fit sein. Wir erleben Zwänge, die Männer nicht haben. Das macht einen großen Unterschied.

**Ist die geschlechtsspezifische Medizin inzwischen bei den Ärztinnen und Ärzten angekommen?**

Ich würde sagen: ja. Wir haben Gendermedizin-Lehrstühle an den Universitäten. Ich selbst bin im Vorstand der Gendermedizin-Gesellschaft. Es wird viel geforscht. Wir wissen, wie anders weibliche Körper reagieren. Das Thema ist präsent. Aber es ist trotzdem noch viel zu tun.

**Wie (sehr) beeinflussen idealisierte Frauenkörper, etwa in der Werbung und auf Social Media, die Gesundheit von Frauen?**

Sehr stark. Frauen waren lange Zeit ein Attribut des Mannes, des Herrschers, sie waren ein schönes Accessoire in der Kunst, in der Modeindustrie. War es früher gut, viele Rundungen und ausgeprägte Kurven zu haben, galt es in den letzten zehn Jahren, möglichst groß, überschlang, fast dünn zu sein. Dieses Schönheitsdiktat wirkt sich bei den Frauen besonders stark aus, bei den Männern hingegen kaum. Wir wissen aus Studien, dass bereits Schülerinnen darunter leiden, nicht schön und nicht schlank genug zu sein. Burschen lässt das weitgehend kalt. Das wirkt sich natürlich aus. Mädchen haben weniger Selbstwertgefühl, mehr Depressionen. Wer daran verdient, ist klar: die Werbe- und Schönheitsindustrie. Wir Frauen bleiben

zurück mit dem Gefühl: So schön, wie ich sein sollte, bin ich noch immer nicht, daher muss ich noch viel kaufen, um den Idealen zu entsprechen.

**Wirkt der Perfektionsdruck stärker auf die Psyche?**

Ja, er wirkt sich stark aus. Weil Frauen das Gefühl haben, nicht genug zu sein. Viele wissenschaftliche Studien belegen, dass es in der Pubertät anfängt und bis ins hohe Alter bleibt. Der ältere Mann, der Silberrücken, der ist trotzdem noch attraktiv und umgibt sich mit jüngeren Frauen, das geht durch. Das Pendant bei den Frauen haben wir noch nicht. Im Alter sind wir noch – und dagegen müssen wir ankämpfen – unscheinbar, werden übersehen, man wirbt nicht mit uns. Ganz kurz poppen immer wieder ältere Models auf, dann verschwindet das wieder. Wir sollten den Frauen im Alter 50 plus mehr Sexappeal verleihen.

**Wie gehen Sie persönlich mit dem Älterwerden um?**

Ich bin über 65, fühle mich toll, bin fit und beweglich, und wenn ich es nicht wüsste, würde ich vergessen, wie alt ich bin. Ich denke, eine große Rolle spielt, zufrieden zu sein, sich seines Lebens zu freuen. Es ist nie zu spät, sich zu bewegen, zu tanzen, aktiv zu bleiben. Je glücklicher, zufriedener und bewegter wir sind, desto gesünder leben wir. Das haben die Frauen in meiner Generation nicht so gelernt. Wir wurden erzogen, uns selbst nicht so wichtig zu nehmen, nicht vorlaut zu sein, überhaupt leise zu sein und uns zurückzunehmen. Wir sollten uns mehr trauen!

**Was können Frauen selbst in die Hand nehmen, um gesünder und zufriedener zu sein?**

Sehr viel. Uns selbst. Mut haben, sich selbst an der Hand zu nehmen, in den Spiegel zu schauen und sich zu loben, zu sich zu stehen. Das ist ein wichtiger Faktor für Zufriedenheit und Gesundheit. Ohne seelische Gesundheit gibt es keine Gesundheit im Leben. ●







# Das Diktat der Schönheit

Es war in den 1960er-Jahren,  
als die ersten Silikon-  
implantate zum Einsatz kamen.

Nur wenige Jahrzehnte  
gehört es zum Alltag, sich hin  
und wieder „unters Messer“  
zu legen. Aber ob  
Schönheit tatsächlich  
machbar ist?



Elisabeth Zanon vereint zwei Welten in sich: Medizin und Politik. Sie ist nicht nur plastische Chirurgin und Vorsitzende des Universitätsrates der Medizinischen Universität Innsbruck, sondern auch ehemalige Landesrätin für Frauen des Landes Tirol. Aus diesen Perspektiven steht sie Rede und Antwort zum Thema Frauen und Körper. Hier ihre Gedanken ...

