

**Der menschliche Körper als soziales Phänomen und ethische
Herausforderung für das Miteinander –
zwischen Identitätssuche und der Anerkennung des Selbst- und
Fremdbildes**

Von der Carl von Ossietzky Universität Oldenburg – Fakultät IV Human- und
Gesellschaftswissenschaften – zur Erlangung des Grades eines Doktors der Philosophie
(Dr. phil.)

genehmigte Dissertation

von Frau Anna Becker
geboren am 01.10.1993 in Hamburg

Referentin: Priv.-Doz. Dr. Kirstin Zeyer

Korreferent: Prof. Dr. Johann Kreuzer

Tag der Disputation: 20.10.2021

Inhaltsverzeichnis

INHALTSVERZEICHNIS.....	I
1 EINLEITUNG.....	1
1.1 THEORETISCHE FUNDIERUNG.....	9
1.1.1 Nutzung der Medien.....	27
1.1.2 Der digitale Wandel.....	29
1.1.3 Problematik der Digitalisierung.....	30
1.2 ZIELSETZUNG.....	38
1.3 GLIEDERUNG UND VORGEHEN.....	40
2 DER ‚SCHÖNE‘ KÖRPER ALS MITTEL ZUR ZUGEHÖRIGKEIT UND PLATTFORM KULTURELLER INSZENIERUNG.....	52
2.1 DIE ‚BESSERE‘ REALITÄT UND IHRE AUSWIRKUNGEN.....	59
2.2 KÖRPER ALS KONSUMTIONSgegenSTAND.....	64
2.3 SELBSTOBJEKTIVIERUNG ALS KULTURELLES MAssENPHÄNOMEN.....	74
2.4 MÄNNLICH KONNOTIERTER KÖRPERKULT.....	84
2.5 ZWISCHENFAZIT.....	94
3 GESCHLECHTERDARSTELLUNG IN DEN MEDIEN – MALISA STIFTUNG.....	102
3.1 GESCHLECHTERDARSTELLUNG IN MUSIKVIDEOS UND SELBSTINSZENIERUNG VON JUNGEN MÄDCHEN AUF INSTAGRAM.....	104
3.2 FRAUBILDER AUF YOUTUBE.....	104
3.3 AUDIOVISUELLE DIVERSITÄT? GESCHLECHTERDARSTELLUNGEN IN FILM UND FERNSEHEN IN DEUTSCHLAND.....	105
3.4 TIKTOK-STUDIE.....	105
3.5 ERGEBNISSE.....	107
4 DER LEIB-SEELE-BEGRIFF AUS ANTHROPOLOGISCHER SICHT UND IN ANLEHNUNG AN DIE ANTIKE PHILOSOPHIE.....	112
4.1 DIE PHYSISCHE UND PSYCHISCHE BETRACHTUNG DES MENSCHEN.....	119
4.2 EXZENTRISCHE POSITIONALITÄT ALS THESE DER PHILOSOPHISCHEN ANTHROPOLOGIE.....	136
4.3 ZWISCHENFAZIT.....	143
5 DIE BEDEUTUNG VON IDENTITÄT IM KONTEXT DES KÖRPERKULTS.....	149
5.1 SOZIALE IDENTITÄT.....	158
5.2 ICH-IDENTITÄT.....	162
5.3 IDENTIFIKATION UND IDENTITÄT IN ANLEHNUNG AN ERIK H. ERIKSON.....	163
5.4 INDIVIDUALISIERUNG UND IDENTITÄTSSUCHE.....	165
5.5 DER KÖRPERKULT ALS GRUNDLAGE SOZIALER PROBLEME.....	166
5.6 IDENTITÄTSSUCHE – EIN ZWISCHENFAZIT.....	168
6 BODY POSITIVITY.....	172
6.1 EIN POSITIVES KÖRPERGEFÜHL DURCH DOVE – KAMPAGNEN GEGEN DEN KÖRPERKULT.....	174
6.2 BODY-POSITIVITY VERSUS BODY-NEUTRALITY.....	177
6.3 BODY POSITIVITY ALS BEISPIEL FÜR EINEN ALLTÄGLICHEN SELBSTOPTIMIERUNGSPROZESS.....	183
7 LÖSUNGSANSÄTZE.....	187
7.1 AKTIVE SELBSTAKZEPTANZ UND FREIHEIT.....	193
7.2 SELBSTLIEBE.....	198
7.3 MORAL ALS ZIEL MENSCHLICHER INTERAKTION.....	200

8 FAZIT	210
9 AUSBLICK.....	224
LITERATURVERZEICHNIS.....	229

1 Einleitung

Schöner, schlanker, fitter – die Vorstellung, wie ein Mensch im 21. Jahrhundert auszusehen hat, ist prägnant und folgt einem bestimmten Ideal. Der menschliche Körper als soziales Phänomen – auf den ersten Blick kein philosophisches Thema. Gleichwohl wird im folgenden Verlauf des einleitenden Teils deutlich werden, wieso dieses Forschungsthema ausgewählt wurde und warum es als Fragestellung der Philosophie zu betrachten ist. Die vorliegende Arbeit befasst sich mit den langfristigen Entwicklungen des gegenwärtigen Körperkults, verbunden mit der Sucht nach Schönheit sowie dem Zusammenhang schwindender moralischer Werte im Kontext von seelischen Prozessen sowie zwischenmenschlichen Begegnungen unter Beachtung der Identität. In diesem Sinne soll die soziale Rolle des Individuums innerhalb der Gesellschaft untersucht werden. Auf Grund der interdisziplinären Beschaffenheit der Thematik zeigen verschiedene Disziplinen, nämlich die Kulturwissenschaften, die Soziologie und Philosophie sowie die Pädagogik und die Psychologie, dass marginalisierte Schönheit und die damit verbundene Identitätssuche ein gesellschaftliches Problem darstellen.

Warum die philosophische Disziplin so von Gewicht ist, zeigt sich vor allem auch in ihrer wörtlichen Bedeutung: Philosophie (*philo – Liebe, sophia – Weisheit*) bedeutet Liebe zur Weisheit und Weisheit meint das tiefere Verständnis von Zusammenhängen aller Art. Außerdem ist die Philosophie als „explizite Form des Nachdenkens“ zu betrachten und erfüllt somit einen Auftrag, den die vorliegende Arbeit als zusätzliches Ziel innehat.¹ Vor allem in der praktischen Philosophie geht es um ein Ergründen von Richtlinien für das soziale Leben, welches in diesem Forschungsprojekt mit dem Lösungsansatz des moralischen Handelns als Ziel menschlicher Interaktion einen wichtigen Teil einnimmt. Die Disziplinen der praktischen Philosophie, insbesondere die Ethik (die wissenschaftliche Untersuchung der Moral) und die Handlungstheorie (erforscht das Phänomen des menschlichen Handelns unter bestimmten Gründen und Zielen) bilden den philosophischen Ausgangspunkt dieser Arbeit, wobei sich antike und moderne Philosophie ergänzen. Ethik, zurückgehend auf Aristoteles, bezieht sich „auf das von Sokrates und Platon in der Auseinandersetzung mit der Sophistik aufgenommene Problem, daß die Legitimierung der Sitte und der Institutionen der Polis durch die

¹ Vgl. Annemarie Pieper, Philosophie und Empirie. Philosophische Kontroverse über den Stellenwert von Erfahrung, in: *Praktische Theologie. Zeitschrift für Praxis in Kirche, Gesellschaft und Kultur* (Hrsg.), Band 54, Heft 1, Gütersloh 2019, 18.

Herkunft von den Vätern als ehrwürdiger Nomos nicht mehr trägt und daß es so aussieht, als sei das ‚Schöne und Rechte‘ nur ‚Brauch und Satzung, von Natur aber nichts‘.“²

„Während bei Platon – im Ausgang von Sokrates (der für Aristoteles zuerst vom ‚Ethischen‘ handelte – die Möglichkeit der Wiederherstellung legitimer Ordnung an die philosophische Vermittlung der begründeten Teilhabe an der Idee des Guten als größte Einsicht und daran gebunden ist, daß Philosophen die Herrschaft in der Polis übernehmen, setzt E[thik] die Wende voraus, in der Aristoteles die Frage nach dem Grunde des in Nomos, Sitte und Gewohnheit verfaßten Lebens der Polis und des Hauses aus dem Zusammenhang der theoretischen Philosophie herauslöst und diesen Grund als das für den Menschen im Handeln und Leben tätig erreichbare und verfügbare höchste menschliche Gut und als das den Zweck begreift, der dem Leben in der Polis ihren Sitten und Institutionen einwohnt und so in ihnen ihr ‚Wahres‘ ist.“³

Ethik kann neben der praktischen Philosophie, geschichtlich ebenso der Metaphysik und Theologie zugeordnet werden. Beispielsweise gelten die Bücher Moses als „ethische Abhandlung“, die Psalmen Davids als eines „moralium magnus magister“ und die Sprüche Salomos als „moralische Lehren“ und treffen somit mit der Philosophie zusammen.⁴ Dennoch wird der Begriff der Ethik in der Philosophie eigenständig gebildet:

„Das göttliche Gebot, das nicht blind hingenommen, sondern in seinem Rechtssinn eingesehen werden soll, und das ‚bonum humanum‘ sind Inhalt und Gegenstand der Vernunft und damit einer ‚philosophischen‘ E[thik], die die Aufgabe hat, das gute Handeln herbeizuführen.“⁵

Ethik als Disziplin begreift die Tugenden und die damit einhergehende Haltung eines jeden Einzelnen als die Bestimmung des Menschen.⁶

Auch der Begriff der Wahrnehmung (als Teil der theoretischen Philosophie) spielt im Kontext des Körperkults eine übergeordnete Rolle. Des Weiteren lassen sich die Disziplinen der Philosophie auf alle Bereiche des Lebens anwenden. Philosophie bedeutet eine Auseinandersetzung mit aktuellen Fragestellungen. Daher stellt die Frage nach der ethischen Herausforderung für das Miteinander, im Kontext des Körperkults eine berechnete und zutiefst philosophische Angelegenheit dar. Philosophie umfasst

² Vgl. Reinhard Romberg, Annemarie Pieper und Redaktion, Art. Ethik, in: Joachim Ritter, Karlfried Gründer und Gottfried Gabriel (Hrsg.), *Historisches Wörterbuch der Philosophie*, Basel 1972, Band 2, 759.

³ Ebd.

⁴ Vgl. ebd., 763.

⁵ Ebd., 767

⁶ Vgl. ebd., 763

thematisch Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft, regelmäßiges Nachdenken und das Gewinnen neuer Erkenntnisse, was sich mit dem modernen und aktuellen Thema des Körperkults verbinden lässt und neue philosophische Erkenntnisse offenbart.

Da der Körperkult als omnipräsentes Phänomen zu betrachten ist, ist er als gesellschaftliches Phänomen immer auch Teil eines ethischen Unterfangens. Der trainierte Körper sowie das Verständnis von perfektionistischer Schönheit (Stichwort: ebenmäßige, glatte Haut und ein makelloser Teint) ist ein gegenwärtiges Phänomen. Schönheit als Massenphänomen bedeutet im 21. Jahrhundert die Konfrontation mit scheinbarer Perfektion, gegenseitiger Bewertung und die Präsentation eines unrealistischen Körpertypus durch die sozialen Netzwerke. Vor allem die bildliche Darstellung von Frauen mit niedrigem Körperfettanteil und ausgeprägter Muskulatur verstärken unrealistische Erwartungen des menschlichen Körpers. Die Forderung von „Strong ist the new skinny“ stellt den Körperkult als permanenten Anpassungsprozess dar. Davon ausgehend liegt der vorliegenden Untersuchung die Annahme zugrunde, dass die in den letzten Jahren zu beobachtende Tendenz zur Preisgabe des Eigenen, in Form der körperlichen Zurschaustellung, zugunsten von Akzeptanz und Anerkennung in der Gesellschaft, stark gestiegen ist. Ein wesentliches Ziel wäre erreicht, wenn die Rolle des Anderen innerhalb der Gesellschaft, beziehungsweise das Selbst- und das Fremdbild theoretisch und praktisch herausgearbeitet werden kann. Der im Rahmen der vorliegenden Untersuchung festgestellte gesellschaftliche Mangel, die soziale Ungleichheit und Hierarchie, hervorgerufen durch den Körperkult, soll somit in seiner Bedeutung vor allem für heranwachsende Menschen einen philosophisch reflektierten Beitrag zur Diskussion leisten. Deutlich wird in diesem Zusammenhang außerdem der schon von Simmel in Bezug auf die Mode festgestellte Umstand, dass der Wunsch zur Sozialisierung durch Nachahmung zu erreichen versucht wird. Dargelegt und breiter erörtert werden soll vor allem, dass die Generation der Heranwachsenden fortwährend mit der Frage konfrontiert wird, wie sie schön werden kann oder was es zu tun gilt, um schön zu sein, statt den individuellen ‚Ist-Zustand‘ annehmen zu können. Grundlegend lässt sich dieses Phänomen als orientierungslose Suche nach Identität fassen. Die Auseinandersetzung trägt so der gesellschaftlichen Verantwortung Rechnung, Benachteiligung, soziale Ausgrenzung und Identitätsverlust als Produkt von sozialer Gewalt Einhalt zu gebieten und auf eine gesellschaftliche Grenzsituation hinzuweisen

sowie für den Aspekt der Identitätssuche zu sensibilisieren. Die eigene Identität zu finden oder gar aufrechtzuerhalten, gestaltet sich im modernen Zeitalter von nahezu grenzenlosen Möglichkeiten durch die digitalen Medien, insbesondere soziale Netzwerke als schwierig und herausfordernd.

Es resultierte folgende weiterführende, für das gesellschaftliche Miteinander relevante Forschungsfrage:

Welchen Einfluss hat der Körperkult auf die menschliche Identität sowie auf das Selbst- und Fremdbild?

Anuschka Rees' Darstellungen über Schönheitswahn und Körperkult stellen in der vorliegenden Arbeit eine wichtige Referenz dar, da Rees pointiert herausgearbeitet hat, was gesellschaftlich als ‚schön‘ und ‚hässlich‘, ‚gut‘ oder ‚schlecht‘ angesehen wird. In wenigen Punkten seien die wichtigsten Ergebnisse und Instrumente von Rees umrissen, die auch in dieser Studie herangezogen werden. Rees' Deutungen des Umgangs mit dem Körperkult stellen konkrete Anleitungen zur Verfügung, um Kategorisierungen und Objektivierungen sowie Selbstoptimierungsprozesse zu vermeiden und den eigenen Wert unabhängig davon zu bemessen. Ein für die vorliegende Arbeit wichtiges Ergebnis von Rees' Untersuchung ist, dass das gesellschaftlich geprägte Verhältnis zum Körper eine wertende und subjektive Handlung darstellt.⁷ Rees' bewertet ferner die Bewegung von „Body Positivity“, welche im vorliegenden Kontext als unverkennbarer Teil des Körperkults erkannt wird. Rees zeigt auf, dass Attraktivität und Sexappeal zu großen Teilen miteinander einhergehen, so dass Schönheit an äußerlichen Merkmalen festgemacht wird. Zudem zeigen die Medien, insbesondere die sozialen Netzwerke (Instagram, TikTok, YouTube, Facebook) vorzugsweise einen, wenn auch unrealistischen Körpertyp, der als maßgebliches Verständnis von Schönheit anerkannt werden soll.

Hierunter erfolgt ein chronologischer Abriss der Schönheitsideale, um einen Eindruck davon zu gewinnen, wie sich Schönheit als Massenphänomen im Kontext medialer Präsenz verändert hat und sich schließlich als zwanghafte Lebenseinstellung offenbart.

⁷ Siehe dazu: Anuschka Rees, *Beyond Beautiful. Wie wir trotz Schönheitswahn zufrieden und selbstbewusst leben können*, Köln 2019.

Aufgegriffen wird die tägliche Konfrontation mit vermeintlichen Idealen, die das Selbstbewusstsein mit Blick auf perfekt aussehende Bilder beeinträchtigen sowie die eigene Individualität kritisieren.⁸ Seit 1990 kursiert der Begriff des „offiziellen Körpers“, der die Ähnlichkeit der in der medialen Öffentlichkeit präsentierten Körper zum Ausdruck bringt. Die Mehrheit der Frauen in medialer Präsenz tragen beispielsweise Kleidergröße 34/36 bei einer Größe von mindestens 1,78 m. Dies führt zwangsläufig zu einem Umdenken der jungen Generation, die in einer Welt aufwächst, in der alle Vorbilder unter den Begriff des offiziellen Körpers fallen. Diese bildliche Darstellung erfolgt täglich in den unterschiedlichsten medialen Netzwerken, mit dem Ergebnis, dass vor allem die jüngere Generation das Körperideal verinnerlicht.⁹ Vor dem 20. Jahrhundert, vor allem in der Barockzeit, galt ein Frauenkörper dann als schön, wenn er als „Rubensfigur“ bezeichnet werden konnte, also einen runden Bauch, breite Hüften und eine üppige Brust aufwies, wie er prominent etwa durch den Maler Peter Paul Rubens dargestellt wurde.¹⁰ In den 1890er-Jahren schuf der Illustrator Charles Dana Gibson das „Gibson-Girl“, indem die Rubensfigur durch einen langen Hals und eine mittels Korsetts erzeugte Sanduhrfigur einen zerbrechlichen Charakter erhielt.¹¹ Das Korsett bekam den Charakter einer Zwangsjacke für Frauen.¹² In den 1920er-Jahren wurden die Korsetts und bodenlange Röcke gegen kurze und locker geschnittene Kleider getauscht. Das damalige Körperideal erwies sich als vollkommenes Gegenteil der Rubensfigur, da die Vorstellung von „dünn und möglichst kurvenlos“ die Epoche bestimmte.¹³ Frauen banden sich beispielsweise die Brust ab, um dem Schönheitsideal möglichst nah zu kommen. In den 1940er- und 1950er-Jahren galt die „Wespentaille“ als Ideal. Erneut wurde ein Korsett oder ein Mieder angezogen. Außerdem avancierten Pillen mit dem Ziel der Gewichtszunahme für „attraktive Pfunde“ zum Trend.¹⁴ Nach dem zweiten Weltkrieg

⁸ Vgl. Anuschka Rees, *Beyond Beautiful. Wie wir trotz Schönheitswahn zufrieden und selbstbewusst leben können*, Köln 2019, 86.

⁹ Vgl. ebd.

¹⁰ Vgl. dazu: Maria L. Brendel, *Die Macht der Frau: Rubens' letztes Modell. Helene Fourment*, Berlin 2011.

¹¹ Vgl. dazu: Charles Dana Gibson, *The Gibson Girl & her America*, New York 2010.

¹² Vgl. Minas Dimitriou, Der postmoderne Körper im Wandel: Sport, Fitness und Wellness zwischen Gesundheitsorientierung, performativem Zwang und Optimierungslogik, in: Minas Dimitriou und Susanne Ring-Dimitriou (Hrsg.), *Der Körper in der Postmoderne. Zwischen Entkörperlichung und Körperwahn*, Wiesbaden 2019, 67.

¹³ Vgl. Anuschka Rees, *Beyond Beautiful. Wie wir trotz Schönheitswahn zufrieden und selbstbewusst leben können*, Köln 2019, 88.

¹⁴ Vgl. ebd.

sollte die ideale Frau breite Hüften und eine große Brust vorweisen können, da „Beleibtheit in Zeiten von knappen materiellen Ressourcen ein Kennzeichen für Wohlstand, Gesundheit und Attraktivität für beide Geschlechter darstellte.“¹⁵ Die jeweiligen Gewichtsveränderungen in jüngerer Zeit sind zumindest immer so bedingt, dass das Ideal in weite Ferne rückt. Ein Beispiel stellen Hungerzeiten dar, in denen jede/r schön und wohlgenährt aussehen möchte oder aber Überflusszeiten, in denen jede/r diszipliniert dünn aussehen möchte. An dieser Stelle lässt sich eine Art Mechanismus erkennen, der teilweise von den Medien und Konzernen manipulativ eingesetzt wird oder zum Teil durch historische Umstände bedingt ist. Die 1960er- bis in die späten 1970er-Jahre standen im Zeichen der zweiten feministischen Welle und waren eine rebellische Zeit, in der sich das Schönheitsideal der Frau als „dünn und androgyn“ beschreiben ließ.¹⁶ In dieser Zeit gründeten sich viele „autonome Frauengruppen und Netzwerke, die versuchten öffentlichkeitswirksam auf Benachteiligung von Frauen aufmerksam zu machen.“¹⁷ Den zugunsten mehr weiblichen Selbstbewusstseins veränderten Zeitgeist betont auch Dimitriou:

„In den 1960er Jahren wurden von einer aufstrebenden Nachkriegsgeneration die traditionellen Tugenden wie Fleiß, Pflichterfüllung, Gehorsam, Achtung vor den öffentlichen Institutionen in den europäischen Industrieländern infrage gestellt. Betroffen von dieser Entwicklung war auch die gesellschaftliche Rolle der Frauen. Die neuen Prämissen, wie Emanzipation, Selbstbestimmung, gründlich veränderte Bewertung von Ehe und Sexualität, anbahnende Auflösung traditioneller Geschlechterverhältnisse (Unabhängigkeit vom Mann), schreiben sich in die Körper und seine Produktionspraxen ein. Stellte der korpulente Körper nach dem zweiten Weltkrieg ein weitverbreitetes Schönheitsideal dar, sieht die Situation in den 1960er Jahren anders aus: Die Schlankheit als Zeichen der Selbstbestimmung über den eigenen Körper rückt als gängiger Entwurf insbesondere für junge Menschen in den Vordergrund des gesellschaftlichen Lebens, wobei modische Erscheinungen (Minirock) und

¹⁵ Vgl. Minas Dimitriou, Der postmoderne Körper im Wandel: Sport, Fitness und Wellness zwischen Gesundheitsorientierung, performativem Zwang und Optimierungslogik, in: Minas Dimitriou und Susanne Ring-Dimitriou (Hrsg.), *Der Körper in der Postmoderne. Zwischen Entkörperlichung und Körperwahn*, Wiesbaden 2019, 68.

¹⁶ Vgl. Anuschka Rees, *Beyond Beautiful. Wie wir trotz Schönheitswahn zufrieden und selbstbewusst leben können*, Köln 2019, 88.

¹⁷ Vgl. Henning von Bargen, Von Welle zu Welle, in: *Heinrich-Böll-Stiftung e.V.* (Hrsg.), Juli 2018. URL: <https://www.boell.de/de/2018/07/03/von-welle-zu-welle>, aufgerufen: März 2022.

sexuelle Emanzipation (Einführung der Pille) zusätzlich den Beginn einer neuen Körperkultur signalisieren.“¹⁸

In den 1980er-Jahren galt eine Frau als schön und attraktiv, wenn sie dem Ideal der „Karrierefrau mit Power“ gerecht werden konnte.¹⁹ Die Schauspielerinnen Jane Fonda und der Aerobic-Sport standen daher im Fokus der Aufmerksamkeit und die ideale Figur zeichnete sich nicht mehr durch Zerbrechlichkeit, sondern durch eine schlanke, jedoch starke Silhouette aus. „Ein schlankes, durchtrainiertes Körperideal war in diesen Jahrzehnten die ultimative Lebensdevise, deren Realisierung aber immer stärker mit den Zwängen der Freizeit- und Konsumgesellschaft in Verbindung stand.“²⁰ Die 1990er-Jahre waren vor allem durch das vom Model Kate Moss verkörperte Ideal geprägt. Der Körper musste entsprechend dünn, blass und jung aussehen, was sich vor allem auch an internationalen Models zeigte, deren Gewicht immer weiter sank. Schönheit wurde in dieser Zeit stark auf das Gewicht reduziert, welches so abgemagert schien, wie nie zuvor. Weibliche Kurven waren nicht mehr aktuell. Vielmehr galten lange schlanke Beine, sehr schmale Hüften und ein flacher Bauch sowie eine kleine Brust als Ideal.²¹ Bei Dimitriou heißt es an dieser Stelle: „Der Idealtypus ist die sogenannte Kindfrau, die ‚eine ewig Pubertierende, Hilfsbedürftige und Weltfremde. Ihr Körper ist abgemagert wie nie zuvor.‘“²² Unterdessen erschienen Fernsehserien wie *Baywatch*²³ (von 1989-2001 in den USA auf NBC), in denen eine große Brust als Ideal deklariert wurde, was die Anzahl der Brustvergrößerungen mit ästhetischem Hintergrund stark ansteigen ließ. Heute gilt eine Frau als attraktiv, wenn sie einen niedrigen Körperfettanteil, definierte Muskeln und

¹⁸ Minas Dimitriou, Der postmoderne Körper im Wandel: Sport, Fitness und Wellness zwischen Gesundheitsorientierung, performativem Zwang und Optimierungslogik, in: Minas Dimitriou und Susanne Ring,-Dimitriou (Hrsg.), *Der Körper in der Postmoderne. Zwischen Entkörperlichung und Körperwahn*, Wiesbaden 2019, 69.

¹⁹ Vgl. Anuschka Rees, *Beyond Beautiful. Wie wir trotz Schönheitswahn zufrieden und selbstbewusst leben können*, Köln 2019, 89.

²⁰ Minas Dimitriou, Der postmoderne Körper im Wandel: Sport, Fitness und Wellness zwischen Gesundheitsorientierung, performativem Zwang und Optimierungslogik, in: Minas Dimitriou und Susanne Ring,-Dimitriou (Hrsg.), *Der Körper in der Postmoderne. Zwischen Entkörperlichung und Körperwahn*, Wiesbaden 2019, 69.

²¹ Vgl. ebd., 70.

²² Ebd.

²³ Die dreisprachige Erstaussstrahlung erschien am 31. August 1990 auf *Das Erste*.

zeitgleich ausgeprägte Gesäßmuskeln²⁴ vorweisen kann.²⁵ Wenngleich es zum Teil weibliche „Curvy Models“ oder „Plus Size-Models“ gibt und diese auch auf internationalen Laufstegen und in Magazinen zu sehen sind, werden diese Figuren selten akzeptiert. Zudem können sie nicht als wirklichkeitsgetreu anerkannt werden, da die natürliche Fettverteilung auf den ganzen Körper und eine verbesserte Silhouette, hervorgerufen durch Shape-Unterwäsche, unrealistische Erwartungen schüren. Eine vielfältige und realistische Darstellung des weiblichen Körpers fehlt weiterhin, zumal ältere Models und Plus-Size-Models Ausnahmen darstellen und keine gleichwertige Repräsentation aller Körperformen und -größen existiert.²⁶ Aktuell tendiert das Körperbewusstsein zu „strong is the new skinny“, was ein neues Ideal offenbart.²⁷ Auf den ersten Blick erscheint eine positive Entwicklung erkennbar zu sein, da ein kräftiger Po bei Frauen als schön gilt. Jedoch ist dieses Ideal ebenso mit einem niedrigen Körperfettanteil verknüpft. Zusätzlich müssen die Kriterien einer Wespentaille, schlanker Beine und eines cellulitefreien Körpers erfüllt werden, um dem weiblichen Idealbild entsprechen zu können. Es erscheint auf den ersten Blick als ein Fortschritt, dass das Ideal eines dünnen Körpers abgelegt wurde, dennoch gilt es hier zu beachten, dass erneut Verunsicherung erzeugt wird, denn es müssen verschiedene Kategorien erfüllt werden, bevor ein Körper überhaupt als Ideal gelten kann. So reicht es nicht aus, schlank zu sein. Bauchmuskeln sollten erkennbar sein, um als stark und schlank anerkannt zu werden. Das sogenannte „skinny fat“ gilt nicht als Schönheitsideal und die Beine sollten trotz eines trainierten, größeren Gesäßes schlank aussehen. Diese Anforderungen zeigen sich als erneute, unrealistische und druckerzeugende Folge einer medialen Inszenierung.²⁸

Männliche Körperideale erfahren auf den ersten Blick weniger Aufmerksamkeit. Allerdings lässt sich auch hier erkennen, welcher Bedrängnis Männer ausgesetzt sind, wenn es darum geht, medialen Erwartungen gerecht zu werden. Bis ins frühe 20. Jahrhundert wurde Übergewicht als ein Zeichen von Wohlstand und Reichtum erachtet.

²⁴ Beispielsweise gelten Sportlerinnen wie Alica Schmidt, Influencerinnen wie Gerda Lewis oder Pamela Reif sowie internationale Stars wie Sängerin Beyoncé Knowles oder Unternehmerin Kim Kardashian aufgrund ihres Körperbaus als besonders schön.

²⁵ Vgl. Anuschka Rees, *Beyond Beautiful. Wie wir trotz Schönheitswahn zufrieden und selbstbewusst leben können*, Köln 2019, 89.

²⁶ Vgl. ebd., 90.

²⁷ Vgl. dazu: Jennifer Cohen und Stacey Colino, *Strong is the new skinny*, München 2015.

²⁸ Vgl. Anuschka Rees, *Beyond Beautiful. Wie wir trotz Schönheitswahn zufrieden und selbstbewusst leben können*, Köln 2019, 92.

Ab den 1930er-Jahren bis hin zu den 1980er-Jahren entwickelte sich das Ideal des übergewichtigen Mannes hin zum schlanken, jedoch nicht trainierten Mann weiter. Sean Connery galt beispielsweise als attraktiv und gutaussehend.²⁹ In den 1960er-Jahren war das androgyne Körperbild auch für Männer zunehmend interessant, konnte sich aber nur bedingt durchsetzen. 1978 galt Christopher Rees als anziehend und begehrenswert und konnte als durchtrainierter Schauspieler ein neues Ideal erschaffen.³⁰ Ab den 1980er-Jahren setzte die Ära des Bodybuildings um Arnold Schwarzenegger und Rocky alias Schauspieler Sylvester Stallone ein, die eine deutliche Zunahme des Steroid-Konsums bewirkte.³¹ Ab den 1990er-Jahren wurde das Schönheitsideal durch ein muskulöses und mit niedrigem Fettanteil behaftetes Körperbild ersetzt.³² Es hält sich bis heute konstant und wird durch die sozialen Medien vorangetrieben und aufgewertet, was Unsicherheiten bezüglich des männlichen Körpers schürt und die Mitgliederzahlen von Fitnessstudios ansteigen lässt.³³

1.1 Theoretische Fundierung

Selbstpräsentation als aktuelles Ereignis körperbezogener Schönheit

Die Diskussion um die Selbstpräsentation von Einzelpersonen und Gruppen als neue Art der Selbstdefinition stellt ein aktuelles Phänomen dar. Vor dem Hintergrund des digitalen Massengeschmacks ist es wichtig, zu erkennen, welche Relevanz die Selbstkonstitution gewinnt, und wie sich dieses Phänomen auf die Identität und Selbstakzeptanz auswirkt und ob infolgedessen der Identitätsbildungsprozess aufgehalten oder verschoben wird. Das Individuum wird zum UnternehmerIn, um das Selbst zu gestalten, was sich in einem „Schaffensdruck“ hinsichtlich des ‚Projekt Körpers‘ zeigt und körperliche Attraktivität als Grundvoraussetzung für ein erfolgreiches Leben zusichert.³⁴ Es kann anhand unterschiedlicher sozialer Netzwerke aufgezeigt werden, wie Rollenmuster und

²⁹ U.a. bekannt aus den Filmen: „James Bond – 007 jagt Dr. No“ (1962), „James Bond 007 – Liebesgrüße aus Moskau“ (1963), „James Bond 007 – Goldfinger“ (1964), „James Bond 007 – Feuerball“ (1965).

³⁰ U.a. bekannt aus den Filmen „Superman“ (1978), „Superman II – Allein gegen alle“ (1980).

³¹ Vgl. Anuschka Rees, *Beyond Beautiful. Wie wir trotz Schönheitswahn zufrieden und selbstbewusst leben können*, Köln 2019, 93.

³² Vgl. ebd., 94.

³³ Vgl. Handelsblatt (Hrsg.), *Zahl der Fitnessstudios steigt weiter an*, 19.3.2019. URL: <https://www.handelsblatt.com/unternehmen/dienstleister/fitnessbranche-zahl-der-fitnessstudios-steigt-weiter/24120118.html?ticket=ST-1559086-IsdJHXe6F4TL2Aw6tiLa-ap1>, aufgerufen: September 2020.

³⁴ Vgl. Waltraud Posch, *Projekt Körper. Wie der Kult um die Schönheit unser Leben prägt*, Frankfurt am Main 2009, 11.

Körperdarstellungen, beispielsweise auf Instagram und anderen digitalen Medien, produziert, reproduziert und konsumiert werden. Dabei wird deutlich, dass die Grenzen zwischen Fitness und Sexualität verschwimmen und dies Gefahren für seelische Prozesse sowie Unsicherheiten für die Ich-Identität birgt.

So heißt es in dem Vorwort von Christina Mundlos zu ihrem Buch „Schönheit, Liebe, Körperscham. Schönheitsideale und ihre Wirkung auf Mädchen und Frauen“:

„Menschen ringen tagtäglich mit der Frage der Identität! Es besteht eine permanente Unsicherheit bezüglich der Frage, was uns persönlich ausmacht! Was hebt uns von anderen ab, was macht uns liebenswert und stärkt unser Selbstwertgefühl? Die Medien spielen in diesem Zusammenhang eine gewichtige Rolle, indem sie uns Vor- und Leitbilder massenwirksam präsentieren. Sie können Fragen aufwerfen und Konflikte problematisieren. Sie können meinungsbildend wirken oder auch verunsichern. [...] Der Aspekt der Selbststilisierung insbesondere konsumfreudiger junger Frauen und Männern wird dabei besonders betont. Und diese folgt im Rahmen der Konstruktionen von ‚weiblich‘ und ‚männlich‘ ganz unterschiedlichen Regeln und Interessen. Diese Stilisierung des Selbst ist also immer auch gebunden an die Denk-Kategorie ‚Geschlecht‘ und funktioniert primär über die Darstellung des Äußerlichen, direkt Sichtbaren. Medien liefern und insofern die Inszenierung von dem, was als ‚männlich‘, und dem, was als ‚weiblich‘ gelten soll.³⁵

Der Begriff ‚Schönheit‘ ist aus der heutigen Zeit nicht mehr wegzudenken und somit prägender als jemals zuvor.

„Schönheit – meint meist zunächst die sinnlich anschauliche Gestalt u[nd] dann die darin leuchtende u[nd] zugleich sich verbergende Wesensgestalt oder Wesenheit u[nd] damit den Sein-Kern des Seienden.“³⁶

Im alltäglichen Leben ist diese „leuchtende Wesensgestalt“ häufig nicht erfahrbar, da die innere Konstitution so sehr auf die Ästhetik ausgerichtet ist, dass die Vorstellungen der westlichen Welt von Schönheit ausschließlich das Äußere betreffen. Die Medien unterstützen dies tagtäglich durch Werbung für Superfood, Fitnessstudios, Make-up und Diäten, die Schönheit und damit einhergehend Glückseligkeit versprechen sollen.³⁷ So liegen Schönheit und Manipulation sehr nah beieinander. Auch wenn dieses Phänomen

³⁵ Christina Mundlos, *Schönheit, Liebe, Körperscham. Schönheitsideale in Zeitschriften und ihre Wirkung auf Mädchen und Frauen*, Marburg 2011, 9.

³⁶ Walter Brugger, *Philosophisches Wörterbuch*, Art. Schönheit, Freiburg im Breisgau 1976, 337.

