



GANZ SCHÖN ICH

Ein Blick auf Körpergefühl und Schönheitsideale junger Frauen

Kerstin Pirker, 27.05.2008

Gut aussehen war immer wichtig, historisch betrachtet aber noch nie so bedeutsam und lukrativ wie heute. Kosmetik-, Schönheits- und Bekleidungsindustrie sichern ihre Marktanteile und prägen unsere Schönheitsideale. Für die heranwachsende Generation ist dies *normal*. Besonders jungen Frauen, die ihr Rollenbild entwickeln und nach persönlichem Stil suchen, erscheint ihr Körper als Stylingfläche. Shoppen zählt neben SMS-Schreiben zu ihren beliebtesten Freizeitbeschäftigungen. Lebensfreude soll über einen schönen Körper ausgedrückt werden. Maßstab sind Heidi Klum und Co.

Sich mit dem eigenen Körper zu beschäftigen ist für junge Frauen zentral, geschieht aber nicht bewusst. Kaum ein Mädchen bemerkt, wie viel Zeit das Design des eigenen Körpers in Anspruch nimmt. Es gilt, ständig am Ball zu bleiben und wachsam zu sein, „dass der Körper okay ist“. Körperhaare entfernen, nicht dick werden, neue Klamotten, individuelles Styling. Sexappeal ausdrücken, ohne „nuttig“ zu sein. Sport treiben, gesunde Ernährung, Typberatung. Modeln wird in seinen Mechanismen entlarvt und fasziniert trotzdem. Das Schönheitsideal ist internalisiert und wird von jungen Frauen kaum kritisiert: „So ist es eben: Schöne Menschen haben´s leichter!“

Im Kontakt mit jungen Frauen beobachte ich eine große Kluft zwischen Body Image, der äußeren Schicht des Körpers, die gestaltet, visuell wahrgenommen und bewertet wird, und Body Feeling, der Selbstwahrnehmung des eigenen Körpers und seiner Empfindungen.

Dies möchte ich anhand einiger Stationen weiblicher Körperlichkeit darstellen.

Individualisierung

„Das mache ich nur für mich!“, sagen viele Frauen und Mädchen. Individualisierung ist ein günstiger Nährboden, um gesellschaftliche Normen bis zur Unkenntlichkeit zu verschleiern. Wenn jede glaubt, selbst zu entscheiden, fällt gar nicht weiter auf, dass alle die gleiche Entscheidung treffen. Das betrifft die Lebensbereiche Konsum und Freizeitverhalten ebenso wie Körperdesign und Beziehungsleben.

Piercings und Tattoos etwa, die freie Entscheidung über den eigenen Körper demonstrieren sollen, sind heute weit verbreitet. Schönheitsoperationen gewinnen unter jungen Frauen zunehmend an Akzeptanz: „Wenn´s eine unbedingt braucht ...“ Tatsächlich aber ist das Thema eng verknüpft mit dem Druck, einer allgegenwärtigen Norm zu entsprechen, und dem Wunsch, geliebt zu werden. Nicht umsonst arbeitet Werbung für Schönheitsoperationen mit der Sehnsucht nach Glück und Erfolg.



Mode

Die Mode für junge Frauen gewährt in den letzten fünfzehn Jahren immer mehr Aussicht auf den nackten Körper: bauchfreies Top, tiefsitzende Jeans, Miniröcke. Ein möglichst magerer Körper soll üppig sichtbar sein.

Niemanden stört, dass freiliegende Körperpartien auskühlen und innere Organe geschwächt werden, vor allem die Nieren, Gebärmutter und Eierstöcke. Eine schwache Körpermitte beeinträchtigt das Selbstvertrauen und Auftreten eines Mädchens und hat negative Auswirkungen auf ihre physische Gesundheit, etwa Menstruationsbeschwerden.

Darüber hinaus wird Mode für junge Frauen nur in kleinen Größen angeboten, sodass ein normalgewichtiges Mädchen die Umkleidekabine mit dem Eindruck verlässt, zu dick zu sein.

Diäten und Essprobleme

Im klinischen Bereich sind Essstörungen seit Jahren konstant, doch die Grauzonen dehnen sich aus. Unregelmäßig essen, Diäten machen, bestimmte Nahrungsmittel meiden und täglich mehrmals auf die Waage steigen, sind gängige Praktiken junger Frauen. Viele Mädchen rauchen, um ihr Gewicht zu reduzieren.

Abnehmen ist ein kollektiver Wunsch: „Ein paar Kilos weniger wären toll!“, sagen die meisten - unabhängig vom Körpergewicht. So machen Mädchen gemeinsam mit Mama Schlankheitskuren und gründen mit Freundinnen Diätclubs.

Doch Diäten sind als Einstiegsdrogen in chronische Essprobleme bekannt. Die Folge ist ein Anstieg an über- sowie untergewichtigen Mädchen. Denn die Medaille hat zwei Seiten: Manche gleiten in eine Magersucht, andere werden durch Diäten dick – Stichwort: Jo-Jo-Effekt.

Sexualität

Junge Frauen sind häufig mit der Sexualisierung ihres Körpers konfrontiert („Du bekommst aber einen hübschen Hintern!“), erleben jedoch zugleich die extreme Sprachlosigkeit hinsichtlich wichtiger körperlicher Vorgänge, etwa dem weiblichen Orgasmus. Sie erlernen kein Vokabular, um über ihre sexuellen Erlebnisse und Empfindungen zu sprechen. So bleibt es bei „da unten“. Die Klitoris, das weibliche Lustorgan, ist weitgehend unbekannt oder unbenannt. Selbstbefriedigung unter Mädchen ist tabu, während die männliche Masturbation als selbstverständlich gilt. Erste sexuelle Erfahrungen werden selten lustvoll oder befriedigend erlebt. Die weiblichen Sexualorgane gelten als „eklig“ - das Interesse für Schönheitschirurgie im Genitalbereich nimmt zu.