### ...über Entwicklungen in der ästhetischen Medizin

„Die Entwicklungen im Rahmen der ästhetischen Medizin und Chirurgie gehen rasant weiter. Waren es vor über zwanzig Jahren hauptsächlich operative Möglichkeiten, ist es heute eine Vielzahl an konservativen Angeboten, die der Alterung der Haut, störenden Fettpölsterchen oder vermeintlichen Makeln am Körper oder im Gesicht entgegenwirken. Frauen kommen auch bereits viel früher in die Ordination mit der Hoffnung, Falten erst gar nicht entstehen zu lassen. Der treffendste Spruch, den eine Patientin einmal mir gegenüber erwähnte, war: ‚Mein Mann glaubt, ich sei eine Naturschönheit, bitte sorgen Sie dafür, dass es so bleibt ...‘ Viele junge Frauen leben also bereits mit dem Bewusstsein, möglichst faltenfrei und jugendlich älter zu werden.“



Elisabeth Zanon

### ...über den Einfluss „von außen“

„Die Gesellschaft spielt die wesentlichste Rolle im „Diktat“ von Schönheit. Neue Trends sind beinahe in Sekundenschnelle weltweit verbreitet. Soziale Netzwerke, Hochglanzmagazine und die Möglichkeit, jedes Bild nachzubearbeiten, tragen das ihre dazu bei, jungen Menschen nahezu irrealer Bilder als erstrebenswert zu vermitteln. Aus meiner Sicht ist diese Entwicklung bedenklich, fehlen doch starke Gegenbewegungen. Die Individualität scheint nahezu verloren zu gehen. Ich sehe in meiner Funktion als Ärztin eine große Verantwortung, Patientinnen und Patienten auch darüber aufzuklären, dass jeder operative Eingriff auch eine Körperverletzung darstellt. Es muss jeder Eingriff in jedem Fall auch in dieser Relation gesehen werden.“

### ...über Männer und „Schönheits-OPs“

„Männer sind nach wie vor – wenn auch zunehmend – die Minderheit beim Besuch einer Fachärztin oder eines Facharztes für plastische Chirurgie. Männern ist ein athletischer Körper wichtig, Faltenbildung im Gesicht spielt bei Männern eine untergeordnete Rolle. Häufigste Eingriffe bei Männern sind Fettabsaugungen, Straffungen im Bauchbereich oder nach Gewichtsreduktion im Brust-, Oberschenkel- und Bauchbereich. Eine Straffung der Oberlider ist gerade bei Männern meist im Stadium der Gesichtsfeldeinschränkung ein Thema. In diesem Fall handelt es sich allerdings um medizinisch notwendige Eingriffe.“

### ...über Schönheitsideale

„Schönheit liegt in den Augen der Betrachterin. Eine markante Nase kann wunderschön sein. Und nicht immer ist es schön,

ein glattes Gesicht, eine kleine Nase oder wulstige Lippen zu haben. Meiner Meinung nach sollte ein Eingriff im Sinne der Gesundheitsdefinition der WHO stattfinden: Physisches, psychisches und soziales Wohlbefinden ist Voraussetzung für ein gesundes Leben. Der überwiegende Teil unserer Patientinnen hat in einem dieser Punkte ein Defizit. Es liegt in der Verantwortung der behandelnden Ärztinnen und Ärzte, Patientinnen und Patienten darüber aufzuklären und das Maß des Eingriffs in Relation zur Wirkung zu setzen. Ein ausführliches Gespräch ist Grundvoraussetzung dafür, zu erkennen, ob der geplante Eingriff tatsächlich das Problem ist und die oder der Betroffene sich danach besser fühlt. Wir sollten dem Trend eines „Einheitsgesichtes oder -körpers“ nicht durch unser Tun Vorschub leisten, sondern mit Kompetenz, Verantwortungsgefühl und Überzeugung tätig sein.“

### ...über die Grenzen der ästhetischen Chirurgie

„Aus meiner Sicht gibt es klare Grenzen eines ästhetischen Eingriffs: Ich würde eine Brustvergrößerung, die gesundheitsgefährdende Probleme nach sich zieht, weil das Implantat zu groß und zu schwer ist, in jedem Fall ablehnen. Auch in derartigen Fällen bedarf es viel Erklärung und manchmal auch Geduld, die Patientinnen von ihrem Wunsch abzubringen.“