³⁷ Vgl. BENEDIKT PICTURES, „Schönheit ist Wahrheit und Wahrheit ist Schönheit“, *Interview mit Regisseur Julian Benedikt über die Sehnsucht nach Schönheit*, 2011. URL in: http://www.benediktpictures.com/wp-content/uploads/2011/12/Interview_SNS.pdf, aufgerufen: Oktober 2018.

nicht neu ist, ist der Wunsch nach vollkommener Schönheit und Perfektion seit 1990 erheblich gestiegen, und somit im Alltag etabliert und maßgeblich dafür verantwortlich, dass der Mensch kategorisiert wird. Es ist bekannt, dass alle historischen Epochen gesellschaftliche Körperkonzepte gekannt haben, jedoch setzt in der modernen westlichen Gesellschaft allein der Markt die Maßstäbe.³⁸ Wie sich das Streben nach Schönheit auf die Gesellschaft auswirkt, bleibt meist unbeachtet und unhinterfragt. Gutes Aussehen ist somit das Dogma unserer Zeit geworden. Die Frage, die sich in diesem Zusammenhang stellt, ist: Wann wird die Sehnsucht nach Schönheit zur Sucht und wie lässt sich dies mit der tief liegenden Identität verbinden? Die Sucht, verbunden mit der einseitigen und erfüllenden Suche nach Aufmerksamkeit, prägt die aktuelle Generation von Heranwachsenden. „In unserer Gesellschaft gilt es als Beweis der Selbstliebe, wenn eine Frau aussehen möchte wie jemand anders.“³⁹ Es wird ein Ideal verfolgt, welches von den Medien (global) vorgegeben wird, aber nichts mit unserer persönlichen oder gar kulturellen Prägung zu tun hat. „Sieben von zehn Frauen fühlen sich unter Druck gesetzt, sich ein Beispiel an dem gelebten Leitbild von Schönheit zu nehmen und danach zu streben.“⁴⁰

„Wer keinen schönen Körper hat, so der konsequente Umkehrschluss, hat sich vermutlich nicht ausreichend dafür entschieden; entgleiste, exzentrische und ungepflegte Körper werden nicht nur als „un-schön“, sondern auch als „unsozial“ empfunden. [...] Die Vorstellung und Vorstellbarkeit dieser Körper sowie ihre tatsächliche Form und Formbarkeit vermessen zum einen die realen Grenzen ihrer Produktion; und zum anderen sind es die imaginativen und praktischen Herausforderungen dieser Wunschökonomie, aus deren Antrieb ihre Grenzen immer wieder eingerissen und ausgeweitet werden.“⁴¹

³⁸ Vgl. Katharina Belwe, Editorial, in: APuZ, *Körperkult und Schönheitswahn*, 18/2007. URL: <http://www.bpb.de/apuz/30502/Editorial>, aufgerufen: Oktober 2010.

³⁹ Ebba D. Drolshagen, *Des Körpers neue Kleider. Die Herstellung weiblicher Schönheit*, Frankfurt am Main 1997, 9.

⁴⁰ Vgl. Unilever Deutschland Holding GmbH, *Happy Birthday, #RealBeauty!*, 2019. URL: <https://www.unilever.de/presseservice/news-and-features/2019/20190926.html>, aufgerufen: November 2019.

⁴¹ Laura Bieger, schöner Körper, hungriges Selbst – Über die moderne Wunschökonomie der Anerkennung, in: Annette Geiger (Hrsg.), *Der schöne Körper. Mode und Kosmetik in Kunst und Gesellschaft*, Köln 2008, 57.

Anzunehmen ist vor diesem Hintergrund:

These 1:⁴² Das moderne Verständnis von Schönheit führt zu einer Selbstinszenierung des Individuums, in der der Kampf zwischen Anpassung und Freiheit auf neue Weise seinen Ausdruck findet.

Die digitalen Möglichkeiten zur Selbstpräsentation in der heutigen Zeit wirken auf den ersten Blick omnipräsent und verstärken die Relevanz von Schönheitsidealen. Daher wird im Folgenden (siehe Kapitel 1.1.1-1.1.3) ein Bezug zur Digitalisierung und im Speziellen zum digitalen Wandel hergestellt, um zu klären, wodurch die in Frage gestellte Selbstinszenierung möglich gemacht wird. Sozialen Medien liegt eine häufig profilbasierte „Vernetzung von Benutzern und deren Kommunikation und Kooperation über das Internet“ zugrunde.⁴³ Der Begriff ‚Social Media‘ wird meist im Sinne der Gemeinschaft verstanden. Neben der Datensammlung werden soziale Medien jedoch auch für „Cybermobbing und -stalking“ verwendet. Zuweilen wird auch vom „Web 2.0“ oder „Mitmachweb“, was wesentlich durch soziale Medien geprägt ist und sich vor allem auf Weblogs, Foto- und Videoplattformen bezieht. Vor allem das Erstellen und Verbreiten von „Fake News“ sowie die „Informationsüberflutung“ und die ständige Möglichkeit zur (Selbst-)Präsentation werden kritisch hinterfragt.⁴⁴ Eine erhebliche Herausforderung für die Gesellschaft stellen in diesem Zusammenhang die „Verstärkung von Phänomenen und die Durchsetzung von Angeboten“ durch die NutzerInnen dar.⁴⁵ Der Begriff der sozialen Medien dient in der vorliegenden Studie vorwiegend als Sammelbegriff für Dienste wie Snapchat, Facebook und Instagram sowie YouTube, da hier die höchsten Nutzungsdaten zu verzeichnen sind.

Die mit dem Körperkult befassten Disziplinen, wie etwa die Sozialwissenschaften, befassen sich nicht mit der Auswirkung des Körperkults auf seelische Prozesse und zwischenmenschliche Interaktion. Die Verbindung zwischen dem Körperkult als soziales Problem und die Thematisierung von Körper, Geist und Seele unter Einbezug philosophischer Fragen, eröffnet daher ein eigenes wissenschaftliches Feld. Mittels des

⁴³ Vgl. Prof. Dr. Oliver Bendel, *Soziale Medien. Definition, Gabler Wirtschaftslexikon. Das Wissen der Experten* (Hrsg.). URL: <https://wirtschaftslexikon.gabler.de/definition/soziale-medien-52673>, aufgerufen: August 2019.

⁴⁴ Vgl. ebd.

⁴⁵ Vgl. ebd.

Spannungsfeldes (der empirischen Philosophie) zwischen „Erfahrung und Vernunft“ werden die folgenden Aussagen (1- 11) dargelegt sowie die „Bedeutung des Empiriebezugs für aktuelle Diskurse“ geöffnet und zum Zweck der theoretischen Einordnung des hier dargestellten Problems im Kontext des Körperkults vorgestellt.⁴⁶

„Es geht nicht darum, fit zu sein, sondern fit auszusehen“⁴⁷ (Aussage 1)

Christina Mundlos hat sich mit normierten Schönheitsidealen und dem heutigen Begriff von Schönheit auseinandergesetzt, indem sie Mädchen- und Frauenzeitschriften analysierte, in denen Leserinnen Körpernormen nahegebracht und sie mit Unzulänglichkeiten das eigene Aussehen konfrontiert und verunsichert werden. Mundlos gelangt zu der Überzeugung, „dass die Mädchen, die in ihrer Kindheit subtilen Beschämungstechniken der Eltern ausgesetzt waren, später mit Mädchenzeitschriften konfrontiert werden, die geschickt auf ihr schlechtes Selbst- und Körperbewusstsein eingehen und dies für ihre Zwecke nutzen.“⁴⁸ Mundlos sieht Frauenzeitschriften als „sekundäre Sozialisationsinstanz“, die jungen Mädchen und Frauen in Bezug auf ihre Körper diffamieren, da sie einen großen Einfluss auf Wahrnehmung und künstlich hergestellte Schönheitsideale besitzen.⁴⁹ Schönheitsideale und Körperkult beeinflussen das alltägliche Leben, werden von der Gesellschaft produziert und sind gleichzeitig Produzierende von Gesellschaft.⁵⁰

Wie Mundlos beschäftigt sich auch Waltraud Posch mit dem Gebiet der Soziologie der Schönheit und stellt fest, dass die Auseinandersetzung mit Schönheit auch von äußeren Lebensbedingungen abhängt (Aussage 2). Körperlichkeit sei in der Alltagswelt kaum zu übersehen und sende widersprüchliche und verunsichernde Botschaften (Aussage 3).⁵¹ Posch zeigt aus gesellschaftlicher Sicht auf, dass Schönheit als tägliche

⁴⁶ Vgl. Annemarie Pieper, Philosophie und Empirie. Philosophische Kontroverse über den Stellenwert von Erfahrung, in: *Praktische Theologie. Zeitschrift für Praxis in Kirche, Gesellschaft und Kultur* (Hrsg.), Band 54, Heft 1, Gütersloh 2019, 18.

⁴⁷ Vgl. Christina Mundlos, *Schönheit, Liebe, Körperscham, Schönheitsideale in Zeitschriften und ihre Wirkung auf Mädchen und Frauen*, Marburg 2011, 14.

⁴⁸ Vgl. ebd.

⁴⁹ Vgl. ebd., 14f.

⁵⁰ Vgl. Waltraud Posch, *Projekt Körper. Wie der der Kult um Schönheit unser Leben prägt*, Frankfurt 2009, 13.

⁵¹ Vgl. ebd., 19. – In der Soziologie ist das Thema Körperlichkeit vor allem durch Robert Gugutzer (Stichwort: „Body turn“, eine Hinwendung zum Thema Körper auf wissenschaftlicher Ebene und in soziologischer Forschung) geprägt worden, wodurch ein Perspektivwechsel stattfand, der den Körper sowohl für wissenschaftliche als auch für gesellschaftlichere Bereiche öffnet (Vgl. dazu: Robert Gugutzer,

Herausforderung gesehen werden müsse, da sie in grundlegenden Körpermerkmalen ihren Ausdruck findet. Schönheit kann demnach als „widersprüchliches Alltagsphänomen“ verstanden werden, was sich in den nachfolgenden Beispielen (siehe dazu Kapitel 1, 2) vor allem in dem optischen Widerspruch von stark und trotzdem dünn (Stichwort: „Strong is the new skinny“) zeigt.⁵²

Daher ist Schönheit auch schwer zu definieren, weil es keine wissenschaftliche normierte Definition gibt, wenngleich sie „Wandlungspotenzial“ in Bezug auf wechselnde Schönheitsideale offenbart (siehe dazu Kapitel 1).⁵³ Das Problem des Körperkults eignet sich deshalb gut für seine Erörterung im Rahmen der Disziplin der Philosophie, da es weniger darum geht, knappe Formeln und Definitionen aufzustellen, etwa wie die Mathematik oder Logik, sondern an die Stellen der einengenden Definition fragendes, Problem einkreisendes und reflektierendes Denken tritt, um sich einer Lösung oder Klärung der Probleme anzunähern.

Ein weiterer Hinweis im Kontext des Schönheitshandelns findet sich bei Nina Degele (Stichwort: „Employability“, ein gezieltes Mittel zur Steigerung von Schönheit, Kapitel 2):

„Welches Aussehen nützlich ist, ist in jeder Gesellschaft festgeschrieben. Nie wird man lesen, dicke oder alt aussehende Menschen hätten in der westlich orientierten Zivilisation des beginnenden 21. Jahrhunderts sozial besonders große Chancen. Kommuniziert wird stets der Nutzen bestimmter, sehr beschränkter Körpermerkmale. Das heißt, für ein bestimmtes Aussehen wird mit Abstand am meisten Nutzen versprochen [...]. Man kann daher von sich zwar verändernden, aber in der jeweiligen Zeit und Kultur klar definierbaren Schönheitsstandards und damit von einem Schönheitsideal sprechen.“⁵⁴

Schönheit ist das Resultat von Wertung, welche vor allem durch Mode provoziert wird, die etwas auszudrücken und darzustellen versucht (*Aussage 4*).⁵⁵ Mode hat zudem eine Doppelfunktion inne, indem sie individualisiert, aber auch universalisiert (Stichwort: Schuluniform) und somit zugleich Möglichkeiten zur Nachahmung (Stichwort: Georg Simmel, Philosophie der Mode) und ebenso für einen persönlichen Stil öffnet.⁵⁶

body turn. Perspektiven der Soziologie des Körpers und des Sports, Bielefeld 2006). Vgl. Waltraud Posch, *Projekt Körper. Wie der der Kult um Schönheit unser Leben prägt*, Frankfurt 2009, 20.

⁵² Vgl. ebd., 20.

⁵³ Vgl. ebd., 20f.

⁵⁴ Ebd., 24.

⁵⁵ Vgl. ebd., 26.

⁵⁶ Vgl. ebd., 29.

„Die Nachahmung könnte man als psychologische Vererbung bezeichnen, als den Uebergang des Gruppenlebens in das individuelle Leben. Ihr Reiz ist zunächst der, daß sie uns ein zweckmäßiges und sinnvolles Tun auch da ermöglicht, wo nichts Persönliches und Schöpferisches auf den Plan tritt. [...] Sie gibt dem Individuum Beruhigung, bei seinem Handeln nicht allein zu stehen, sondern erhebt sich über den bisherigen Ausübungen derselben Tätigkeit wie auf einem festen Unterbau, der die jetzige von der Schwierigkeit, sich selbst zu tragen, entlastet. Wo wir nachahmen, schieben wir nicht nur auf die Forderung produktiver Energie von uns auf den anderen, sondern zugleich auch die Verantwortung für dieses Tun; so befreit sie das Individuum von der Qual der Wahl und läßt es schlechthin als ein Geschöpf der Gruppe, als ein Gefäß sozialer Inhalte erscheinen.“⁵⁷

So entsteht ein Spannungsfeld zwischen Identifikation und Abgrenzung.

„Auch bei uns ist Schönheit ein Hilfsmittel, eine Krücke sozusagen, um etwas Anderes (Vermeintliches oder Tatsächliches) zu erreichen. Der Kult um die Schönheit ist in Wirklichkeit kein Kult um die Schönheit, sondern ein Ringen um die persönliche und soziale Positionierung in einer unsicher erscheinenden Welt, die sich in einem Kult um die Schönheit äußert. Schönheitshandeln ist nicht Selbstzweck, sondern Mittel zum Zweck. Dahinter liegend geht es um das Finden der eigenen Position zwischen Anpassung und Eigenständigkeit, zwischen Normalisierung und Extravaganz, zwischen Universalisierung und Individualisierung, zwischen Unterdrückung und Befreiung, zwischen Konsumorientierung und Authentizität.“⁵⁸

In einem Bericht der – vor allem an ein jugendliches Publikum gerichteten – Zeitschrift *fluter* (2018/Nr.66) zeigt ein Gespräch über Körperbilder zwischen Natascha Roshani und der Psychoanalytikerin Ada Borkenhagen⁵⁹, sehr deutlich auf, dass Körperbilder aus einem Zusammenspiel von Moden und der medialen Verbreitung heraus entstehen. Vor allem Vorbilder, denen man mit Retusche und Weichzeichner so nah wie möglich zu kommen versucht, skizzieren vollkommen unrealistische Ideale.⁶⁰ So ist in Frankreich die Kennzeichnung von Fotos, bei denen die eigene (körperliche) Figur retuschiert wurde,

⁵⁷ Georg Simmel, Philosophie der Mode, in: Hans Landsberg (Hrsg.), *Moderne Zeitfragen*, Nr. 11, Berlin 1905, 7.

⁵⁸ Waltraud Posch, *Projekt Körper. Wie der der Kult um Schönheit unser Leben prägt*, Frankfurt 2009, 33.

⁵⁹ Dr. Ada Borkenhagen ist Mitbegründerin und Vorsitzende des Vereins Colloquium Psychoanalyse und arbeitet an der Universität Marburg als Privatdozentin der Medizinischen Klinik für Psychosomatik und Psychotherapie. Vgl. Natascha Roshani, „Es geht nicht darum fit zu sein, sondern fit auszusehen.“ Ein Gespräch mit Psychoanalytikerin Ada Borkenhagen über Körperbilder, Idealfiguren und Gelassenheit, in: *fluter* (Hrsg.), *Körper*, 2018/Nr.66, 9.

⁶⁰ Vgl. Natascha Roshani, „Es geht nicht darum fit zu sein, sondern fit auszusehen.“ Ein Gespräch mit Psychoanalytikerin Ada Borkenhagen über Körperbilder, Idealfiguren und Gelassenheit, in: *fluter* (Hrsg.), *Körper*, 2018/Nr.66, 7.

inzwischen gesetzlich vorgeschrieben.⁶¹ Ein großer Busen und Po zeichnen das Idealbild der Frau aus, wobei diese zusätzlich so schlank wie möglich sein sollte, was erneut den oben eingeführten Begriff des „widersprüchlichen Alltagsphänomens“ hervorhebt, da ein ausgeprägter Gesäßmuskel im Normalfall in einem Widerspruch zur absoluten Schlankheit stehen sollte. Das Schönheitsideal der Frau umfasst viel mehr (körperliche und ästhetische) Bereiche als bei Männern, weshalb es für Frauen besonders wichtig ist, ‚gut‘ auszusehen.⁶²

Männer unterliegen ebenso einem Schönheitsideal (siehe dazu Kapitel 2.4), welches sich in breiten Schultern und einem muskulösen Körper, der Fitness und Dynamik ausstrahlt, zeigt (*Aussage 5*). So gelten für Männer dennoch andere Maßstäbe als für Frauen. Bei Frauen sind beispielsweise graue Haare ein Ausdruck des Alterns, während dies bei Männern ein Zeichen für Attraktivität darstellt, man denke an Sean Connery oder George Clooney.

Indem sich vor allem viele Jugendliche untereinander fotografieren, werden diese Bilder zum Maßstab für die mediale Inszenierung. Ada Borkenhagen erklärt, dass vor allem mediale Bilder die Wahrnehmung beeinflussen, weil ein permanenter Wettbewerb zwischen Vergleichen und Nachahmung besteht. Vor allem TV-Sendungen wie *Germany's next Topmodel* haben erheblichen Einfluss auf jugendliche Körperbilder, so Borkenhagen. So lasse sich zum Beispiel ein Zusammenhang zwischen dem Schlankheitswahn und der Zunahme von Essstörungen verzeichnen, da sich in der westlichen Welt, in der es Nahrung im Überfluss gibt, ein Schlankheitsideal abzeichnet, welches vor allem mit emanzipierter und moderner Weiblichkeit verbunden wird (*Aussage 6*).⁶³

Die AOK Nordost verzeichnete einen Anstieg von 44 % bei Frauen mit Essstörungen in der Altersgruppe von 13 bis 17 Jahren (von 2010 bis 2016). Bei den 18- bis 24-Jährigen ist ein Anstieg von 55 % zu registrieren.⁶⁴

Borkenhagen stellt die provozierende These auf, dass eine Mitgliedskarte für das Fitnessstudio per se ein Hinweis darauf ist, dass ihre EigentümerInnen sich um den

⁶¹ Vgl. Tanja Mocosch, Mach dich weg, in: fluter (Hrsg.), *Körper*, 2018/Nr.66, 11.

⁶² Vgl. Natascha Roshani, „Es geht nicht darum fit zu sein, sondern fit auszusehen.“ Ein Gespräch mit Psychoanalytikerin Ada Borkenhagen über Körperbilder, Idealfiguren und Gelassenheit, in: fluter (Hrsg.), *Körper*, 2018/Nr.66, 8.

⁶³ Vgl. ebd., 7.

⁶⁴ Vgl. Tanja Mocosch, Mach dich weg, in: fluter (Hrsg.), *Körper*, 2018/Nr.66, 11.

Körper kümmern. Es reiche demnach vollkommen aus, fit auszusehen, statt fit zu sein, um Anerkennung für sich zu generieren. Die gesellschaftliche Entwicklung trägt dazu bei, dass die äußere Ästhetik generell wichtiger geworden ist, als die tatsächliche gesundheitliche Fitness (*Aussage 7*). Im Widerspruch dazu steht der Wille, besonders individuell zu sein und sich mit der eigenen Erscheinung von anderen abzugrenzen. Der Körper ist das Medium, über den Identität ausgedrückt wird, wodurch eine zusätzliche ästhetische Betonung von Nöten ist (*Aussage 8*). Borkenhagen weist darauf hin, dass Schönheit nicht unbedingt glücklich macht. Man könne seine Identität nicht verändern, nur weil eine optische Anpassung von medial erzeugten Idealen erfolgt.⁶⁵ Der Körper wird als veränderbar erlebt, was sich zum Beispiel auch durch Schönheitsoperationen erreichen lässt. Ein Motiv für solche Eingriffe sei beispielsweise auch die Hoffnung auf bessere berufliche oder private Perspektiven, so Borkenhagen.⁶⁶ Auch die permanente Überwachung und Kontrolle von Körperfunktionen mittels Fitnessuhren-/trackern stellt für Borkenhagen eine Art „Zwangskorsett“ dar, da das Zählen von Kalorien bei jedem Essen oder die Bewertung des eigenen Schlafes nur durch technische Hilfsmittel gelingt und eine angespannte sowie kontrollierende Haltung auslöst.⁶⁷ Das Macht- und Differenzierungsverhältnis von Schönheit wird in der vorliegenden Arbeit vermehrt mit dem Begriff der Identität in Bezug gesetzt, da vor allem durch die Medien Ideale kreiert werden, die mit der natürlichen Realität wenig gemein haben. Selbstoptimierung und Konsum stehen in einem engen Verhältnis zueinander, wodurch individuelle Werte und Haltungen negativ beeinflusst werden.

Der Aspekt des gesellschaftlichen ‚Theaterstücks‘ findet sich bereits bei Erving Goffmann (1922 – 1982), der die These vertrat, dass Menschen stets eine Rolle spielen und sich inszenieren. Zusätzlich soll Goffmanns Theorie zur „beschädigten Identität“ (1967) skizziert werden, um weitere Begriffe wie Authentizität und Zerrissenheit im Kontext von Körperkult und Identität neu zu verstehen. Der Aufwand, sich selbst zu optimieren und sich über Selbstdarstellung zu definieren, entstammt möglicherweise auch aus dem Wunsch, Teil eines Ganzen sein zu wollen (*Aussage 9*):

⁶⁵ Vgl. Natascha Roshani, „Es geht nicht darum fit zu sein, sondern fit auszusehen.“ Ein Gespräch mit Psychoanalytikerin Ada Borkenhagen über Körperbilder, Idealfiguren und Gelassenheit, in: fluter (Hrsg.), *Körper*, 2018/Nr.66, 9.

⁶⁶ Vgl. ebd., 8

⁶⁷ Vgl. ebd., 9.

„Den Aufwand, den man mit dem Bild und dem Entwurf von sich treibt, die Leidenschaft und die Zeit, die investiert werden, sind schon auffallend. Ich denke, dass sich da etwas staut, das ebenso gut der Weltveränderung zugutekommen könnte. Aber die Welt wirkt so schwierig und so komplex und scheint auch von selber zu laufen – da ist die Beschäftigung mit sich selbst ein bequemer Ausweg. In den späteren 1960er-Jahren war das ganz anders: Da war mein Authentischsein eigentlich nur vor dem Hintergrund möglich, dass die Welt eine andere wird. Ich konnte in dieser als falsch betrachteten Welt gar kein Richtiger sein. Also musste ich mich mit anderen zusammentun, um gemeinsam das große Ganze zu verändern, damit man überhaupt dieses Ideal – sei du! – erreichen konnte. Wenn ich aber nicht daran glaube, dass ich die falsche Welt zum Besseren ändern kann, dann fließen diese Energien in mein Projekt der Selbstveränderung. Hier bin ich, hier ist mein Entwurf, hier ist mein Fake.“⁶⁸

Der komplexe Aufwand, der für die Selbstformung betrieben wird, ist gleichzeitig der Grund für soziale Probleme, was wiederum zu Widersprüchen im gesellschaftlichen Beisammensein führt (Stichwort: Herausforderung für die Anerkennung des Selbst- und Fremdbildes).

In den Kapiteln 5 – 5.6 wird die theoretische Begründung von Nachahmungsprozessen im Rahmen von Identitätstheorien in Anlehnung an George Herbert Mead und Erik H. Erikson genauer beschrieben und mit dem Körperkult in Zusammenhang gebracht.

Goffmanns Begriff der „beschädigten Identität“ stützt sich auf der Annahme, dass biographische Erfahrungen Einfluss auf die „gegebene [...] reale [...] Situation [...]“ haben.⁶⁹ An dieser Stelle soll der Begriff der „beschädigten Identität“ nur kurz beleuchtet werden, da es in diesem Kapitel vorwiegend um eine theoretische Darstellung des Körperkults gehen soll. Erving Goffmann darf aber dennoch nicht unerwähnt bleiben, da er Körper und Identität im selben Maße eine Bedeutung beimisst. Nach Goffmann werde also derjenige stigmatisiert, der die „typisierten Erwartungen nicht entsprechen könne [...]“.⁷⁰ Er hat in diesem Zusammenhang vor allem körperliche Merkmale, wie „Behinderungen“ vor Augen, was in der vorliegenden Arbeit ausgeweitet wird und alle äußerlichen Merkmale meint, welche nicht dem (gesellschaftlichen Schönheits-)Ideal entsprechen, dennoch keinerlei (körperliche) Beeinträchtigung mit sich bringen. Es wird

⁶⁸ Oliver Geyer, Immer ich. Ein Interview mit Wolfgang Engler, Leiter der Berliner Hochschule für Schauspielkunst „Ernst Busch“, Soziologe und Philosoph, in: fluter (Hrsg.), *Kann ich nicht mal ich sein? Identität*, 2016-2017/Nr. 61, 8.

⁶⁹ Vgl. Anne-Christin Stockmeyer, *Identität und Körper in der (post)modernen Gesellschaft. Zum Stellenwert der Körper/Leib Thematik in Identitätstheorien*, Marburg 2004, 75f.

⁷⁰ Vgl. ebd., 76.

deswegen von der gleichen Relevanz ausgegangen, da sich offensichtliche Einschränkungen, wie fehlende Körperteile und abweichende Schönheitsideale im Ergebnis kaum unterscheiden. Menschen werden stigmatisiert, sofern sie nur ansatzweise der (Ideal-)Vorstellung eines modernen Individuums nicht entsprechen (können) (*Aussage 10*).

Identität

Unter dem Stichwort der ‚Identität‘ ist es interessant, Christin Stockmeyer heranzuziehen, die sich mit ‚Identität und Körper in der (post)modernen Gesellschaft beschäftigt und den Stellenwert der Körper/Leib-Thematik in Identitätstheorien bei Goffmann folgendermaßen zusammenfasst:

„Der Körper ist bei Goffmann [...] im Rahmen von Zuschreibungsprozessen relevant, also im Rahmen der dem Individuum zugewiesenen ‚soziale Identität‘, die sich aus den in Rollen institutionalisierten Erwartungen an das Individuum speist. Goffmann beschreibt nun, daß die manifest ‚Stigmatisierten‘ in der Interaktion mit ‚Normalen‘ eine Schein-Normalität (‚phantom-normalcy‘) herausbilden, indem sie Normalität fingieren, um überhaupt in Interaktion treten zu können. Dies gilt jedoch auch für die sogenannten ‚Normalen‘, die ebenfalls auf die Ausbildung einer Schein-Normalität angewiesen sind, da es ihnen wohl kaum gelingen kann, alle normierten und stereotypisierten Erwartungen vollständig zu erfüllen. Insofern weichen die ‚Normalen‘ ebenso von der Normalität ab, sind unter diesem Aspekt ebenfalls stigmatisiert. Neben der ‚phantom-normalcy‘ bilden die Individuen jedoch zugleich eine ‚phantom-uniqueness‘ heraus, da ihnen ‚die Gesellschaft‘ gleichzeitig auferlegt, einmalig und unverwechselbar zu sein. Auch hier muß das Individuum sich so verhalten, ‚als ob‘ es völlig einmalig wäre; dies ist aber nicht möglich, da es Symbole und Erwartungen mit anderen teilen muß, um mit ihnen interagieren zu können.“⁷¹

Die Identitätstheorie von Goffmann stützt sich somit auf die Auffassung, dass es keinem Individuum gelinge, die ihm zugewiesene soziale Identität vollkommen zu erfüllen. Daraus resultierend sei das Individuum dazu gezwungen eine „Schein-Normalität“ zu inszenieren, welche sich, bezugnehmend auf den Körperkult, vorwiegend auf ästhetische und optische Anpassungsstrategien reduzieren lässt (Stichwort: Fitness als Trend, optische Idealbilder von Männern und Frauen) (*Aussage 11*).

⁷¹ Ebd.

Auf diese aus der Identitätstheorie stammenden Erkenntnis wird mit Helmuth Plessners exzentrischen Positionalität zurückzukommen sein. Plessners Philosophie bezieht sich vor allem auf der „Erforschung menschlichen Wesens“ und ist als Teil der philosophischen Anthropologie einzuordnen.⁷² Hier zeigt sich von Anfang an (Stichwort: Max Scheler), dass die „Wesenserforschung des Menschen“ als richtungsweisend zu betrachten sei.⁷³

Authentizität

Der Begriff der Authentizität findet im Nachahmungsprozess im Rahmen des Körperkults wenig Aufmerksamkeit. Es zeigt sich durch aktuelle Beispiele in den nachfolgenden Abschnitten, dass die Intention von wahrer Authentizität im Kontext der Darstellung in den sozialen Medien ein unrealistisches Bestreben darstellt. In diesem Zusammenhang wird daher angenommen, dass sich Selbstinszenierung in den Medien, in Form eines Nachahmungsprozesses und Authentizität gegenseitig ausschließen. Es stellt sich demnach die Frage, wie Authentizität im Zeitalter des Körperkults definiert werden kann.

Wolfgang Engler setzt Authentizität mit der „Aufrichtigkeit sich selbst gegenüber“ gleich. Dies meint beispielsweise das Feststellen von Stärken und Schwächen, um diese ins Gleichgewicht zu bringen und so den Druck der Selbstoptimierung zu verringern.⁷⁴

Beispiele finden sich bei Christina Mundlos, die – wie gesagt – Schönheitsideale in Zeitschriften und ihre Wirkung auf Mädchen und Frauen untersucht. AutorInnen von Zeitschriften nutzen sprachliche Mittel, um die Leserinnen auf vermeintliche Minderwertigkeiten hinzuweisen und um so das Selbstbewusstsein zu schwächen. Die AutorInnen nehmen eine dominierende Position ein, indem die oben genannten Gefühle durch mehrfache Wiederholungen verstärkt werden.⁷⁵ Die Untergrabung des Selbstbewusstseins von Leserinnen findet nicht durch eine konkrete Benennung von dem, was ‚schön‘ oder ‚nicht schön‘ ist statt, sondern vielmehr durch das Abdrucken von

⁷² Vgl. Felix Hammer, *Die exzentrische Position des Menschen. Helmuth Plessners philosophische Anthropologie*, Bonn 1967, 21.

⁷³ Vgl. ebd., 3.

⁷⁴ Vgl. Oliver Geyer, Immer ich. Ein Interview mit Wolfgang Engler, Leiter der Berliner Hochschule für Schauspielkunst „Ernst Busch“, Soziologe und Philosoph, in: fluter (Hrsg.), *Kann ich nicht mal ich sein? Identität*, 2016-2017/Nr. 61, 9.

⁷⁵ An dieser Stelle sei noch einmal betont, dass sich Mundlos auf die Untersuchung von Mädchen- und Frauenzeitschriften bezieht, so dass explizit nur Frauen angesprochen werden.

„exemplarisch bekannten Persönlichkeiten oder auch unbekanntem Models.“⁷⁶ Die Printmedien nutzen die Strategie, vornehmlich das, was als schön und erstrebenswert empfunden werden soll“, vermehrt abzudrucken (*Aussage 12*).⁷⁷

„Genau diese Zusammenarbeit von Sprache, Bildern und Konzepten im Kopf der Leserinnen macht aber hier das Einschüchtern der Leserinnen und das Verringern ihres Selbstbewusstseins möglich. [...]

Die seltene Verbalisierung von den angeblichen körperlichen Unzulänglichkeiten erfolgt jedoch ziemlich direkt. Da ist die Rede von: ‚Unschönen Dellen an Po und Beinen‘ gegen die etwas unternommen werden muss, denn ‚Top-Beine sind da ein absolutes Muss.‘ Hier wird genau beschrieben, was schön ist, und der Leserin genau geschildert, wie ihre Beine nicht auszusehen haben und was sie zur ‚Verschönerung‘ tun muss. Auch in den nächsten Sätzen wird beschrieben, was weshalb schön ist und was frau abstellen, bearbeiten oder verändern muss: ‚Ein perfektes Dekolletée ist immer ein echter Blickfang‘, deshalb sollte frau sich anstrengen ‚Knitterfältchen zu vermeiden.‘ Bei einem ‚Beauty-Makel‘ wie ‚Problemhaut‘ braucht frau das richtige Make-up, um diese zu kaschieren und Hände, die schön und straff bleiben sollen, ‚brauchen regelmäßig eine Extra-Portion Pflege.‘⁷⁸

Die oben genannten Zitate beziehen sich auf Untersuchungen von Mundlos über die Zeitschrift *Cosmopolitan* (Nr.2 und Nr. 9, 2004).⁷⁹ Es geht in dem gerade angesprochenen Artikel weiter mit Tipps gegen Akne und Pickel, was wiederum suggeriert, dass diese als ‚hässlich‘ gelten und möglichst schnell entfernt werden müssen. Zeitschriften vermitteln somit unterschiedliche Anforderungen an den weiblichen Körper und zeigen gleichzeitig Verbesserungsmöglichkeiten auf (Stichwort: straffe und reine Haut durch bestimmte Pflegeartikel oder Maßnahmen). An dieser Stelle sei die wirtschaftliche Motivation von Zeitschriften erwähnt, die in diesem Zusammenhang einen relevanten Aspekt darstellt. Magazine finanzieren sich nicht allein über den Kaufpreis, sondern auch über die Bewerbung jener Pflegeprodukte, was im Zuge des Körperkults und der Selbstoptimierungsgesellschaft eine dauerhafte und lohnende Angelegenheit für die Werbetreibenden und Produkthersteller darstellt, da die Leserinnen einem Ideal entsprechen wollen und gleichzeitig einer beharrlichen Empfehlung von Pflegeprodukten zur Erreichung dieses Ziels ausgesetzt sind.

⁷⁶ Vgl. Christina Mundlos, *Schönheit, Liebe, Körperscham, Schönheitsideale in Zeitschriften und ihre Wirkung auf Mädchen und Frauen*, Marburg 2011, 56f.

⁷⁷ Vgl. ebd., 57.

⁷⁸ Ebd.

⁷⁹ Vgl. ebd.

„Verbesserungswürdig ist so laut ‚Cosmopolitan‘ wohl jede Haut. Es kann sich also jede Frau angesprochen fühlen, da durch die vielfältigen Ansprüche, die an die Haut gestellt werden und die teilweise sogar widersprüchlich sind (prall – weich – fest), jede Frau wohl mindestens einen ‚Makel‘ an sich feststellen können wird. In Ausgabe Nr.4 (2004) der ‚Cosmopolitan‘ werden von S. 186-190 ‚Schönheits-Tipps‘ mit Produktempfehlungen verbunden, die den gesamten weiblichen Körper betreffen. In diesen Anweisungen und Beschreibungen werden für folgende Schönheitsmerkmale Tipps gegeben: lange Haare, glänzende Haare, blonde Haare, ein normal-langes Gesicht, ein strukturiertes Gesicht (?), einen frischen Teint, helle und glänzende Augenbrauen, volle Wimpern, frische Augen, offene Augen, eine schmale Nase, volle und üppige Lippen, weiße Zähne, reine und glatte Haut, einen großen Busen, eine schlanke Figur, zarte Hände und lange Finge, lange Beine, schöne Zehennägel.“⁸⁰

Auch junge Frauen und Mädchen bekommen in Zeitschriften, wie *Bravo Girl!* oder *Mädchen* „Körperveränderungstipps und Beschreibungen der zu verändernden Körperteile“, was zusätzlich mit Produktplatzierungen verbunden wird (siehe dazu: *Bravo Girl!*, Nr. 21 (2005) oder *Mädchen*, Nr.18 (2005)).⁸¹ Die Aufforderung zur Selbstinszenierung und Anpassung an gesellschaftliche Ideale, wird oftmals durch wiederholende sexuelle Konnotationen begleitet. Adjektive wie „sexy“ oder „verführerisch“ häufen sich genau so oft, wie „leidenschaftlich“, „heiß“, oder „perfekt“.⁸²

„Durch die permanente Wiederholung von erotisierenden und/oder stark positiv konnotierten Wörtern im Zusammenhang mit Produkten wird bei der Leserin die Vorstellung erzeugt und manifestiert, dass diese Produkte entweder einen erotischen Eigengehalt aufweisen oder aber dazu führen, dass der Erwerb und das Benutzen der Produkte die Käuferin verführerischer, aufregender scheinen/werden lässt.“⁸³

Auffallend ist, dass Ideale auch mit sehr hohem Zeit- und Geldaufwand unerreichbar sind, so dass mit Licht, Filter und anderer Retusche nachgeholfen werden muss. Die Kameras moderner Handys sind beispielsweise mit automatischen Retusche-Filtern für das Gesicht ausgestattet.

Wie bereits bei der theoretischen Darstellung von Goffmann aufgezeigt werden konnte, zeigt sich auch bei der Untersuchung von Mundlos, dass Frauen immer weiter an

⁸⁰ Ebd. 58f.

⁸¹ Vgl. ebd., 59.

⁸² Vgl. ebd., 68f.

