

## **Schönheitsideal und Körperkult**

**Sigrid Borse**

**Frankfurter Zentrum für Ess-Störungen**

Meine Annäherung an das Thema wird zu einer Spurensuche, lässt mich Bruchstücke sammeln, Unvollständiges, Fragmente.

### **1. Assoziationen zum Thema Körpersignale**

#### **Körperkult**

Der Körper übt in unserer Gesellschaft eine eigentümliche Anziehungskraft aus. Wir investieren beflissentlich in seine Stilisierung und Optimierung, fordern und formen ihn mit Joggen, Walken, Inline-Skaten, Marathon-Raves und Extremsportarten und sind dabei gleichzeitig um seine Gesundheit und Leistungsbereitschaft bemüht. In einer Zeit, in der sowohl Religionen als auch Sozialsysteme an Bindungskraft verlieren, Orientierungsmöglichkeiten zunehmend fragmentarisch, austauschbar und gar beliebig erscheinen, bietet sich offensichtlich gerade der Körper – trotz seiner Fragilität und Vergänglichkeit – zur Sicherheit versprechenden Verortung an. Er wird zum Objekt eines Kultes, der uns glauben macht, der Körper spende in Zeiten der Desorientierung Halt. Da gesellschaftliche Institutionen zunehmend fragwürdig geworden sind, entsteht eine Rückbesinnung auf den Körper als eine scheinbar noch nicht entfremdete Natur, der Körper wird zum zentralen Wert und letzten Hort von Selbstvergewisserung. Somit kann der moderne Körperkult als ein Ausdruck gesehen werden für die verzweifelte Suche nach einem Ankerpunkt, von dem aus bruch sichere Orientierungen möglich erscheinen (vgl. Fuchs 2004, 7). Die Kehrseite dieses Kultes zeigt jedoch deutlich, dass auch die Deformations- und Destruktionsmöglichkeiten des Körpers zunehmend (aus)genutzt werden. Die Spur lässt sich verfolgen von Body-Building und Tätowieren, von selbstverletzendem Ritzen, von Schönheitschirurgie bis hin zu Magersucht und Bulimie.

#### **Zeichentafeln**

Der Kult um den Körper wird heute lustvoll in Szene gesetzt. So mutiert der Körper zunehmend zu einem Feld der Gestaltung, zur Leinwand und Benutzeroberfläche, der Körper wird zum Kunstwerk. Körperinszenierung durch Piercing und Tattooing ist

weit über jugendliche Subkulturen hinaus Mode geworden. Exotische Gestaltungselemente werden aufgegriffen, um sich und den eigenen Körper zu präsentieren. Seit einigen Jahren verwandeln immer mehr Frauen und Männer ihren Körper in Zeichentafeln, indem sie sich Bilder in die Haut stechen lassen. Ursprünglich besaß Tätowieren einen spirituellen Hintergrund. Tätowierungen gaben Kraft, boten Schutz, fungierten als Statussymbole, signalisierten Stammeszugehörigkeit und klärten kulturelle Identität. Später symbolisierten sie Zugehörigkeit zu sozialen Randgruppen wie Rockern, Seefahrern und Strafgefangenen. Mittlerweile hat sich das Tattoo vom Zeichen des Außenseitertums zum Zeichen des In-Seins gewandelt. Die ursprüngliche Rebellenattitüde wurde vom Markt übernommen und gesellschaftlich eingepasst (vgl. Schoch 2003, 36). Der Wunsch nach Individualität und unverwechselbarer Besonderheit geht in dem Sog gesellschaftlicher Konformität unter. Auffallend ist bei der Tätowierung die Endgültigkeit, das Irreversible der Zeichensetzung. Denn selbst das weggebrannte Tattoo hinterlässt noch eine bleibende Narbenspur auf der Haut. In dem Tattoo-Kult zeigt sich eine instinktive Sehnsucht nach archaischen irreversiblen Riten, deren Sinn jedoch verloren gegangen ist. So ist letztlich nur eine Hülle, eine leere Zeichenform übriggeblieben, der eine sinngebende Füllung und damit auch Erfüllung fehlt. Der tätowierte Körper steht in der heutigen Zeit für die Suche nach Festlegung und Verortung angesichts einer Welt des Austauschbaren und Beliebigen. Er soll Schutz bieten vor drohender Ersetzbarkeit und Vergänglichkeit. Die Tattoos fungieren als Signale, ihnen kommt gleichsam ein appellativer Charakter zu. Es gilt, die Signale auf ihren Bedeutungsgehalt hin zu entziffern, die Sehnsucht nach Individualität und Identität wahrzunehmen.