### ...über machbare Schönheit

„Aus meiner Erfahrung kann ich berichten, dass Frauen mit einer sehr kleinen bis nicht vorhandenen Brust nahezu ausschließlich glücklich über ihre Entscheidung für eine Brustvergrößerung sind. Ihr Leben wird nicht mehr bestimmt durch einen „körperlichen Makel“. Immer wieder erlebe ich es, wie diese Patientinnen nachher aus der Ordination gehen, selbstbewusst und positiv ihrem Leben zugewandt. Dies gilt für eine ganze Reihe von Eingriffen, konservativ wie operativ, für Frauen wie für Männer. Ich sehe die Verantwortung von uns Ärztinnen und Ärzten, Patientinnen und Patienten in erster Linie die ausführliche Beratung angedeihen zu lassen. Der Eingriff muss in jedem Fall in Relation zur Wirkung gerechtfertigt sein und darf nicht noch „kränker“ machen. Das Bewusstsein, dass es sich letztlich bei jeder Operation um eine Körperverletzung handelt, muss bei den Patientinnen und Patienten geschärft werden.“

### ...über das Politikum Frauenkörper

„Studien haben ergeben, dass schöne Frauen es leichter haben, in einen Job einzusteigen, es aber in der Folge im Berufsleben eher schwerer haben, sich zu beweisen. Aus meiner politischen Erfahrung halte ich es für höchst an der Zeit, dass sich Männer an Frauen in allen Positionen gewöhnen. Leider sehe ich da immer noch Defizite. Positive Entwicklungen gab und gibt es in dieser Richtung allerdings schon, und die sollten wir Frauen auch als Errungenschaft bewerten und auf dieser Basis der Gendergerechtigkeit weiterarbeiten. Da sind auch wir Frauen gefordert.“

Elisabeth Zanons Praxis: [www.excellentbeauty.com](http://www.excellentbeauty.com)





Nur eine  
dünne Frau ist  
eine gute Frau

Die Essstörung ist DIE Frauenkrankheit unserer Zeit. Was zu Freuds Zeiten die Hysterie war, wurden in den letzten Jahrzehnten Anorexie und Bulimie. Dahinter steckt auch ein gesellschaftlicher Wertewandel mit gefährlichen Folgen.

In Österreich sind 200.000 Menschen, so Zahlen des Gesundheitsministeriums, zumindest einmal in ihrem Leben an einer Essstörung erkrankt – davon der Großteil (zwischen 90 und 97 Prozent) Mädchen und Frauen. Alarmierend ist nicht nur die Zahl an sich, sondern auch der rasante Anstieg in den letzten Jahren: Wurden im Jahr 1989 269 Personen wegen Essstörungen im Spital behandelt, waren es im Jahr 2000 bereits 1.471. Im Jahr 2008 verzeichnete der österreichische Frauengesundheitsbericht schon 2.734 Spitalsaufenthalte. Diese spiegeln dabei nur die wirklich schwer Erkrankten wider.

Die Zahlen zeigen nur die Spitze des Eisberges, die Dunkelziffer dürfte noch viel höher sein. Ein Problem bei der Erfassung: Die Grenze zwischen noch gesundem und bereits krankhaftem Essverhalten ist fließend. Was mit normalem Essen beginnt, steigert sich in gezieltem Essverhalten (Diät). Geht das Verhalten darüber hinaus, spricht man von einer „Teilsyndrom-Esstörung“. Erst wenn Kriterien wie – im Falle der Magersucht – etwa ein BMI unter 15 vorliegen, spricht man von einer Essstörung. Die häufigsten Krankheiten sind dabei Anorexia (Magersucht), Bulimia nervosa (Ess-Brech-Sucht) oder Esssucht (Binge Eating Disorder). Von allen 15- bis 20-jährigen Mädchen in Österreich, so die Zahlen des Frauengesundheitsberichtes, leiden 2.500 an einer Magersucht, unter 20- bis 30-jährigen Frauen mindestens 6.500 an Bulimie. In Wien besteht für mehr als 2.000 Mädchen und rund 100 Burschen ein akutes Risiko, an einer der beiden Essstörungen zu erkranken.

Als Ursache für Essstörungen wurden lange Zeit auch genetische Faktoren verdächtigt. Bisher konnte dies aber nicht nachgewiesen werden. Die Hauptursachen für die Zunahme der Häufigkeiten sind daher vermutlich der gesellschaftliche Druck, schlank sein zu müssen, dazu die widersprüchlichen Rollenerwartungen an Mädchen und Frauen – superschlank, superschön, supererfolgreich, dabei superunkompliziert und supermütterlich.