⁸³ Ebd., 69.

sich arbeiten müssen, selbst wenn sie einem Ideal so nahegekommen sind, dass die gesellschaftliche Anerkennung erwartbar ist.⁸⁴

„Sie m[ü]ss[en] stetig versuchen, die Maskerade aufrecht zu erhalten, vor allem, weil die Zeit, in der Wunden der Psyche durch einmalige Anerkennungen geheilt werden könnten, bereits abgelaufen ist. [...] Die Mädchen- und Frauenzeitschriften tragen somit zum Unglück in weiblichen Lebensentwürfen maßgeblich bei. Der in den Zeitschriften behauptete Zusammenhang zwischen weiblichem Körper, männlichem Begehren und Produkten der Schönheitsindustrie macht die Leserinnen krank. Die Zeitschriften stören, beeinträchtigen und verhindern Glück, die Entwicklung eines starken Körper selbstbewusstseins und das Erleben tatsächlicher Anerkennung und Liebe.“⁸⁵

Zusammenfassend lässt sich eine Beschämungstechnik seitens der Medien und der ihnen dienenden Apparate, wie zum Beispiel Handykameras festmachen, welche Kinder und junge Frauen schon sehr früh diffamieren, bloßstellen und herabsetzen. Dies mündet zuletzt in einer „Kompensationssucht“ und der Suche nach Anerkennung.⁸⁶ Durch mediale Manipulationsversuche und festgesetzte Körpernormierungen wird eine Abhängigkeit provoziert, die den Körper als „Projektionsfläche“ darstellt und als Phänomen der „gesellschaftliche[n] Kommunikation“ gesehen werden kann.⁸⁷ Die gegenwärtige Körpernormierung mit seinen „körperbezogenen Upgrades“ scheint eine alltägliche Wirklichkeit abzubilden, welche den Menschen in Zeiten von Parasport, Weltraumfahrt und Science-Fiction als „körperliches Mängelwesen“ beschreibt, da alles ganz genauen Regeln und Anordnungen unterliegt und mit Hilfe der „technologischen Optimierung“ verändert, verbessert oder angepasst werden kann, um den (medialen und gesellschaftlichen) Anforderungen gerecht zu werden.⁸⁸ Die „Künstlichkeit der Gesellschaft“ meint demnach die digitalisierte und technische Welt, in der es möglich ist, sich zu jedem Zeitpunkt aktiv zu verbessern.⁸⁹ Dies lässt sich nicht nur auf den Körper an sich projizieren, sondern auch auf die Optimierung grundsätzlicher körperlicher und geistiger Leistungen, wie die Fitness oder die geistige Gesundheit betreffend.

„Bei diesem allgemeinen Streben ist der Weg das Ziel, weil jede Leistung und jeder Output immer noch optimierungsfähig ist. Das allgemeine und aktive *Streben nach Verbesserung* ist

⁸⁴ Vgl. ebd., 87.

⁸⁵ Ebd.

⁸⁶ Vgl. ebd., 125.

⁸⁷ Vgl. Dierk Spreen, *Upgradekultur. Der Körper in der Enhancement-Gesellschaft*, Bielefeld 2015, 1, 39.

⁸⁸ Vgl. ebd., 105f.

⁸⁹ Vgl. ebd.

das Wesen der Upgradekultur; Perfektion ist per definitionem ausgeschlossen bzw. bestenfalls als Momentaufnahme möglich. Mit einem Satz: Upgradekultur heißt, *alle* haben *jederzeit* und in Hinsicht *auf jede soziale Rolle* ‚Exzellenz‘ anzustreben.“⁹⁰

Bei Dierk Spreen meint dieses „Streben nach Verbesserung“ nicht nur körperliche Dimensionen, sondern die grundsätzliche Motivation zur Selbstoptimierung, alle Bereiche des menschlichen Seins betreffend.⁹¹ Spreen problematisiert, dass sich „die Idee der Selbst- und Körperoptimierung kulturell generalisieren und zu einem allgemein geteilten Wert“ entwickelt.⁹²

Weiter bereits angemerkt, dass durch den Körperkult und die damit einhergehende Herausforderung für das Miteinander, moralische Werte und das Anerkennen des Gegenübers in Frage gestellt werden. Spreen schreibt in diesem Zusammenhang:

„ ‚Gaben‘, ‚Segnungen‘ und ‚Talente‘ sind mitgegebene Eigenschaften eines Menschen; ‚Demut‘ ist die Haltung, in der sie zur Anerkennung und Entfaltung kommen. Mit solchen Ansichten ist es in der Upgradekultur vorbei; aus ihrer Perspektive handelt es sich nur noch um ‚konservative‘ Rückbesinnungen. [...] es wird doch offensichtlich, dass sich ein Kulturwandel vollzieht. Gegebenes *verliert* seinen Eigenwert. Was aufscheint, ist ein in allen Lebensbereichen wirksames Verbesserungsdenken, das als eine allgemeine Kulturnorm gelten kann und das sich insbesondere auf den Körper bezieht – sei es der eigene, der der eigenen Kinder oder der der Anderen.“⁹³

Spreen formuliert das Offensichtliche und zeigt konkret auf, dass der Körperkult als eine Art „Ansteckungscharakter“ bezeichnet werden kann, was vor allem Nachahmung und Anpassung beinhaltet.⁹⁴ Auch diese Mechanismen sind aus der Philosophie der Mode von Simmel her bekannt.

In den nachfolgenden Kapiteln werden Beispiele und Studien (bspw. Studien der MaLisa-Stiftung) angeführt, die Fitness und Körper als modernen Lebensstil und den Körperkult als Massenphänomen aufzeigen. Die Beispiele werden dann nahelegen, mit welcher Selbstverständlichkeit, jedoch auch mit welchem Aufwand Schönheit und Fitness in das gesellschaftliche Zentrum gerückt werden und somit einem dynamischen und modernen Lifestyle entsprechen. Diese Lebenseinstellung bedeutet folgend auch,

⁹⁰ Ebd., 107.

⁹¹ Vgl. ebd.

⁹² Vgl. ebd.

⁹³ Ebd., 108.

⁹⁴ Vgl. ebd

dass der Lebensstandard eines jeden Einzelnen angehoben werden muss, was die Vergrößerung der Freizeitaktivitäten und finanziellen Ressourcen sowie die gesteigerte Bedeutung von Konsum umfasst. Die neuen „Entfaltungsmöglichkeiten“ des Körperkults führen nunmehr zu einem Verlust traditioneller Wertesysteme, was wiederholt eine ambivalente Wirkung innehat.⁹⁵

„Denn der individualisierte Mensch ist – da ihn die Moderne aus den Schutzräumen der traditionellen, familiären und klassenspezifischen Gemeinschaften herausgejagt hat – umfassend arbeitsmarktfähig und damit bildungsabhängig, konsumabhängig, abhängig von sozialrechtlichen Regelungen und Versorgungen, abhängig von Verkehrsplanungen, Konsumangeboten, abhängig von Moden oder Trends, abhängig von medizinischen, psychologischen oder pädagogischen Beratungen (Ratgeberliteratur, Coaching, ‚Hilfe zur Selbsthilfe‘), abhängig von medienkulturellen Stil-, Identitäts- und Selbstmodellen. Auch das ‚individualisierte Individuum‘ erweist sich damit als fundamental institutionenorientiert; es ist unhintergebar auf institutionelle Standardisierungen verwiesen und insofern nur begrenzt selbstbestimmungsfähig. Individualisierung meint also *nicht* die ‚Auflösung‘ des Sozialen oder die ‚Atomisierung‘ der Menschen. Mit der Individualisierung ist vielmehr eine verstärkte Einwirkung gesellschaftlicher Sozialisationsinstanzen, Institutionen, Expertensysteme und Diskurse verbunden.“⁹⁶

Somit lässt sich erneut feststellen, dass die Wirkung der Medien als „Machtkomplex“ zunimmt und Wertesysteme, die durch Familien, Gemeinschaften und Traditionen aufrechterhalten werden, eine geringere Bedeutung beigemessen wird.⁹⁷ Individualisierung kann gegenwärtig ebenso als „Kontrollprogramm“ bezeichnet werden, da auch hier „institutionalisierte Abhängigkeiten“ entstehen und durch die Medien vorgegeben werden.⁹⁸ Durch Körpernormierungen wird die Einzigartigkeit des Menschen eingebüßt, so dass die Sensibilität für außergewöhnliche Umstände oder Individualität verloren geht, weil es schlicht in der programmierten Form nicht vorgesehen ist. So fallen Menschen durch ein medial vorgegebenes Raster, da sich die Körper-Wertungs-Ebene verschiebt. Vor allem Frauen „gehörchen“ den sozialen Schönheitszwängen, in dem sie ihren Körper für andere gestalten und somit „symbolischer Gewalt“ unterliegen.⁹⁹

⁹⁵ Vgl. ebd., 109.

⁹⁶ Ebd., 110.

⁹⁷ Vgl. ebd.

⁹⁸ Vgl. ebd.

⁹⁹ Vgl. Otto Penz, *Schönheit als Praxis. Über klassen- und geschlechtsspezifische Körperlichkeit*, Frankfurt am Main 2010, 200.

Durch gezieltes Anknüpfen an Resultate der Anthropologie, wie zum Beispiel an dem menschlichen Drang nach Anerkennung (bei Maslow, siehe Kapitel 2) und somit dem Zwang, sich anzupassen, dem Wunsch nach Gruppenzugehörigkeit und dem Druck dem Körperbild zu entsprechen, können neue Ergebnisse erzielt und die Angst, nicht gut genug zu sein, neu und aktuell formuliert werden. Da die Vernachlässigung der Seele im Kontext Körperkult als übergeordnet zu betrachten ist, ist eine Betonung des Individuums, bestehend aus einem Körper, einem Geist und einer Seele, wesentlich hervorzuheben, um sich einer ganzheitlichen Betrachtung des Menschen anzunähern. Die genannten moralischen Leitmotive dienen dazu als Wegbereiter, um Kommunikation als eine gewaltfreie zu erleben und der Gleichsetzung von Macht und Schönheit entgegen zu wirken. Inhaltliche Fortsetzungen ergeben sich zu dem Thema COVID 19 und Körper. Die Leitmotive beziehen sich auf:

- Eine zwischenmenschliche Begegnung ohne Bewertung, also Schönheit als Massenphänomen verringern und Körperkult weniger als omnipräsentes Phänomen betrachten
- Die Akzeptanz jeglicher Körperformen und sportlicher Referenzen sowie unterschiedlicher Lebensformen
- Den Verzicht darauf, den Körper als Statussymbol zu präsentieren und zu inszenieren
- Die Akzeptanz des ‚Fremden‘ und ‚Andersartigen‘
- Die Kommunikation und Teilhabe ohne die Mittel der Selbstinszenierung oder Nachahmung
- Die Selbstfürsorge ohne den Zwang, sich vergleichen zu müssen
- Keine Gleichsetzung von Selbstliebe und Selbstoptimierung
- Das Aufdecken und Sensibilisieren unrealistischer Körperbilder
- Die Akzeptanz, Vor- und Leitbilder ohne medialen Druck zu empfangen
- Authentizität neu und individuell erschaffen
- Die Abhängigkeiten von gesellschaftlichen Bewertungen zu verringern
- Eine Verringerung der Verknüpfung von Selbstwertgefühl und Äußerlichkeiten
- Das Bewusstwerden von eigenen Stärken und Eigenschaften /Tugenden der Seele
- Das Stärken von eigenen Emotionen (Mitgefühl)
- Das Entwickeln und Fördern von der Moral als Fähigkeit

1.1.1 Nutzung der Medien

Aus einer aktuellen Studie¹⁰⁰ im Auftrag des Digitalverbands „Bitkom“¹⁰¹ geht hervor, dass sich jede/r Dritte (38 %) ein Leben ohne Social Media (dt. soziale Medien) nicht mehr vorstellen kann.¹⁰² Neun von zehn InternetnutzerInnen sind in sozialen Netzwerken aktiv. Dabei werden Plattformen wie Instagram, Snapchat oder YouTube insbesondere von jüngeren Menschen im Alter von 14 bis 29 genutzt. Soziale Medien dienen heutzutage dazu, private und berufliche Kontakte zu pflegen, Fotos zu teilen oder aber auch Live-Videos zu versenden.

Der repräsentativen Umfrage „Bitkoms“ zufolge gaben von 1212 (mit 1011 Social-Media-NutzerInnen) jungen Menschen zwischen 14 und 29 Jahren sogar jede/r Zweite/r (49 %) an, dass ein Leben ohne Social Media unmöglich sei. 87 %, also fast neun von zehn InternetnutzerInnen, sind in sozialen Netzwerken angemeldet. In der Altersgruppe von 14 bis 29 Jahren sind es 98 %.¹⁰³ Der promovierte Politikwissenschaftler und Bitkom-Hauptgeschäftsführer Bernhard Rohleder merkt an, dass es für viele InternetnutzerInnen in der digitalen Welt einfach dazugehöre, über ein eigenes Social-Media-Profil präsent und erreichbar zu sein. Social Media habe in vielen Bereichen klassische Online-Funktionen ergänzt und ersetzt. Im Schnitt können Jugendliche zwischen 14 und 29 Jahren fünf Social-Media-Auftritte vorweisen.¹⁰⁴ Dabei verwenden zwei von drei NutzerInnen (66 %) Facebook und jede/r Zweite/r (51 %) YouTube als Social-Media-Produkt. Jede/r vierte Jugendliche (28 %) nutzt Instagram und jede/r fünfte (20 %)

¹⁰⁰ Repräsentative Studie von 1212 Internetnutzern ab 14 Jahren, vorgestellt am 27.2.2018 in Berlin. Vgl. Laura Carius et al., Jeder Dritte kann sich ein Leben ohne Social Media nicht mehr vorstellen, in: *Bitkom – Bundesverband Informationswirtschaft, Telekommunikation und neue Medien e.V.* (Hrsg.), 2018. URL: <https://www.bitkom.org/Presse/Presseinformation/Jeder-Dritte-kann-sich-ein-Leben-ohne-Social-Media-nicht-mehr-vorstellen.html#item-close-575>, 2/2018, aufgerufen: März 2020.

¹⁰¹ Erklärung: Digitalverband in Deutschland als Vertreter von mehr als 2700 Unternehmen der digitalen Wirtschaft, ca. 1000 Mittelständlern und über 500 Startups-Unternehmen. Bitkom setzt sich besonders für die „Digitalisierung von Wirtschaft, Gesellschaft und Verwaltung ein.“ Vgl. Karl Mallach, Über uns, in: *Bitkom – Bundesverband Informationswirtschaft, Telekommunikation und neue Medien e.V.* (Hrsg.). URL: <https://www.bitkom.org/Bitkom/Ueber-uns>), aufgerufen: März 2020.

¹⁰² Vgl. Laura Carius et al., Jeder Dritte kann sich ein Leben ohne Social Media nicht mehr vorstellen, in: *Bitkom – Bundesverband Informationswirtschaft, Telekommunikation und neue Medien e.V.* (Hrsg.), 2018. URL: <https://www.bitkom.org/Presse/Presseinformation/Jeder-Dritte-kann-sich-ein-Leben-ohne-Social-Media-nicht-mehr-vorstellen.html#item-close-575>, 2/2018, aufgerufen: März 2020.

¹⁰³ „[...] Grundlage der Angaben ist eine repräsentative Umfrage, die Bitkom Research im Auftrag des Digitalverbands Bitkom durchgeführt hat. Dabei wurden 1.212 Internetnutzer ab 14 Jahren befragt, darunter 1.011 Social-Media-Nutzer.“ Laura et al., Jeder Dritte kann sich ein Leben ohne Social Media nicht mehr vorstellen, in: *Bitkom – Bundesverband Informationswirtschaft, Telekommunikation und neue Medien e.V.* (Hrsg.), 2018. URL: <https://www.bitkom.org/Presse/Presseinformation/Jeder-Dritte-kann-sich-ein-Leben-ohne-Social-Media-nicht-mehr-vorstellen.html#item-close-575>, 2/2018, aufgerufen: März 2020.

¹⁰⁴ Vgl. ebd.

Pinterest, eine Fotocommunity. Twitter nutzen derweil 19 %. Der Instant-Messaging-Dienst Snapchat wird dagegen von jedem siebten Jugendlichen genutzt (15 %).¹⁰⁵ Rohleder verdeutlicht den Gewöhnungseffekt der medialen Prozesse, auf die in verschiedenen Lebenssituationen zurückgegriffen werden kann:

„Heute haben jene Social Networks besonderen Erfolg, die neben visueller Kommunikation über Bilder und Videos auch auf Echtzeitkommunikation setzen. Kurze Eindrücke, die nach vierundzwanzig Stunden automatisch gelöscht werden, sind zu einem beliebten Kommunikationsmittel aufgestiegen.“¹⁰⁶

Dabei wird deutlich, dass Instagram und Snapchat vor allem von jüngeren Generationen genutzt werden: 63 % der 14- bis 29-Jährigen greifen auf Instagram und 43 % auf Snapchat zu.¹⁰⁷ Da Social-Media-Plattformen mittlerweile im Privat- sowie im Berufsleben als Kommunikationsmittel und als Mittel zur Herstellung einer eigenen Präsenz und Selbstinszenierung gewählt werden, gilt das Smartphone als der wichtigste Zugang zu den sozialen Netzwerken. Inzwischen sind acht von zehn NutzerInnen (82 %) über dieses Instrument auf gewählten Plattformen aktiv. Im Vergleich: 2013 waren es erst 59 %, die vom Smartphone aus soziale Netzwerke besuchten. Hinzu kommen Laptops (75 %), Tablets (47 %) und Smart-TVs (24 %). Erkennbar ist, dass die Rate der Nutzung mobiler Medien gestiegen ist. Der Anteil stationärer Computer ist in den Jahren 2013 bis 2018 von 70 % auf 57 % gesunken, was die These einer stetigen Beschleunigung medialer Prozesse und die Verschränkung des Digitalen mit der Alltagswelt der NutzerInnen stützt.¹⁰⁸ Es wird zudem deutlich, dass sich vor allem jüngere NutzerInnen ihre eigenen Räume in Form von neueren Plattformen suchen, um sich von Eltern oder anderen Generationen abzusetzen. Die sozialen Medien öffnen somit einen neuen Bereich, der mit der gegenwärtigen Realität wenig zu tun hat, da hier die Möglichkeiten der Inszenierung und Kommunikation endlos erscheinen. Da außerdem 68 % der NutzerInnen den Kontakt zu Familien und Freunden über die sozialen Medien pflegen, zeigt sich, dass dieser neue Bereich immer mehr Einzug in den alltäglichen Lebensbereich erhält.¹⁰⁹ Aus den Daten und Zahlen geht deutlich hervor, dass ein digitaler Eingriff in die zwischenmenschliche

¹⁰⁵ Vgl. ebd.

¹⁰⁶ Ebd.

¹⁰⁷ Vgl. ebd.

¹⁰⁸ Vgl. ebd.

¹⁰⁹ Vgl. ebd.

Kommunikation stattfindet und das gesellschaftliche Aufeinandertreffen maßgeblich beeinflusst wird.

1.1.2 Der digitale Wandel

Digitalisierung wird meist als „die Umwandlung analoger Formate in digitale Formate“ verstanden.¹¹⁰ Ihre Bedeutung geht allerdings heutzutage wesentlich über diese Definition hinaus. Das Phänomen Digitalisierung sowie seine Wirkungsfelder, wie gesellschaftliche Konsequenzen sind schwer in Gänze zu erfassen. Im Jahr 2015 gaben rund 30 % der an einer repräsentativen Umfrage Teilnehmenden¹¹¹ an, dass sie den Begriff „Digitalisierung“ noch nie gehört hätten. Die Studie zeigt außerdem, dass der Wissensstand zu dem Thema unabhängig vom Alter ausgeprägt ist.¹¹² Das Ergebnis irritiert, da die aktuellen Zahlen zur Nutzung des Internets vermuten lassen, dass die NutzerInnen bestimmte Begrifflichkeiten und das dahinterstehende Phänomen kennen. Yvonne Hofstetter bezeichnet die Digitalisierung als die „jüngste Kulturleistung des Homo sapiens.“¹¹³ Es ist unverkennbar, dass die Digitalisierung den Menschen und somit die Welt verändert.

Aufgrund der immer weiter fortschreitenden Digitalisierung, sichtbar beispielsweise durch das ‚smarte‘ Steuern von Küchengeräten oder der Heizung von unterwegs aus, wie auch die Sensoren in der Armbanduhr, die die Schritte zählen und die eigene Fitness bewerten, wird die Umgebung kognitiv. Scheinbar einfache Hilfeleistungen greifen in unseren Alltag ein. Die Grenzen zwischen Mensch und Maschine verschwimmen. Auffällig ist außerdem, dass im Jahr 2017 78 % der Bevölkerung Deutschlands ein Smartphone nutzten. Im Jahr 2012 war es nur die Hälfte.¹¹⁴ So entsteht der Eindruck der Abhängigkeit. Die Fragen, die sich in diesem Zusammenhang stellen, sind: Gibt es Grenzen der Digitalisierung und existiert ein Zusammenhang zwischen psychischen Krankheiten und den sozialen Medien als Folgen der Digitalisierung? Um den digitalen

¹¹⁰ Vgl. Yvonne Hofstetter, *Neue Welt. Neue Menschen. Wie die Digitalisierung das Menschenbild verändert*, in: APuZ, *Der Neue Mensch*, Bonn 2018, 135.

¹¹¹ Vgl. Frankfurter Allgemeine Zeitung GmbH (Hrsg.), *Moderne Arbeitswelt, Digitalisierung? Nicht mein Ding!*, 10.7.2015. URL: <https://www.faz.net/aktuell/beruf-chance/beruf/digitalisierung-industrie-4-0-in-der-modernen-arbeitswelt-13694605.html>, aufgerufen: März 2020.

¹¹² Vgl. ebd.

¹¹³ Vgl. Yvonne Hofstetter, *Neue Welt. Neue Menschen. Wie die Digitalisierung das Menschenbild verändert*, in: APuZ, *Der Neue Mensch*, Bonn 2018, 135.

¹¹⁴ Vgl. ebd., 137.

Wandel erfolgreich annehmen zu können, sei es wichtig eine starke und engagierte Zivilgesellschaft zu bilden.¹¹⁵ Denn Digitalisierung bedeute Verantwortung, da die Gesellschaft permanent verfügbar ist.

Schon 2007 war erkennbar, dass sich Menschen anders informieren, anders kommunizieren, anders arbeiten und sich anders kennenlernen. Die Nutzung von Blogs, Foren und anderen sozialen Netzwerken gehört zum Alltag dazu. Im Zusammenhang mit der tiefgreifenden Änderung des Gewohnten wird von ‚Disruption‘ gesprochen.¹¹⁶ Technik in ihrer Rolle als Werkzeug hilft den Menschen, ihre Umwelt elektronisch zu erfassen. Sie begeben sich in eine Abhängigkeit, da ihre Daten übersetzt und nachvollziehbar werden.¹¹⁷ Von Bedeutung ist der Zusammenhang zwischen gesellschaftlichen, sozialen Veränderungen und Digitalisierung. Infolgedessen, dass sich die Wirklichkeit mehr und mehr in die Welt des Digitalen verschiebt, entsteht ein neues Bild vom Menschen, genauer: Wir nehmen uns anders wahr und erstellen Kategorien im Kontext der äußeren Ästhetik. Wie problematisch die fortschreitende Digitalisierung für unsere Gesellschaft ist, wird in den folgenden Kapiteln eingehend untersucht.

Folgende, in Kapitel 2-2.5, 3-3.5 und 6 näher zu explizierende These sei hier festgehalten:

These 2: Die sozialen Medien prägen maßgeblich das ästhetische Denken eines Individuums, was zu einer schematischen Kategorisierung führt und zudem das Verlangen nach Anerkennung fördert.

1.1.3 Problematik der Digitalisierung

Das angesichts der schier endlosen digitalen Darstellungs- und Deutungsmöglichkeiten Alarmierende ist der Umgang mit ihnen. Die Vorgaben eines Bildes vom Menschen, wie er/sie zu sein hat, manifestiert sich so stark, dass sich Einstellungen und Ideale innerhalb der Benutzergruppen und schließlich in der Gesellschaft festsetzen, was wiederum zu Unterdrückung von Individualität führt und die Gefahr des Verlustes von

¹¹⁵ Vgl. Ralph Müller-Eiselt, Digitalisierung braucht mehr Zivilgesellschaft, in: *BertelsmannStiftung* (Hrsg.), 21.1.2019. URL: <https://www.bertelsmann-stiftung.de/de/themen/aktuelle-meldungen/2019/januar/digitalisierung-braucht-mehr-zivilgesellschaft/>, aufgerufen: März 2020.

¹¹⁶ Engl. to disrupt (zerstören, unterbrechen).

¹¹⁷ Vgl. Jessica Sennholz, Die Entscheidungsassistenten als Lösung moderner Entscheidungszwänge? Anthropologische Reflexion der Moderne, in: Johannes F. Burow Et al. (Hrsg.), *Mensch und Welt im Zeichen der Digitalisierung. Perspektiven der Philosophischen Anthropologie Plessners*, Baden-Baden 2019, 115.

Selbstbestimmung birgt.¹¹⁸ Die Digitalisierung stellt somit eine große Herausforderung für das soziale Miteinander dar. Es geht nicht um technische Fragen, sondern um einen „kulturellen Veränderungsprozess [...]“.¹¹⁹ Problematisch ist außerdem, dass 31 % der NutzerInnen denken, es sei schon bald ein Treffen in virtuellen Welten möglich. Somit wäre der Rückzug in ein virtuelles, also ein ‚pseudo-privates‘ Leben allgegenwärtig. So würden Vorhaben in der realen Welt zurückgestellt oder Handlungsweisen gar verlernt werden. Diese Verhaltensweise ist schon jetzt im Umgang mit Schönheit zu erkennen, da Schönheit und Selbstoptimierungsprozesse, vor allem im Kontext sozialer Netzwerke, eine eigene Welt charakterisieren, in der es möglich ist, sich bis zur Unkenntlichkeit zu verändern oder darzustellen. Echtzeitkommunikation ermöglicht zudem eine privatere Art des Austauschs und erzeugt das Gefühl, vor Ort zu sein.

Rohleder erläutert, dass die Entwicklung sozialer Medien noch nicht vollendet und als fortschreitend zu betrachten sei. Er appelliert deshalb an die Politik, einen sorgfältigen Umgang mit den sozialen Medien zu gewährleisten und diese zurückhaltend unter Einsatz von Regulierungsinstanzen nutzbar zu machen.¹²⁰ Ein weiteres Beispiel zeigt sich in Prüfungssituationen (Schule/Universität), da trotz der digitalen Verbesserungen und Verfeinerungen ein qualitativer Sprung in die Realität gar unmöglich ist. Der/die Prüfende könnte nie so im Blick behalten werden, wie in einer realen Runde, da der Unterschied ganz und gar in der Wahrnehmungsmöglichkeit bleibt.

Die „Robert Bosch Stiftung“, „Phineo“ sowie die „Stiftung Neue Verantwortung“ und die „Bertelsmann Stiftung“ informieren über die Digitalisierung und machen es sich zur Aufgabe, über den aktuellen Stand des digitalen Engagements aufzuklären.¹²¹ Individuelle Persönlichkeitsprofile sind für die Analyse des Verhaltens zuständig. Jeder Smartphone-Besitzer kann mit Hilfe von Apps am Handy oder am Körper angebrachter Sensoren gesundheitsbasierende Informationen, wie beispielsweise Körpertemperatur

¹¹⁸ Vgl. ebd.

¹¹⁹ Vgl. Dr. Wiebke Rasmussen (PHINEO gAG), Digitalisierung braucht Zivilgesellschaft, in: *Robert Bosch Stiftung, BertelsmannStiftung, Stiftung Neue Verantwortung, Phineo* (Hrsg.), 2019, 84. URL: https://www.bosch-stiftung.de/sites/default/files/publications/pdf/2019-01/Report_Digitalisierung_braucht_Zivilgesellschaft_2019.pdf, aufgerufen: März 2020.

¹²⁰ Vgl. Laura Carius et al., Jeder Dritte kann sich ein Leben ohne Social Media nicht mehr vorstellen, in: *Bitkom – Bundesverband Informationswirtschaft, Telekommunikation und neue Medien e.V.* (Hrsg.), 2018. URL: <https://www.bitkom.org/Presse/Presseinformation/Jeder-Dritte-kann-sich-ein-Leben-ohne-Social-Media-nicht-mehr-vorstellen.html#item-close-575>, 2/2018, aufgerufen: März 2020.

¹²¹ Vgl. Ralph Müller-Eiselt, Digitalisierung braucht mehr Zivilgesellschaft, in: *BertelsmannStiftung* (Hrsg.), 21.1.2019. URL: <https://www.bertelsmann-stiftung.de/de/themen/aktuelle-meldungen/2019/januar/digitalisierung-braucht-mehr-zivilgesellschaft/>, abgerufen: März 2020.

und Blutdruck sowie das Schlafverhalten betreffend, erheben. Mittels Sensoren versendet der Mensch mehr Informationen als je zuvor, was dazu führt, dass er sich als Zahl und Nummer wiederfindet.¹²² Viele Messungen werden scheinbar aus gesundheitlichen Gründen durchgeführt, um die eigene Fitness zu überwachen und voranzutreiben. Der „Ist-Zustand“ soll einem „besseren Soll-Zustand“ angenähert werden, was dazu führt, dass Maschinen entscheiden, was ein gesunder und richtiger Lebensstil ist.¹²³ Digitalisierung ist aber nicht nur in Produktivität und Effizienz ethisch blind, sie verändert auch die Art, wie wir als Menschen miteinander umgehen. Das Zusammenleben wird negativ beeinflusst.¹²⁴

Eine Folge dessen ist, dass der Mensch „wächst, aber gleichzeitig an Substanz verliert“, wie Yvonne Hofstetter im Kontext von künstlicher Intelligenz erläutert, was im Zusammenhang des Körperkults, repräsentiert in den sozialen Netzwerken, auf die Substanz der Individualität des Einzelnen angewendet werden kann.¹²⁵ Hofstetter bekräftigt, dass der Mensch so kein freies Individuum mehr sei und auch nicht mehr aus Körper und unsterblicher Seele bestehend, betrachtet werden könne, da er statt einer Persönlichkeit nur noch ein Datenhaufen sei.

„Was am Menschen nicht messbar ist, existiert nicht: das Bewusstsein, das Selbstbewusstsein, das Ich, das Gewissen. Das sehr naturwissenschaftlich-technisch geprägten Kräften des digitalen Fortschritts führen so zu einem rein naturwissenschaftlichen Verständnis des Menschen.“¹²⁶

Die von Hofstetter skizzierte Darstellung lässt sich an dieser Stelle auf das Bild, wie ein Mensch auszusehen hat übertragen, denn auch hier gleicht der Mensch eher einem Datenhaufen als einer Person mit Persönlichkeit. Außerdem kann auch der Aspekt der schwindenden Freiheit auf den Körperkult übertragen werden, da das Individuum aufgrund der auferlegten Ideale in seinem Denken stark beeinflusst wird und gleichermaßen Schönheitsideale vorgeschrieben bekommt, die den eigenen gegebenenfalls nicht entsprechen. Erschreckend ist außerdem, dass der Mensch sich, vor

¹²² Vgl. Yvonne Hofstetter, *Neue Welt. Neue Menschen. Wie die Digitalisierung das Menschenbild verändert*, in: APuZ, *Der Neue Mensch*, Bonn 2018, 140.

¹²³ Vgl. ebd., 142.

¹²⁴ Vgl. Ralph Müller-Eiselt, *Digitalisierung braucht mehr Zivilgesellschaft*, in: *BertelsmannStiftung* (Hrsg.), 21.1.2019. URL: <https://www.bertelsmann-stiftung.de/de/themen/aktuelle-meldungen/2019/januar/digitalisierung-braucht-mehr-zivilgesellschaft/>, aufgerufen: März 2020.

¹²⁵ Vgl. Yvonne Hofstetter, *Neue Welt. Neue Menschen. Wie die Digitalisierung das Menschenbild verändert*, in: APuZ, *Der Neue Mensch*, Bonn 2018, 143.

¹²⁶ Ebd.

dem Hintergrund der philosophischen Aufklärungsbemühungen betrachtet, zurückentwickelt. Die Folge ist der Verlust von Souveränität, was sich im Denken und Handeln widerspiegelt. Das Bild des aufgeklärten Menschen schwimmt langsam.

„Aufklärung, das meinte einst die Idee, selbst über sein Leben entscheiden zu können und niemanden – nicht die Kirche, nicht den Staat, nicht den Lehnsherr- über sich zu haben, der vorschrieb, was man zu denken und wie man zu leben hatte. [...] Im 21. Jahrhundert wissen andere besser als wir selbst, wie wir zu guten Bürgern werden: die globalen Technologieführer aus dem Silicon Valley. Dabei fallen wir weit hinter die Idee des aufgeklärten Menschen zurück, wenn wir zulassen, dass digitale Konzerne zu Mitteln der Technosteuerung greifen.“¹²⁷

Mit dem Begriff der Aufklärung auf das Denken von Kant¹²⁸ zurückgehend, sollte der Mensch doch ein freies Individuum sein, das sich moralisch verhält sowie die Unterschiede zwischen Gut und Böse kennt.¹²⁹

Gegenwärtig ist nur das Konzept der passiven Nachahmung erkennbar. Unhinterfragt wird vieles in den Alltag übernommen. Individuen verhalten sich, als ob die Aufklärung nie stattgefunden habe. Daher stellt sich die Frage, ob uns die Gefahren der Digitalisierung für die Bildung oder das kollektive Zusammenleben in Form einer gesellschaftlichen Spaltung aufgrund von Stigmatisierung nicht bewusst oder schlichtweg gleichgültig sind. Eine maschinelle Analyse kann Sinn machen, wenn sie als Unterstützung dient. Jedoch ist die Technik im 21. Jahrhundert weitaus mehr als eine Unterstützung im Alltag. Sie übernimmt Denken und Handeln, was von uns beinahe mit Begeisterung angenommen wird, statt ein Hinterfragen unserer Bereitschaft zu einer völligen Unterwerfung auszulösen. Auch hier ist die Objektivierung des Menschen in den sozialen Netzwerken im Hinblick auf die völlige Reduzierung der Individualität präsent. Dies meint, dass das Individuum als bloßes Objekt fungiert und anhand rein optischer Merkmale bewertet wird.

Unterstützt wird diese Überlegung vom Denken des Psychoanalytikers Erich Fromm¹³⁰, indem er bereits 1961 davon ausging, dass es sich bei der Objektivierung des

¹²⁷Ebd., 142.

¹²⁸ Vgl. dazu: Immanuel Kant, Beantwortung der Frage: Was ist Aufklärung, in: Wilhelm Weischedel (Hrsg.), *Immanuel Kant, Werke in zwölf Bänden (1784)*, Band 11, Frankfurt am Main 1977.

¹²⁹ Vgl. Yvonne Hofstetter, Neue Welt. Neue Menschen. Wie die Digitalisierung das Menschenbild verändert, in: APuZ, *Der Neue Mensch*, Bonn 2018, 145.

¹³⁰ Vgl. dazu den Hinweis Hofstetters auf: Erich Fromm, *Der moderne Mensch und seine Zukunft. Eine sozialpsychologische Untersuchung*, Frankfurt am Main 1969.

Menschen um den alten „Denkfehler des Kapitalismus, der den Menschen zur Ware degradiert“, handle.¹³¹ Ausbeutung, etwa dadurch, dass jemand zur Sache wird, leitet sich von dem Phänomen ab, dass Menschen erst dann Anerkennung und Zuspruch finden oder etwa zum ‚Helden‘ deklariert werden, wenn es sich digital widerspiegelt. Bestätigung wird also nur dann gewährt, sofern sich der Zusammenhang irgendwo in Form einer digitalen Darstellung wiederfinden lässt. „Mehr Likes, mehr Retweets, mehr Followers steigern das finanzielle Potenzial des modernen Menschen.“¹³² Auch an dieser Stelle wird der Aspekt eines Helden deutlich, der er sich durch eine steigende Followerzahl zu diesem deklarieren lässt. Personen werden dauerhaft von den Medien manipuliert, wodurch die Willens- und Handlungsfreiheit eingeschränkt werden, was scheinbar unbemerkt bleibt. Die „digitale Optimierung“ des Menschen, der gesünder lebt und leistungsfähiger ist, treibt die Überwachung immer mehr voran.¹³³ Das Smartphone kann mittlerweile als fester Teil des Lebens betrachtet werden, vom Menschen nicht trennbar.¹³⁴ In diesem Zusammenhang werden Menschen bewertet und auf ihr Aussehen reduziert. Innere Schönheit und Werte verlieren an Bedeutung und die eigene Identität wird brüchig. Dies sind nur einige Beispiele für das hier dargestellte Problem der Stigmatisierung, Idealvorstellungen in Anlehnung an Schönheitsbegriffe und Selbstoptimierungsprozesse auf der Suche nach Anerkennung innerhalb des gesellschaftlichen Zusammenlebens. Es ist unverkennbar, dass der aktuelle Schönheitsbegriff durch bestimmte äußere Merkmale mit einhergehender Selbstinszenierung definiert wird. So wird auch im Rahmen der vorliegenden Arbeit deutlich werden, dass Schönheit aus medialer Betrachtungsweise heraus nicht als eine Eigenschaft angesehen wird, sondern Ausdruck einer subjektiven Einstellung oder Bewertung ist und dass sie scheinbar nur durch Selbstinszenierung kenntlich wird.¹³⁵ Wie bereits erwähnt, entscheidet sich grundsätzlich immer innerhalb der Gesellschaft, unterstützt durch die Medien, was als schön gilt und was nicht. Gesellschaftliche Diskurse haben eine entscheidende Bedeutung für die Lebensbedingungen verschiedener Bevölkerungsgruppen.