### **Selbstsuche**

Bei einem weiteren Phänomen tauchen irreversible Narbenspuren auf. Sie bringen sprachlose Verzweiflung an die (Körper)Oberfläche. Ritzen – schmerzhaft, selbstverletzende Einschnitte von Jugendlichen in der Übergangsphase vom Kindes- zum Erwachsenenalter. Der Körper wird instrumentalisiert, um psychisches Leid auszudrücken. Ritzen ist ein Symptom von Jugendlichen, die sich der Grenze ihres Ichs unsicher sind, zerrissen zwischen Extremen und Unvereinbarem. Glasscherben und Rasierklingen grenzen messerscharf ein und ab. Im Ritual der Selbstverletzung zeigt sich eine Sehnsucht nach Intensität, der Wunsch, den eigenen Körper zu

spüren, sich selbst zu erfahren. Spüren können sich die Jugendlichen erst wieder durch den Schmerz des verletzten Grenzorgans, der Haut. Ritzen ist Ausdruck einer dramatischen Inszenierung der Selbstsuche. Der selbstverletzende Akt wird in seiner kommunikativen Funktion zum Appell an das Gegenüber, signalisiert innere Not, symbolisiert die Suche nach Wahrnehmung und Identität. Selbstverletzende Handlungen überschreiten (Körper)Grenzen, brechen gesellschaftliche Tabus. Der Vergleich mit heutigen Jugendritualen wie Tatoing und Piercing liegt nahe.

Selbstverletzungen als Zeichen einer Entwicklungsstörung nehmen bei Jugendlichen zu. Oftmals sind Selbstverletzungen mit anderen psychischen Störungsbildern verbunden wie Drogenmissbrauch oder Essattacken. So belegen die Ergebnisse einer klinischen Studie (Resch 2001,105), dass bei 55 % der betroffenen Jugendlichen zusätzlich Essstörungen, bei 32 % bulimische Störungen im engeren Sinne nachweisbar sind.

### **Operation Schönheit**

Eine Sequenz aus einem Fortbildungsseminar mit 25 Krankenpflegeschülerinnen im Alter von 19-23 Jahren: Gefragt nach ihrer Haltung zu Schönheitsoperationen antworteten 23 junge Frauen, dass sie sich bei entsprechendem finanziellen Budget selbstverständlich ihren Körper chirurgisch optimieren ließen. Eine der Schülerinnen bemerkte nachdenklich, sie sei unsicher, wo der einmal begonnene Einschnitt denn enden würde, da all ihre Körperpartien verbesserungswürdig seien. Eine einzige Frau lehnte Schönheitsoperationen für sich mit dem Einwand ab, sie habe Angst, nach einem Eingriff nicht mehr sie selbst zu sein, und warf damit die Frage nach Körpergrenzen und Identität auf.

Die Ergebnisse einer Emnid-Umfrage im Auftrag der Zeitschrift Brigitte zu der Frage: „Wie stehen Frauen und Männer zu ästhetischen Eingriffen?“ zeigen deutlich die zunehmende Akzeptanz von Schönheitsoperationen:

18 % aller befragten Frauen unter 30 Jahren meinten, dass sie es im Leben leichter hätten, wenn sie sich operieren ließen.

23 % der Frauen zwischen 30 und 39 Jahren würden einen Eingriff machen lassen, wenn er nicht so teuer wäre.

27 % aller Frauen und Männer sehen keinen großen Unterschied zwischen einer Zahnkorrektur und einem ästhetischen Eingriff (Brigitte 2004, 141).