#### Medien und Wohlstand

Dazu, so zu lesen auf der Plattform „Netzwerk Essstörungen“, sei eine eigentümliche Mischung aus „Glamourisierung“ und Stigmatisierung zu beobachten, wenn es um das Thema Essstörungen geht. Einerseits würden etwa Berichte von an einer Essstörung leidenden Prominenten ein Sensationsbedürfnis befriedigen, andererseits würden Essstörungen, wie andere psychische Krankheiten, stark stigmatisiert. Ein aufgeklärter Umgang mit der ernst zu nehmenden Erkrankung fehle in den „Massenmedien“ weitgehend.

Essstörungen seien aber wahrlich keine Modekrankheit, so das „Netzwerk Essstörungen“: Langfristig habe Magersucht eine der höchsten Sterblichkeitsraten aller psychischen Erkrankungen, nämlich zwischen 15 und 20 Prozent (nach 20 Jahren). Dabei sind Essstörungen vor allem in den industrialisierten Ländern Europas, in Nordamerika und in Australien verbreitet und damit in Ländern mit relativem materiellem Überfluss. Weltweit gesehen ist Hunger das größere Problem.

## Gestörtes Essen?

Der Begriff „Essstörung“ ist eigentlich ein falscher. Denn natürlich ist nicht das Essen – in seiner Doppelfunktion als Nahrung und soziales Gefüge – gestört, sondern der Umgang damit. Eine Essstörung ist eine psychische Störung, deren Kern ein gestörtes Selbstwertgefühl, Selbstvertrauen und die eigene Identität bilden. Das Essen ist nur ein Kanal, über den das Problem an die Oberfläche dringt.



# Gewalt im Namen der Tradition

Das Verstümmeln der weiblichen Genitalien ist ein Akt der Gewalt an Körpern von Frauen und Mädchen. Unter dem Deckmantel von Religion und Tradition werden sie für ihr Leben traumatisiert. Die körperlichen und seelischen Folgen wiegen schwer.

**FGM** steht für „Female Genital Mutilation“. Es bezeichnet das teilweise oder vollständige Entfernen von Schamlippen und/oder der Klitoris. Mit Hilfe von Rasierklingen, Messern oder Scherben, meist ohne Betäubung und unter katastrophalen hygienischen Bedingungen führen professionelle Beschneiderinnen in einigen Ländern Afrikas, des Nahen Ostens und Südostasiens diesen Eingriff durch. Sehr selten aber auch sind es in westlicher Medizin ausgebildete Krankenschwestern, Ärztinnen oder Ärzte, die FGM praktizieren.

Es gibt unterschiedliche Typen der Genitalverstümmelung:

**Typ 1:** Es werden die Klitorisvorhaut, die Klitoris oder Teile davon ausgeschnitten.

**Typ 2:** Klitorisvorhaut, Klitoris und die inneren Schamlippen oder Teile davon werden ausgeschnitten.

**Typ 3:** Die gesamten äußeren Geschlechtsteile werden ausgeschnitten, die Schamlippenstümpfe bis auf ein streichholzgroßes Loch zusammengenäht.

## Narben an Körper und Seele

Die so verstümmelten Mädchen und Frauen leiden nicht nur an seelischen Traumata und Depressionen – sie entwickeln häufig massive körperliche Probleme. Abszesse, Fisteln, Infektionen, Schmerzen und Unfruchtbarkeit zählen dazu. Das entstandene Narben-

gewebe ist nicht dehnbar, wodurch die Frauen starke Schmerzen beim Geschlechtsverkehr erleiden. Monatsblutung und Urin können durch das kleine Loch, das nach dem Vernähen der Schamlippen bleibt, nicht abfließen, wodurch es zu Infektionen kommt.

Die WHO (Weltgesundheitsorganisation) schätzt, dass jährlich weltweit mehr als 100.000 Todesfälle auf FGM zurückzuführen sind. Diese Zahl erhöht sich durch Frauen, die bei einer Geburt an Komplikationen aufgrund von Genitalverstümmelung sterben.

## FGM in Österreich

Weibliche Genitalverstümmelung wird vor allem in Nordost-, Ost- und Westafrika praktiziert. Es gibt sie aber auch im Nahen Osten und in Südostasien. Aufgrund von Migration leben aber nach Schätzungen der WHO mindestens eine Million verstümmelte oder von FGM bedrohte Mädchen und Frauen in Europa.

In einigen Gesellschaften hat FGM einen so hohen Stellenwert, dass sich alle Mädchen und Frauen dieser Prozedur unterziehen müssen, egal, wo sie leben. Das ist einer der Gründe für die Durchführung von Genitalverstümmelungen in Europa, Amerika und Australien. In Österreich ist FGM strafrechtlich verboten. Auch ist kaum abzuschätzen, wie viele betroffene Mädchen und Frauen es tatsächlich gibt, Schätzungen belaufen sich auf 6.000 bis 8.000 Betroffene.