¹³¹ Vgl. Yvonne Hofstetter, *Neue Welt. Neue Menschen. Wie die Digitalisierung das Menschenbild verändert*, in: APuZ, *Der Neue Mensch*, Bonn 2018, 147.

¹³² Ebd.

¹³³ Vgl. ebd., 148.

¹³⁴ Vgl. ebd., 149.

¹³⁵ Vgl. Konrad Paul Liessmann, *Schönheit*, Regensburg 2009, 29.

Laut Judith Butler ist „die Zuerkennung von Rechten [...] genau dort möglich, wo [bestimmte] Diskursbedingungen gegeben sind.“¹³⁶ An dieser Stelle sei erwähnt, dass Butler den dominanten Medien eine große Macht und dementsprechend auch eine hohe Verantwortung zuschreibt. Laut Butlers Ansicht, ist es nur folgerichtig, den Medien eine nicht zu unterschätzende Größe und Machtposition einzuräumen. So wie einerseits Butler die Dominanz der Medien beschreibt, betont Laura Bieger andererseits das „Ineingreifen von technologischer Entwicklung“ und dem damit zusammenhängenden Gewinn als Marktlogik des Spätkapitalismus und kritisiert demnach eine Gesellschaft, die sich durch Selbstinszenierung zu definieren versucht.

„Die hier skizzierte Ökonomie einer sich wechselseitig bedingenden Produktion von Selbst(bild) und Körper(bild) ist dabei auf das Engste mit der Evolution der kapitalistischen Wirtschaftsordnung als integralem Teil der Kulturformation westlicher Moderne verwoben; die Entwicklung hin zu einer sich verschärfenden Gestaltung und Inszenierung von Körpern geht dabei Hand in Hand mit einer zunehmenden Verinnerlichung von Techniken und Praktiken, mit deren Hilfe eine erwünschte Erscheinung erreicht werden soll. Dieses feinstimmige Ineingreifen von technologischer Entwicklung und deren gewinnbringendem Einsatz operiert nahtlos innerhalb der Marktlogik des Spätkapitalismus: der schöne Körper und sein wirkungsvolles Ins-Bild-setzen werden auf immer fordernde Weise zum materiellen und doch zunehmend leeren Träger von Selbstwert.“¹³⁷

In der Gestaltung und Inszenierung von Körpern im medialen Kontext (Printmedien, TV, Internet) liegt die Annahme begründet, dass Schönheit in der Werbeindustrie als Ressource genutzt wird. Die Darstellung der weiblichen Schönheit beschränkt sich auf das Aussehen, wie einen sportlichen, starken Körper mit straffen Rundungen und ein makellostes Gesicht.¹³⁸ ‚Fit sein‘ ist mit ‚schön sein‘ gleichzusetzen. Sport und Dynamik sind der Schlüssel zum Erfolg. Dabei tritt der Sport immer mehr hinter der Selbstinszenierung zurück. Männer werden gleichzeitig als heteronormativ¹³⁹ dargestellt,

¹³⁶ Vgl. Judith Butler, *Raster des Krieges. Wenn wir nicht jedes Leid beklagen*, Frankfurt am Main 2010, 28.

¹³⁷ Vgl. Laura Bieger, schöner Körper, hungriges Selbst – Über die moderne Wunschökonomie der Anerkennung, in: Annette Geiger (Hrsg.), *Der schöne Körper. Mode und Kosmetik in Kunst und Gesellschaft*, Köln 2008, 58.

¹³⁸ Ein Beispiel hierfür stellt die Werbung für die Fitnessstudio-Kette „Mcfit“ dar, die mit Fotos von durchtrainierten und makellosen Models werben und somit auf den ersten Blick nur eine Zielgruppe ansprechen: Junge und schlanke Menschen. Vgl. McFit, Geschäftsführung Rainer Schaller, *RSG Group GmbH* (Hrsg.). URL: <https://www.mcfite.com/de/>, aufgerufen: November 2020.

¹³⁹ „Heteronormativität bezeichnet ein geschlechtliches Machtverhältnis, in dem aus der gesellschaftlich verankerten zweigeschlechtlichen Ordnung [...] ein gegengeschlechtliches Begehren abgeleitet wird.“

was die Assoziation des starken Beschützers unterstreicht. Aufgrund der bereits genannten Ausführungen über aktuelle Idealvorstellungen, medialer Inszenierung von Schönheit und Fitness sowie dem damit einhergehenden Bedürfnis nach Anerkennung, kann daher folgende These abgeleitet werden:

These 3: Das Individuum sieht sich durch die Digitalisierung zunehmend in einem Spannungsverhältnis zwischen der eigenen Identität und einer gesellschaftlichen Lehre über das Schöne, in der moralische Werte sowie moralisches Handeln an Bedeutung verlieren.

Das fehlende Bewusstsein realistischer Körperbilder sowie schwindende moralische Werte und Kategorisierungen im Kontext der zwischenmenschlichen Begegnung, ist ein weiterer Kern der Problematik des Körperkults. Die Fähigkeit zu moralischem Denken und Handeln muss gefördert und gebildet werden, statt sich auf vorgegebene Werte zu versteifen. Die Menschen verkennen ihr Potenzial im Sinne der Aufklärung und folgen einer gesellschaftlichen Bewegung, in Form von Körpertrends, was sich in der kollektiven Nachahmung dieser Trendvorgaben manifestiert. Ferner gilt es im Zusammenhang mit der Körperwahrnehmung die Frage nach der Identität und der Differenz der Geschlechter zu untersuchen (siehe Kapitel 3 – 3.4, 5 – 5.6).¹⁴⁰ Die konsequente (mediale) Kategorisierung in ‚fit‘ und ‚nicht fit‘, sowie ‚schön‘ und ‚nicht schön‘ nimmt das Individuum nicht als ein Innen und Außen wahr, sondern nur als das, was es medial darstellen soll. Vor allem Menschen in sozialen Netzwerken, insbesondere InfluencerInnen, konstruieren ihre Besonderheit, indem sie gesellschaftliche Zugehörigkeit fordern und die Aufrechterhaltung wie auch Entwicklung von kollektiven Identitäten provozieren.¹⁴¹ Dies geschieht vor allem über die Betonung von Schönheit und wie diese erreicht werden könne, um schließlich Teil von einem Ganzen (einer

Heterosexualität ist eine dominante soziale Norm, die oft biologisch begründet wird. Homosexualität wird entsprechend als Abweichung oder Randerscheinung bewertet. Heteronormativität trägt dazu bei, dass geschlechtliche und sexuelle Differenzen naturalisiert werden, verhindert Lücken für andere Geschlechter und Sexualitäten und führt oft zur Diskriminierung und Gewalt.“ Gender Institut Bremen. Diversität in Bildung und Wissenschaft e.V. (Hrsg.), Art. *Heteronormativität*. URL: <http://www.genderinstitut-bremen.de/glossar/heteronormativitaet.html>, aufgerufen: Juli 2018.

¹⁴⁰ Vgl. Florian Steger, der ideale Männerkörper, in: Jürgen Barkhoff, Dietrich von Engelhardt (Hrsg.), *Körperkult. Körperzwang. Körperstörung im Spiegel von Psychopathologie, Literatur und Kultur*, Heidelberg 2010, 143.

¹⁴¹ Vgl. Jean-Claude Kaufmann, *Die Erfindung des Ich. Eine Theorie der Identität*, Konstanz 2005, 150.

Gemeinschaft) zu sein. Der Preis der Teilhabe an diesem (fiktiven) Ganzen sind unter anderem emotionale Abwertungen, Sanktionierungen und Normierungen.

Die mediale Inszenierung und ästhetische Darstellung im Alltag durch die Betonung der Vorzüge gleicht einem Theaterstück, verliert aber eben deshalb das Handeln in der Realität aus den Augen.¹⁴² In diesem Zusammenhang stellt sich die Frage, wie lange die Epoche der inszenierten Schönheit anhalten wird. Hierbei wird außer Acht gelassen, dass Schönheit auch existiert, wenn sie jeder für sich anders interpretiert. Stattdessen wird die Schönheitsfrage zum Wettbewerb. Die Industrie und die Medien geben vor, dass sich jeder Gesundheit und Schönheit selbst erarbeiten könne und solle, wobei es kaum möglich ist, sich deren Einflussphären zu entziehen.¹⁴³ InfluencerInnen¹⁴⁴ und FitnessbloggerInnen beeinflussen zusätzlich auf Plakaten, in Printmedien und in anderer medialer Form. Daher könnte es zunächst als positive Entwicklung verstanden werden, dass besonders Kinder und Jugendliche verleitet werden, mehr Sport zu treiben und sich gesünder zu ernähren. Problematisch sind dabei die geschlechtlichen Rollenkonzepte, die in diesem Prozess unhinterfragt adaptiert werden und zur Verfestigung von Geschlechterdifferenzen und einem verzerrten Schönheitsbild führen. Sport stellt in diesem Zusammenhang eine gegenwärtige Lebensform dar, die als zentraler Bestandteil der Konstituierung eines modernen Individuums angesehen werden kann. Sport impliziert mittlerweile die „Pflicht zur Selbsterhaltung“, so dass die Grenzen zwischen Sport und Körperkult verschwimmen.¹⁴⁵ Es kann folgende These formuliert werden:

These 4: Der Körperkult verleitet zu einem verzerrten Selbst- und Fremdbild und führt zu sozialer Ausgrenzung.

Menschen bewerten, indem sie beobachten und zuordnen. Nonverbale Kommunikation findet unter anderem durch kategorisierende und bewertende Blicke statt. So wird deutlich, dass Einstellungen und Vorurteile das menschliche Verhalten bestimmen, sowohl positiv als auch negativ.

¹⁴² Vgl. dazu: Erving Goffmann, *Wir alle spielen Theater. Selbstdarstellung im Alltag*, München 1969.

¹⁴³ Vgl. Jean-Claude Kaufmann, *Die Erfindung des Ich. Eine Theorie der Identität*, Konstanz 2005, 88.

¹⁴⁴ Influencer (von engl. to influence: beeinflussen) werden Personen genannt, die auf Grund starker Präsenz in sozialen Netzwerken für Werbung und Marketing gebucht werden.

¹⁴⁵ Vgl. Jean-Claude Kaufmann, *Die Erfindung des Ich. Eine Theorie der Identität*, Konstanz 2005, 87.

Georg Simmel beschreibt daher die physiologische Grundlage des menschlichen Wesens treffend als dualistisch.¹⁴⁶ Bewegung und Ruhe, Produktivität und Rezeptivität oder aber auch die Hingabe zu Menschen und die dem gegenüberstehende Selbstbehauptung zeichnen den Kampf um die Anerkennung einer sozialen Gruppe im Spannungsfeld mit der individuellen Betonung der eigenen Einzigartigkeit aus.¹⁴⁷

1.2 Zielsetzung

Die vorliegende Arbeit zielt darauf ab, vor dem Hintergrund der Philosophie Desiderate der aktuellen Forschung sichtbar zu machen und bestehende Körperkult-Modelle einer neuen Prüfung zu unterziehen. Somit soll nicht nur ein Forschungsergebnis erzielt, vielmehr sollen darüber hinaus Handlungsanreize für einen positiven Einfluss auf das direkte Zusammenleben geschaffen werden. Die Formulierung der verschiedenen Grundproblematiken, ausgehend vom Körperkult und der zunehmenden Digitalisierung, zielt auf die Darstellung von „vielfältigen Formen emotionaler und geistig-spiritueller Verarmung“ einer postmodernen Gesellschaft und hält ihr vor dem Hintergrund einer reichen Geistesgeschichte philosophisch den Spiegel vor.¹⁴⁸

Das Ziel ist nicht nur ein wissenschaftlicher Anspruch an diese Arbeit, sondern eben auch eine beabsichtigte Einflussnahme auf die Praxis und die praktische Umsetzung in einer Generation, die gänzlich unreflektiert ihrer Identitätsbildung ausgesetzt ist. Zusätzlich geht es um das Eröffnen einer Diskussion über philosophische Grundfragen, die für alle Wissenschaften von Bedeutung sind und darum, gesellschaftskritisch sichtbar zu machen, welches Verhalten in diesem Kontext sozial problematisch ist. Im Rahmen der Relevanz des Themas ist besonders hervorzuheben, dass es sich hier um ein geschlechts- und letztlich generationsübergreifendes Problem handelt. Dadurch ist der Körperkult als ein Gegenstand der Gesellschaft zu betrachten und betrifft nicht nur einzelne Teile derselben. Durch Erfahrungswissen wird ein Bild von der Wirklichkeit gezeichnet und erleichtert die Einordnung in einen philosophischen Kontext.¹⁴⁹

¹⁴⁶ Vgl. Georg Simmel, Philosophie der Mode, in: Hans Landsberg (Hrsg.), *Moderne Zeitfragen*, Nr. 11, Berlin 1905, 5f.

¹⁴⁷ Vgl. ebd.

¹⁴⁸ Vgl. Johannes Hoff, *Verteidigung des Heiligen. Anthropologie der digitalen Transformation*, Freiburg im Breisgau 2021, 8.

¹⁴⁹ Vgl. Annemarie Pieper, Philosophie und Empirie. Philosophische Kontroverse über den Stellenwert von Erfahrung, in: *Praktische Theologie. Zeitschrift für Praxis in Kirche, Gesellschaft und Kultur* (Hrsg.), Band 54, Heft 1, Gütersloh 2019, 18.

Zu diesem Zweck wird vor allem der Begriff „Körperkult“ als Veränderungsprozess verstanden, so dass eine Betonung auf dem fortwährend wandelbaren und anpassungsfähigen Körper liegt. Wenn im Folgenden das digitale Zeitalter und die medialen Möglichkeiten als „Zivilisationsbruch“ verstanden werden, dann verbinden sich hiermit das Ziel, die damit einhergehenden Gefahren als Abbild der Wirklichkeit zu verdeutlichen und zum Umdenken anzuregen.¹⁵⁰ Die Grundhaltung einer ‚modernen‘ Gesellschaft skizziert, dass das digitale Zeitalter eine allumfassende Lösung zu sein scheint, was sich auch im Kontext des Körperkults bestätigen lässt, da es jedem/jeder zu jedem Zeitpunkt möglich, die beste Version seines/ihres Selbst darzustellen.¹⁵¹

Zunächst einmal gilt es auf der Basis empirischer Daten die grundlegende Problematik sichtbar zu machen. Zudem werden kollektive Wertevorstellungen und ethische Grundregeln in einen gegenwartsphilosophischen Zusammenhang gebracht, so dass der Körperkult als ethisches Problem greifbar und der Blick auf Identitätseinbrüche geschärft wird. Der Fokus dieser Arbeit liegt außerdem auf immer wiederkehrenden Verhaltensmustern, die die heranwachsende Generation erlernt und verinnerlicht.

In diesem Zusammenhang werden die Bedeutung des Zusammenwirkens von Körper und Seele aufgezeigt sowie seelische Prozesse eingehender beschrieben. Die vorliegende Untersuchung zielt damit auf das Offenlegen einschließlich einer Kritik der Werteverchiebung durch Selbstoptimierung ab. Gleichzeitig gilt die Aufmerksamkeit dem Körper als Statussymbol und Medium, welches, teilweise durch Operationen optimiert und in Konkurrenz zu dem bearbeitenden Selbst steht. Weiterhin wird eine Würdigung und Explikation der individuellen Authentizität angestrebt, die angesichts der aktuellen Inszenierung durch den Körper nicht deckungsgleich mit der ursprünglichen Begriffsdefinition von ‚Authentizität‘ ist. Wie bereits deutlich wurde, sind Körperideale durch den Wandel der Zeit geprägt und vergänglich, so dass zu erkennen ist, dass ein Mensch je nach Epoche etwas darstellen muss, was er trotz aller Bemühungen nicht vollends darstellen kann.

Die einzelnen Kapitel stehen im Zeichen der zwischenmenschlichen Kommunikation, indem der Würdigung des menschlichen Seins selbst ein Bewusstsein verliehen wird.

¹⁵⁰ Vgl. Johannes Hoff, *Verteidigung des Heiligen. Anthropologie der digitalen Transformation*, Freiburg im Breisgau 2021, 7.

¹⁵¹ Vgl. ebd.

So intendiert diese Arbeit eine Kommunikation, in deren Kontext das Gegenüber nicht bewertet, sondern lediglich beobachtet beziehungsweise wahrgenommen wird, was wiederum Zugehörigkeitsgefühle und Anerkennung ohne körperliche Leistung als langfristiges gesellschaftliches Ziel heraushebt. Dies gilt nicht nur für den Umgang und die Kommunikation innerhalb der sozialen Netzwerke, sondern vor allem für ein Aufeinandertreffen in der realen Welt. Ferner ist es Ziel, ein Bewusstsein dafür zu schaffen, dass der Körper als Statussymbol fungiert und die sozialen Medien als Bühne zur Selbstinszenierung zu offenbaren (Stichwort: Selbstpräsentation auf „Instagram“ und „Snapchat“ oder die Inszenierung des eigenen Körpers von InfluencerInnen, um Produkte zu bewerben). Diskutierte Lösungsansätze zeigen auf, wie eine Gleichsetzung von Macht und Schönheit verringert werden kann. Daran anschließend folgt eine kritische Reflexion der aktuellen Instagram-Welt, da vor allem hier die Herausforderung für das gesellschaftliche Miteinander zu finden ist. Durch die Verknüpfung von Körperkult und Identität mit der individuellen Entwicklung sowie die Hervorhebung moralischer Werte bei der zwischenmenschlichen Begegnung abseits von Stigmatisierung, wird einer hoher Anspruch generiert, der die Wiederherstellung eines ‚besseren‘ Miteinanders zum Ziel hat. Abschließend lässt sich als weiteres Ziel festhalten, dass für den Aspekt der Identitätssuche sensibilisiert werden soll und marginalisierte Schönheit als ein konkretes Problem dargestellt wird, die den Blick auf den Anderen maßgeblich verändert.

1.3 Gliederung und Vorgehen

Im Folgenden wird die zur Analyse der Forschungsfrage gewählte Herangehensweise beschrieben und dargelegt, auf welche Quellen in diesem Rahmen zurückgegriffen wurde. Die Arbeit wird in vier Teile strukturiert und umfasst folgende Gliederung:

Einleitung, Zur Außenseite (Schwerpunkt: Körper, Medien, Selbstinszenierung), Zur Innenseite (Schwerpunkt: Leib und Seele, Exzentrische Positionalität, Identität) und Fragen und Lösungen:

Die vorliegende Studie stützt sich zur Erfassung ihres Untersuchungsobjekts auf die philosophische Empirie („auf Beobachtung beruhend“), wie sie beispielsweise klassisch durch John Locke (1632-1704) oder David Hume (1711-1776) als philosophische Strömung vertreten wurde. Empirie wird darüber hinaus als „Alltags- und Wissenschaftsverständnis, das sich von der Erfahrung und den erfahrbaren Tatsachen

leiten lässt“ verstanden.¹⁵² Die Methode der philosophischen Empirie leitet „alles Wissen von unseren passiven sinnlichen Erfahrungen ab und begründe[t] auf diese Weise auf Evidenz und Verifikation basierende Theorien.“¹⁵³ Zudem sollen zukunftsprospektive Handlungsansätze für das gesellschaftliche Miteinander entwickelt werden, um unerwünschte Resultate des Körperkults, wie etwa die bloße Bewertung des Gegenübers über die Optik und die damit einhergehende Selbstinszenierung als alleinigen Zweck der Kommunikation und Teilhabe, zu vermeiden. Der Ansatz der modernen philosophischen Anthropologie verhilft dazu, die Frage nach dem Menschen aktuell zu definieren, um das, was der Mensch ist als „Kategorienlehre“ zu verstehen und in einen modernen Zusammenhang zu bringen.¹⁵⁴ Die entwickelten Fragestellungen im Kontext des Körperkults, sollen in diesem Zuge für künftige Forschungen anschlussfähig gemacht werden (siehe Kapitel „Ausblick“). Die Materialsichtung und -interpretation hat eine zugespitzte Formulierung der Thesen erlaubt und spiegelt zugleich den Zeitgeist des Körperkultes der Gegenwart auf Social Media wieder. Die vorliegende Studie beinhaltet nicht nur eine Sensibilisierung für die Problematik der Selbstinszenierung und Bewertung des Gegenübers auf ästhetischer Ebene in Anlehnung an die Sujets Schönheit und Fitness. Durch eine ganzheitliche Betrachtung des Individuums wird auch die Vernachlässigung der Frage nach der Seele durch die fehlende Akzeptanz von Körper, Geist und Seele als gleichwertige Teile betont.

In der Absicht herauszufinden, inwieweit der Körperkult eine (deutliche) Veränderung des ästhetischen Denkens und eine Verringerung des Selbstbewusstseins junger Erwachsener bewirkt, werden verschiedene empirische Fallstudien ausgewertet. Mithilfe der Aufbereitung von lebensweltlichen Vorgängen sowie der Darstellung von faktengestützten Erfahrungen und Beobachtungen und die, beispielsweise durch Locke und Hume dargestellte Essenz, „dass alles Wissen seinen Ausgang von der Erfahrung, speziell von der sinnlichen Wahrnehmung nimmt“, kann das Problem des Körperkults

¹⁵² Vgl. Bundeszentrale für politische Bildung (Hrsg.), Empirie/empirisch/Empirismus, in: *das Politiklexikon*, Bonn 2020. URL: <https://www.bpb.de/kurz-knapp/lexika/politiklexikon/17400/empirie-empirisch-empirismus/>, aufgerufen: Februar 2022.

¹⁵³ Vgl. Philosophie Magazin (Hrsg.), Empirismus, in: *Begriffslexikon*. URL: <https://www.philomag.de/lexikon/empirismus>, aufgerufen: Februar 2022.

¹⁵⁴ Vgl. Felix Hammer, *Die Exzentrische Position des Menschen. Helmuth Plessners philosophische Anthropologie*, Bonn 1967, 2,4.

und der Umgang mit diesem kleinschrittig erklärt werden.¹⁵⁵ Vor allem die Bereiche der Existenz- und Lebensphilosophie beschäftigen sich mit der ‚wirklichen Erfahrung‘ und so ist der Empiriebezug in nahezu allen philosophischen Disziplinen zu finden.¹⁵⁶

Die philosophische Ethik hat einen starken Praxis- und Empiriebezug und dominiert durch „Normenbegründungsfragen den ethischen Diskurs über Gut und Böse, während zugleich eine Pflichten- und Tugendethik den Sinn moralischen Handelns“ bestimmt.¹⁵⁷

Die vorliegende Arbeit zielt darauf ab, im Rahmen der philosophischen Ethik, Individualität als „Grundwert [...] menschlicher Existenz“ hervorzuheben und eine konkrete Erfassung von Wirklichkeit darzustellen. In diesem Sinne geht es um das konkrete Herausarbeiten von nicht sichtbaren Sinnstrukturen, um den Körperkult in seiner Kontextgebundenheit und Wirkung nachvollziehbar darzustellen.

Es wurden zu Beginn vier Thesen aufgestellt, die durch die Forschungsfrage: *Welchen Einfluss hat der Körperkult auf die menschliche Identität sowie auf das Selbst- und Fremdbild?* eingeleitet wurden:

These 1: Das moderne Verständnis von Schönheit führt zu einer Selbstinszenierung des Individuums, in der Kampf zwischen Anpassung und Freiheit auf neue Weise seinen Ausdruck findet.

These 2: Die sozialen Medien prägen maßgeblich das ästhetische Denken eines Individuums, was zu einer schematischen Kategorisierung führt und zudem das Verlangen nach Anerkennung fördert.

These 3: Das Individuum sieht sich durch Digitalisierung zunehmend in einem Spannungsverhältnis zwischen der eigenen Identität und einer gesellschaftlichen Lehre über das Schöne, in der moralische Werte sowie moralisches Handeln an Bedeutung verlieren.

These 4: Der Körperkult verleitet zu einem verzerrten Selbst- und Fremdbild und führt zu sozialer Ausgrenzung.

¹⁵⁵ Vgl. Annemarie Pieper, Philosophie und Empirie. Philosophische Kontroverse über den Stellenwert von Erfahrung, in: *Praktische Theologie. Zeitschrift für Praxis in Kirche, Gesellschaft und Kultur* (Hrsg.), Band 54, Heft 1, Gütersloh 2019, 19.

¹⁵⁶ Vgl. ebd., 19, 21.

¹⁵⁷ Vgl. ebd., 21f.

Aufgrund der ständigen Konfrontation im Alltag und in digitalen Prozessen, ergeben sich die oben stehenden Thesen exemplarisch. Diese lassen sich anschließend mit platonischen Grundsätzen verbinden und ermöglichen somit einen Transfer zum antiken Verständnis von Körperkult, das seinerseits vor dem Hintergrund der modernen Auffassung ausgelotet werden soll. Zu Platons Grundfragen gehören beispielsweise Fragen, das menschliche Leben, Denken und Handeln betreffend. Diese Fragen können im platonischen Sinne immer wieder neu gestellt werden. Platons Gespräche vermitteln, dass Erkenntnis „vom einzelnen selbst nachempfunden werden muss.“¹⁵⁸ Die vorliegende Arbeit dient somit im platonischen Sinne als Hilfestellung, um neue Antworten, den eigenen Körper betreffend zu entwickeln und im Kontext des Körperkults zu hinterfragen. Sofern der Körperkult vor dem Hintergrund der antiken platonischen Philosophie und der dreiteiligen Struktur der menschlichen Seele betrachtet wird, hilft dies zu verstehen, dass sich das Individuum durch den Körperkult, in der Zerrissenheit zwischen der Anerkennung des Selbst- und Fremdbildes befindet und somit einer omnipräsenten Herausforderungen ausgesetzt ist. Vor diesem Hintergrund liegt die methodische Vorgehensweise auf einer philosophisch empirisch ausgerichteten Untersuchung, mit breitem Materialansatz und Praxisbezug. Durch ausgewählte Fallbeispiele, aktuellen medialen Beispielen und Fallstudien wird der Ursprung der Thesen verdeutlicht und nachvollziehbar gemacht. Im Gegensatz zu den Auffassungen der Ethik steht der Einfluss der Medien, wodurch in die menschliche Natur und dadurch in die menschliche Freiheit und Individualität eingegriffen wird, da die Medien vor allem ein einseitiges Bild von ‚Individualität‘ präsentieren: „[Ethik] beschränkt sich auf solche ehrenhaften Handlungen, die die Vernunft der menschlichen Natur gemäß zu begreifen vermag, und auf die äußeren Handlungen der Sitte und der bürgerlichen Gewohnheit des Lebens.“¹⁵⁹ Die oben vorgestellten Unterkapitel zeigen auf, dass soziale Medien sowohl als Kommunikationsmittel als auch als Mittel zur Darstellung fungieren. Sie eröffnen Möglichkeiten zur Inszenierung sowie unentwegter Kontrolle und führen zu Abhängigkeit und permanenter Verfügbarkeit. Eine zentrale Frage bildet in dem Kontext jene, was es über unsere Gesellschaft aussagt, wenn der Körper in Verbindung mit dem Schönheitsbegriff medial im Fokus steht. Die zuvor aufgezeigte Dominanz von Facebook

¹⁵⁸ Vgl. Günter Fröhlich, *Platon und die Grundfragen der Philosophie*, Göttingen 2015, 21.

¹⁵⁹ Reinhard Romberg, Annemarie Pieper und Redaktion, Art. Ethik, in: Joachim Ritter, Karlfried Gründer und Gottfried Gabriel (Hrsg.), *Historisches Wörterbuch der Philosophie*, Basel 1972, Band 2, 759.

und YouTube in der Nutzung von sozialen Medien verweist auf die Problematik des Zusammenhangs von Körperkult und Digitalisierung.

Neben den einleitenden Kapiteln zu wechselnden Schönheitsidealen und die problematische Nutzung von Medien, geht es zu Beginn („Außenseite“) um den medial eingesetzten Körper mit Blick auf soziale Kategorisierung und Anpassung (siehe dazu Kapitel 2). Das einleitende Kapitel schließt mit dem Kapitel zur Gliederung und dem Vorgehen ab. Um den Anteil am „Körperkult“ und die sichtbare Kategorisierung als Grundlage für Zugehörigkeit und Kommunikation verstehen zu können, erfolgt eine theoretische Einführung in ein verzerrtes Körperbild als Ergebnis einer das Äußerliche betreffenden Idealvorstellungen verhafteten Gesellschaft unter Einbezug medialer Unterstützung in Form von Filtern zur Verbesserung des gesamten Aussehens (siehe dazu Kapitel 2.1). Zu dem Zwecke werden unter anderem unbekannte Begrifflichkeiten, wie beispielsweise die „körperdysmorphe Störung“ und die „Dysmorphophobie“ dargelegt, um den aktuellen wissenschaftlichen Stand wiederzugeben. Auf den Körper als Konsumtionsgegenstand wird anhand von konkreten Beispielen aus den sozialen Medien eingegangen (siehe dazu Kapitel 2.2). Zusätzlich erfolgt eine Interviewanalyse, um den menschlichen Körper aus der Perspektive einer auf Konsum ausgerichteten Objektivierung zu skizzieren und verbreitete Körperbilder zu charakterisieren. Das Kapitel zielt darauf ab, den Zusammenhang zwischen medialer Präsenz und der Verbreitung ästhetischer Idealvorstellungen herauszuarbeiten und nimmt dies zum Anlass, aktuelle TeilnehmerInnen von TV-Serien mit Blick auf Werbeverträge, Schönheit oder Fitness genauer zu betrachten. Um verschärft auf schädliche Körperbilder aufmerksam zu machen, bietet der weitere Verlauf eine kritische Klärung von Begrifflichkeiten wie „Objektivierung“ und „Selbstobjektivierung“ in Anlehnung an Meghan Murphy und Lindsay Kite, die die Darstellung von Frauen als Konsumtionsgegenstände monieren.¹⁶⁰

Zu diesem Zwecke geht die Interviewanalyse in Kapitel 2.2 vor allem auf die Objektivierung des weiblichen Körpers als Massenphänomen ein (siehe Kapitel 2.3). Eine

¹⁶⁰ Vgl. Interviewgespräch zwischen Meghan Murphy und Lindsay Kite: Frauenkörper sind keine Konsumtionsgegenstände. Interview zu den Begriffen Objektivierung und Selbstobjektivierung mit Lindsay Kite, in: Kritische Perspektive. (Hrsg.) *Nachrichten und Kritik zu Kapitalismus und Patriarchat*, Theorie, 2016. URL: <https://kritischeperspektive.com/kp/2016-19-frauenkorper-sind-keine-konsumtionsgegenstande-interview-zu-den-begriffen-objektivierung-und-selbstobjektivierung-mit-lindsay-kite/>), aufgerufen: Juni 2019.

zusätzliche Videoanalyse mit Beispielen aus dem Leben von InfluencerInnen vergegenwärtigt den Präsenz und die Aktualität des medialen Alltags.

In Kapitel 2 folgt zusätzlich ein Hinweis auf die aufrechtzuerhaltende Befriedigung der psychischen Grundbedürfnisse, welche die Gesundheit der Seele beeinflusst und die in der vorliegenden Arbeit mit Hilfe der Bedürfnispyramide von Abraham Maslow aufgezeigt und durch Klaus Grawe ergänzt werden. Soziale Bedürfnisse zeigen auf, dass ein emotionaler Platz ein essenzieller Prozess innerhalb der Bedürfnisbefriedigung darstellt. Um den Schwerpunkt darüber hinaus auf den männlich konnotierten Körperkult zu legen, folgt eine theoretische Darlegung psychischer und physischer Auswirkungen der männlichen Körperfixierung (siehe Kapitel 2.4) unter Verweis auf die Studien von Harrison G. Pope, der die Begriffe „Muskeldysmorphie“ und „Adonis-Komplex“ maßgeblich geprägt hat.¹⁶¹ Sie vermitteln einen international ausgerichteten Eindruck von männlichen Selbstobjektivierungs- und Selbstoptimierungsprozessen und verdeutlichen, dass auch Männer einen hohen Druck erleiden, Fitness als essenzielle Grundlage ihres Daseins zu definieren. Daran schließt sich eine weitere Darlegung des Zusammenhangs von Medikamentenmissbrauch sowie dem Konsum von Stereoiden und dem Körperkult aufgrund einer krankhaften Körperfixierung und Wahrnehmungsveränderung an, um den Zusammenhang zwischen Körperkult, Selbstinszenierung und Doping im Freizeitsport herauszustellen und kritisch zu analysieren.

Um die Formen des Körperkults unter einem weiteren Gesichtspunkt zu betrachten, schließt sich die theoretische Darstellung der „MaLisa Stiftung“ an, die sich um eine Offenlegung und Aufklärung der Geschlechterstereotypisierung und -stigmatisierung in den sozialen Netzwerken bemüht und die Naivität von Jugendlichen im Umgang mit sozialen Medien aufdeckt (siehe Kapitel 3). Es erfolgt eine materialorientierte Darlegung der Ergebnisse von Studien¹⁶² des „Zentralinstituts für das Jugend- und Bildungsfernsehen“ (IZI), der „Universität Rostock“ und der „Filmuniversität zu Babelsberg“ sowie der „MaLisa Stiftung“ zu den Fragen, inwieweit sich junge Frauen in sozialen Netzwerken inszenieren und warum dies als Selbstwirksamkeitserfahrung

¹⁶¹ Vgl dazu: Harrison G. Pope, Katharine A. Phillips und Roberto Olivardia, *Der Adonis-Komplex. Schönheitswahn und Körperkult bei Männern*, München 2001.

¹⁶² In diesem Zusammenhang werden die Studien „Geschlechterdarstellung in Musikvideos“, „Die Selbstinszenierung von Mädchen auf Instagram“, „Sichtbarkeit von Gender“ und „Audiovisuelle Diversität? Geschlechterdarstellungen in Film und Fernsehen in Deutschland“ genauer beleuchtet.

gesehen werden kann.¹⁶³ Der ausgearbeitete Teil über die „Außenseite“ befasst sich zusammenfassend mit dem schönen Körper als Mittel zur Zugehörigkeit und Plattform kultureller Inszenierung und stellt vor allem mediale Selbstdarstellung als ein soziales Problem heraus. Eine scheinbar bessere Realität, die den Körper als Konsumtionsgegenstand missbraucht und Vermarktungsstrategien als Teil des gesellschaftlichen Austauschs offenlegt, zeigt auf, dass Lebensqualität und Fitness untrennbar miteinander verbunden scheinen. Es bleibt festzuhalten, dass Selbstinszenierungsmöglichkeiten zu Selbstinszenierungszwang umschlagen und sich somit als Zuspitzung der Selbstdestruktion feststellen lässt.

Die klassische Position Platons dient als Grundlage der „Innenseite“ und somit als Einstieg in die Leib-Seele-Diskussion aus anthropologischer Sicht. Der Rückgriff auf die Seele als Prinzip des Lebens rechtfertigt den Rückgriff auf Platon trotz der großen geschichtlichen Distanz (428 -347 v. Chr.). Platon ist sich gewiss, „dass der Mensch eine vom Körper unterschiedene Seele besitzt, der als wesentliches Element das Geistige eigen ist, die Fähigkeit des Denkens, des Erfassens geistiger Inhalte, des Bewusstseins, zu der aber ebenfalls emotionale Kräfte verschiedener Prägung gehören.“¹⁶⁴ Der Begriff der Seele kann verschieden gebraucht werden und meint die gesamte Seele mit ihren rationalen und irrationalen Bereichen sowie die emotionalen Seelenkräfte in Abgrenzung zum Geistigen. Einzuräumen gilt es, dass bei Platon die Seele (psychê) als Lebensbegriff zunächst Weltseele meint und nicht umstandslos mit dem neuzeitlichen Verständnis von Seele in eins gesetzt werden kann.¹⁶⁵ „Alles was lebt, hat auch eine Seele.“¹⁶⁶ Zur Eröffnung des Kapitels „Innenseite“ gilt es vorab die Unterscheidung von Körper und Leib (Dimension inneren Erlebens) kenntlich zu machen und den Körper (reine Darstellungsressource) wiederholt als Objekt zu betonen.