„Schönheitschirurgie ist eine besondere Art der Körperformung. Als 'einschneidende' Maßnahme geht sie unter die Haut; sie verletzt die körperliche Integrität und überschreitet damit die bisherigen Körpergrenzen. Bei Schönheitsoperationen werden mit Hilfe von grenzüberschreitenden Körperhandlungen Identitäten neu geformt“ (Ensel 1994, 106 f.). Schönheitsoperationen signalisieren die Sehnsucht nach einem neuen Selbstbild, einem neuen Image und damit einem neuen Lebensgefühl. Problemen wird mit dem Skalpell zu Leibe gerückt, sie werden förmlich herausgetrennt. Die gewünschte Identität wird per Katalog auf Maß zugeschnitten. Bestimmt das Design Sein und Bewusstsein?

In einer Gesellschaft, in der ein perfektes Äußeres als Garant für ein erfolgreiches Privat- und Berufsleben ver- und gekauft wird, schwindet die Lust auf Individualität. Normierte Schönheit heißt die Form bestimmende Formel. Das gegenwärtige Schönheitsideal reduziert Schönheit auf Schlankheit, Jugendlichkeit und Fitness, setzt damit insbesondere für Mädchen und Frauen rigide Körnernormen. Die natürlichen Körperformen werden zu Problemzonen erklärt. Für den chirurgisch perfektionierten Körper wird körperliche Versehrtheit in Kauf genommen, die eigene Körpergrenze irreversibel verletzt und verändert. Der ideale Körper soll Grenzen überwinden, die als gesellschaftliche Abseitsfalle erlebt werden.

Die Aufwertung von Körper und Jugendlichkeit hat einen Bedeutungsverlust der Kleidung für schönheitskompetentes Handeln zur Folge. Seit Mitte des 20. Jahrhunderts bezieht sich das Schönheitsideal nicht mehr auf den bekleideten, sondern auf den nackten Körper (vgl. Posch 1999). So wird der Körper selbst nach dem jeweils aktuell gültigen Schnittmuster des Modediktats als (Roh)Stoff vermessen und zugeschnitten, bearbeitet wie ein unfertiges Produkt. Hinter dem Schönheitsideal verbirgt sich ein gleichsam märchenhaftes Versprechen von Anerkennung und Liebe. Wie schön (schlank) muss ich sein, um geliebt zu werden? Anstelle der Korrektur verzerrter Körperbilder tritt die Korrektur des Körpers selbst.

Schönheitskompetentes Handeln ist ein sozialer Prozess, der dem Einzelnen dazu dienen soll, soziale Anerkennung zu erzielen, gesellschaftlich erfolgreich zu sein. Strukturiertes zielorientiertes Schönheitshandeln erfolgt nach den Kriterien von Qualitätsmanagement, bedarf damit eines nachhaltig disziplinierten Handelns. Anekdotische Einzelmaßnahmen sind in diesem Kontext keineswegs als

erfolgversprechend anzusehen. Die Zertifizierung erfolgt durch gesellschaftliche Anerkennung. Schönheit gilt als machbar, was mangelnde Schönheit in der gesellschaftlichen Be- bzw. Abwertung zu persönlichem Versagen werden lässt. Verlierer in diesem Prozess sind diejenigen, die dem Idealbild nicht entsprechen, dieser scheinbaren *conditio sine qua non* erfolgreicher gesellschaftlicher Teilhabe.

Der zunehmende Konkurrenzkampf auf dem Arbeitsmarkt und die Gleichsetzung von Attraktivität mit Leistungsfähigkeit setzen den Einzelnen hinsichtlich der äußeren Erscheinung zunehmend unter Druck. Attraktivität wird zum Statussymbol und damit letztlich zu einem Machtfaktor. Es geht nicht nur darum, eine Rolle zu spielen, es gilt sie zu verkörpern.