## Hilfe für Betroffene

Für Mädchen und Frauen, die unter den Folgen von FGM leiden oder von FGM bedroht sind, gibt es in den Frauengesundheitszentren sowie in Spezialambulanzen Hilfe. Auch die Frauenärztin oder der Frauenarzt ist eine Anlaufstelle.

## Waris Dirie und die Desert Flower Foundation

Die Aktivistin Waris Dirie wurde selbst als junges Mädchen Opfer von FGM. Ihre Flucht aus Äthiopien und ihr späterer Durchbruch als Fotomodel wurden im Film „Wüstenblume“ einem breiten Publikum bekannt. Ihre Organisation Desert Flower Foundation bildet nicht nur Ärztinnen und Ärzte weiter, sondern hilft den Opfern von FGM weltweit – etwa in Form von Patenschaften für „kleine Wüstenblumen“. Zudem gibt es auf der Homepage eine Menge an Informationen zum Thema: [www.desertflowerfoundation.org](http://www.desertflowerfoundation.org)





# Aufatmen!

Keine Bewegung ohne Gegenbewegung: Das ist die gute Nachricht. In den letzten Jahren formierten sich – online wie offline – Frauen, die nicht länger dem Diktat der Perfektion folgen wollen, sondern sich zu ihrem Körper bekennen.

In den letzten Jahren erlebte die Body-Positivity-Bewegung einen enormen Aufschwung. Die Message: Auch Körper, die nicht dem gängigen Schönheitsideal entsprechen, sind schön. Dicke, fleckige, behaarte, dunkle, alte, solche mit Dellen und solche ohne Oberweite. Der Motor dahinter ist dabei der gleiche wie hinter dem Optimierungswahn: Social Media. Der Druck, der durch die dort herrschende Inszenierung perfekter Körper herrscht, sei letzten Endes zu groß geworden und würde nun die Gegenbewegung auslösen – so sagt Elisabeth Lechner, die das Phänomen Body Positivity erforscht.

In den 1950er- und 1960er-Jahren begann die Frauenbewegung in den USA, vorherrschende Schönheitsstandards zu kritisieren: Sanduhrfiguren, runder Po, schmale Taille, dazu der perfekte Teint. Im Gegensatz dazu formierten sich Feministinnen im „Fat Acceptance Movement“. Im New Yorker Central Park protestierten 1967 Menschen gegen die negativen Vorurteile gegen Dicke. Das Ziel der Bewegung, deren Ursprung in diesem Protest verortet wird, war:

das Wort „fett“ von seiner negativen Konnotation zu lösen und es als neutrale Beschreibung zu betrachten.

## Die Grenzen einer Bewegung

Das Momentum, das von den Aktivistinnen und Aktivisten aufgenommen wurde, bekam keine zwanzig Jahre später einen Dämpfer: Der Backlash, den die Frauenbewegung durch die konservative Politik der Ära Thatcher und Reagan erlebte, brachte das „Fat Acceptance Movement“ nahezu zum Erliegen. Erst in den letzten Jahren wurden jene Menschen, die unter Vorurteilen aufgrund ihres Äußeren litten, durch das Internet wieder zusammengebracht. In Onlineforen und Social-Media-Gruppen fanden Gleichgesinnte auf neutralem Boden zueinander und verhalfen der Bewegung, jetzt „Body Positivity“ genannt, zu neuem Aufschwung.

Frauen zeigen sich und ihre Körper auf ihren Blogs, Instagram oder Facebook. Zu sehen sind keine bis zur Perfektion bearbeiteten Fotos, sondern die Wahrheit inklusive Dellen, Falten, Runzeln, Pickeln und

## Body-Positivity-Ikonen

### Lena Dunham

Die Schauspielerin passt nicht in die engen Zwänge der Hollywood-Schönheitsideale.

Als Autorin und Hauptdarstellerin der Serie „Girls“ wurde sie bekannt und macht sich für eine neue Definition von Schönheit stark, indem sie offen

über ihren Körper und dessen vermeintliche Makel spricht.



### Melodie Michelberger

Sie heißt eigentlich Melanie Jeske, betreibt eine PR-Agentur, lebt in Hamburg und trägt Kleidergröße 42. Damit ist sie für ein Model ungewöhnlich rund – was sie

nicht davon abhält, in Unterwäsche von Titelbildern zu strahlen.

### Louisa Dellert

Sie ist Influencerin – und nutzt diese Position, um für Body Positivity und Bodylove Werbung zu machen. Mit ungeschönten Bildern ihres Körpers, den sie trotz seiner Dellen liebt. Das wäre in ihrem früheren Leben als Fitness-Bloggerin nicht möglich gewesen.