Die Menstruation ist für die meisten jungen Frauen ein lästiges Übel, das möglichst unsichtbar bleiben soll. „Eine Pille, die die Regel ausbleiben lässt? Her damit!“ Eine Studie der Universität Klagenfurt belegte 2007, dass sich das Schamempfinden junger Frauen deutlich von dem junger Männer unterscheidet. Während sich Burschen für ihre Genitalien schämen, erstreckt sich Scham bei Mädchen auf den gesamten Körper.



Körperenthaarung

„Jede wie sie mag, aber ich finde es rasiert schöner!“

Junge Frauen entfernen heute ganz selbstverständlich ihre Körperbehaarung, das ist für sie eine „Körperpflegemaßnahme“ wie Zähneputzen. Das nicht zu tun gilt als unhygienisch, dies betrifft insbesondere die Achselhaare. Gynäkologinnen berichten, dass der Großteil der jungen Frauen heute genitalrasiert ist. Beinhaare werden epiliiert oder geharzt, zunehmend auch die Haare an den Unterarmen.

Obwohl es alle tun, ist die Enthaarung ein Ritual, das im Verborgenen vollzogen wird. Gemeinsames Rasieren unter Freundinnen oder der Austausch über Erfahrungswerte und bevorzugte Praktiken sind unüblich.

Viele Mädchen kennen keine Frauen mit Körperbehaarung mehr und reagieren mit offener Ablehnung, wenn sie weibliche Körperhaare sehen. In ihren Köpfen SIND Frauen unbehaart. Dass dieser Zustand kontinuierlich hergestellt wird, ist ihnen oft nicht bewusst. Das Natürliche ist zur Abweichung geworden.

Medikalisierung

Junge Frauen hören, dass sie einen schwachen und sensiblen Körper hätten und dass psychosomatische Beschwerden bei ihnen normal seien. So wird ihnen früh vermittelt, dass körperliche Umbruchphasen in die betreuenden Hände von ÄrztInnen gehören.

Viele Mädchen nehmen regelmäßig Medikamente, in erster Linie Schmerz- und Verhütungsmittel. Bei Diäten experimentieren junge Frauen mit Abführmitteln und anderen Diätprodukten, die sie rezeptfrei in der Apotheke erwerben. Die Medikalisierung bei Regelschmerzen geht fast immer auf ärztlichen Rat zurück. Alternative Behandlungsmethoden wie Wärmeflasche und Bewegung werden ausgeklammert.

Die Mädchen benutzen die Eigennamen der gängigen Schmerzmittel ganz selbstverständlich. Häufig wird ihnen von ÄrztInnen gegen Regelschmerzen die Pille empfohlen. Außerdem wird die Pille zur Behandlung von Hautproblemen verschrieben, auch wenn sie nicht als Verhütungsmittel gewünscht wird. Unerwähnt bleibt in allen Fällen, dass jede hormonelle Verhütung das Lustempfinden der Frau entscheidend vermindert, oft lebenslang.

„Szene“

In bildungsnahen Schichten distanzieren sich kleine Gruppen junger Frauen von rigiden Schönheitsidealen und weichen in diverse Jugendkulturen aus: Öko-alternativ, Punk, Gothic...

Dies gilt auch für die Gruppe junger urbaner Lesben, die andere Schönheits- und Weiblichkeitskonzeptionen entwerfen.

Resümee

In der Pubertät verschlechtern sich Körperwahrnehmung und Selbstwertgefühl der Mädchen entscheidend. Viele berichten auch von sexuellen Gewalterfahrungen in



dieser Lebensphase. Dennoch herrscht das Paradigma „anything goes“: „Du bist selbst verantwortlich. Klappt es nicht, bist du selbst schuld.“

Körpernormierung trifft alle jungen Frauen, ist jedoch für bestimmte Gruppen von besonderer Brisanz, etwa Mädchen mit Körperbehinderungen oder mit Migrationshintergrund.

Unzulänglichkeiten sind privatisierte Empfindungen, die nicht (mit)geteilt werden. Die ständige Befassung mit der Körperoberfläche verunsichert junge Frauen, denn das Ziel - der „perfekte Körper“ - wird nie erreicht. Der Körper ist ein „Tool“, das funktionieren und gut aussehen soll. Er muss seine organische Herkunft verbergen, darf nicht schwitzen, riechen oder sich anderwertig unkontrolliert äußern. Ein eigener Stil ist wichtig, wenn er nur gleichzeitig den Mainstreamgeschmack trifft. Ganz schön ich.

Zur Autorin:

Mag.^a Kerstin Pirker

geb. 1974

Sozialwissenschaftlerin, Frauenforscherin, Sexualpädagogin

seit 1997 in der Mädchenarbeit tätig

seit 2002 Mitarbeiterin im Frauengesundheitszentrum, Schwerpunkte:

Mädchengesundheit, Weibliche Sexualitäten, Essprobleme, Körperkompetenz

diverse Publikationen zur Mädchengesundheitsförderung

Yogalehrerin i. A.

Das Frauengesundheitszentrum bietet Workshops für Mädchen und MultiplikatorInnen.



frauengesundheitszentrum

Joanneumring 3, 1. Stock ☎

8010 Graz

☎ 0316/83 79 98

✉ frauen.gesundheit@fgz.co.at

www.fgz.co.at