Der Schwerpunkt des Kapitels 4.1 liegt auf den in der antiken griechischen Philosophie, insbesondere von Platon, vertretenen Vorstellungen von der Seele als Prinzip des Lebens sowie anthropologischen und religiösen Ideen. Zu diesem Zwecke werden physische und

¹⁶³ Vgl. dazu: Maria und Elisabeth Furtwängler, Studien, in: *MaLisa Stiftung* (Hrsg.). URL: <https://malisastiftung.org/studien/> und: <https://malisastiftung.org/studie-audiovisuelle-diversitaet/>, http://www.br-online.de/jugend/izi/deutsch/publikation/televizion/Digital/Goetz-Perfektes_Bild.pdf, <https://malisastiftung.org/wp-content/uploads/YouTube-Studie.pdf>, aufgerufen: September 2020.

¹⁶⁴ Vgl. Karin Alt, *Zur Auffassung von Seele und Geist bei Platon, Mittelplatonikern und Plotin*, in: *Hyperboreus* Band 11, Fasc.1, 2005, 30.

¹⁶⁵ Vgl. Günter Fröhlich, *Platon und die Grundfragen der Philosophie*, Göttingen 2015, 123.

¹⁶⁶ Ebd.

psychische Begriffe untersucht und im Anschluss in ein Verhältnis gesetzt. Der Körper als gesellschaftliches Phänomen soll nun in einen differenzierten Zusammenhang gebracht werden, was über eine inhaltliche Analyse der Begriffe „Leib“ und „Körper“ mit Betonung der Seele geleistet wird, um den Körper überhaupt als Ganzes begreifen zu können. Da die Aspekte Körper, Geist und Seele differenziert betrachtet werden sollen, werden die platonischen Schriften „Phaidon“, „Politeia“ sowie „Phaidros“ und „Timaios“ herangezogen, die es erlauben, den Wert der Seele deutlich zu machen.¹⁶⁷ Zudem werden die Folgen des Körperkults mit Platons Beschreibung einer beeinträchtigten Seele gleichgesetzt, was für die vorliegende Arbeit ein gestörtes Verhältnis zwischen Körper und Seele impliziert und im Kontext von Kapitel 4.1 kleinschrittig aufgezeigt wird. Die von Platon aufgezeigten Welten (Körper und Seele) ermöglichen eine Annäherung an den Seele-Begriff unter Regie der Ideenlehre. Die theoretische Darstellung der Seelenteile (Vernunft, Begierde, Mut) sowie des Bildes vom Seelenwagen lässt Tugenden erkennen, die jedem Menschen innewohnen. Davon ausgehend, dass Platons Idee des Guten sowie seine Vorstellungen vom Wert der Seele von aktueller Bedeutung sind, wird aufgezeigt, dass das Spannungsverhältnis zwischen der gesellschaftlichen Lehre über das Schöne und der eigenen Identität in Form der Seele zu einer systematischen Veränderung der Letzteren und einer schwindenden Annahme des Guten führt. Vor dem Hintergrund der Auseinandersetzung mit Platon wird der Einfluss der Medien auf die menschliche Seele besonders hervorgehoben und kritisiert. Der Unsterblichkeitsgedanke Platons nimmt zusätzlich eine besondere Rolle ein, da hier Seelenheil und individuelles Glück in einen speziellen und modernen Zusammenhang gebracht werden. Das Betonen des modernen Körperbildes wird wiederholt kritisiert, da die inhaltliche Analyse den Verlust der Freiheit kenntlich macht.¹⁶⁸ Demzufolge wird eine gezielte Herleitung des Seelenverständnisses Platons vorgenommen, um daran anschließend den partiellen Verlust der Seelendimension im Rahmen postmoderner Identitätsfindungsstrategien zu bestimmen, die – so eine wesentliche These der Arbeit – heute vornehmlich über den Körperkult inszeniert werden (siehe dazu Kapitel 4 – 4.1.). Antikes Verständnis ist der Überzeugung der vorliegenden Studie zufolge nicht überholt, sondern kann als Grundlage für moderne Philosophie im Zusammenspiel mit modernen Fragen nach Identität und als

¹⁶⁷ In der vorliegenden Arbeit wird von einem Rückgriff auf das Werk *Symposion* (Platon) abgesehen.

¹⁶⁸ Vgl. Hans Dierkes (Hrsg.), *Arbeitstexte für den Unterricht. Philosophische Anthropologie*, 1999 Stuttgart, 35.

lösungsorientierte Erkenntnis für die Gegenwart dienen. Der Körperkult mit den einhergehenden Konsequenzen für die daraus resultierende Leistungsgesellschaft, wird deshalb als gegenteiliges Phänomen des Wahren und Guten, wie es eben bei Platon zu finden ist, eingestuft. Auch der Unsterblichkeitsgedanke zeigt sich als ewiger Ursprung der Bewegung, welcher das wahre Wesen der Seele kennzeichne und sie zudem unvergänglich macht.¹⁶⁹

Die abschließende Untersuchung wird durch einen gegenwartsphilosophischen Abgleich der Ergebnisse mit der exzentrischen Positionalität nach Helmuth Plessner bestimmt (siehe Kapitel 4.2), um nach der klassischen Philosophie auch eine moderne Parallele aufzuweisen, die nicht der Schwierigkeit ausgesetzt ist, erst vom antiken ins moderne Denken übersetzt werden zu müssen. Die Untersuchungen greifen auf die zuvor beschriebene Bedeutung von Körper und Seele zurück, wodurch sie in einem anthropologischen Sinn gestärkt werden. Der Gedanke der exzentrischen Verfassung des Menschen, die nach Plessner Freiheit und Zwang zugleich ergibt, da der Mensch sein Verhalten selbst organisieren muss und darf, spielt in dem Rahmen eine wichtige Rolle. Die Darstellung der exzentrischen Positionalität Plessners zielt auf das Verständnis und ein Bewusstsein der inneren Zerrissenheit des Individuums ab, um deutlich werden zu lassen, dass sich der Mensch tagtäglich in einem Kampf um Zugehörigkeit befindet, in einer körperbasierten Gesellschaft Anerkennung erlangen möchte, sich aber zugleich von seiner eigenen Mitte wegbewegt.¹⁷⁰ Plessners philosophischer Ansatz besteht in einer „nüchternen Bestandsaufnahme der Wirklichkeit“, wodurch dem Menschen eine „besondere Stellung“ zugeschrieben wird.¹⁷¹ Ziel dieser Arbeit ist es also, in Anlehnung an Plessner, den Menschen als „an Dimension reichstes Objekt“, in allen Umfängen darzustellen, besonders Körper, Geist und Seele betreffend.¹⁷²

Um den Körperkult letztlich als soziales Problem fassbar machen zu können, folgt eine Präsentation sozialer Theorien im Kontext der Identität (siehe Kapitel 5). Es wird aufgezeigt, welchen Einfluss der stetige Wunsch nach Schönheit und die Suche nach

¹⁶⁹ Vgl. Karin Alt, *Zur Auffassung von Seele und Geist bei Platon, Mittelplatonikern und Plotin*, in: Hyperboreus (Hrsg.), Band 11, Fasc.1, München 2005, 34f.

¹⁷⁰ Vgl. dazu: Helmuth Plessner, *Die Stufen des organischen und der Mensch. Einleitung in die philosophische Anthropologie*, Berlin 1975 und Helmuth Plessner, *Mit anderen Augen. Aspekte einer philosophischen Anthropologie*, Stuttgart 1982.

¹⁷¹ Vgl. Felix Hammer, *Die exzentrische Position des Menschen. Helmuth Plessners philosophische Anthropologie*, Bonn 1967, 8f.

¹⁷² Vgl. ebd., 9.

Anerkennung im Kontext medial auferlegter Schönheitsideale, betrachtet unter dem Aspekt der Individualität, auf die soziale Identität und die Ich-Identität haben (siehe Kapitel 5.1 bis 5.2).

In Anlehnung an Erik H. Erikson folgt eine Auseinandersetzung mit den Begriffen „Identität“ und „Identifikation“ anhand eines theoretischen Beispiels (siehe Kapitel 5.3).¹⁷³ Die Frage nach Individualisierung und Identitätssuche betont zusätzlich den Aspekt der Einzigartigkeit unter Einbezug der virtuellen Bühne und verbreiteter Handlungsmuster.

Da der Körperkult mehrere Problematiken birgt, soll mit Blick auf identitätsbildende Prozesse das Phänomen „Body Positivity“ herangezogen werden. Die Body-Positivity-Bewegung mit Ursprung aus den USA, ist eine Betonung der körperlichen Makel und ihrer gleichzeitigen Anerkennung und Inszenierung. Als Teilaspekt des Körperkults wird die „Body-Positivity“-Bewegung kritisch hinterfragt und ihre Grenzen aufgezeigt (siehe Kapitel 6 bis 6.3).¹⁷⁴ Das Phänomen „Body Positivity“ wird auf Basis von Studien von Unilever der Einseitigkeit entlarvt, bei denen es sich grundsätzlich um Projekte zur Förderung des Selbstwertgefühls handelt („self-esteem- Projekt“, siehe Kapitel 6.1).

Es gilt sie vorzustellen und ihre Aktualität herauszuarbeiten sowie den Bezug zum weiblichen Selbstwertgefühl zu prüfen. Die Bewegung von Body-Neutrality steht demnach für einen konkreten Lösungsansatz für eine Generation in der Selbstdestruktion. Aus den verschiedenen Ansätzen resultiert eine komplexe Abhandlung zum Thema Freiheit und Selbstliebe unter Bezugnahme auf die Thesen (These 1-4) sowie die Vermittlung moralischer Grundwerte.

Die zur Lösungsfindung angewendete Methodik zielt weiterhin auf eine theoretische Zusammenstellung der Untersuchungen, insbesondere jener von Anuschka Rees, Georg Lind, Martha Nussbaum sowie Georg Simmel, ab, die den Körper als soziales Phänomen darstellen, Selbstinszenierung, Selbstoptimierung und Selbstdarstellung als ein gesellschaftliches Problem bearbeiten und die negative Einflussnahme auf identitätsbildende Prozesse als konkretes Problem erkennen.¹⁷⁵ Das Kapitel zur

¹⁷³ Vgl. dazu: Erik H. Erikson, *Identität und Lebenszyklus*, Frankfurt am Main 1995.

¹⁷⁴ Vgl. dazu: Anuschka Rees, *Beyond Beautiful. Wie wir trotz Schönheitswahn zufrieden und selbstbewusst leben können*, Köln 2019.

¹⁷⁵ Vgl. dazu: Laura Bieger, schöner Körper, hungriges Selbst – Über die moderne Wunschökonomie der Anerkennung, in: Annette Geiger (Hrsg.), *Der schöne Körper. Mode und Kosmetik in Kunst und*

theoretischen Fundierung (siehe Kapitel 1.1) bezieht sich vor allem auf Werke von Christina Mundlos, Waltraud Posch, Tanja Mokosch, Anne-Christin Stockmeyer, Oliver Greyer und Dierk Spreen. Der Körper und das mit ihm verknüpfte Verständnis werden in der vorliegenden Arbeit aus wissenschaftlicher Perspektive betrachtet, sodass sich die Körperpraxen und das damit einhergehende Unbehagen einem kommerziellen Mainstream zuordnen lassen und ein Werteverlust deutlich wird.¹⁷⁶

Die Betonung der Seele wird durch Platons philosophisches Denken hervorgehoben. Das Individuum wird in diesem Zusammenhang als „wesentlich vernünftiges Wesen, das in einem körperlich-materiellen Kerker lebt“ dargestellt, was zum einen den Einfluss des Körperkults auf das menschliche Sein, zum anderen die damit verbundene Rolle der Medien aufzeigt und kritisiert. Die hier zugrundeliegenden ethischen Argumentationen zeichnen die Seele in Anlehnung an Platon als eine ethisch-erkenntnistheoretische Substanz aus. Die Bedeutung des Körpers wird wiederholt kritisiert, da die Seele zum einen an ihm haften, zum anderen ihre Freiheit verliere und dem begehrenden Teil in ihr die Führung überlasse.¹⁷⁷

Der Körperkult als Produkt der Gesellschaft wird im Schlussteil als „Grenzsituation“ verdeutlicht, da ein gezielter Identitätsverlust und die Bedrohung der eigenen Existenz sichtbar gemacht wurden. Es werden zusätzlich verschiedene Angebote und Leitfäden zur aktiven Entscheidung des Einzelnen dargelegt und daran appelliert, den Gefühlen einen grundlegenden Status, wie bei Nussbaum das Mitgefühl, im Leben einzuräumen. Das Individuum soll durch moralische Bildung, welche ebenso an Schulen vertreten sein muss und auch durch die Liebe zu den eigenen Emotionen die Möglichkeit bekommen, symbolische Gewalt aufzulösen. Die Vertiefung von Moral als Fähigkeit soll einen Beitrag dazu leisten, Emotionen zu stärken und empathische Anerkennung für sein Gegenüber zu empfinden. Der Körperkult führt zu sozialen und emotionalen Unsicherheiten und somit zu einem höheren Drang nach Vergleichen und negativen Auswirkungen für die eigene Identität. Weitere theoretische Ansätze hierzu finden sich unter anderem bei Christian Thies und Barbara Feichtinger. Einen Ausblick und

Gesellschaft, Köln 2008 und Anuschka Rees, *Beyond Beautiful*, Köln 2019 und Paula-Irene Villa, *Sexy Bodies: Eine soziologische Reise durch den Geschlechtskörper*, Wiesbaden 42011.

¹⁷⁶ Vgl. Paula-Irene Villa, *Sexy Bodies: Eine soziologische Reise durch den Geschlechtskörper*, Wiesbaden 42011, 23.

¹⁷⁷ Vgl. Hans Dierkes (Hrsg.), *Arbeitstexte für den Unterricht. Philosophische Anthropologie*, 1999 Stuttgart, 35.

zukünftiger Forschungsbedarf ergeben sich im Zusammenhang von Covid-19 und Fitness. Trotz des Spannungsverhältnisses zwischen Pandemie und Existenzängsten, stellt Fitness eine übergeordnete Rolle dar, was durch Home-Workouts und körperbetonte Kleidung für Zuhause (Home-Wear) entfaltet wird. Zusätzliche Themen wie Einsamkeit und Depressionen stehen Leistung und sichtbaren Erfolgen gegenüber, welche durch digitale Sportprogramme, Live Kurse und Home-Workouts angetrieben werden.

Als weiteres Phänomen der (post-)pandemischen Lebenswelt kann die intensiviertere Wiederaufnahme von Fitnessangeboten sowie eine Steigerung der körperlichen Selbstoptimierung beobachtet werden. Eine mögliche Deutung hierfür kann der Wunsch nach Kontrolle des Selbst in einer stetig an Dynamik gewinnenden und teils fremdbestimmten Lebenswelt sein. Auch in diesem Kontext werden soziale Probleme sichtbar, in denen Verwundbarkeit, Benachteiligung und Ängste zugegen sind und durch schematische Kategorisierung ausgezeichnet werden. Mit Aspekten wie Gewichtszunahme und Antriebslosigkeit aufgrund mehrerer Lock-Downs, Quarantäne oder Kurzarbeit lassen sich Parallelen zum aktuellen Körperkult verzeichnen, die das Bewerten des Gegenübers im Kontext einer Leistungsgesellschaft verdeutlichen soll.

Die Frage nach ‚geimpt‘ oder ‚ungeimpt‘ kann ebenfalls als Kategorisierung verstanden werden. Der Körperkult, allen voran das Prinzip der Nachahmung, lässt sich als „negierendes und hemmendes“ Prinzip festhalten, in welchem die Sehnsucht, „das gleiche zu tun und zu sein wie die anderen“ allgegenwärtig zu sein scheint.¹⁷⁸ Das Bedürfnis nach „sozialer Anlehnung“ und gleichzeitig die „Tendenz zur Differenzierung“ führen zu einem Spannungsverhältnis und der ewigen Zerrissenheit zwischen Identitätssuche und der Anerkennung des Selbst- und Fremdbildes.¹⁷⁹

¹⁷⁸ Vgl. Georg Simmel, Philosophie der Mode, in: Hans Landsberg (Hrsg.), *Moderne Zeitfragen*, Nr. 11, Berlin 1905, 8.

¹⁷⁹ Vgl. ebd.

2 Der ‚schöne‘ Körper als Mittel zur Zugehörigkeit und Plattform kultureller Inszenierung

Schönheit wirkt anziehend und faszinierend. Sie ist beinahe existenziell.¹⁸⁰ Dies gilt vor allem für Jugendliche und betrifft zumeist den menschlichen Körper. Hannelore Bublitz bezeichnet den Körper als „zentrales Organ der Gesellschaft.“¹⁸¹ Schönheitsideale spielen eine bedeutende Rolle in der heutigen Gesellschaft, obwohl nicht präzise benannt werden kann, durch was genau sie sich auszeichnen. Sie folgen vielmehr einem Trend, und bringen zum Ausdruck, was in der jeweiligen Epoche als ‚attraktiv‘ gilt. Unser Empfinden schließt sich in bestimmten Zeiten und in bestimmten Kulturen einem festen Prinzip an. Prinzipiell wird das als schön angesehen, was bekannt ist, wie Forscher herausgefunden haben.¹⁸² Dennoch sind die Phänomene ‚Schönheit‘ und ‚Attraktivität‘ anziehender denn je und jeder möchte sich diese Attribute zuschreiben können. So ist ein durchtrainierter Körper hoch angesehen und gilt als soziales Symbol für Schönheit. Muskeln, ein straffer Körper und eine schlanke Taille dominieren die Werbung. Sie sind ein Zeichen für Stärke und Vitalität. Unrealistische Ideale dienen als Basis der ‚neuen Attraktivität‘ und erlangen mehr Aufmerksamkeit denn je. Vermeintliche Ideale werden als realistisch wahrgenommen und als Vergleichsmaterial herangezogen.¹⁸³ Werbebilder von strahlenden Bodybuildern mit massiven Schultern und stahlharter Brust sowie beinahe unrealistischen Bauchmuskeln, strahlen Gesundheit, Kraft und Sexualität aus. Sie verkörpern das Bild eines ‚richtigen Mannes‘, mit der Botschaft, dass man danach streben sollte, kräftiger und stärker auszusehen, als man ist.¹⁸⁴ Frauen werden oftmals in enger und knapper Sportkleidung oder in Unterwäsche gezeigt, mit schlanken Beinen, einem trainierten Bauch und Po. So werden Idealbilder verbreitet, in denen bestimmte Körperteile fokussiert werden. Fitnessstudios reagieren darauf und versprechen Erfolg durch eine schlanke/sportliche Figur und Schönheit durch Muskeln. Doch gleicht dieser

¹⁸⁰ Vgl. Aline Seywald, Problemzone Schönheit. Die Rolle von Schönheit in der Welt der Jugendlichen, in: *Initiative für wertorientierte Jugendforschung* (Hrsg.), Nr. 19, Gießen 2013, 5.

¹⁸¹ Vgl. Hannelore Bublitz, *Das Archiv des Körpers. Konstruktionsapparate, Materialitäten und Phantasmen*, Bielefeld 2018, Vorwort.

¹⁸² Vgl. Aline Seywald, Problemzone Schönheit. Die Rolle von Schönheit in der Welt der Jugendlichen, in: *Initiative für wertorientierte Jugendforschung* (Hrsg.), Nr. 19, Gießen 2013, 3.

¹⁸³ Vgl. Andrea Hemetsberger, Clemens Pirker und Herbert Pretterhofer, Medienbilder von Schönheit in der Werbung, in: Andrea Gröppel-Klein, Claas Christian Germelmann (Hrsg.), *Medien im Marketing: Optionen der Unternehmenskommunikation*, Wiesbaden 2009, 133.

¹⁸⁴ Vgl. Harrison G. Pope, Katharine A. Phillips und Roberto Olivardia, *Der Adonis-Komplex. Schönheitswahn und Körperkult bei Männern*, München 2001, 14f.

Drang nach Schönheit eher einem Wahn, nutzen die Medien diese Idealvorstellungen und die mit ihnen einhergehenden Selbstzweifel aus, um daraus Profit zu erlangen und Hoffnungen auf ein ‚besseres‘ Leben zu schüren. Nicht wenige Menschen eignen sich Strategien an, sich selbst zu präsentieren und ihren Körper als Konsumtionsgegenstand zu nutzen. ‚Körperkult‘ wird auf der einen Seite kritisiert, auf der anderen Seite jedoch täglich praktiziert. Die Kritik richtet sich nicht nur an die, die sich diesem Kult unterwerfen, sondern auch an die Medien, die ästhetische Normen setzen und somit den menschlichen Körper als mangelhaft erscheinen lassen, der nicht derlei Idealen entspricht. Die Nachricht, die dahintersteckt, lautet: Schönheit ist machbar und der Weg zu Glück und Anerkennung. In diesem Kontext wird die aktive Arbeit am Körper initiiert und gefördert. Außen vor gelassen werden zum Beispiel genetische Veranlagungen oder epigenetische¹⁸⁵ Mechanismen, die bei jedem unterschiedlich variieren, und der daraus resultierende Ausschluss derjenigen, für die es nicht möglich ist, permanent in ihren Körper zu investieren, dass sie dem Idealbild gerecht werden.¹⁸⁶ Auch Risiken, die mit der Fokussierung auf den Körper zusammenhängen, bleiben unerwähnt. Dass der Körper zur Gefahrenquelle wird und nach Belieben manipuliert werden kann, ist vielen scheinbar nicht klar. Durch den damit aufkommenden Druck wird die Notwendigkeit, den eigenen Körper zu inszenieren, von Tag zu Tag größer. Zugehörigkeit wird nach der Intensivität der Arbeit am Körper entschieden, was von Wissenschaftlern mit dem Namen "inkorporierte [...] Kompetenz" versehen wurde.¹⁸⁷

Bei Paula-Irene Villa heißt es, dass der Körper zum "Statussymbol" werde und der „kulturelle [...] Inszenierung" diene.¹⁸⁸ In diesem Zusammenhang sollte betont werden, dass sich Menschen im Alltag als Körper wahrnehmen und Schönheit eine übergeordnete Rolle spielt. Es wird vornehmlich nur die Hülle wahrgenommen.

¹⁸⁵ Dt. „zusätzlich zur Genetik.“

¹⁸⁶ Vgl. Peter Kovacs und Matthias Blüher, Übergewicht: Wenn Gene dick machen, *Norddeutscher Rundfunk. Anstalt des öffentlichen Rechts* (Hrsg.), August 2019. URL: <https://www.ndr.de/ratgeber/gesundheit/Uebergewicht-Wenn-Gene-dick-machen,uebergewicht174.html#:~:text=Fettverteilung%20ist%20abh%C3%A4ngig%20von%20den%20Genen&text=Es%20gibt%20sie%20also%2C%20die,Einfluss%20auf%20das%20Gewicht%20haben.,> aufgerufen: Januar 2012.

¹⁸⁷ Vgl. Katharina Belwe, Editorial, in: APuZ, *Körperkult und Schönheitswahn*, 18/2007. URL: <http://www.bpb.de/apuz/30502/Editorial>, aufgerufen, März 2019.

¹⁸⁸ Vgl. Paula-Irene Villa, Der Körper als kulturelle Inszenierung und Statussymbol, in: APuZ, *Körperkult und Schönheitswahn*, 18/2007. URL: <http://www.bpb.de/apuz/30508/der-koerper-als-kulturelle-inszenierung-und-statussymbol?p=0>, aufgerufen: März 2019.

Villa schreibt: „Wenn Menschen sich im Alltag begegnen, so nehmen sie einander in einer konkreten zeitlich-räumlichen Verortung, und das heißt auch als Körper wahr.“¹⁸⁹ Zudem ist nachgewiesen worden, dass es Wahrnehmungsreize gibt, die vom menschlichen Gehirn bevorzugt werden, wie zum Beispiel starke Kontraste. Durchschnittliche, weibliche Gesichter werden durch große Augen, hoch angesetzte Augenbrauen, betonte Wangenknochen sowie feine Gesichtszüge im Kinnbereich zu überaus attraktiven Werbegesichtern und schaffen somit ein Bild von der ‚perfekten Frau‘. Bei Männern gelten vor allem ein markantes Kinn und hohe Wangenknochen als schön.¹⁹⁰

Harrison Pope bezeichnet die „Körperbild-Obsession“ bei Männern als einen ausweglosen Konflikt.¹⁹¹ Alarmierend ist, dass mittlerweile ausschließlich Körper wahrgenommen werden, abseits von seelischen Prozessen, also „de(r) Inhalt des Seins“ [...], bestehend aus: „Einheit, Wahrheit, Gutheit.“¹⁹² Der Körper wird zwangsläufig als „zentrales Handlungsinstrument“ genutzt. Dies führt zur Manipulation, da wir den Körper genau so behandeln wie andere Objekte. Wir kleiden und formen ihn und übermalen die eigene Identität mit Make-up. Dadurch wird er zur „Darstellungsressource.“¹⁹³

Villa beschäftigt sich in diesem Zusammenhang mit der Thematik „Körper haben, Leib sein.“¹⁹⁴ Wie sich bereits herausgestellt hat, spielen unsere körperlichen Dimensionen eine übergeordnete Rolle. Das ist deshalb der Fall, weil die Art, wie wir unseren Körper gestalten, als „genuin soziale“ Angelegenheit betrachtet werden muss.¹⁹⁵

Villa erklärt, dass wir unserem Körper nicht ausgeliefert seien und dass dieser gerade deshalb auf allen Ebenen unserer Sozialität eine Rolle spiele.¹⁹⁶ Zwangsläufig erfolge eine Auseinandersetzung mit dem Körper, da seine Natur, jenseits von Sozialem, Kulturellem und Historischem gedacht wird. Im Bereich der Sinne sind es unsere Augen, Ohren und unsere Haut sowie unser inneres Empfinden, die ebenso wie unsere kognitiven

¹⁸⁹ Ebd.

¹⁹⁰ Vgl. Aline Seywald, Problemzone Schönheit. Die Rolle von Schönheit in der Welt der Jugendlichen, in: *Initiative für wertorientierte Jugendforschung* (Hrsg.), Nr. 19, Gießen 2013, 4.

¹⁹¹ Vgl. Harrison G. Pope, Katharine A. Phillips und Roberto Olivardia, *Der Adonis-Komplex. Schönheitswahn und Körperkult bei Männern*, München 2001, 16.

¹⁹² Vgl. Walter Brugger, *Philosophisches Wörterbuch*, Art. Schönheit, Freiburg im Breisgau 1976, 337.

¹⁹³ Vgl. Paula-Irene Villa, Der Körper als kulturelle Inszenierung und Statussymbol, in: *APuZ, Körperkult und Schönheitswahn*, 18/2007. URL: <http://www.bpb.de/apuz/30508/der-koerper-als-kulturelle-inszenierung-und-statussymbol?p=0>, aufgerufen: März 2019.

¹⁹⁴ Vgl. ebd.

¹⁹⁵ Vgl. ebd.

¹⁹⁶ Vgl. ebd.

Fähigkeiten vergesellschaftet werden. Villa erklärt in Anlehnung an Karl Marx, dass Körper und Geist Teile von Vergesellschaftungsprozessen seien. Das heißt, dass der Körper nicht nur durch Einflüsse politischer und kultureller Art geformt wird, sondern ebenso Einfluss auf die gesellschaftlichen Prozesse hat.¹⁹⁷

Um auf die Ausgangsfrage zurückzukommen, gilt es anzumerken, dass Körper und Leib zu unterscheiden, jedoch „gleichzeitig und ursprünglich“ gegeben sind. Individuen können eine äußerliche Haltung zum eigenen Körper einnehmen, etwas mit ihm machen oder ihn gar manipulieren. Zu beachten gilt es, dass er kein Gegenstand ist. Im Alltag wird der Körper benutzt und benannt, ohne zu differenzieren, beziehungsweise anzuerkennen, dass mit ihm eine „leibliche Dimension“ einhergeht.¹⁹⁸ Menschen suchen nach Sicherheit, welche ihnen durch Normen und Ziele gegeben wird. Das heutige Schönheitsideal schafft eine Richtlinie, die durch eigenständige Kontrolle ihrer Realisierung zugeführt wird. Gerade in persönlichen Konfliktsituationen, im Falle von Krisenmomenten im Beruf oder in der Partnerschaft stellen erzeugte Schönheitsideale ein Gefühl der Sicherheit dar, da eigenverantwortlich gehandelt werden kann. Das Erreichen von Schönheitsidealen wird mit Glück gleichgestellt, da es der eigenen Verantwortung unterliegt, ob man als schön gelten möchte oder nicht und entsprechende Maßnahmen ergreift.¹⁹⁹ Wir verfügen über den Körper, jedoch nicht über den Leib. Bei Villa findet er Verwendung als sozialphilosophischer Fachbegriff für die „Dimension des inneren Erlebens.“

„Der Leib ist dabei das individuelle, radikal subjektive Fühlen, das sich anderen Menschen als solches nicht mitteilen kann. Denn Affekte und Emotionen kann nur ein/e jede/r für sich selbst empfinden, deren intersubjektive Mitteilung erfolgt aber mittels der Sprache und damit nicht mehr im leiblichen Modus. In diesem Sinne ist der Leib radikal subjektiv“. Leiblich sind all jene Wahrnehmungen, die wir „am eigenen Leibe“ spüren und von denen wir im Moment des Spürens nicht absehen können (schmerzende Schultern am Schreibtisch [...], Muskelkater nach dem Sport [...] usw.).“²⁰⁰

¹⁹⁷ Vgl. ebd.

¹⁹⁸ Vgl. ebd.

¹⁹⁹ Vgl. Aline Seywald, Problemzone Schönheit. Die Rolle von Schönheit in der Welt der Jugendlichen, in: *Initiative für wertorientierte Jugendforschung* (Hrsg.), Nr. 19, Gießen 2013, 7.

²⁰⁰ Paula-Irene Villa, Der Körper als kulturelle Inszenierung und Statussymbol, in: *APuZ, Körperkult und Schönheitswahn*, 18/2007. URL: <http://www.bpb.de/apuz/30508/der-koerper-als-kulturelle-inszenierung-und-statussymbol?p=0>, aufgerufen: März 2019.

Der Körper-Leib-Diskussion wird derzeit nicht viel Bedeutung beigemessen, jedoch ist sie, ursprünglich von Karl Marx initiiert²⁰¹, keine neue Erscheinung. Sie liefert einen wichtigen Baustein für die Aufklärung des Körperkults und verdeutlicht, dass die (körperliche) Hülle ein ganz eigenes Leben, geprägt von Emotionen und Charakter, hat. Auf Grund des medialen Drucks und der damit einhergehenden Suggestionen, dass nur das Äußerliche zähle, wird der Leib verdrängt und außer Acht gelassen. Dadurch, dass jeder für sich Emotionen empfindet und deren Mitteilung nur über Sprache in ihren verschiedenen Ausprägungen erfolgen kann, ist es wichtig, dass der Leib wieder als vollkommener und wichtiger Teil eines jeden Menschen anerkannt wird. Abgrenzungstendenzen, die den Alltag immer mehr bestimmen, werden durch die Medien verstärkt, da der Körper wie ein Möbelstück behandelt wird.

Laut Villa resultieren „Leibvergessenheit“ und eine „Körperbesessenheit“ aus diesem Phänomen.²⁰²

An die Gedanken Villas knüpfen die nachfolgenden Kapitel an, in denen explizit der Zusammenhang von ‚Leib‘ und ‚Körper‘ beschrieben und zudem auf die Bedeutung von seelischen Prozessen hingewiesen wird (siehe Kapitel 4 – 4.3). Sport und der damit verbundene Schmerz, der mit dem Ziel eines vermeintlich perfekten Körpers in Kauf genommen wird, korrelieren mit der gesellschaftlichen Vorstellung von Normalität.²⁰³ Wenngleich viele Menschen behaupten, dass sie sich ‚für sich‘ schön machen oder, sich ‚für sich‘ sportlich betätigen, trifft dies nur zum Teil zu. Denn ebenso maßgeblich ist der Wunsch nach sozialer Anerkennung. Dies gilt für Frauen und Männer gleichermaßen.²⁰⁴

„Employability“ nennt Nina Degele die gezielten Mittel zur Steigerung von Schönheit und damit die körperliche Inszenierung von Schönheit, Fitness und Gesundheit mit dem Ziel der Teilhabe an der sozialen Macht.²⁰⁵ Unmittelbar wahrnehmbare Schönheit und

²⁰¹ Siehe dazu: Karl Marx, *Die deutsche Ideologie*, MEW Bd. 3, Hamburg 1969.

²⁰² Vgl. Paula-Irene Villa, Der Körper als kulturelle Inszenierung und Statussymbol, in: APuZ, *Körperkult und Schönheitswahn*, 18/2007. URL: <http://www.bpb.de/apuz/30508/der-koerper-als-kulturelle-inszenierung-und-statussymbol?p=0>, aufgerufen: März 2019.

²⁰³ Vgl. Nina Degele, Normale Exklusivitäten – Schönheitshandeln, Schmerznormalisieren, Körper inszenieren, in: Paula-Irene Villa (Hrsg.); *schön normal. Manipulation am Körper als Technologie des Selbst*, Bielefeld 2008, 69.

²⁰⁴ Vgl. ebd., 70

²⁰⁵ Das Unternehmen „Clinique“ bietet beispielsweise die Kosmetik- und Pflegelinie „CliniqueFit“ an, die speziell für den Sport konzipiert wurde und als „High Performance Beauty Must-Have[...] für einen aktiven Lebensstil“ deklariert wird. Vgl. ESTEE LAUDER COMPANIES GMBH, CliniqueFit. Das Leben ist ein Marathon. Mit Clinique strahlend schön dabei, in: *Clinique* (Hrsg.). URL: <https://www.clinique.de/cliniquefit>, aufgerufen: April 2021.

Fitness implizieren eine Gruppenzugehörigkeit und drücken Attraktivität und Leistungsfähigkeit aus.²⁰⁶

In diesem Zusammenhang ist auf die „Maslowsche Bedürfnispyramide“ verwiesen werden, da hier besonders deutlich wird, dass den „sozialen Bedürfnissen“ (Freundschaft, Liebe, Gruppenzugehörigkeit) sowie der „Wertschätzung“ (Ich-Zugehörigkeit, Geltung) eine essentielle Bedeutung zugeschrieben werden muss.²⁰⁷ Abraham Maslow (1908-1970) entwickelte die Bedürfnispyramide als Motivationsmodell, angetrieben von der Frage, wie Menschen ihr Handeln begründen.²⁰⁸ Die Bedürfnispyramide nach Maslow ist ein hierarchisches Modell und zeigt den Stellenwert einzelner, menschlicher Bedürfnisse auf, unabhängig von den physiologischen Grundbedürfnissen (Essen, Trinken, Schlafen, körperliches Wohlbefinden), die die Basis der Bedürfnispyramide darstellen.²⁰⁹

„Nur wenn existentielle physische Grundbedürfnisse befriedigt sind, wird die Befriedigung des Bedürfnisses nach Sicherheit verfolgt. Nur wenn dieses befriedigt wurde, sind die psychischen Grundbedürfnisse nach Zugehörigkeit, Liebe, Anerkennung und schließlich Leistung für den Menschen relevant, als letztes kommen Bedürfnisse nach Selbstverwirklichung und Spiritualität zum Tragen“²¹⁰

Die dritte Stufe²¹¹, genauer, die „sozialen Bedürfnisse“ befasst sich mit dem Bedürfnis nach sozialer Anerkennung und sozialen Beziehungen. Diese Stufe wird an dieser Stelle besonders hervorgehoben, da sie für das nachfolgende Verständnis von sozialer

²⁰⁶ Vgl. Nina Degele, Normale Exklusivitäten – Schönheitshandeln, Schmerznormalisieren, Körper inszenieren, in: Paula-Irene Villa (Hrsg.); *schön normal. Manipulation am Körper als Technologie des Selbst*, Bielefeld 2008, 80f.