### Winnie Harlow

Ihre Haut ist durch die Erkrankung Vitiligo stellenweise unpigmentiert. Die Kanadierin schaffte es nach tiefen Krisen, ihren unperfekten Körper



lieben zu lernen. Und nicht nur das, sie machte seine Besonderheit zum Markenzeichen und arbeitet als Model für bekannte Modemarken.

### Madeleine Alizadeh

Unter dem Account „Dariadaria“ bloggt die Österreicherin zu Themen rund um Nachhaltigkeit – und auch zu Body Positivity. Dabei geht ihr die Bewegung in die falsche Richtung. Sie fordert mehr Normalität im Umgang mit dem eigenen Körper – nicht den ständigen Hinweis darauf, dass man ihn liebe.





## Body Positivity steht für ...

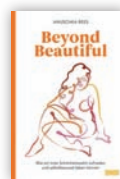
- ...das Anknüpfen gegen unrealistische Schönheitsideale.
- ...die Akzeptanz jedes Körpers, so, wie er ist.
- ...das Beurteilen von Menschen nach vielen Aspekten, wovon die Körpermaße nur ein möglicher sind.
- ...das Wohlfühlen im eigenen Körper und die Akzeptanz der Eigenschaften des eigenen Körpers.
- ...die Stärkung des Selbstwertgefühls.

Fettrollchen. Die Bilder verbreiten sich viral, ein Aufatmen ist in der gesamten Internetwelt förmlich zu hören und zu spüren. Endlich „dürfen“ auch Frauen mit einem Körper, der mehr als das vermeintliche Ideal wiegt, sichtbar sein.

### Neutral ist das neue Positiv

Doch auch die Grenzen der Gegenbewegung scheinen erreicht: Eine britische Ausgabe der „Cosmopolitan“ zeigte im Herbst Tess Holliday im Badeanzug auf dem Cover. Holliday wiegt bei 1,65 Metern rund 120 Kilo, was einen BMI von über 40 bedeutet. Laut WHO (Weltgesundheitsorganisation) entspricht dies der Adipositas, starkem Übergewicht. Ist ein Foto mit einer Frau, deren BMI bereits im medizinisch bedenklichen Bereich liegt, noch vorbildhaft? Die Antwort darauf liegt, wie auch bei Bildern von extrem dünnen Frauen, irgendwo in der Mitte. So kann eine schlanke Frau genauso krank sein, wie eine dicke Frau sehr gesund sein kann.

Diesen Mittelweg beschreiten die Anhänger der „Body Neutrality“-Bewegung. Die Autorin Anuschka Rees beschreibt dieses Lebensmotto in ihrem Buch „Beyond Beautiful“. Darin heißt es, dass sich die Gesellschaft davon trennen müsse, Aussehen als ausschlaggebend zu bewerten. Sie betont, dass die Lösung aller Probleme mit dem eigenen Körperbild keinesfalls sein kann, allen Frauen immer zu sagen, dass sie toll aussähen. Das Credo von „Body Neutrality“: Sei deinem Körper dankbar, dass er dich durchs Leben trägt – sei dir aber bewusst, dass du sehr viel mehr bist als nur ein Körper. ●



### Das Buch zum Wohlfühlen

In ihrem Buch „Beyond Beautiful“ geht Autorin Anuschka Rees der Frage nach, warum immer noch so viele Menschen Probleme mit ihrem Spiegelbild haben – und was wir ganz praktisch dagegen unternehmen können.

Empathisch zeigt sie auf, dass wir sehr viel mehr als nur ein Körper sind und wie wir unser angeschlagenes Körperbewusstsein wieder aufpolieren können.

**Anuschka Rees,**  
**„Beyond Beautiful. Wie wir trotz Schönheitswahn zufrieden und selbstbewusst leben können“,**  
**DuMont, 207 Seiten, 25,70 Euro.**



# „Wir haben verlernt, normale Körperperformen schön zu finden!“

Dagmar Pauli, Chefärztin der Kinder- und Jugendpsychiatrie Zürich, spricht in einem Kurzinterview darüber, wie soziale Netzwerke das Selbstwertgefühl unserer Jugendlichen gefährden und warum die Schönheitsideale von heute uns krank machen können.