### **Körper - Aufwertung und Verdrängung**

Die Verknüpfung der verschiedenen Fragmente lässt ein komplexes, teilweise widersprüchliches Bild entstehen. So sind wir in der heutigen Zeit mit einer paradoxen Gleichzeitigkeit von Körperaufwertung und -verdrängung konfrontiert. Der Körper soll in Zeiten der Desorientierung bruch sichere psychische Verortung ermöglichen. Zum einen wird der Körper zur Leinwand, dient der Selbstinszenierung und wird zur Eintrittskarte für gesellschaftliche Akzeptanz. Der Körper wird dabei den rigiden Normen des künstlichen Schönheitsparadigmas unterworfen und findet die Auflösung seiner Individualität in der standardisierten Norm. Zum anderen können sich Menschen erst durch die Verletzung ihrer Körpergrenzen, d.h. durch ihre partielle Auflösung wieder spüren. Individuelle Identität und gesellschaftliche Integration werden über Körperlichkeit definiert. Körperaufwertung und -verdrängung sind in beiden Fällen unlösbar miteinander verbunden.

## **2. Essstörungen – Wenn der Körper zum Fremdkörper wird**

Essstörungen sind ein Prozess fortwährender Auf- und Abwertung des Körpers, vollzogen in einsamen Ritualen des Verschlingens, Erbrechens und Hungerns. Die Paradoxie des gesellschaftlichen Phänomens von Körperaufwertung und -verdrängung gewinnt in der Essstörung förmlich Gestalt. So wird zum einen die permanente Beschäftigung mit dem Körper zum beherrschenden Faktor der Lebensgestaltung. Andererseits wird der eigene Körper im Erleben abgespalten, erscheint als fremd, wird zum Objekt und somit letztlich zu einem Fremdkörper.

Essstörungen gehören in den westlichen Industrieländern zu den häufigsten psychosomatischen Erkrankungen von Mädchen und jungen Frauen. In den letzten 20 Jahren erleben wir eine Besorgnis erregende Zunahme dieser Krankheitsbilder. Die Entstehung von Essstörungen kann nicht durch ein in sich geschlossenes theoretisches Modell begründet werden. Es handelt sich um ein multifaktorielles Verursachungsgeflecht, unter Berücksichtigung biologischer, inter- und intrapsychischer sowie soziokultureller Determinanten.

Essstörungen sind eingebunden in einen soziokulturellen Kontext von (Nahrungs-) Überfluss, dem Zerfall traditioneller Esskultur sowie von der Zunahme individualisierter Familienalltage. Diese gesellschaftliche Entwicklung ist darüber hinaus gekennzeichnet von einer Anonymisierung und Individualisierung sozialer Systeme, einer wachsenden Mobilität und demzufolge einem Bedeutungsverlust lokaler und familiärer Bindungen. Zugleich erleben wir einen gesellschaftlichen Wandel von Körperidealen und damit verbundenen Körnernormen (vgl. Habermas 1990). Das überzogene Schönheits-, Schlankheits- und Jugendlichkeitsideal der heutigen Zeit setzt insbesondere für Mädchen und Frauen rigide Normen und trägt dazu bei, dass Essstörungen bei Jugendlichen zunehmen und Diäterfahrungen schon bei jungen Mädchen zur Regel werden. Die Gleichsetzung von Schönheit und Schlanksein wird insbesondere durch mediale Beeinflussung immer stärker propagiert. Die Ergebnisse einer von der europäischen Union geförderten Studie an ca. 4.400 Schülerinnen in vier westeuropäischen Ländern besagen, dass fast 50 % der befragten Mädchen im Alter zwischen 11 und 13 Jahren bereits eine Diät gemacht haben. Ca. 40 % der normal- bis untergewichtigen Mädchen und weiblichen Jugendlichen zwischen 11 und 19 Jahren fühlten sich zu dick (Kabera 1999).

Diäten - Initiationsriten der Neuzeit, Rituale auf dem Weg zum gesellschaftlich konformen Frauenbild? Initiationsriten sollen den Beginn des Erwachsenenlebens markieren. Stellen Diäten heute den zu entrichtenden Tribut für die Übernahme der weiblichen Rolle dar? Als entscheidende Kompetenzen gelten in diesem Handlungsprozess Selbstkontrolle und Disziplin. Figur und Aussehen werden als vom Willen gesteuert angesehen, wobei der für Gewicht und Figur ebenfalls bedeutsame konstitutionelle Faktor verleugnet wird. Das Nichterreichen vorgegebener und selbstgesetzter Normen für Gewicht und Figur wird somit zum eigenen Versagen

deklariert. Essprobleme sind heute derart verbreitet, dass Diätverhalten bei Frauen als normal angesehen wird, es dagegen fast als unnormal erscheint, wenn sich Frauen keine Sorgen um ihre Figur machen, ihr Leben nicht nach Kalorientabellen, Fitness- und Diätplänen ausrichten.