²⁰⁷ Vgl. Artikel der Homepage Centered Learning Karrierefaktor Wissen, Die Maslowsche Bedürfnispyramide. Motivation und Bedürfnisse des Menschen, in: *Landeszentrale für politische Bildung Baden-Württemberg* (Hrsg.). URL: https://www.lpb-bw.de/fileadmin/Abteilung_III/jugend/pdf/ws_beteiligung_dings/2017/ws6_17/maslowsche_beduerfnispyramide.pdf, aufgerufen: Juni 2020.

²⁰⁸ Vgl. Melanie Geppert, Die Rolle von Bedürfnissen für das menschliche Handeln, in: *Verlag Herder GmbH* (Hrsg.), September 2019. URL: <https://www.herder.de/leben/lebensberatung-und-psychologie/maslowsche-beduerfnispyramide/>, aufgerufen: Juni 2020.

²⁰⁹ Vgl. Artikel der Homepage Centered Learning Karrierefaktor Wissen, Die Maslowsche Bedürfnispyramide. Motivation und Bedürfnisse des Menschen, in: *Landeszentrale für politische Bildung Baden-Württemberg* (Hrsg.). URL: https://www.lpb-bw.de/fileadmin/Abteilung_III/jugend/pdf/ws_beteiligung_dings/2017/ws6_17/maslowsche_beduerfnispyramide.pdf, aufgerufen: Juni 2020.

²¹⁰ Michael Borg-Laufs, Die Befriedigung psychischer Grundbedürfnisse als Weg und Ziel der Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie, in: *Forum für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie*, Mainz, 1/2012, 6.

²¹¹ Die erste Stufe beinhaltet die Grundbedürfnisse, die zweite Stufe Sicherheitsbedürfnisse, die dritte Stufe soziale Bedürfnisse, die vierte Stufe das Ich-Bedürfnis: Wertschätzung und die oberste Stufe das Ich-Bedürfnis: Selbstverwirklichung.

Anerkennung im Kontext von Nachahmung im Körperkult besonders wichtig ist. Menschen versuchen in einem unterbewussten Prozess einen „emotionalen Platz“ zu finden. Dieser Automatismus endet, sobald das Individuum ausgeschlossen werde, unabhängig davon, ob es sich dabei um einen bewussten oder unbewussten Prozess handele. Ausgrenzung führe zu Verlusten der Leistungsfähigkeit und psychischen Schäden. Wertschätzung könne ebenfalls nicht mehr stattfinden. Sobald die Grundbedürfnisse erfüllt sind, gilt es die „Ich-Bedürfnisse“ zu stillen, welche sich zusätzlich in zwei Kategorien (Stufe 4 und 5) einteilen lassen.²¹² „Zum Einen existiert der Wunsch nach Stärke, Erfolg, Freiheit und Unabhängigkeit. Zum Anderen besteht ein Wunsch nach Ansehen, Wertschätzung und Prestige.“²¹³ Lob und Offenheit des Gegenübers sind essentiell, um das Ich-Bedürfnis (Wertschätzung, Stufe 4) stillen zu können. Das Ich-Bedürfnis (Selbstverwirklichung, Stufe 5) als oberste Stufe der Bedürfnispyramide werde angestrebt, sobald alle anderen Bedürfnisse befriedigt sind. In dieser Stufe werde das eigene Potential ausgeschöpft.²¹⁴ In der Ich-Stufe der Selbstverwirklichung möchte das Individuum seine Kreativität entfalten und den Sinn seiner Existenz ausfindig machen.²¹⁵ Da die Subjektivierungsprozesse unter dem Einfluss der Medien ein wachsendes Ausmaß annehmen, zeigt sich, dass sich beispielsweise die sozialen Bedürfnisse tagtäglich erhöhen und die Sehnsucht nach einem emotionalen Platz zusätzlich ansteigt. Zugleich wächst das Bedürfnis nach Anerkennung und somit nach bestimmten sozialen Prozessen. Die von Maslow erarbeitete Bedürfnispyramide findet nachfolgend eine Ergänzung mit dem Modell von Klaus Grawe über psychische Grundbedürfnisse²¹⁶, welches dem aktuellen Erkenntnisstand der psychologischen Grundlagenforschung entspricht. Als psychologische Grundbedürfnisse gelten die Bedürfnisse nach: Bindung, Selbstwertschutz/Selbstwerterhöhung, Orientierung und

²¹² Vgl. Artikel der Homepage Centered Learning Karrierefaktor Wissen, Die Maslowsche Bedürfnispyramide. Motivation und Bedürfnisse des Menschen, in: *Landeszentrale für politische Bildung Baden-Württemberg* (Hrsg.). URL: https://www.lpb-bw.de/fileadmin/Abteilung_III/jugend/pdf/ws_beteiligung_dings/2017/ws6_17/maslowsche_beduerfnispyramide.pdf, aufgerufen: Juni 2020.

²¹³ Ebd.

²¹⁴ Vgl. ebd.

²¹⁵ Vgl. Melanie Geppert, Die Rolle von Bedürfnissen für das menschliche Handeln, in: *Verlag Herder GmbH* (Hrsg.), September 2019. URL: <https://www.herder.de/leben/lebensberatung-und-psychologie/maslowsche-beduerfnispyramide/>, aufgerufen: Juni 2020.

²¹⁶ 2002, 2004.

Kontrolle, Lustgewinn/Unlustvermeidung.²¹⁷ Grawes Modell unterliegt keiner hierarchischen Struktur, sondern die Bedürfnisse „stehen gleichwertig nebeneinander.“²¹⁸ Für die hier diskutierten Modelle ist daher von Bedeutung, dass die Nicht-Befriedigung einzelner Grundbedürfnisse die Motivationslage des Menschen ändert, woraufhin bestimmte Handlungen ausgeführt werden, um eine Befriedigung derer zu erlangen.²¹⁹

2.1 Die ‚bessere‘ Realität und ihre Auswirkungen

Gerade, weil viele Internetnutzende es als unabdingbar erachten, über ein eigenes Social-Media-Profil präsent und erreichbar zu sein und dies als moderne Art der Kommunikation bezeichnet wird, ist es immer schwieriger, diese aus Schein und Inszenierung bestehende Normalität zu durchbrechen und für ihre drastischen Folgen zu sensibilisieren. Die Nutzung von Instagram und Snapchat unter Einsatz von Filtern führt beispielsweise zu einer verzerrten Körperwahrnehmung und damit einhergehend zu einem Realitätsverlust. Durch den ‚Trend‘, welcher vor allem Frauen aussehen lässt, als ob sie einen plastisch-chirurgischen Eingriff hinter sich haben, ist es mittlerweile zur Gewohnheit geworden, sich und andere „bearbeitet“ zu sehen.²²⁰ Diese ‚bessere Realität‘ verursacht eine gestörte Wahrnehmung des eigenen Körpers und / oder Gesichtes. Glatte und strahlend wirkende Haut, volle Lippen und große Augen markieren den westlichen Schönheitsstandard.²²¹ „Alle zehn Sekunden werden auf Instagram zehntausend Selfies gepostet.“²²² Das Ergebnis ist außerdem ein Realitätsverlust, denn junge Menschen finden sich nur mit Filter schön und können sich im realen Leben nicht mehr anerkennen. Immer mehr Frauen kommen mit filterbelegten Aufnahmen zu Schönheitschirurgen und erklären, dass sie so makellos aussehen möchten, wie auf dem Foto. Instagram und vor allem Snapchat²²³

²¹⁷ Vgl. Michael Borg-Laufs, Die Befriedigung psychischer Grundbedürfnisse als Weg und Ziel der Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie, in: *Forum für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie*, Mainz, 1/2012, 7

²¹⁸ Ebd.

²¹⁹ Ebd.

²²⁰ Vgl. Krone Multimedia GmbH & Co KG (Hrsg.), *Dysmorphophobie. Falsche Wahrnehmung durch Snapchat-Filter*, 2018. URL: <https://www.krone.at/1648856>, 2/2018, aufgerufen: November 2018.

²²¹ Vgl. ebd.

²²² Anuschka Rees, *Beyond Beautiful. Wie wir trotz Schönheitswahn zufrieden und selbstbewusst leben können*, Köln 2019, 139.

²²³ Snapchat ist ein Instant-Messaging-Dienst, bei dem man Fotos und Filter nutzen kann, die nur einige Sekunde sichtbar sind und danach unwiderruflich gelöscht werden. Snapchat wirbt mit dem Slogan: „Die schnellste Art, den Moment zu teilen.“ Vgl. Fieldfisher (Germany) LLP, *Snapchat*. URL: <https://www.snapchat.com/l/de-de/>, aufgerufen: Januar 2021.

eröffnen neue Wege des Selbstvergleichs. Junge Menschen treten scheinbar nicht mehr nur in Konkurrenz mit Models aus Zeitschriften und Werbung, sondern auch mit dem bearbeiteten Selbst. Sie sind also auch im privaten Bereich etlichen Idealen ausgesetzt, die schwer oder gar nicht zu erreichen sind, was letztendlich dazu führt, den Blick für das reale Aussehen zu verlieren.²²⁴ Snapchat verhilft dazu, bestimmte Makel zu vergessen und das Aussehen anzupassen. Hinzu kommt, dass User diese Apps häufig nutzen, um ihren Alltag zu dokumentieren – mit Filter. Durch diese Art von Social Media wird die Realität nur noch ungenau wiedergegeben und wir akzeptieren eine digital verfremdete Vision von uns selbst, was den „selbst-objektifizierten sozialen Körper“ wichtiger, als den eigentlichen Körper erscheinen lässt.²²⁵ Weil Snapchat mit Hilfe des Filters wie eine Art Make-up funktioniert, ist diese Art von Medium nicht ungefährlich, da Individuen durch eine bestimmte Technik kontrollieren können, wie andere sie sehen und somit eine Traumvorstellung wichtiger scheint, als wesentliche moralische Werte und Eigenschaften. Es wird eine eigene Version der Realität geschaffen.²²⁶

So erklärt auch Giuseppe Riva, promovierter Professor für Kommunikationspsychologie an der Katholischen Universität in Mailand, dass die aktive Teilnahme an sozialen Netzwerken die Selbst-Objektifizierung fördere:²²⁷

„Das trifft vor allem auf Snapchat und Instagram zu, denn diese Apps zeigen jungen Frauen eine Art gespiegeltes Bild von sich, das dann noch bearbeitet und geteilt wird. Dieses Verhalten unterstreicht den Eindruck, dass der selbst-objektifizierte soziale Körper wichtiger ist als der eigentliche, gefühlte Körper.“²²⁸

Riva betont zudem die Gefahr von Essstörungen und Dysmorphophobie²²⁹:

²²⁴ Vgl. Anuschka Rees, *Beyond Beautiful. Wie wir trotz Schönheitswahn zufrieden und selbstbewusst leben können*, Köln 2019, 139.

²²⁵ Vgl. Ruth Faj, Snapchat-Filter haben dafür gesorgt, dass ich mich hässlich fühle. Wie Apps unsere Sicht darauf verändern, was wir als schön wahrnehmen, in: *VICE Media GmbH* (Hrsg.), 2017. URL: <https://www.vice.com/de/article/8x5jm5/snapchat-filter-haben-dafur-gesorgt-dass-ich-mich-hasslich-fuhle>, aufgerufen: November 2018.

²²⁶ Vgl. ebd.

²²⁷ Vgl dazu: Giuseppe Riva, Brenda K. Wiederhold und Fabrizia Mantovani, *Neuroscience of Virtual Reality: From Virtual Exposure to Embodied Medicine, CyberPsychology, Behavior and Social Networking* (in press).

²²⁸ Ruth Faj, Snapchat-Filter haben dafür gesorgt, dass ich mich hässlich fühle. Wie Apps unsere Sicht darauf verändern, was wir als schön wahrnehmen, in: *VICE Media GmbH* (Hrsg.), 2017. URL: <https://www.vice.com/de/article/8x5jm5/snapchat-filter-haben-dafur-gesorgt-dass-ich-mich-hasslich-fuhle>, aufgerufen: November 2018.

²²⁹ „Übermäßige/krankhafte Beschäftigung mit einem eingebildeten Mangel oder einer scheinbaren Entstellung der äußeren Erscheinung.“ Jan-Malte Ambs, „Was bin ich hässlich“ – wenn der kritische Blick auf den Körper zur Dysmorphophobie wird, in: *Ärzte Zeitung Online*, Mai 2008. URL: <https://www.aerztezeitung.de/medizin/krankheiten/neuro->

„Selbst-Objektivierung bedeutet, dass man das Aussehen des eigenen Körpers überwacht und wahrnimmt, als sei man ein Außenstehender [...]. In unserer Forschung haben wir festgestellt: Diese Selbst-Objektivierung ist der schwerwiegendste Faktor bei der Entstehung und Erhaltung von Essstörungen.“²³⁰

Dysmorphophobie wird von der *Ärztezeitung* (Ausgabe 5/2008) als krankhafte Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper bezeichnet. Betroffene können ihren Körper nicht akzeptieren und nehmen einzelne Körperteile als hässlich wahr. Männer und Frauen seien gleichermaßen betroffen. Der Begriff wurde vor über 100 Jahren von dem italienischen Psychiater Enrico Morselli geprägt und 1986 als „körperdysmorphe Störung“ in die US-amerikanische DSM-Klassifikation²³¹ eingeführt. Nach dem DSM-IV liegt eine übermäßige Beschäftigung mit einem eingebildeten Mangel vor. Angesichts einer leichten Unregelmäßigkeit von Körperteilen ist die Besorgnis bei einer körperdysmorphen Störung stark übertrieben und nimmt krankhafte Züge an, was zu einer Beeinträchtigung im sozialen und beruflichen Leben führt.²³²

Der Begriff wird im Folgenden noch genauer betrachtet und in Zusammenhang mit Harrison Pope gebracht, der sich eingehend mit diesem vorwiegend Männer betreffenden Phänomen beschäftigt (siehe Kapitel 2.4). Eine weitere Folge dauerhafter Unzufriedenheit mit der eigenen Person sind Einsamkeit und Depressionen. Letztere sind laut der Weltgesundheitsorganisation „eine weit verbreitete psychische Störung, die durch Traurigkeit, Interesselosigkeit und Verlust an Genussfähigkeit, Schuldgefühle und geringes Selbstwertgefühl, Schlafstörungen, Appetitlosigkeit, Müdigkeit und Konzentrationsschwächen gekennzeichnet sein kann.“²³³ Depressionen werden von dem

psychiatrische_krankheiten/article/496352/haesslich-wenn-kritische-blick-koerper-dysmorphophobie.html, aufgerufen: November 2018.

²³⁰ Jan-Malte Ambs, „Was bin ich hässlich“ – wenn der kritische Blick auf den Körper zur Dysmorphophobie wird, in: *Ärzte Zeitung Online*, Mai 2008. URL: https://www.aerztezeitung.de/medizin/krankheiten/neuro-psychiatrische_krankheiten/article/496352/haesslich-wenn-kritische-blick-koerper-dysmorphophobie.html, aufgerufen: November 2018.

²³¹ Diagnostic and Statistical Manual of mental Disorders (dt. diagnostischer und statistischer Leitfaden psychischer Störungen).

²³² Vgl. Jan-Malte Ambs, „Was bin ich hässlich“ – wenn der kritische Blick auf den Körper zur Dysmorphophobie wird, in: *Ärzte Zeitung Online*, Mai 2008. URL: https://www.aerztezeitung.de/medizin/krankheiten/neuro-psychiatrische_krankheiten/article/496352/haesslich-wenn-kritische-blick-koerper-dysmorphophobie.html, aufgerufen: November 2018.

²³³ Vgl. Weltgesundheitsorganisation, Regionalbüro für Europa (Hrsg.), *Definition einer Depression*. URL: <http://www.euro.who.int/de/health-topics/noncommunicable-diseases/pages/news/news/2012/10/depression-in-europe/depression-definition>, aufgerufen: Dezember 2018.

Baseler Suizidforscher Professor Paul Kielholz als die „qualvollste aller Krankheiten“ bezeichnet. Vier von fünf Depressionsfällen werden nicht vom Arzt diagnostiziert, was das Verhängnisvolle an dieser Krankheit ist. Die traurige Verstimmung tarnt sich gut und viele Betroffene erkennen oft nicht, was mit ihnen los ist. Schon 1978 meldete die Weltgesundheitsorganisation (WHO) 150 Millionen Menschen, die an Depressionen erkrankt seien und erfasste rund 20 %, die von dem Risiko zu erkranken, betroffen seien.²³⁴

Laut „Spiegel Online“ (15/1978) bedeutet dies, dass jeder Fünfte der Gefahr ausgesetzt ist, einen depressiven Schub zu erleben und jeder 50. aller Voraussicht nach daran sterben wird. Damit sind Depressionen gefährlicher als Tuberkulose, Syphilis oder Rauschgiftsucht. Angesichts der aktuellen Problematik des Schönheitsdrucks und Perfektionismus sollten die Zahlen, die 1978 schon alarmierend waren, spätestens jetzt eine warnende Wirkung erzielen. Es sei hier noch einmal betont, dass durch den Druck der Öffentlichkeit Symptome wie Schwermut und der Verlust von Energie, Lebensfreude sowie traurige, ängstliche Gefühle und Reizbarkeit und Ausgrenzung, die zu Einsamkeit führt, intensiviert werden. Konsequenzen sind außerdem unter anderem Kraftlosigkeit, Schlaflosigkeit, Kopfschmerzen und Müdigkeit. Diese Art von Depression kann als „neurotische“ Depression verstanden werden, die durch verdrängte seelische Konflikte oder ein aktuelles „Psycho-Drama“ ausgelöst werden kann.²³⁵ Auf Grund des zunehmenden Selbsthasses, der durch die permanente Suche nach Akzeptanz zustande kommt, wird es unmöglich, in der Gemeinschaft zu leben. So hat schon Anatole France²³⁶ gesagt: „Nur wer gegen sich selbst milde ist, kann es auch gegen andere sein.“²³⁷ Es soll deutlich werden, dass der nach und nach entstehende Druck, einem Ideal entsprechen zu müssen und die Ablehnung der eigenen Person ein Grund für das Auseinanderdriften der Gesellschaft ist.

Rolf Merkle²³⁸ erklärt, dass viele Menschen sich selbst zu hassen begännen, weil sie aufgrund von „persönlichen Fehlern“ oder „Schwächen“ überzeugt seien, Hass verdient

²³⁴ Vgl. SPIEGEL ONLINE (Hrsg.), „*Depression ist Wut, Wut gegen sich selbst*“, 51/1978. URL: <http://www.spiegel.de/spiegel/print/d-40606014.html>, aufgerufen: Dezember 2018.

²³⁵ Vgl. ebd.

²³⁶ Francois Anatole Thibault, französischer Schriftsteller (1844-1924).

²³⁷ Vgl. Rolf Merkle, Psychologie Lexikon, Art. Selbsthass, in: *Psychologie Lexikon* (Hrsg.) <https://www.palverlag.de/lebenshilfe-abc/selbsthass.html>, aufgerufen: Dezember 2018.

²³⁸ Psychologe und Psychotherapeut. Vgl dazu: Doris Wolf und Rolf Merkle, *Gefühle verstehen. Probleme bewältigen. Eine Gebrauchsanleitung für Gefühle*, München 2012.

zu haben.²³⁹ Diese Emotion ist auf die aktuelle Debatte zu übertragen, da die Medien ein bestimmtes Aussehen als Schwäche oder Fehler auslegen und damit die gerade beschriebenen Auswirkungen hervorrufen, so dass vor allem junge Menschen glauben, nicht von der Gesellschaft akzeptiert werden zu dürfen. Soziale Medien werden genutzt, um sich der Fantasie hinzugeben und sich selbst neu zu erfinden. Die Psychologin Renee Engeln fand heraus, dass sich dies negativ auf das Körperbild auswirke, manifestiert in den oben dargestellten Folgen.²⁴⁰ Wie bereits beschrieben, bestimmt der anhaltende Druck, das Ich zu perfektionieren, das gesellschaftliche Miteinander, was sich als sozialetisches Problem beschreiben lässt. Individualität kann sich demnach nicht entwickeln. Georg Simmel verdeutlicht diese Thematik an folgendem Beispiel:

„Haben wir zwei sociale Gruppen, M und N, die sich scharf von einander unterscheiden, sowohl nach den charakteristischen Eigenschaften wie nach den gegenseitigen Gesinnungen, deren jede aber in sich aus homogenen und eng zusammenhängenden Elementen besteht: so bringt die gewöhnliche Entwicklung unter den letzteren eine steigende Differenzierung hervor, die ursprünglich minimalen Unterschiede unter den Individuen nach äußerlichen und innerlichen Anlagen und deren Bethätigung verschärfen sich durch die Notwendigkeit, den umkämpften Lebensunterhalt durch immer eigenartigere Mittel zu gewinnen; die Konkurrenz bildet bekanntlich die Specialität des Individuums aus.“²⁴¹

Konkurrenz entsteht durch die Möglichkeiten der modernen Medien.

Anuschka Rees bezeichnet sie als „Minenfeld für unser Selbstbewusstsein.“²⁴² Eine solide Medienkompetenz sei eines der besten Mittel gegen das „Body-Image-Problem“, wie Studien zeigen.²⁴³ Sobald sie anfangen, zu verstehen, dass es sich um unechte Bilder handele, verglichen sich die Menschen weniger mit dem Abgebildeten.²⁴⁴ Das Bewusstsein, dass es sich bei etlichen Darstellungen in Social Media nicht um Alltagsbilder handelt, ist nicht gegenwärtig.²⁴⁵ Scheinbar ist die theoretische Beschreibung dessen einfacher als die praktische Umsetzung.

²³⁹ Vgl. Dr. Rolf Merkle, Psychologie Lexikon, Art. Selbsthass, in: *Psychologie Lexikon* (Hrsg.) <https://www.palverlag.de/lebenshilfe-abc/selbsthass.html>, aufgerufen: Dezember 2018.

²⁴⁰ Vgl. Anuschka Rees, *Beyond Beautiful. Wie wir trotz Schönheitswahn zufrieden und selbstbewusst leben können*, Köln 2019, 139.

²⁴¹ Georg Simmel, *Aufsätze 1887 bis 1890. Über sociale Differenzierung. Die Probleme der Geschichtsphilosophie (1892)*, in: Heinz-Jürgen Dahme (Hrsg.), Band 2, Frankfurt am Main 1989, 169.

²⁴² Vgl. Anuschka Rees, *Beyond Beautiful. Wie wir trotz Schönheitswahn zufrieden und selbstbewusst leben können*, Köln 2019, 136.

²⁴³ Vgl. ebd.

²⁴⁴ Vgl. ebd.

²⁴⁵ Vgl. ebd., 137.

2.2 Körper als Konsumtionsgegenstand

„Konsumtion macht den Verzehr von Produkten aus, die Einverleibung ihrer gesellschaftlich erzeugten geistigen oder materiellen Substanz. Konsumtion ist zunächst ein ökonomischer Begriff für allgemeine Bedürfnisbefriedigung im Verhältnis zur Produktion, der Herstellung von Gütern des allgemeinen Bedarfs, ohne dessen Befriedigung eine Gesellschaft nicht existieren kann.“²⁴⁶

Wie bereits angedeutet, soll es in diesem Kapitel vorwiegend um konkrete Beispiele für aktuelle Konsumtionsgegenstände und ihre Darstellung in den Medien gehen. Anhand einer gezielten Vorschau soll gezeigt werden, inwiefern der Konsum von Sport und das damit einhergehende Angebot als ein von der Gesellschaft erzeugtes Bedürfnis verstanden werden können. Die Darstellung beschränkt sich auf aktuelle Beispiele aus den sozialen Medien, die ein ganz bestimmtes Aussehen propagieren und somit exemplarisch für Selbstobjektivierung stehen und die Selbstpräsentation des Körpers als Konsumtionsgegenstand fördern. Bei den Beispielen geht es um Werbung für Fitnessprogramme und verschiedene TV-Formate. Auffällig ist, dass alle Werbenden einem bestimmten Schema folgen. Außerdem wird die Arbeit von Influencern in Ansätzen beschrieben. An aktuellen Beispielen wird erläutert, inwieweit diese in das Leben von jungen Menschen eingreift. „To influence“, bedeutet „beeinflussen“ und stellt in Verbal- als auch Nominalform das wohl aktuellste Wort in der Jugendsprache dar. Bei dieser Bezeichnung handelt es sich um eine altherwürdige Angelegenheit, wenn man bedenkt, dass zur Bezeichnung des Einströmens des Göttlichen in den menschlichen Geist die lateinischen Ausdrücke „influxus“ und „influentia“ als Substantive und das Verb „influere“ (hineinfließen, zuströmen) benutzt werden, etwa bei Nicolaus Cusanus in den Werken „De Docta ignorantia“ (1440) und „De visione dei“ (1453).²⁴⁷ Influxus physicus (natürlicher Einfluss) beschreibt im speziellen die Beeinflussung des Leibes durch die Seele, aus natürlicher Kraft und nicht allein auf Grund eines „göttlichen Beistandes.“²⁴⁸ Heutzutage wird oftmals in Kategorien gedacht und mit Bildern eines scheinbar ästhetischen, perfekten Körpers geworben. Die Homepages der vorgestellten Programme

²⁴⁶ Wolfram Pfreundschuh, Art. Konsum, in: *Kulturkritik* (Hrsg.). URL: https://kulturkritik.net/begriffe/begr_txt.php?lex=konsum, aufgerufen: Juni 2019.

²⁴⁷ Vgl. dazu: De vis. C.25 (h VI, n.112); c.23 (h VI, n. 105) und De docta ign. II c.12 (h I, n.173).

²⁴⁸ Vgl. Rainer Specht, Art. Influxus physicus, Influxionismus, in: *Historisches Wörterbuch der Philosophie online* (Hrsg.), HWP. 1766. URL: https://www.schwabeonline.ch/schwabe-xaveropp/elibrary/start.xav?start=%2F%2F*%5B%40attr_id%3D%27verw.influxus.physicus.influxionismus%27%5D, aufgerufen: März 2020.

unterstützen derlei Tendenzen durch Vorher/Nachher-Bilder. Die jeweiligen Verantwortlichen versprechen, dass die Inanspruchnahme ihres Angebotes ein neues, sorgenfreies Lebensgefühl und dauerhaftes Glück beschere. Durch verschiedene Methoden, wie zum Beispiel das Aufbauen von Vertrauen, das Erzeugen eines Gefühls von Einmaligkeit sowie das scheinbar ‚gemeinsame‘ Herstellen von Ehrgeiz wird die Hoffnung auf ein ‚besseres‘ Leben und gesellschaftlicher Zugehörigkeit geschürt. Den Klienten wird das Gefühl vermittelt, dass sich jemand ihrer annehme, sie verstehe und sie nicht allein seien. Zugleich wird suggeriert, dass Glück und Selbstakzeptanz mit einem bestimmten Aussehen möglich seien und die derzeitige Körperform nicht akzeptabel sei. Um Anerkennung zu erlangen, seien eine Modifikation des eigenen Lebensstils und eine grundlegende Veränderung des Körpers notwendig. Die unterschiedlichsten Medien werden genutzt, um eine größere Reichweite zu gewinnen.

Lindsay Kite, Mitbegründerin des Projekts „Beauty Redefined“²⁴⁹ erklärt, dass es sich bei dem Verständnis des menschlichen Körpers als Konsumtionsgegenstand um „sexuelle Objektivierung“ handelt.²⁵⁰ Das Projekt setzt sich gegen medizinisch nicht notwendige, bloß auf Konsum ausgerichtete Körpereingriffe ein. Kite engagiert sich für das Erkennen falscher Körperbilder sowie deren Ablehnung. Sie spricht in dem Interview über Empowerment, positive Körperbilder sowie Objektivierung und das Internet und macht es sich so zum Auftrag, vor allem junge Frauen über die Folgen der Selbstobjektivierung und Objektivierung durch die Medien aufzuklären.

Sie definiert den Begriff der sexuellen Objektivierung im Rahmen ihres Projekts, da Menschen nicht in ihrer vollen Menschlichkeit wahrgenommen und Teile des Körpers bewertet, konsumiert und genutzt würde, um das Ansehen zu steigern. Kite distanziert sich von der Vorstellung, dass nur der Körper interessant sei und nicht das, was Menschen

²⁴⁹ „Beauty Redefined“ soll Mädchen und Frauen dabei unterstützen „schädliche Körperbilder zu erkennen, abzulehnen und sich ihnen zu widersetzen“ (Vgl. Interviewgespräch zwischen Meghan Murphy und Lindsay Kite: Frauenkörper sind keine Konsumtionsgegenstände. Interview zu den Begriffen Objektivierung und Selbstobjektivierung mit Lindsay Kite, in: Kritische Perspektive (Hrsg.), *Nachrichten und Kritik zu Kapitalismus und Patriarchat*, Theorie, 2016. URL: <https://kritischeperspektive.com/kp/2016-19-frauenkorper-sind-keine-konsumtionsgegenstande-interview-zu-den-begriffen-objektivierung-und-selbstobjektivierung-mit-lindsay-kite/>), aufgerufen: Juni 2019.

²⁵⁰ Vgl. Interviewgespräch zwischen Meghan Murphy und Lindsay Kite: Frauenkörper sind keine Konsumtionsgegenstände. Interview zu den Begriffen Objektivierung und Selbstobjektivierung mit Lindsay Kite, in: Kritische Perspektive. (Hrsg.) *Nachrichten und Kritik zu Kapitalismus und Patriarchat*, Theorie, 2016. URL: <https://kritischeperspektive.com/kp/2016-19-frauenkorper-sind-keine-konsumtionsgegenstande-interview-zu-den-begriffen-objektivierung-und-selbstobjektivierung-mit-lindsay-kite/>), aufgerufen: Juni 2019.

dächten oder fühlten.²⁵¹ Influencer nutzen ihre Reichweite, um ihren oder andere Körper darzustellen und diese mit dem Inbegriff von Attraktivität gleichzusetzen. Auf die heutigen Kulturprozesse bezogen, geht das damit einher, dass eine besondere Leistung sehr große Anerkennung erfährt und der Leistungserbringer an kulturellem Einfluss gewinnt. In einem Beitrag der „WELT“²⁵² (2017) wird das Wort ‚Influencer‘ stark kritisiert. Es erscheint daher problematisch, da ein passives Publikum vorausgesetzt wird. Somit werde vorherbestimmt, was wir denken (sollen). In Anbetracht dessen, kann man Influencern eine Machtposition zusprechen, was wiederum im traditionellen Sinne zur göttlichen Einsprache in den menschlichen Geist passt. Das moderne Publikum verhält sich dementsprechend wie eine willige Masse und widersetzt sich dieser Macht nicht. Der Begriff des Beeinflussens ist in der Hinsicht stimmig, dass Influencer ihre Fans insoweit prägen, dass sich ihr Geschmack und die Kaufentscheidung, zugunsten eines beworbenen Produktes, verändern. „Beeinflussung heißt, dass Meinungen und Verhaltensweisen auf ein Publikum übertragen werden, welches das möglicherweise noch nicht einmal bemerkt. [...] ein beeinflusstes Publikum bleibt passiv.“²⁵³ Mode-, Fitness-, oder sogenannte LifestylebloggerInnen nutzen die sozialen Medien, um andere Menschen zu beeinflussen und können so mitbestimmen, wie erfolgreich ein Produkt oder eine Person ist. Die sogenannten ‚Follower‘, also Menschen, die einen Account abonnieren, um täglich über Neuigkeiten informiert zu werden, können angeben, ob ihnen ein Produkt oder eine Person gefällt, indem sie, beispielsweise auf Instagram, ein Herz anklicken. Die Anzahl der gedrückten Herzen offenbart, wie vielen Menschen etwas gefällt und wie groß die Reichweite ist. Je mehr Herzen, desto besser. Vor allem junge Menschen werden durch Influencer auf ein bestimmtes Produkt aufmerksam und dazu animiert, es zu kaufen. In der Branche wird ungern davon gesprochen, dass „die Vermittlung positiver Marken-Images“ im Vordergrund steht. Vielmehr werde „Inspiration“ angestrebt.²⁵⁴ Untersucht man in diesem Zusammenhang noch einmal den Begriff ‚Influencer‘, weist er einen erheblichen Unterschied zu dem Begriff ‚inspirieren‘ auf, wenn auch dieser Begriff vorzugsweise in diesem Zusammenhang genutzt wird. Zusätzlich wird mit Rabatten

²⁵¹ Vgl. ebd.

²⁵² Vgl. Julia Hackober, Allein das Wort „Influencer“ ist schon gefährlich!, in: *WeLT*, 2017. URL: <https://www.welt.de/icon/mode/article160963232/Allein-das-Wort-Influencer-ist-schon-gefaehrlich.html>, aufgerufen: Juli 2019.

²⁵³ Ebd.

²⁵⁴ Vgl. ebd.

geworben, wenn der Kunde den Namen des Influencers beim Kauf eines Produktes anführt, so dass dieser rückwirkend eine Provision erhält. Durch scheinbar private Einblicke in den Alltag wird ein Gefühl des Vertrauens geschaffen, so dass junge Menschen insofern beeinflusst werden, als dass sie für ihr Idol, oder die Person, der sie sich nahe fühlen, die beworbenen Produkte kaufen. Influencer, auch als sogenannte Meinungsführer bezeichnet, nutzen ihren Einfluss in den sozialen Netzwerken, um mittels einer besonderen Form des Marketings Aufmerksamkeit auf sich zu ziehen und Produkte gezielt zu vermarkten. Unternehmen suchen sich anhand von verschiedenen Faktoren gezielt Kooperationspartner aus. Beispielsweise spielen die Aktivität in den sozialen Netzwerken, die Anzahl der Fans und Follower sowie der „Expertenstatus“ zu einem bestimmten Thema in dem Zusammenhang eine bedeutende Rolle.²⁵⁵ Der Kontakt zwischen Influencer und Unternehmen entsteht nach Sicherstellung des Vorhandenseins eines guten Netzwerkes seitens des Ersteren, um die Reichweite zur Vermarktung des Produktes nutzen zu können. Zudem gibt es auch Agenturen, die Unternehmen bei der Suche nach Influencern unterstützen.²⁵⁶ Diese Agenturen im Bereich Influencer-Marketing organisieren täglich Meetings mit den aktuell größten Social-Media-Berühmtheiten. Die Kooperationen mit BloggerInnen, InstagrammerInnen und YouTuberInnen führen zu einer erfolgreichen Vermarktung von Produkten. In diesem Zusammenhang wird medial Werbung für Fitnessbücher oder Fitness-Apps geschaltet. Die Agenturen vermitteln die entsprechenden InfluencerInnen, nennen diese Art von Werbung ‚Inspiration‘ und halten den Schein von einer beruflichen Laufbahn aufrecht, indem diese Tätigkeit als Leidenschaft verkauft wird. Die Reichweite ist endlos und vor allem junge Menschen stellen ihr Leben um, in der Intention, der Inspiration zu folgen. Ob InfluencerInnen, KonsumentInnen oder VermittlerInnen - alle Gruppen verbringen einen großen Teil des Tages in sozialen Netzwerken.

Lara Daniel, Gründerin der Firma „Pulse“, einer Vermittlungsfirma für InfluencerInnen, rechtfertigt ihren Medienkonsum als „Research im Sinne der Firma“ und verharmlost somit diese bedenkliche Lebenseinstellung.²⁵⁷ Jungen Menschen wird somit

²⁵⁵ Vgl. Textbroker – Sario Marketing GmbH (Hrsg.), *Influencer Marketing*. URL: <https://www.textbroker.de/influencer-marketing>, aufgerufen: Mai 2020.

²⁵⁶ Vgl. ebd.