**Es gibt Studien, die besagen, dass sich ein Großteil der Kinder und Jugendlichen selbst nicht gefällt. Woher kommt das?**

**Dagmar Pauli** Die heutigen Jugendlichen sind noch viel mehr als frühere Generationen über ihr Handy einer ständigen Bilderflut ausgesetzt. Immer jüngere Kinder vergleichen sich mit den in sozialen Medien verbreiteten Körperidealen und stehen unter einem starken Druck, sich selbst als perfekt zu inszenieren, vor allem im Hinblick auf einen makellosen Körper. Durch bearbeitete Bilder entfernt sich dieses Idealbild immer mehr von einem gesunden weiblichen Körper. Wir haben verlernt, normale Körperperformen schön zu finden! Wohlgeformte weibliche Rundungen gelten als „fett“. Im Jugendalter ist das Selbstwertgefühl noch nicht stabil, weshalb der Vergleich besonders schädlich ist und oft zu einem eigentlichen Selbsthass führt. Während für junge Männer ein möglichst männlicher Mann als Schönheitsideal gilt, ist es für heutige junge Frauen in der Pubertät oft das Ziel, eine möglichst wenig weibliche Frau zu werden – ein krank machendes Ideal, das die Entwicklung zur selbstbewussten Frau nachhaltig erschwert.

**Die sozialen Medien und Fernsehformate wie „Germany’s Next Topmodel“ propagieren ein Schönheitsideal, das mit der Wirklichkeit nicht mehr viel zu tun hat. Was können wir – die Gesellschaft, die Politik, jede und jeder von uns – dagegen tun?**

Es bräuchte eine Jugendverträglichkeitsprüfung für solche Sendungen. Diese Sendungen schädigen das Selbstwertgefühl einer ganzen Generation, verbreiten krank machende Ideale und zementieren ein unterwürfiges und auf Schönheit (im Sinne von Makellosigkeit) fixiertes Frauenbild. Für Models sollte es gesunde Mindest-BMIs geben. Bereits Mädchen von zehn oder elf Jahren schauen diese Sendungen häufig – hier sollten Eltern Grenzen setzen. Wenn die Mädchen älter sind, dann sollen Eltern die Sendung nicht verbieten, sondern kritisch mit ihren Kindern darüber diskutieren.

**Historisch, aber auch kulturell gesehen, hat sich das Schönheitsideal ständig gewandelt. Bedenklich ist, dass Frauen sich einem Druck unterwerfen, der auch gesundheitsgefährdend sein kann. Können wir uns irgendwann gänzlich von der Vorstellung, einem Schönheitsideal zu entsprechen, befreien?**

Schönheitsideale hat es immer gegeben und wird es immer geben. Leider leben wir in einer Zeit, in der die Schönheitsideale regelrecht krank machen, weil sie nicht einem gesunden und wohlgeformten weiblichen Körper entsprechen und das Ideal der ewigen Jugend zelebrieren. Dies füllt die Kassen der Schönheitsindustrie von Kosmetik bis hin zu Operationen zum Nachteil der Frauen. Wir können uns von diesem Ideal nur befreien, indem wir uns diesen Hintergrund bewusst machen und ein neues Selbstbewusstsein als weibliche Frauen entwickeln.

**Was ist für Sie eine schöne Frau?**

Eine schöne Frau ist eine starke Frau. Sie kann zart, kräftig oder füllig gebaut sein. Sie bezaubert mit ihrer Art, ihrem Lächeln und ihrer Ausdrucksfähigkeit. ●



## DAGMAR PAULI

ist Chefärztin an der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich und Präsidentin des Expertennetzwerks Essstörungen der Schweiz.

Literaturempfehlung:  
Dagmar Pauli,  
„Size Zero“,  
Beck Verlag, 2018.



### 3. FRAUENGESUNDHEITSTAG VORARLBERG ZUM THEMA

# Spiegglein, Spiegglein an der Wand ...

## Schönheitsideale, Körperoptimierung und ihre Auswirkung auf Frauengesundheit. Eine Rückschau.

Schönheitsideale und Körperoptimierung sowie die Auswirkungen auf die Gesundheit standen im Mittelpunkt des 3. Frauengesundheitstages Vorarlberg, der vom FrauenInformationszentrum femail im Auftrag des Funktionsbereichs Frauen und Gleichstellung im Amt der Vorarlberger Landesregierung im Oktober 2019 organisiert wurde. Besucht wurde der Frauengesundheitstag von Ärztinnen und Ärzten, Fachleuten, Multiplikatorinnen und Multiplikatoren aus dem Gesundheits- und Sozialbereich.