Die Abhängigkeit des Selbstwertgefühls von der äußeren Erscheinung nimmt bei Jugendlichen stark zu. Dies kann durch die Familie, die Peer-Group sowie durch Medieneinflüsse verstärkt werden. Attraktivität und Ansehen bei Gleichaltrigen zu haben, besitzt für die Heranwachsenden einen hohen Stellenwert. Nach Aussage der Studie „Bravo Faktor Jugend“ gehen mehr als 70 % der befragten Jugendlichen davon aus, dass Aussehen wichtiger sei als Charakter (Hamann 2004, 20). Der Konsum von Markenartikeln - insbesondere Markenkleidung - wird zu einer wichtigen Quelle für den Selbstwert der Heranwachsenden. Bereits Kinder werden heute gezielt als Konsumenten durch mediale Werbekampagnen angesprochen. Die Verknüpfung von körperlicher Attraktivität und sozialer Anerkennung wird infolgedessen bereits im Kindesalter gesellschaftlich vermittelt.

Im Kontext dieser gesellschaftlichen Entwicklungen stellt sich die Frage, wie Identitätskompetenz von Jugendlichen gestärkt werden kann. Zielsetzung ist die Entwicklung eines positiven Körper- und Selbstwertgefühls, eines realistischen Selbstkonzeptes sowie einer sicheren Selbstwirksamkeit.

Demzufolge ist die Weiterentwicklung von Projekten zur Prävention von Essstörungen eine bedeutsame gesellschaftliche Aufgabe im gesundheitspolitischen Bereich. Hierzu bedarf es einer strukturierten Vernetzung aller in diesem Prozess gesundheitsrelevanten Akteure. Nur ein koordiniertes Zusammenwirken von Verantwortlichen im Gesundheitswesen, der Politik, in der Industrie, der Werbebranche und den Medien bietet Chancen für nachhaltige Veränderungen.

Lebenskompetenzfördernde Präventionsmaßnahmen können Jugendliche in ihrer Identitätsentwicklung stärken für ein erfolgreiches, erfülltes und genussvolles Leben.

Frankfurter Zentrum für Essstörungen

## Literatur

Brigitte/G+J Marketing-Forschung und Service (2004): Operation Schönheit. Hamburg.

Ensel, A. (1994): Chirurg - Dramaturg - Demiurg. Männliche Schöpfungsphantasien und die Herstellung von Identitäten in der Schönheitschirurgischen Geschlechterbeziehung. In: Zeitschrift für Frauenforschung 12, S.106-113.

Fuchs, P. (2004): Menetekel des Todes. Der Körper ist das Nächste: Zur Konjunktur der Schändung. In: Frankfurter Rundschau Nr. 17, S.17.

Habermas, T. (1990): Heißhunger. Historische Entstehungsbedingungen der Bulimia Nervosa. Frankfurt/M.

Hamann, G. (2004): Habe alles, bekomme mehr. In: Die Zeit Nr. 22, S. 19-20.

Kabera (1999): Essstörungen in Europa - Erhebung zum Präventionsbedarf. (Abschlussbericht). Kassel.

Klein, G. (2001): Der Körper als Erfindung. In: Randow, G. von (Hrsg.): Wie viel Körper braucht der Mensch, Hamburg, S. 54-62.

Posch, W. (1999): Körper machen Leute. Der Kult um die Schönheit. Frankfurt/M.

Resch, F. (2001): Schmerz tut gut - Der Körper als Instrument zur Bewältigung psychischer Krisen. In: Randow, G. von: Wie viel Körper braucht der Mensch, Hamburg, S. 101-107.

Schoch, J. (2003): Hebe mich heraus! Über den Sinn von Tätowierungen. In: Die Zeit Nr. 34, S. 36.