²⁵⁷ Vgl. Nena Schink, Von dieser erfolgreichen Digital-Firma weiß kaum jemand etwas, In: *Orange by Handelsblatt GmbH*, September 2019. URL: <https://orange.handelsblatt.com/artikel/49864>, aufgerufen: März 2020.

vermittelt, es sei ‚normal‘, dass sich das Leben online abspiele. Es wird außerdem versucht, den Eindruck zu erwecken, dass Influencer/innen und Blogger/innen sieben Tage die Woche arbeiteten, um die Tätigkeit seriös und ernsthaft wirken zu lassen. Die Eigenschaften „Durchhaltevermögen“ und „Ehrgeiz“ werden wiederholt angeführt, um das Bild eines zielstrebigen und karriereorientierten Menschen zu vermitteln. Es wird auf Einzigartigkeit gesetzt, eine Eigenschaft, die demnach zum Ziel vieler junger Menschen wird. Die treibenden Faktoren sind jedoch stets ähnlich. Eine Profilbeschreibung des Jobs und eine Absicherung liegen nicht vor.²⁵⁸

Aktuell lässt sich beobachten, dass vor allem TV-Formate wie „Der Bachelor“ die Reichweite zuvor unbekannter Personen signifikant steigern.²⁵⁹ So hat Jennifer Lange, Gewinnerin der RTL-Show „der Bachelor“ 2019, derzeit 387.000 AbonnentInnen auf Instagram, eine Zahl, die sich innerhalb kürzester Zeit beobachten ließ und seit ihrer Teilnahme an der RTL-Show stetig wuchs.²⁶⁰ Jennifer berichtete von ihrem Leben mit Andrej Mangold und aktuell von ihrem neuen Freund, vermarktet gleichzeitig viele Produkte oder bietet in Kooperation mit verschiedenen Firmen Gewinnspiele an. Fans, die die Staffel von Anfang an gesehen haben, fühlen sich dem Bachelor durch die scheinbar unbewusste Darstellung des Liebeslebens von Jennifer Lange näher und es wird eine Traumwelt inszeniert, in der ein verliebtes Paar tagtäglich über Marken wie Canon (Kameras/Fotoutensilien wie Drucker) oder Fitnessübungen plaudert. Je nach Jahreszeit oder Feiertag werden die Produkte entsprechend inszeniert und gewissermaßen beiläufig genannt. Derweil haben andere Influencer, die bei Reality-Soaps („Bachelor in Paradise“, „Promi Big Brother“, „Germany’s next Topmodel“, „DSDS“) beteiligt waren, ebenso in kürzester Zeit eine hohe Anzahl an Followern gewinnen können. Anzuführen sind unter anderem Keno Rüst, Gewinner der Show „Die Bachelorette“ (2019), mit 174.000 AbonnentInnen²⁶¹ oder Evanthia Benetatou, Teilnehmerin an „Promis unter Palmen“ (2020), „Promi Big Brother“ (2019) und „der Bachelor“ (2019) sowie „das Sommerhaus

²⁵⁸ Vgl. ebd.

²⁵⁹ Vgl. Martin Gardt, Instagram-Gewinner 2019: Diese deutschen Influencer sind die großen Wachstums-Champions, *ramp 106 GmbH* (Hrsg.), Januar 2020. URL: <https://omr.com/de/instagram-champions-2019-influencer/>, aufgerufen: Mai 2020.

²⁶⁰ Stand: 25.11.2020.

²⁶¹ Stand: 25.11.2020.

der Stars“ (2020) mit 174.000 AbonnentInnen^{262,263} Die Influencer nutzen ihre Bekanntheit auf Grund derartiger Shows als Möglichkeit, um in den sozialen Netzwerken einen bestimmten Status zu erreichen und durch das Fürsprechen für ein Produkt sowie das Suggestieren von Vertrauen gegenüber den FollowerInnen ihren Einfluss zu steigern und sich dann durch steigende Followerzahlen zu positionieren. Influencern wird daher nicht ohne Grund eine Markenposition beigemessen. Oft ist allerdings die gerade angesprochene Beziehung zwischen Follower und Influencer problematisch, da Follower einen privaten Einblick in das Leben des Influencers gewinnen. Problematisch ist sie deshalb, da jedem einzelnen Follower nachdrücklich klar sein sollte, dass es sich bei dieser ‚Beziehung‘ nicht um eine exklusive Übereinkunft handelt, sondern dass tausende Menschen uneingeschränkt den Status des Followers innehaben. Statt zu erkennen zu geben, wie viele Follower zur gleichen Zeit dem oder der InfluencerIn folgen, wird eine Exklusivität suggeriert, indem der Follower persönlich angesprochen wird, ohne, dass ein Name genannt werden muss.

„Halli Hallo meine Lieben und willkommen zu meinem Video. Ich freue mich, dass ihr eingeschaltet habt. [...] Ich hatte irgendwie voll Lust mal mit einem anderen Hintergrund zu filmen. [...] Auf jeden Fall würde ich sagen, beginnen wir jetzt direkt mal mit dem Video. Ich habe nämlich einen Aufruf auf Snapchat gemacht und euch darum gebeten, mir ganz, ganz viele verrückte Beautyhacks, und Tipps und Tricks, die ihr irgendwo gesehen habt, die ihr gerne mal ausprobiert haben möchtet unter mein letztes Instagrambild zu schreiben und da sind sehr viele Kommentare zusammengekommen. Ich habe jetzt fünf oder sechs (...) Hacks für euch rausgesucht, die ich jetzt in diesem Video für euch testen werde. Ich bin sehr gespannt, was jetzt alles auf mich, beziehungsweise auf uns zukommt, denn neben mir stehen schon die ganzen Produkte, die ich dafür brauche [...].“²⁶⁴

Die FollowerInnen haben also das Gefühl, die InfluencerInnen von Grund auf zu kennen und einen vertraulichen und privaten Austausch mit diesem vorzunehmen. InfluencerInnen nehmen jedoch nur die Anzahl der Menschen wahr, die ihm folgen. Was damit zum Ausdruck gebracht werden soll, ist das Assoziieren einer Beziehung, die zu

²⁶² Stand: 25.11.2020.

²⁶³ Vgl. Martin Gardt, Instagram-Gewinner 2019: Diese deutschen Influencer sind die großen Wachstums-Champions, *ramp 106 GmbH* (Hrsg.), Januar 2020. URL: <https://omr.com/de/instagram-champions-2019-influencer/>, aufgerufen: Mai 2020.

²⁶⁴ Ein Beispiel für das Suggestieren von Exklusivität und der Inszenierung von freundschaftlichen Verhältnissen: BibisBeautyPalace mit dem Video: Beauty Hack der die Beine dünner macht ?!...Vgl. Julian Claßen und Bianca Heinicke GbR, Beauty Hack der die Beine dünner macht ?!..., *BibisBeautyPalace* (Hrsg.), 18.01.2018. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=vU4-pqp5lyI>, aufgerufen: Mai 2020.

höheren Klickzahlen führen soll und durch die Inszenierung des eigenen Selbst geschaffen wird.

In diesem Zusammenhang befasst sich das Y-Kollektiv²⁶⁵ mit der Frage, ob das „Instalife“²⁶⁶ als Werbung oder als Realität zu betrachten ist.²⁶⁷

Reporter Dennis Leiffels begleitet Influencer in ihrem Alltag und lernt diese Art von ‚Beruf‘ genauer kennen. Influencer werden als „neue Promis“ bezeichnet und demgemäß behandelt.²⁶⁸ Junge Menschen sind ihre Zielgruppe. Aber wie authentisch und ehrlich ist diese Art von Selbstvermarktung? Dennis Leiffels beschreibt sie als „Kapitalismus und Selbstdarstellungsnarzissmus.“²⁶⁹ Auf die Feststellung hin, dass Fitnessmodel Andre („Jonnyfoe“ mit 239.000 AbonentInnen)²⁷⁰ in der Realität ganz anders aussehe, folgt die Antwort: „Das ist Instagram.“²⁷¹ Diese Aussage scheint ausreichend zu sein und zu implizieren, dass widersprüchliche Vorstellung von Schönheit und Realität typisch für das Format Instagram sind. Dennoch wird in diesem Zusammenhang nicht deutlich ausgesprochen, dass es sich bei Fotos von diesem Instagram-Profil beispielsweise um retuschierte Aufnahmen oder inszenierte und unnatürliche Posen handeln könnte. Im Rahmen von Events, zu denen Influencer mit einer hohen Followeranzahl eingeladen werden, versuchen Firmen wie Orsay (Mode) oder Evian (Mineralwasser) neue Kontakte zu knüpfen, um so an neue Werbeverträge zu gelangen. Jede/r einzelne/r InfluencerIn strebt an, möglichst individuell zu sein, dennoch folgen alle einem Ideal. Das Bemühen ist darauf ausgerichtet, den Kunden zufriedenzustellen, und die Marke selbst, bei einem nicht abgesprochenen Foto in den Zusammenhang einzubringen oder in einem Video zu benennen. Kleine Geschenktüten mit kostenfreien Produkten dienen dazu, Erinnerungen an bestimmte Marken zu erzeugen und mögliche Werbedeals zu initiieren. Hotelmanager laden erfolgreiche Influencer ein, damit Fotos in ihrem Hotel gemacht werden und sein Name möglichst oft Erwähnung findet. Im Gegenzug dürfen die Werbeträger dort

²⁶⁵ Y-Kollektiv - ein Netzwerk von jungen JournalistInnen. Vgl. dazu: Y-Kollektiv, produziert von funk, einem Gemeinschaftsangebot der Arbeitsgemeinschaft der Rundfunkanstalten der Bundesrepublik Deutschland (ARD) und des Zweiten Deutschen Fernsehens (ZDF). URL: https://www.youtube.com/channel/UCLoWcRy-ZjA-ErhOp_VDLjQ, aufgerufen: September 2019.

²⁶⁶ Umgangssprachlich für „das Leben auf Instagram“.

²⁶⁷ Vgl. Dennis Leiffels (Y-Kollektiv), *Influencer und ihr #Instalife- Werbung oder Realität?*, eine Produktion der sendefähig GmbH, 2018. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=ogja5YT7Wfc>, aufgerufen September 2019.

²⁶⁸ Vgl. ebd.

²⁶⁹ Vgl. ebd.

²⁷⁰ Stand: 14.1.2021.

²⁷¹ Vgl. ebd.

kostenlos übernachten. Geld spielt in diesem Business eine übergeordnete Rolle. Das ganze Leben wird zu einer Produktpräsentation und damit wird Leben zu einer (Produkt)Illusion, was täglich aufs Neue propagiert wird und somit Normalität vortäuscht. Verschiedene Firmen oder Label werden markiert, damit zukünftige Kunden die Chance haben, die Outfits oder das Produkt schnellstmöglich zu erwerben. Eine ansprechende Show zu inszenieren, um ein Produkt möglichst perfekt zu präsentieren, ist Alltag.

Neele, Influencerin und ehemalige Germany's next-Topmodel-Anwärtlerin (2017) erklärt das Phänomen der heilen Instagram-Welt mit dem Hinweis, dass niemand seine privaten Probleme in seine Berufsleben trage.²⁷² Events werden nach Repräsentativität ausgesucht. Vor allem junge Frauen und Mädchen betrachten Instagram als ihr Leben. Fotos werden stundenlang bearbeitet, was als eine Art „Kunst“ betitelt wird.²⁷³ Die Zahl der Follower müsse stetig ansteigen, um eine noch größere Reichweite zu erlangen. Kooperationspartner werden scheinbar sorgfältig ausgewählt. Zugleich werden Produkte so inszeniert, dass es wie ein spontaner Schnapschuss, entstanden im heimischen Wohnzimmer, aussieht. Nicht nach außen getragen wird, dass dieser vermeintliche Schnapschuss bisweilen einen halben Tag in Anspruch nimmt. Es wird unterschieden, ob ein Foto nur in der Story gepostet wird oder tatsächlich als Feed auf der eigenen Seite erscheint. Auch, wenn InstagrammerInnen/BloggerInnen ‚sorgfältig aussuchen‘, für was und wen sie werben, handelt es sich um eine ‚Plastikwelt‘ der ‚Perfektion.‘²⁷⁴ Über Oberflächlichkeit und die Nutzung des Körpers als Konsumtionsgegenstand kann scheinbar hinweggesehen werden, solange das Geld stimmt.²⁷⁵ Der mediale Subjektivierungsprozess wird tagtäglich in den deutschen Medien vergegenwärtigt. Die Fernsehforschung nennt dieses Phänomen das ‚Lifestyle-Fernsehen.‘²⁷⁶

„Benannt ist damit eine spezifische Ausdifferenzierung des seit den 1990er Jahren im europäischen und amerikanischen Fernsehen sich durchsetzenden Reality-Fernsehens. Kochen und Einrichten, Gartenarbeit und Kindererziehung, *Personal Style* und Partnerwahl

²⁷² Vgl. ebd.

²⁷³ Vgl. ebd.

²⁷⁴ Vgl. ebd.

²⁷⁵ Vgl. ebd.

²⁷⁶ Vgl. Andrea Seier und Hanna Surma, Schnitt-Stellen – Mediale Subjektivierungsprozesse in THE SWAN, in: Paula-Irene Villa (Hrsg.), *schön normal. Manipulation am Körper als Technologien des Selbst*, Bielefeld 2008, 173.

werden seit einiger Zeit mit je eigenen Formaten und Inszenierungsstrategien im Fernsehen thematisiert und [...] aus dem ‚backstage‘ – in den ‚frontstage‘ – Bereich verschoben.“²⁷⁷

Neue Formate, in denen der ‚Körper‘ eine wichtige Rolle einnimmt, dominieren das heutige Fernsehen. Statt einer aufwändigen Produktion für den Zuschauer, übernehmen die Zuschauer teilweise selbst den aufgetragenen Job. Denn das, was im TV präsentiert wird, wird unhinterfragt adaptiert und gilt erst einmal als perfektionistisch. Dies gilt für sämtliche Formate des Reality-Fernsehens. Dating-Formate („Der Bachelor“, „Die Bachelorette“ oder „Are you the one?“; RTL), „Makeover-Programme“ mit Vorher/Nachher-Vergleichen („Das Model und der Freak: vom hässlichen Entlein zum schönen Schwan“; PRO 7) oder Abnehm-Shows („The Biggest Loser“ und „Mein Hund, die Kilos und ich; SAT 1) mit demselben Effekt sowie wettkampforientierte Shows („Ninja Warrior Germany – Die stärkste Show Deutschlands“; RTL) verbuchen einzig und allein einen visuellen Erfolg. Angeknüpft an diesen, vermitteln derartige Formate Inhalte, die der Zuschauer intuitiv mitverfolgt. So werden außerdem Impulse geschürt, sich und andere zu vergleichen. Der Fokus liegt neben der Wettkampfs- und Leistungsbereitschaft auf Emotionen und dem Verhalten der Kandidaten, resultierend aus ihrer körperlichen Form.²⁷⁸ Männer und Frauen werden, zu einem gewissen Teil freiwillig, so dargestellt, wie das Format der Sendung es erlaubt. Klischees werden systematisch zur Geltung gebracht. In der Dating Show „Der Bachelor“ haben beispielsweise 22 Frauen die Chance, einen einzigen Mann kennenzulernen und sich zu ‚verlieben‘. Zu Beginn präsentieren sich die Frauen in engen Abendkleidern und werden kurz vorgestellt, indem immer wieder offensiv erwähnt wird, ob und wie viel Sport sie beruflich oder im Rahmen ihrer Freizeit treiben. Sie sind allesamt stark geschminkt und gut frisiert, in einem Ausmaß, wie es in ihrem Alltag wahrscheinlich nicht üblich ist. Der erste Eindruck des Bachelors sowie der des Publikums beruhen einzig auf optischen Kriterien. Auch der Titel dieser Show scheint unpassend gewählt, da es sich bei den ausgewählten Männern nicht um den „mit beerenreichem Lorbeer bekranzte“ (lat. *baccalaureus*) Typus Mann handelt und die Ausgewählten demnach nicht immer Individuen mit einem akademischen Grad sind (Der Bachelor (aus der Staffel im April 2020), Sebastian Preuss (9.05.1990) arbeitet beispielsweise als selbstständiger Maler und

²⁷⁷ Ebd.

²⁷⁸ Vgl. ebd., 174.

Lackierer und ist zudem deutscher Kickbox-Weltmeister). Die englische Übersetzung für Bachelor, lautet schlichtweg Junggeselle, was ebenfalls zu Irritationen führt. Warum der Name für dieses Format gewählt wurde, kann an dieser Stelle nicht erfasst werden. Die gesamte Sendung hindurch werden die Frauen in Bikinis oder knappen Shorts und Tops gezeigt, sodass der Fokus nicht verloren gehen kann. Der Zuschauer wird quasi gezwungen, immer wieder auf den Fitnesszustand und die Figur zu achten, was durch tägliche sportliche Aktivitäten oder wettbewerbsähnliche Inhalte, wie Klettern, Wasserrafting oder Ähnliches, zusätzlich hervorgehoben wird und die Bedeutsamkeit des Körpers betont. Im Leben vieler der bisherigen Kandidaten spielt Sport eine große Rolle, wie mehrfach zu Beginn jeder Folge erwähnt wird. Manche haben leistungsorientiert Sport gemacht, wie beispielsweise der Bachelor 2019, Ex- Profi-Basketballer Andrej Mangold, der für mehrere Bundesligisten spielte. Zudem werden die männlichen Kandidaten, vor allem im Kontext der Vorstellung, bei einer sportlichen Aktivität gezeigt. Es wird also deutlich, dass RTL einen bestimmten Typ Mann präsentiert und damit unrealistische Botschaften sendet.²⁷⁹ Offenbar sollen auch Männer als Zielgruppe angesprochen werden, da sie sich bei der präsentierten Fitness und Vitalität um einen Status handelt, der möglichst von jedem Mann erreicht zu versucht werden sollte und somit illusorische Identifikationsbilder schafft. „Ob der eigene Körper oder die Wohnung, Selbstbewusstsein oder Kindererziehung, das Fernsehen der Mikropolitiken lässt seine Gegenstände prinzipiell als Ergebnis von Herstellungsprozessen erscheinen.“²⁸⁰

Ein anderes Beispiel bietet das Format „The Biggest Loser“, welches stark übergewichtige Menschen in ein ‚Abnehm-Camp‘ schickt und tagtäglich dabei filmt, wie sie ihr scheinbar ‚faules‘ Ich überwinden und nur ein Ziel verfolgen: schlank sein und Teil der Gesellschaft werden. Die problematische Ausgangslage der KandidatInnen ist von den Regeln der TV-Show nicht zu trennen und bietet eine fruchtbare Grundlage, um eine vermeintlich ‚falsche‘ Lebensführung darzustellen.²⁸¹ Zudem müssen sich die KandidatInnen am Ende einer Woche leicht bekleidet auf eine Waage stellen und werden dazu aufgefordert ihr Gewicht laut zu verkünden. 50.000 Euro erhält der Gewinner dafür,

²⁷⁹ Vgl. Harrison G. Pope, Katharine A. Phillips und Roberto Olivardia, *Der Adonis-Komplex. Schönheitswahn und Körperkult bei Männern*, München 2001, 10.

²⁸⁰ Andrea Seier und Hanna Surma, Schnitt-Stellen – Mediale Subjektivierungsprozesse in THE SWAN, in: Paula-Irene Villa (Hrsg.), *schön normal. Manipulation am Körper als Technologien des Selbst*, Bielefeld 2008, 175.

²⁸¹ Vgl. ebd.

dass er sich öffentlich präsentiert, verurteilt wird und das eigene Selbst zum „Projekt des Selbst-Managements“ werden lässt.²⁸² Zielorientierung, Kontrolle und Optimierung sind dabei leitend und schaffen den Rahmen zur Bewertung der Kandidaten, ebenfalls ausgehend von ihrer körperlichen Verfassung. Dabei gehen „Selbstführung“ und „Fremdführung“ beinahe gänzlich ineinander über.²⁸³ Ähnliche Formate, die einen sichtbaren Vorher-/Nachher-Effekt anstreben, lassen deutlich einen „projekthaften und kompetitiven“ Charakter erkennen, indem prägnante kandidatenbezogene Zuschreibungen eingeblendet werden.²⁸⁴

Die Sendung „Das Model und der Freak“ beispielsweise, trägt den Nachsatz: „Vom hässlichen Entlein zum schönen Schwan.“ Zum einen handelt es sich um ein soziales Experiment und zum anderen beinhaltet das Format psychologische Prozesse, da durch unterschiedliche visuelle Darstellungen deutlich gemacht wird, in welcher Verfassung sich der Kandidat gerade befindet.²⁸⁵ Da der menschliche Körper aktuell omnipräsent ist und unsere Gesellschaft in einem außerordentlichen Maße körperbewusst reagiert und agiert, sollen im Folgenden Beispiele angeführt werden, die suggerieren, dass Lebensqualität und Fitness aneinandergeschnürt seien. In der Gegenwart wird der trainierte Körper manipuliert und fungiert als Gegenstand von Objektivierung und Manipulationsabsichten. Körper und Geist haben nicht mehr viel gemeinsam.²⁸⁶

Wie nahe Körperkult und Körperzwang beieinanderliegen zeigen aktuelle Beispiele.²⁸⁷ Es folgt eine Untersuchung über das Phänomen Selbstobjektivierung als kulturelles Massenphänomen zugunsten von gesellschaftlicher Zugehörigkeit und als Folge der zuvor erarbeiteten Stellung des Körpers.

2.3 Selbstobjektivierung als kulturelles Massenphänomen

Objektivierung kommt für Lindsay Kite durch den Betrachter zustande. In den Medien wird immer deutlicher, dass vor allem der weibliche Körper fokussiert wird. Kite erklärt, dass es ausschließlich darum gehe, wie ein Körper aussehe oder was andere Leute über

²⁸² Vgl. ebd., 178.

²⁸³ Vgl. ebd., 179.

²⁸⁴ Vgl. ebd.

²⁸⁵ Vgl. ebd., 181.

²⁸⁶ Vgl. Jürgen Barkhoff, Dietrich von Engelhardt (Hrsg.), *Körperkult. Körperzwang. Körperstörung im Spiegel von Psychopathologie, Literatur und Kultur*, (Einleitung) IX, Heidelberg 2010.

²⁸⁷ Vgl. ebd., X.

das Aussehen eines Körpers dächten. Dieser werde in den Medien fast ausschließlich beurteilt, nicht nur ästhetisch, sondern auch im Hinblick darauf „wie [er] genutzt und konsumiert werden könne[n].“²⁸⁸ Interessant ist, dass vielen Menschen das Konzept der Objektivierung bekannt ist und sie es auch als solches benennen können. Ihnen ist durchaus bewusst, dass sie mehr oder weniger in Kategorien einteilen und sie auf Basis solcher Zuordnungen beurteilen und beurteilt werden. Kite merkt an, dass dem Betrachter teilweise die Entscheidung abgenommen werde, jemanden zu objektivieren, da dies die Kamera übernehme, indem sie den Körper auf eine bestimmte Art und Weise darstelle. Dennoch werde der Betrachter zu einer Art „Komplize“, da wir die dargestellten Körper betrachten und tatsächlich als Objekte wahrnehmen.²⁸⁹ Das Phänomen ‚Körper‘ ist heutzutage unentbehrlich, da er, je nach Trend, entsprechend gekleidet, mit Make-up versehen und durch Work-outs und Diäten in Form gebracht wird. Es macht immer mehr den Eindruck, als sei unsere Kultur vom Körper besessen. Er bringt das zum Ausdruck, was in unserer Gesellschaft als Werte und Ideale gilt.²⁹⁰ Somit werden besonders schöne Körper in den Vordergrund gerückt. Wie in der Einleitung bereits deutlich wurde, haben vor allem Frauen einen spezifischen Leidensdruck, welcher sich auf die Figur, das Make-up und den Kleidungsstil auswirkt. Mittels Mode und Make-up, gelingt es, den Körper zu betonen und hervorzuheben. Auch, wenn es sich bei dem Schönheitsbegriff um einen abstrakten Begriff handelt, ist er schwer greifbar und vor allem von Vorurteilen geprägt. Beispielsweise gelten aktuell, neben den körperlichen Idealen, auch lange Wimpern und gepflegte, dichte Augenbrauen zu den Schönheitsidealen. Dennoch wollen viele Frauen heutzutage möglichst natürlich, gepflegt und wach aussehen, was eine aufwendige Vorbereitung und ein besonderes Make-up bedeutet. Vor allem Frauen ab 30 Jahren wollen so besonders sportlich und gesund aussehen, indem sie sich schminken, als seien sie ungeschminkt. Gleichmaßen greifen sehr junge Frauen zu ästhetischen Maßnahmen,

²⁸⁸ Vgl. Interviewgespräch zwischen Meghan Murphy und Lindsay Kite: Frauenkörper sind keine Konsumtionsgegenstände. Interview zu den Begriffen Objektivierung und Selbstobjektivierung mit Lindsay Kite, in: Kritische Perspektive. (Hrsg.) *Nachrichten und Kritik zu Kapitalismus und Patriarchat*, Theorie, 2016. URL: <https://kritischeperspektive.com/kp/2016-19-frauenkorper-sind-keine-konsumtionsgegenstaende-interview-zu-den-begriffen-objektivierung-und-selbstobjektivierung-mit-lindsay-kite/>), aufgerufen: Juni 2019.

²⁸⁹ Vgl. ebd.

²⁹⁰ Vgl. Laura Bieger, schöner Körper, hungriges Selbst – Über die moderne Wunschökonomie der Anerkennung, in: Annette Geiger (Hrsg.), *Der schöne Körper. Mode und Kosmetik in Kunst und Gesellschaft*, Köln 2008, 53.

um möglichst reif zu wirken, indem ein „elfenhafter Kindfraulook“ bevorzugt und dieser durch spezielles Make-up und Haarstyling unnatürlich unterstützt wird.²⁹¹

Volker Rippmann²⁹² erklärt in einem Interview der „Welt am Sonntag“, dass eine geglättete Stirn so selbstverständlich sei wie gebleichte Zähne:²⁹³

„Minimalinvasive Eingriffe wie das Spritzen von Botulinumtoxin und Hyaluronsäure sind auch unter Älteren kein Tabuthema mehr. (...) Je kleiner der Eingriff, desto größer die Bereitschaft davon zu erzählen.“²⁹⁴

Außerdem bestätigt auch er, dass jüngere Menschen offener für das Thema der plastischen Chirurgie seien und einfordern „unnatürlich“ auszusehen.²⁹⁵

Schönheit als Statussymbol wird genutzt, um extreme Körperproportionen zu rechtfertigen.²⁹⁶ Für junge Frauen gelten Kim Kardashian oder Kylie Jenner als Vorbilder, jedoch bezieht sich diese Glorifizierung auf die Optik und nicht auf ein Engagement oder eine besondere Leistung. Durch den medialen Diskurs sind Prominente, wie die oben genannten, durchaus einem generationsbedingten Heldentum zuzuordnen. Dennoch geht es hierbei nicht um Eigenschaften wie mutig, furchtlos, stark und intelligent, sondern um schön, sexy, sportlich und kurvig. Diese Oberflächlichkeit überschattet die neue Generation, welche in einer Welt voller Perfektion aufwächst und Schönheit als Lebensziel versteht. Dieser Gedanke ist ebenfalls bei Volker Rippmann zu finden, der erklärt, dass die „Kardashians“ stilbildend seien und vor allem junge Frauen den Wunsch haben, den gleichen geformten Körper zu besitzen, wenngleich der Körper auf Fotos eine ganz andere Wirkung habe als in der Realität.²⁹⁷

„Tatsächlich haben die Kardashians eine ganze Epoche geprägt – vor allem bei jungen Leuten. Ich weise meine Patienten allerdings gern darauf hin, dass dieser formbetonte Körper auf dem Foto eine ganz andere Wirkung hat als im echten Leben. Alles, was extrem ist, funktioniert auf Fotos gut, im echten Leben aber nicht unbedingt. Trifft man einige operierte Celebritys auf der Straße oder bei Veranstaltungen, sehen sie manchmal aus wie Freaks. Den meisten ist das aber völlig egal, wichtig ist nur noch, wie sie auf dem Foto aussehen. Wir haben bei uns

²⁹¹ Vgl. Katharina Pfannkuch, Schönheit ist eine Momentaufnahme, *Maxi* (Hrsg.), München, Juli 2020, 63.

²⁹² Facharzt für plastische und ästhetische Chirurgie.

²⁹³ Vgl. Maria-Antonia Gerstmeyer, Eitelkeit und Eigenfett, in: *Welt am Sonntag* (Hrsg.), 7.6.2020, 56.

²⁹⁴ Ebd.

²⁹⁵ Vgl. ebd.

²⁹⁶ Vgl. ebd.

²⁹⁷ Vgl. ebd.

in der Praxis einen Handspiegel rumliegen, der inzwischen verwaist, weil alle lieber ihr Smartphone in die Hand nehmen und damit ihr Aussehen auf Selfie-Tauglichkeit prüfen.²⁹⁸ Für viele Männer gilt der Halbgott Adonis als „Gipfel männlicher Schönheit“, als welcher er auch in der griechischen Mythologie bekannt war.²⁹⁹ Die Schönheits- und Sportindustrie vermittelt den Eindruck, dass das einzige Ziel eines Mannes darin bestehen müsse, eben diesem griechischen Ideal zu entsprechen, wie etliche Studien Popes zeigen.³⁰⁰ Bilder und Werbeplakate in Fitnessstudios (beispielsweise die Fitnessstudio-Ketten „McFit“ oder „Benefit-Fitness“) zeigen, wie ein ‚richtiger Mann‘ auszusehen hat. Übernatürliche Muskeln, Waschbrettbäuche und gut geformten Taillen schaffen die Basis für den „Adonis-Komplex.“³⁰¹

Durch die allgegenwärtige Konfrontation mit derartigen Bildern wird die Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper in hohem Maße gefördert und im Umkehrschluss die Selbstobjektivierung als Mittel zum Erlangen von Zugehörigkeit gesteigert. Die Bilder des ‚neuen Ideals‘ verknüpfen gesellschaftlichen, finanziellen und sexuellen Erfolg mit dem eigenen Aussehen, was dazu führt, dass viele Menschen beweisen wollen, diesen Erfolg verdient zu haben, da sie dem Ideal entsprechen.³⁰² Dass ein „Selfie“ als Teil der ‚modernen Welt‘ und derzeit wichtigste visuelle Darstellungsform auf Selbstverliebtheit als Mittel zum Erreichen von Zugehörigkeit referiert, soll im Folgenden an einigen Beispielen aufgezeigt werden.³⁰³ Diese Art von Foto wird genutzt, um Teil der gegenwärtigen, medialen Welt sein zu können. Es geht darum, wie man sich gerne darstellen würde, weniger darum, wie man tatsächlich aussieht. Menschen wollen sich von anderen abheben, dennoch verfolgen sie paradoxerweise alle das gleiche Ziel mit der gleichen Maßnahme. Sofortige Rückmeldungen und steigende Followerzahlen machen geradezu süchtig. Die „Saatchi Gallery in London, ein Museum für zeitgenössische Kunst, zeigte 2017 eine kostenlose Ausstellung“ über das „Selbstporträt“, welche erkennen ließ, dass das Selfie aus der

²⁹⁸ Ebd.

²⁹⁹ Vgl. Harrison G. Pope, Katharine A. Phillips und Roberto Olivardia, *Der Adonis-Komplex. Schönheitswahn und Körperkult bei Männern*, München 2001, 18.

³⁰⁰ Vgl. dazu: Harrison G. Pope, Katharine A. Phillips und Roberto Olivardia, *Der Adonis-Komplex. Schönheitswahn und Körperkult bei Männern*, München 2001.

³⁰¹ Vgl. Harrison G. Pope, Katharine A. Phillips und Roberto Olivardia, *Der Adonis-Komplex. Schönheitswahn und Körperkult bei Männern*, München 2001, 25.

³⁰² Vgl. ebd., 26f.

³⁰³ Selfie ist eine umgangssprachliche Abkürzung für das Wort Selbstporträt, bei dem der/die Abgebildete das Foto eigenständig macht.

heutigen Zeit nicht mehr wegzudenken ist.³⁰⁴ Der Museumsdirektor Nigel Hurst erachtet diese Ausstellung als sehr wichtig, da erstmals eine Beschäftigung mit der Geschichte des Selfies erfolgte. Die Saatchi Gallery befasst sich zurzeit noch als einziges Museum mit den sozialen Medien und erforscht Kunst und Technologie. Das „Selbstporträt“ ist ein Trend, der abseits des aktuellen Körperkults schon lange existiert. Er bietet einen Weg, sich auszudrücken, wie Andrew Garrihy³⁰⁵ weiß.³⁰⁶ Viele Smartphones ermöglichen es kreativ zu sein und die Fotografie für sich zu nutzen.

Vor diesem Hintergrund beschreibt Laura Bieger das Phänomen ‚Körper‘: Schönheit löse sich von der existenziellen Realität ab und der Körper werde zum Körperbild, was sich durchaus auch auf das Phänomen „Selfie“ beziehen lässt.³⁰⁷ Diese Versinnbildlichung des Körpers passt sehr gut zu den nachfolgenden Beispielen von zwei InstagramerInnen, die sich über den Körper und inszenierte Schönheit definieren. Es scheint so, als ob diese Inszenierung getrennt vom eigentlichen Sein betrachtet werden müsse. Laura Bieger versucht herauszufinden, was die Funktion und den Wert des als schön geltenden Körpers ausmacht. Sie führt aus, dass Körper nur als schön wahrgenommen werden könnten, wenn sie sichtbar seien. Wie bereits ersichtlich geworden ist, muss der Körper zum Gegenstand unserer Betrachtung werden, was sich durch die Medien erfolgreich unterstützen lässt.³⁰⁸ Um interessant zu bleiben, muss der Alltag dokumentiert werden, was mit ‚Beweisbildern‘ aus dem Fitnessstudio oder Erklärungen zu einem angemessenen Ernährungsverhalten unterstrichen wird. Als Zeichen der Anerkennung gibt es „Likes.“³⁰⁹ Je mehr Likes, desto höher das Ansehen. Die virtuelle Welt wird zum Alltag. Um beinahe minütlich präsent zu sein, wird das Handy nicht mehr aus der Hand gelegt.

Der Mitteldeutsche Rundfunk beschäftigt sich im Rahmen der Dokumentation „Nicht ohne mein Smartphone. Ein Leben für Likes“ (2019) mit dieser Thematik und begleitet

³⁰⁴ Vgl. euronews (Hrsg.), *Vom Selfie zur Selbstdarstellung*, 2017. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=Mw8EKm7CPzQ>, aufgerufen: November 2019.

³⁰⁵ Corporate Marketing Officer bei Huawei.

³⁰⁶ Vgl. euronews (Hrsg.), *Saatchi Gallery. Vom Selfie zur Selbstdarstellung*, 2017. URL: <https://de.euronews.com/2017/07/07/vom-selfie-zur-selbstdarstellung>, aufgerufen: November 2019.

³⁰⁷ Vgl. Laura Bieger, schöner Körper, hungriges Selbst – Über die moderne Wunschökonomie der Anerkennung, in: Annette Geiger (Hrsg.), *Der schöne Körper. Mode und Kosmetik in Kunst und Gesellschaft*, Köln 2008, 54.

³⁰⁸ Vgl. ebd.

³⁰⁹ Vgl. Jens Niehuss, *Nicht ohne mein Smartphone. Ein Leben für Likes*, MDR Mitteldeutscher Rundfunk (Hrsg.), Nah dran, Juli 2019. URL: https://www.mdr.de/mediathek/suche/video-318738_zc-f24cd3d3_zs-20a70875.html, aufgerufen: November 2019.

in diesem Zusammenhang zwei junge Menschen, die ihr Leben in die sozialen Netzwerke verlagert haben und beispielhaft für die gegenwärtige Selbstinszenierung stehen.³¹⁰ Melanie (5.182 AbonnentInnen auf Instagram)³¹¹ erklärt, dass es beinahe unmöglich sei, den Alltag ohne Handy zu bestreiten und dass selbst ein geringer Akkustand ein unerträgliches Gefühl auslöse. Man sei nie eine Minute für sich, was sie mit „So sind wir halt“ quittiert.³¹² Mit „wir“ meint sie alle, die Instagram als mehr als nur ein Hobby betrachten. Selbst die eigene Mutter erkennt ihre Tochter auf den hochgeladenen Fotos teilweise nicht. Sie erklärt in dem Interview, dass sie diesen Teil ihrer Tochter nicht kenne und dass es eine „andere Melanie“ sei.³¹³ Instagram sei ein Aspekt in dem Leben ihrer Tochter, in den sie keinen Einblick habe. Melanie verbringt täglich mehrere Stunden auf der Plattform. Die Namen von Melanie oder anderen InfluencerInnen sowie die jeweiligen Instagram-Benutzernamen werden in der vorgestellten Dokumentation zusammen eingeblendet, so, als ob diese unweigerlich zusammengehören. Ähnlich, wie andere InfluencerInnen ihr Training dokumentieren, wählt Melanie systematisch Outfits und Locations für das perfekte Foto aus. Ihr Freund hat sich eine professionelle Fotoausrüstung zugelegt, um Melanie unterstützen zu können. Dieses Phänomen wird als „Insta-Husband“ bezeichnet:³¹⁴ Ein Mann, der hinter einer erfolgreichen Instagramerin steht. Melanie und ihr Freund haben systematisch erprobt, wie gewährleistet werden kann, dass ein aufwändiges Bild einem Schnappschuss ähnelt. Nach einer mehrstündigen Auswahl wird ein Foto hochgeladen. Melanie achtet vor allem auf ihre Körperhaltung, wie sie erklärt. „Meist seitlich [...] und nicht frontal.“ Beliebt sei auch der „Insta-Walk“, bei dem man langsam, gerade nach vorne, drei bis vier Schritte auf die Kamera zugeht.³¹⁵ Das Bild zeigt ein scheinbar beiläufiges, natürliches Schlendern anstelle der Schritt für Schritt erprobten Inszenierung.