Schönheit wird seit jeher mit Erfolg und Wohlstand assoziiert. Medial werden immer wieder fragwürdige Trends propagiert – „Thigh Gap“

oder „Bikini Bridge“ werden als Ideale vorgegeben. Vor allem Mädchen und Frauen sind stark mit sozialem Druck konfrontiert, dem herrschenden Schönheitsideal zu entsprechen. Die Organisatorinnen Landesrätin Katharina Wiesflecker und die femail-Geschäftsführerin Lea Putz-Erath betonten bei der Eröffnung der Veranstaltung,

wie wichtig die Sensibilisierung zu diesem Thema sei, aber auch, dass diese nur durch die Zusammenarbeit der verschiedensten Institutionen und Einrichtungen gelingen kann.

Wer bestimmt das Schönheitsideal und mit welchen Mitteln versuchen wir, es zu erreichen? Was können gesundheitliche Folgen sein? Was bedeutet dieser Trend für die Mädchen- und Frauenarbeit? Dr.<sup>in</sup> Dagmar Pauli, Chefärztin und stellvertretende Direktorin der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie der Uniklinik Zürich sowie Autorin des Buches „Size Zero“, sprach über die

Entstehung und Behandlung von Essstörungen, den „Zweitgenerationeneffekt“ und die essgestörte Gesellschaft. In ihrem Vortrag thematisierte sie das derzeitige Schönheitsideal als krank machende Norm sowie Negativierung der ursprünglichen biologischen weiblichen Körperformen.

PD Dr.<sup>in</sup> Ada Borkenhagen, Psychotherapeutin und Dozentin für psychosomatische Medizin und Psychotherapie der Uniklinik Magdeburg, ging auf das Thema Schönheitsoperationen und Körperoptimierung ein und sprach über die Wichtigkeit von Körper und Aussehen als Ausdruck der eigenen Identität. Sie beleuchtete die tiefenpsychologischen Aspekte des Strebens nach Schönheit. Zudem präsentierte sie aktuelle Zahlen zum ansteigenden Trend von Schönheitsoperationen. 2016 gab es beispielsweise weltweit 21,7 Millionen chirurgische Schönheitseingriffe, um eine Million mehr als im Jahr davor.

Im Anschluss an die Vorträge wurden zwei Workshops abgehalten. Die feministische Kulturgeografin Dr.<sup>in</sup> Elisabeth Militz von der Universität Bern öffnete in ihrem Workshop „Ästhetik oder Exzision“ den Blick auf eine transkulturelle Sichtweise der Operationen der Vulva, indem sie diese in unterschiedlichen Regionen der Welt zueinander in Beziehung setzte.

Dipl. Sozpäd.<sup>in</sup> Katharina Buhri vom Verein Amazone in Bregenz thematisierte in ihrem Workshop den Wandel der Schönheitsideale, die digitale Bearbeitung von Aussehen und Körperform in den Medien.

Der Frauengesundheitstag 2019 widmete sich mit diesem Thema dem Wirkungsziel 7 des österreichischen Aktionsplans Frauengesundheit: bei Mädchen und jungen Frauen ein positives Selbstbild für ein gesundes Leben fördern.



# menschen zum thema frauen-körper



CHRISTINE HARTMANN Andragogin, Supervisorin, Kunstschaaffende

Obwohl biologistische Körperzuschreibungen längst überholt sind, werden sie noch immer genutzt, um Frauen über Körperlichkeit einschränken zu können. Jeder Körper ist einzigartig. Zuschreibungen dürfen ausschließlich eigenmächtig und unterstützend getroffen werden.



ANGELIKA STÖCKLER Pädagogin, Gesundheits- und Ernährungswissenschaftlerin

Wer sich im eigenen Körper wohl fühlt, strahlt dies auch aus und wirkt sympathisch. Wohlbefinden und Gesundheit ist bewusstes Genießen weit zuträglicher, als verbissen den „perfekten Proportionen eines Frauenkörpers“ nachzueifern. Es lohnt sich daher, sich Zeit fürs Essen zu nehmen und den Sinnen besondere Aufmerksamkeit zu widmen. Unsere Genussfähigkeit und unser Körpergefühl können wir ganz einfach steigern, indem wir uns bei jeder Mahlzeit zumindest einmal die Frage stellen: „Was sehe, rieche, schmecke und fühle ich gerade?“



BRIGITTA SORAPERRA Kulturarbeiterin und Möglichmacherin

Trauriges, Schreckliches, Hoffnungsvolles! Nach wie vor wird der Körper der Frau geschlagen, gequält, getötet, beschnitten, benutzt, entwürdigt ... Dabei gehört er – also sie – gefeiert, geliebt, bewundert, behütet ... denn Frauen bringen nichts weniger als die Menschheit mit ihrem Körper hervor!

gleichstellung  
fördern  
frauen und  
männer

Vorarlberg  
Land