³¹⁰ Die Doku wurde bereits im März 2018 von dem Kanal „Doku Fox Ger“ unter dem Titel: „Generation Instagram – Alles tun für Likes und Follower“ ausgestrahlt. Vgl dazu: Doku Fox Ger (Hrsg.), *Generation Instagram – Alles tun für Likes und Follower*, März 2018. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=T9j9sPqLjto>.

³¹¹ Stand: 14.1.2021

³¹² Vgl. Jens Niehuss, *Nicht ohne mein Smartphone. Ein Leben für Likes*, MDR Mitteldeutscher Rundfunk (Hrsg.), Nah dran, Juli 2019. URL: https://www.mdr.de/mediathek/suche/video-318738_zc-f24cd3d3_zs-20a70875.html, aufgerufen: November 2019.

³¹³ Vgl. ebd.

³¹⁴ Vgl. ebd.

³¹⁵ Vgl. ebd.

„Die dem schönen Körper innewohnenden Spannung, die hier aufscheint, verschärft sich, wenn über ihn ein spezifisches Selbstbild hergestellt werden soll: Nichts, dass wir tun, um eine passende Verkörperung unseres Selbst herzustellen ist frei von dem paradoxen Wunsch, mit dieser Erscheinung gleichermaßen unsere Individualität und die Zugehörigkeit zu einer bestimmten Gruppe auszudrücken, aus dem Kollektiv hervorzutreten und dich mit ihm zu verschmelzen. Beiden aneinander gegenläufigen Dynamiken, und das ist an dieser Stelle wichtig zu betonen, unterliegt dabei das größere Verlangen, gesehen und in dieser Sichtbarkeit affirmiert zu werden. Und der Körper ist hierzu der „natürliche“ Ersatz.“³¹⁶

Wie schon von Brunner formuliert, ist hier Schönheit das Mittel zur Kommunikation.³¹⁷ Melanie hat ihr Studium unterbrochen, um sich ihrer Inszenierung widmen zu können, und einen Nebenjob im Einzelhandel angenommen, um gleichzeitig ihren Lebensunterhalt finanzieren zu können. Sie retuschiert jedes Foto, hebt beispielsweise den Hintergrund hervor und achtet stets auf bestimmte Farbtöne. Die Bilder müssen „makellos schön sein“, weshalb kleine Falten im Gesicht oder auf der Kleidung entfernt werden.³¹⁸ Auch, wenn Melanie zugibt, ihr Hautbild zu verschönern, sieht sie es kritisch, dass „die Mädchen immer dünner werden auf den Fotos“, da sie um das Gesellschaftsideal fürchtet, welches durch immer dünner wirkende Mädchen modifiziert werden kann.³¹⁹ Mädchen wie Melanie schaffen es, über das von ihnen verkörperte Selbstbild als exklusiv angesehen zu werden.³²⁰

Durch Schlagworte, sogenannte Hashtags, kann die Suche auf Instagram erleichtert werden. Oft werden die Heimatstadt oder Schlagworte wie „healthy“ (dt. gesund) oder „Fitness“ verwendet, um die Anzahl der Follower, jener Personen, die an ähnlichen Themen interessiert sind, zu erhöhen. Schon eine kurze Suche mit dem Schlagwort „fit“ oder „Fitness“ zeigt, dass Hunderte von Menschen ihren Namen auf Instagram zusätzlich

³¹⁶ Laura Bieger, schöner Körper, hungriges Selbst – Über die moderne Wunschökonomie der Anerkennung, in: Annette Geiger (Hrsg.), *Der schöne Körper. Mode und Kosmetik in Kunst und Gesellschaft*, Köln 2008, 55.

³¹⁷ Vgl. Karl Brunner, *Was ist Schönheit? Anmerkungen über Ästhetik und Augenblick*, Wien 2015, 81.

³¹⁸ Vgl. Jens Niehuss, *Nicht ohne mein Smartphone. Ein Leben für Likes*, MDR Mitteldeutscher Rundfunk (Hrsg.), Nah dran, Juli 2019. URL: https://www.mdr.de/mediathek/suche/video-318738_zc-f24cd3d3_zs-20a70875.html, aufgerufen: November 2019.

³¹⁹ Vgl. Doku Fox Ger (Hrsg.), *Generation Instagram – Alles tun für Likes und Follower*, März 2018. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=T9j9sPqLjto>, aufgerufen: August 2019.

³²⁰ Vgl. Laura Bieger, schöner Körper, hungriges Selbst – Über die moderne Wunschökonomie der Anerkennung, in: Annette Geiger (Hrsg.), *Der schöne Körper. Mode und Kosmetik in Kunst und Gesellschaft*, Köln 2008, 58.

mit diesen Schlagwörtern versehen haben, um ihre Reichweite zu vergrößern.³²¹ InfluencerInnen werden durch Kommentare und Likes motiviert, immer mehr Fotos zu posten.

Ähnliches gilt für Melanie, die neben Instagram auch einen Blog betreibt. Melanies Mutter Andrea berichtet, dass sie die Einträge zwar lese, jedoch auch Angst habe, dass die Inhalte irgendwann einmal gegen ihre Tochter verwendet werden könnten. Sie gibt zu, noch nicht richtig verstanden zu haben, warum man sich so präsentiere.³²² An diesem Beispiel wird deutlich, dass „Instagram“ einen Generationenkonflikt schafft und dass diese Art von Selbstpräsentation für viele Eltern unvorstellbar oder ihnen gar unbekannt ist. Melanie offenbart ihr Gefühlsleben, woraufhin eine positive Resonanz erfolgt. Ihre Mutter stellt sich die Frage, warum ihre Tochter sich Fremden mitteilt und ihr Innerstes offenbart, obwohl sie nicht weiß, wer die Adressaten dieser teilweise intimen Gedanken sind. Es sei eine normale Entwicklung, dass sich Kinder ab einem gewissen Alter nicht mehr ihren Eltern anvertrauen, jedoch verstehe sie nicht, warum sich Melanie lieber „Fremden“ öffne, statt Nahestehenden.³²³ Melanie setzt sich in ihrem Blog mit ihrer Kindheit auseinander, in der ihr wenig zugetraut wurde und in der sie sich unsicher erlebt habe. Sie sei auf Grund ihres Aussehens gehänselt worden, da ihr Gewicht nicht altersgemäß gewesen sei. Heutzutage wird ihr Aussehen auf Instagram bewundert. Sie empfindet es als eine „Art Genugtuung“, dass sie heute ‚Erfolg‘ hat.³²⁴ Dennoch bezeichnet Melanie Instagram als „Ellenbogengesellschaft“, da die Followeranzahl bestimme, welches Ansehen eine Person genieße.³²⁵ Die zuvor angesprochene Körperversessenheit spiegelt sich in dem großen Aufwand an Energie, Disziplin und Zeit wider, der geleistet wird, um den Körper sichtbar zu machen. Dieses dringende Bedürfnis nach Sichtbarkeit in Verbindung mit Anerkennung und Wertschätzung, ist die Realität der heutigen Notwendigkeit, sich über den Körper darzustellen, um akzeptiert zu werden.

³²¹ Beispiele hierfür sind bei Instagram: „fit_tobi93“ (322.000 AbonnentInnen), „fit_laura“ (147.000 AbonnentInnen), „fitnessoskar“ (107.000 AbonnentInnen), „fitness_kaykay“ (176 AbonnentInnen), Stand: 14.1.2021.

³²² Vgl. Doku Fox Ger (Hrsg.), *Generation Instagram – Alles tun für Likes und Follower*, März 2018. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=T9j9sPqLjto>, aufgerufen: August 2019.

³²³ Vgl. ebd.

³²⁴ Vgl. ebd.

³²⁵ Vgl. ebd.

Dabei geht es nicht um die Darstellung allein, sondern auch darum ‚gesehen zu werden‘ im Sinne von ‚anerkannt sein‘, um den Selbstwert zu gestalten.³²⁶

Wie aktuell das Thema der Selbstinszenierung in den sozialen Netzwerken ist, zeigen viele Dokumentationen. Dabei wird immer wieder betont, wie wertvoll Likes seien. Eine Dokumentation des SRFs („Generation Selfie“ – Was steckt hinter der Selbstinszenierung im Netz“, 2019) beschreibt sie als „Währung des Internets“ und drückt damit aus, dass Influencer in gewisser Weise käuflich und somit auch abhängig von dieser Art von Anerkennung sind.³²⁷ Ein anderer Trend sind beispielsweise „Skinny Selfies.“³²⁸ Dies wird am Beispiel von Sportstudentin Chiara verdeutlicht, die ihren Weg zum Normalgewicht dokumentiert, nachdem sie in eine Magersucht verfallen ist. Ihre Belohnung sind Tausende von Likes. Chiara erklärt: „Ich habe nur eine geringe Wertschätzung für mich selbst. Dieser Zuspruch in Form von Likes tut mir gut.“³²⁹ Sie postet öffentlich Bikinifotos und achtet darauf, dass man ihren flachen Bauch sieht. Dennoch betont sie, dass man nicht unbedingt einen flachen Bauch haben müsse und kommentiert dies mit: „Es ist [...] irgendwie völlig [...] Es macht keinen Sinn.“³³⁰ Chiara wirkt verunsichert. Ihre Rechtfertigung lautet jedoch, zu wissen, dass ein flacher Bauch einfach gut bei den Leuten ankomme. Sie achtet darauf, sich seitlich zu fotografieren, da sie sich so wohler fühle und mehr Likes bekomme. Chiara erhält pro Bild zwischen 1500 und 4000 Likes. Sie ist sich dessen bewusst, dass es sich um eine „Scheinwelt“ handelt. Dennoch gibt sie zu, sich über Likes und Zuspruch zu freuen und begründet dies mit fehlendem Selbstvertrauen und Schüchternheit im Alltag, die sie auf Instagram jedoch ablegen könne.³³¹ Fehlende Wertschätzung des Selbst wird auf Instagram abgelegt, indem ein neuer Mensch konstruiert wird. Junge Mädchen werden zudem zum Abnehmen animiert, woraus sich ein Wettbewerb entwickelt, der sich systematisch zu einer Selbstzerstörung ausweitet.

³²⁶ Vgl. Laura Bieger, schöner Körper, hungriges Selbst – Über die moderne Wunschökonomie der Anerkennung, in: Annette Geiger (Hrsg.), *Der schöne Körper. Mode und Kosmetik in Kunst und Gesellschaft*, Köln 2008, 55.

³²⁷ Vgl. Vanessa Nikisch, „Generation Selfie“ – Was steckt hinter der Selbstinszenierung im Netz, *SRF Doku* (Hrsg.), Februar 2019. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=BxBNPpsWKh8>, aufgerufen: März 2020.

³²⁸ Vgl. ebd.

³²⁹ Vgl. ebd.

³³⁰ Vgl. ebd.

³³¹ Vgl. ebd.

Lindsay Kite erklärt, dass Selbstobjektivierung nicht bedeute, sich selbst als Objekt darzustellen oder sich sogar zu wünschen, dass andere einen als Objekt darstellen. Selbstobjektivierung vollziehe sich vielmehr im eigenen Kopf:

„Es geschieht mit Mädchen und Frauen aller Altersstufen (und zunehmend ebenso mit Jungen und Männer, aber nicht annähernd im gleichen Ausmaß). Wir erleben, wie Mädchen und Frauen, während sie ihrem täglichen Leben nachgehen, zugleich damit beschäftigt sind, sich vorzustellen, wie sie dabei aussehen. Während sie also körperlichen oder geistigen Beschäftigen nachgehen, ist ihre Identität gewissermaßen verdoppelt, denn sie malen sich aus, wie sie aussehen, während sie an ihrem eigenen Leben teilnehmen – also während sie selbst leben, tätig sind und einfach da sind.“³³²

Kite warnt davor, dass dieses Phänomen alles beeinträchtigt, sei es die mentale Energie, die Fähigkeit, Gedanken zu formen, das Vermögen, sich zu konzentrieren oder die Kompetenz, vollständig am Leben teilzunehmen. Individuen objektivieren sich selbst, wenn sie sich danach beurteilen, was andere Leute sehen. Die Kultur der Objektivierung kann aufhören, wenn sich Individuen danach beurteilen, wie sie fühlen, was sie tun und was sie sagen und nicht nach dem, was vielleicht ein vollkommen fremder Mensch gerade über sie denken könnte.³³³ Viele Frauen gehen auch davon aus, dass es sich nicht um Objektivierung oder Unterdrückung handle, wenn sie sich selbst objektivieren, sich also freiwillig für eine Objektivierung entscheiden. Eine Gefahr liegt darin, dass Frauen lernen, ihren Körper zu hassen, da die Darstellung von Frauenkörpern weit verbreitet ist. Es wird für sie Normalität, sich „zu selbstobjektivieren“ und sich in einem „ziemlich oberflächlichen Sinne“ mit ihren Körpern zu beschäftigen.³³⁴ Vor allem junge Menschen sind in dem Paradox gefangen, ihr Innerstes mit dem nach außen gerichteten Selbstbild zu verbinden. Der Körper ist Material der Selbstinszenierung, wenngleich er der Ort sein sollte, an dem der „Wahrhaftigkeitsanspruch seines Selbst“ hervorgebracht wird.³³⁵

³³² Vgl. Interviewgespräch zwischen Meghan Murphy und Lindsay Kite: Frauenkörper sind keine Konsumtionsgegenstände. Interview zu den Begriffen Objektivierung und Selbstobjektivierung mit Lindsay Kite, in: Kritische Perspektive. (Hrsg.) *Nachrichten und Kritik zu Kapitalismus und Patriarchat*, Theorie, 2016. URL: <https://kritischeperspektive.com/kp/2016-19-frauenkoerper-sind-keine-konsumtionsgegenstaende-interview-zu-den-begriffen-objektivierung-und-selbstobjektivierung-mit-lindsay-kite/>), aufgerufen: Juni 2019.

³³³ Vgl. ebd.

³³⁴ Vgl. ebd.

³³⁵ Laura Bieger, schöner Körper, hungriges Selbst – Über die moderne Wunschökonomie der Anerkennung, in: Annette Geiger (Hrsg.), *Der schöne Körper. Mode und Kosmetik in Kunst und Gesellschaft*, Köln 2008, 59.

Der Körper als zentrale Figur markiere seinen Platz in der Welt, wie Laura Bieger schreibt. Er sehe und werde gesehen.³³⁶ Heutzutage müsse sich der Körper immer größeren Anforderungen stellen, was ihn zum einen unentbehrlich mache und zum anderen zum „gesellschaftliche[n] Muss“ degradiere.³³⁷ Anhand dieses gesellschaftlichen Drucks, sich permanent inszenieren und darstellen zu müssen, ist die Überlegung angebracht, dass die Gesellschaft sich in einem Zustand der Furcht befindet. Furcht davor, kein Teil der vorgegebenen Kategorien sein zu können, so dass Inszenierungsmethoden übernommen werden. Furchtlose Fragen entstehen durch Selbstakzeptanz. Die Antworten dazu finden Individuen in ihren seelischen Prozessen, denen in der gegenwärtigen Welt vorzugsweise ausgewichen wird, so dass eine Konfrontation mit identitätsbildenden Prozessen ausgeschlossen bleibt.³³⁸

2.4 Männlich konnotierter Körperkult

Wie sich schon anhand von einigen Auszügen aus Harrison Popes Veranschaulichungen über den männlich konnotierten Körperkult veranschaulichen ließ, gilt es nun, die physischen und psychischen Auswirkungen der Körperfixierung, explizit von Männern, genauer zu untersuchen. Die männliche Identität wird von äußerlichen Erwartungen geprägt. Dies führte bereits in der Antike dazu, dass Männer ihren Körper nicht richtig wahrnehmen konnten, was aktuell als „Körperferne“ bezeichnet wird.³³⁹ Dieser Begriff impliziert außerdem die Angst vor körperlicher Nähe zu anderen Männern und „eine Funktionalisierung von Frauen.“³⁴⁰ Florian Steger bezweifelt beide Hypothesen. Dennoch sollte der Aussage, dass Männer ihren Körper nicht hinreichend wahrnehmen, durchaus Beachtung geschenkt werden. Fitness scheint eine essenzielle Grundlage des männlichen Daseins zu bilden. Medikamentenmissbrauch und Muskelsucht sind nur einige negative Schlagworte, die vor allem mit Männern und dem Kraftsport in Verbindung gebracht werden.

³³⁶ Vgl. ebd., 56.

³³⁷ Vgl. ebd., 57.

³³⁸ Vgl. Carlo Strenger, Die Angst vor der Bedeutungslosigkeit. Das Leben in der globalisierten Welt sinnvoll gestalten, Gießen 2016, 141.

³³⁹ Vgl. Florian Steger, der ideale Männerkörper, in: Jürgen Barkhoff, Dietrich von Engelhardt (Hrsg.), *Körperkult. Körperzwang. Körperstörung im Spiegel von Psychopathologie, Literatur und Kultur*, Heidelberg 2010, 144f.

³⁴⁰ Vgl. ebd.

Der promovierte Sportwissenschaftler Mischa Kläber³⁴¹ erforscht das Thema Doping im Freizeitsport und weiß, dass Medikamentenmissbrauch in verschiedenen Altersstufen allgegenwärtig ist.³⁴² Besonders auffallend ist allerdings der Medikamentenmissbrauch zu körpermodellierenden Zwecken. Der Doping-Konsum in Fitnessstudios ist von 2007 bis 2015 von 5% auf 20% gestiegen, wobei die Dunkelziffer noch höher liegt.³⁴³ Auch viele Kinder und Jugendliche haben schon Erfahrungen mit Anabolika gemacht. Anabole Steroide werden genutzt, um stärker zu werden und dementsprechend auszusehen. Dass sie erhebliche Nebenwirkungen mit sich bringen, rückt oftmals in den Hintergrund, wenn der Wunsch nach Muskeln groß ist. Die schleichende Abhängigkeit, die Anabolika auslösen, ist eine ebenfalls wachsende Gefahr. Die Substanz wirkt außerdem auf die Psyche; Euphorie und Selbstüberschätzung sind oft das Ergebnis des Konsums von derlei Produkten. Sie sind zudem verschreibungspflichtig und demnach ist die Einnahme ohne die Erlaubnis und Kontrolle eines Arztes illegal.³⁴⁴ Konsumenten sprechen von einem „Kick“, wenn sie sich Steroide verabreichen.³⁴⁵ Kläber berichtet, dass es einzig und allein um die „Modellierung des Körpers geht“, weil sich die betreffenden jungen Menschen in erheblichem Maße über ihren Körper definieren.³⁴⁶ Eine bestimmte Körperform wird mit Anerkennung assoziiert. Dass Anabolika nicht mehr nur von Leistungssportlern verwendet werden, sondern ebenso oft von Hobbysportlern, zeigt, in welchem ernstem Zustand sich ein Teil der Gesellschaft befindet. Sportmediziner bezeichnen Anabolika als „Lifestyle-Drogen“, da sich deren Auswirkungen im Sportlichen, als auch im Privaten zeigen.³⁴⁷ Rechtsmediziner Prof. Matthias Graf aus München untersucht in diesem Zusammenhang Menschen, deren Tod auf Anabolikamissbrauch zurückzuführen ist. Er beschreibt eine auffällige Vergrößerung des Herzens, welche vor allem durch solch einen Missbrauch zustande kommt. Die Herzen von Betroffenen sind demnach mit 600-800 Gramm überdurchschnittlich schwer. Üblich ist ein Gewicht von 400 Gramm bei einem

³⁴¹ Mischa Kläber ist promovierter Sportwissenschaftler an der Technischen Universität Darmstadt. Vgl. dazu: Technische Universität Darmstadt, *Profil von Dr. Mischa Kläber*, Darmstadt. URL: https://www.sport.tu-darmstadt.de/sportinstitut/personal/ifs_mitarbeiter/klaeber/profil_6.de.jsp.

³⁴² Vgl. Christian Stracke, *Schöner neuer Mann – Körperkult, Fitnesswahn und tödliche Trends*, *ZDFinfo* (Hrsg.), Juli 2015. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=GYiBYTusHk>, aufgerufen: Juli 2020.

³⁴³ Vgl. ebd.

³⁴⁴ Vgl. ebd.

³⁴⁵ Vgl. ebd.

³⁴⁶ Vgl. ebd.

³⁴⁷ Vgl. ebd.

80 Kilogramm schweren Mann.³⁴⁸ Jeder dritte Deutsche nimmt zudem täglich Nahrungsergänzungsmittel ein.³⁴⁹

Der Sportwissenschaftler und -mediziner Perikles Simon³⁵⁰ erläutert, dass ein Sportler, der sich ausgewogen ernähre, in der Regel keine Nahrungsergänzungsmittel benötige.³⁵¹ Sie schaden mehr, als dass sie die Leistung steigern. Fast 80% der Freizeitsportler haben schon Nahrungsergänzungsmittel zu sich genommen.³⁵² Auf die Lebenserwartung bezogen, wirken sich diese Mittel negativ aus, wie Studien zeigen.³⁵³ Social Media verstärken den Irrglauben, dass Nahrungsergänzungsmittel zu einer guten und noch besseren Fitness sowie einer schnellen Abnahme verhelfen können, indem sie immer wieder angepriesen und in Verbindung mit Sportprogrammen verkauft werden. Ein Beispiel stellt die Marke „Rocka Nutrition“ dar, die neben dem Programm „Size Zero“, eine große Anzahl an Nährstoffdrinks, Aminosäuren, Mineralien auch Eiweißpulver, zuckerfreie Geschmackspulver, Saucen sowie Aufstriche und vieles mehr, was in diese Kategorie fällt, vertreibt.³⁵⁴ Die Produkte werden in verschiedenen Kategorien angeboten: „Proteine“, „Supplements“, „Fitness Food“, oder auch „Gym Fashion“ und „Zubehör“. Außerdem gibt es noch einmal drei Kategorien („Abnehmen“, „Muskelaufbau“ und „Alles für deine Gesundheit“) was unter der Rubrik „Ziele“ gelistet wird und in der alle Produkte, beziehungsweise Nahrungsergänzungsmittel noch einmal für jedes Ziel genannt werden. Es werden ebenso Produkte speziell für Frauen und Männer angeboten.³⁵⁵ Auch die Verbraucherzentrale NRW fasst zusammen, dass Sportler keinen erhöhten Bedarf an Vitaminen und Mineralstoffen haben und die meisten Produkte „teuer“, „nutzlos“ oder sogar „riskant“ seien.³⁵⁶ Beispiele hierfür sind: Aminosäuren

³⁴⁸ Vgl. ebd.

³⁴⁹ Vgl. ebd.

³⁵⁰ Perikles Simon ist Teil des Teams aus Ärzten und Sportwissenschaftlern für die Abteilung „Sport und Medizin Mainz“ der „Johannes-Gutenberg-Universität Mainz“ und zuständig für: Lehre, Forschung, sportmedizinische Tauglichkeitsuntersuchungen und Trainingsberatung. Vgl. Johannes-Gutenberg-Universität Mainz, *Unser Team. Abteilung Sportmedizin, Prävention und Rehabilitation am Institut der Sportwissenschaft*, 2020. URL: <https://www.sportmedizin.uni-mainz.de/unser-team/>, aufgerufen: Januar 2021.

³⁵¹ Vgl. Christian Stracke, Schöner neuer Mann – Körperkult, Fitnesswahn und tödliche Trends, *ZDFinfo* (Hrsg.), Juli 2015. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=GYiBYYTusHk>, aufgerufen: Juli 2020.

³⁵² Vgl. ebd.

³⁵³ Vgl. ebd.

³⁵⁴ Vgl. dazu: Rocka Sports GmbH, *Rocka Nutrition*. URL: <https://www.rockanutrition.de/>, aufgerufen: September 2019.

³⁵⁵ Vgl. ebd.

³⁵⁶ Vgl. Oliver Havlat (Chefredaktion), Nahrungsergänzungsmittel für Sportler – Mit Pillen als Erster durch das Ziel?, in: *Verbraucherzentrale NRW e.V.* (Hrsg.). URL:

Antioxidantien, L-Carnitin und Taurin sowie Koffein, Stoffe, die oftmals zusätzlich eingenommen werden. So wird auch seitens der Verbraucherzentrale noch einmal betont, dass Mängel nur dann auftreten, wenn nicht genug Nährstoffe durch die Nahrung aufgenommen werden können. Es wird nur dann eine Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln empfohlen, wenn eine extreme Diät vorgenommen wird und keine ausreichende Zufuhr von Mineralien und Vitaminen gewährleistet werden könne. Ein Risiko stelle beispielsweise auch eine Überversorgung von Stoffen oder eine Wechselwirkung mit Medikament dar.³⁵⁷ Studien konnten nachweisen, dass angeblich leistungssteigernde Stoffe wie die erwähnten Aminosäuren, Antioxidantien, L-Carnitin und Taurin keine Wirksamkeit auf die Leistung darstellen.³⁵⁸ Eine Ausnahme bilden Koffein und Kreatin bei wenigen Sportarten, allerdings nur bei Personen, die nicht an Koffein gewöhnt seien. Die genannten Nährstoffe wie Taurin, L-Carnitin, antioxidative Stoffe (Vitamin C und E, Beta-Carotin, Polyphenole) sind alle ausreichend in Lebensmitteln wie beispielsweise Fleisch oder Obst sowie Gemüse zu finden, so dass keine zusätzliche Einnahme nötig ist.³⁵⁹

Anhand der bereits dargelegten Beispiele ist festzustellen, dass auch Männer hohen gesellschaftlichen Erwartungen ausgesetzt sind und dass diese mit ihrem Körper zusammenhängen. Dem ‚starken und modernen‘ Mann werden Attribute zugesprochen, welche er teilweise gar nicht erfüllen kann, auch, wenn er diese äußerlich präsentiert oder beispielsweise nicht präsentiert (sprich: wenig sichtbare Muskeln im Rücken,- Schulter,- oder Brustbereich wird mit wenig körperlicher Leistung gleichgesetzt). An dieser Stelle sei betont, dass sich Kraft nicht zwangsläufig an der sichtbaren Muskelmasse bemessen lässt. Ersichtlich wird außerdem, dass sich Männer, aufgrund durch Medien auferlegter Ideale von ihrem Körper entfernen, wenn sich das Selbstbild ändert und Leistungsdruck sowie Angst, einem Ideal nicht entsprechen zu können, allgegenwärtig werden.

Steger fragt, ob eine solche Körperferne überhaupt auf den modernen Mann innerhalb unseres Kulturkreises zutreffen könne.³⁶⁰ Er vertritt die These, dass anstelle einer

<https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/lebensmittel/nahrungsergaenzungsmittel/nahrungsergaenzungsmittel-fuer-sportler-mit-pillen-als-erster-durch-das-ziel-13317>, aufgerufen: September 2019.

³⁵⁷ Vgl. ebd.

³⁵⁸ Vgl. ebd.

³⁵⁹ Vgl. ebd.

³⁶⁰ Vgl. Florian Steger, *der ideale Männerkörper*, in: Jürgen Barkhoff, Dietrich von Engelhardt (Hrsg.), *Körperkult. Körperzwang. Körperstörung im Spiegel von Psychopathologie, Literatur und Kultur*, Heidelberg 2010, 146.

„konzidierenden Körperferne“ heutzutage vielmehr von einem „starken Körperkult“ gesprochen werden müsse. Dieser richte sich auf den männlichen Körper und sei primär nicht in Abgrenzung zum anderen Geschlecht sichtbar.³⁶¹ Steger spricht von einer „unbewussten Abwehr“, ein Aspekt, der in die hier vorliegenden Überlegungen einbezogen werden sollten.³⁶²

Diese ist jedoch nicht grundsätzlich von dem Fakt zu trennen, dass sich Männer von ihrem Körper entfernen können.³⁶³ Um noch einmal deutlich zu werden: Der Begriff Körperferne soll in der vorliegenden Arbeit zum Ausdruck bringen, dass sich Männer von ihrem Körper entfernen, da sie ihn nicht mehr realistisch betrachten oder einschätzen können. Dies hat nichts mit dem Umstand zu tun, dass sich Männer von ihrem Körper entfernen, weil sie ihm nicht mehr nah sein wollen, wie Steger beispielsweise diesen Begriff auslegt. In der vorliegenden Arbeit wird aus dem Grund von Körperferne gesprochen, weil sich Männer von sich selbst entfernen und ihren Körper nicht akzeptieren können, wie er ist.

Im Vergleich dazu sei Stegers Perspektive angeführt:

„Den modernen Mann prägt keine Körperferne. Der moderne Mann ist stattdessen stark auf seinen Körper hin ausgerichtet, ohne daß dieses Verhalten gleich als pathologisch einzustufen wäre. Er nimmt diesen und auch den anderen so stark wahr wie selten zu vor. Er hat ein inniges Verhalten zu seinem Körper, er ist alles andere als fern von ihm und will auch keine primär keine Körperferne erreichen.“³⁶⁴

Dass Männer stark auf ihre Körper ausgerichtet sind und demnach ein inniges Verhältnis zu ihm haben, ist eine Beobachtung, aus der die Körperferne resultiert. Auf Grundlage dieser Aspekte modelliert sich der moderne Mann ein scheinbar ‚perfektes‘ Bild von sich selbst und entfernt sich so von seinem Körper, was unter den Begriff „Körperferne“ fällt. Steger spricht von einem „verzerrten Bild der Realität“³⁶⁵, sofern man davon ausgeht, dass der männliche Körper dem jeweiligen Individuum fern ist, da die Darstellung männlicher Ideale in den Medien sehr stark zugenommen hat. Zunehmender Körperkult bei Männern liegt zum einen an einer wachsenden Entwicklungsperspektive, also einer

³⁶¹ Vgl. ebd.

³⁶² Vgl. ebd., 146f.

³⁶³ Vgl. ebd.

³⁶⁴ Ebd. 150.

³⁶⁵ Vgl. Florian Steger, der ideale Männerkörper, in: Jürgen Barkhoff, Dietrich von Engelhardt (Hrsg.), *Körperkult. Körperzwang. Körperstörung im Spiegel von Psychopathologie, Literatur und Kultur*, Heidelberg 2010, 152.

„Befreiung von sich selbst“, einer Art Selbstfindungsprozess begründet, und zum anderen bildet die Fokussierung auf den männlichen Körper eine neue Herausforderung.³⁶⁶ Männer nutzen Sport als Mittel zur Erreichung des vermeintlichen Ideals. Fitness und Gesundheit gehen Hand in Hand und vor allem Männer definieren Glück anhand ihres Körpers. Niemals zuvor haben sich Männer so intensiv um ihr Aussehen gekümmert wie heutzutage, was durch unrealistische Ideale in den Medien unterstützt wird.³⁶⁷ Im Jahr 2011 wurden 190.000 Schönheitsoperationen verzeichnet. Im Jahr 2014 waren es bereits 500.000, von denen 20.000 Operationen an Männern durchgeführt wurden.³⁶⁸

Dass sich die öffentliche Wahrnehmung grundlegend geändert hat, lässt sich beispielhaft an der Film-Reihe James Bond zeigen. Während der erste James- Bond-Darsteller Sean Connery und seine Nachfolger Roger Moore und Timothy Dalton noch normal bis stämmig gebaut waren, Brustbehaarung zu sehen war und der Körper nicht im Vordergrund stand, wird der aktuelle James Bond (Daniel Craig) für seinen definierten Körper und seine Fitness gelobt und diese Aspekte werden in den Vordergrund gestellt. Es werden offensichtliche Szenen gezeigt, in denen der Körper eine übergeordnete Rolle spielt. Beispielsweise ist eine Szene in dem Film „James Bond 007 - Casino Royale“ (2006) vorzufinden, in der Daniel Craig aus dem Wasser steigt und der Körper nach und nach ‚enthüllt‘ wird, indem die Kamera vor allem den Oberkörper langsam hoch und runter filmt.³⁶⁹ Der Körper stellt demnach den Mittelpunkt dieser Szene dar. Diese Szene ist außerdem auch das Titelbild des Trailers für den Film auf der Videoplattform Youtube.³⁷⁰ Dass sich der Fokus auf männliche Schönheit nicht nur auf den Körper auswirkt, verdeutlicht eine Studie, der zufolge sich der weltweite Umsatz von Männerkosmetik von 2012 bis 2014 um 70% erhöht hat.³⁷¹ Es lässt sich demnach eine „Emanzipation“ der Männer verzeichnen. Dass, was traditionell den Frauen vorbehalten war, Kosmetik, Sinnlichkeit und intensive Körperpflege überträgt sich jetzt auch auf sie. Männer nutzen ihren Körper also nicht mehr nur als Werkzeuge, sondern ebenso als

³⁶⁶ Vgl. ebd., 147.

³⁶⁷ Vgl. Christian Stracke, Schöner neuer Mann – Körperkult, Fitnesswahn und tödliche Trends, *ZDFinfo* (Hrsg.), Juli 2015. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=GYiBYYTusHk>, aufgerufen: Juli 2020.

³⁶⁸ Vgl. ebd.

³⁶⁹ Vgl. dazu: James Bond 007 – Casino Royale, Szene: 0:30 Minute.

³⁷⁰ Vgl. dazu: Casino Royale Official Trailer (2006) James Bond Movie. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=36mnx8dBbGE>, aufgerufen: Dezember 2019.

³⁷¹ Vgl. Christian Stracke, Schöner neuer Mann – Körperkult, Fitnesswahn und tödliche Trends, *ZDFinfo* (Hrsg.), Juli 2015. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=GYiBYYTusHk>, aufgerufen: Juli 2020.

Aushängeschild. Auch die Fixierung auf den Körper und eine damit einhergehende Unzufriedenheit wurden bisher nur Frauen zugeschrieben. Anhand zahlreicher Studien lässt sich nun aufzeigen, dass das Aussehen einen übergeordneten Stellenwert unter Männern hat.³⁷² 52% der befragten Männer denken häufig an ihr Aussehen oder an ihr Gewicht.³⁷³ Selbst unter normalgewichtigen Männern antworten 46%, dass sie häufig an ihr Aussehen dächten.³⁷⁴ Eine andere Studie zeigt zudem, dass mehr Männer als Frauen attraktiv auf das andere Geschlecht wirken wollen.³⁷⁵ Experten haben herausgefunden, dass die Mehrheit junger Männer unzufrieden mit einem Körperteil sind (Brust, Gewicht und Taille bilden dabei die Mehrheit).³⁷⁶ Es lässt sich festhalten, dass Männer ebenfalls Defizite an ihren Körpern entdecken, wodurch eine Unzufriedenheit entsteht und dies eine übergeordnete Rolle in ihrem Leben einnimmt.³⁷⁷ Psychologen erklären dieses Phänomen mit dem sogenannten angeborenem „Reflex für Geschlechtsgenossen“, also dem Wunsch nach Respekt, vor allem seitens des gleichen Geschlechts, auch wenn die Meinung von Frauen nicht unerheblich ist.³⁷⁸ Männer nehmen in diesem Zusammenhang ihren eigenen Körper immer weniger realistisch wahr, empfinden ihre Muskeln als nicht groß genug und träumen von einem Idealbild, welches nüchtern betrachtet gar nicht existiert. Der Begriff „Muskeldysmorphie“ wird in diesem Zusammenhang genannt.³⁷⁹

Dieser Begriff wird ebenfalls von Harrison Pope eingeführt und meint eine „eingebildete Schwächlichkeit“, welche auf ein verzerrtes Körperbild zurückzuführen ist.³⁸⁰ Pope sieht hier eine Analogie zu Menschen, die an Magersucht leiden. Menschen, die an dieser Krankheit leiden, empfinden sich selbst als zu dick, während sie meist ein niedriges Gewicht aufweisen und sichtbar zu dünn sind. Menschen mit

³⁷² Vgl. ebd.

³⁷³ Vgl. dazu: M. McCauley, L. Lintz, A.A. Glenn, *Body Image, Self-Esteem and Depression-Proneness: Closing the Gender Gap*, in: *Sex Roles*, 18 (1988), 381-390.

³⁷⁴ Vgl. dazu: Cash u.a., *The Great American Shape-up*.

³⁷⁵ Vgl. dazu: S.H. Murray, S.W. Touyz, P.J.V. Beaumont, *The Influencer of Personal Relationships on Women's Eating and Body Satisfaction*, in: *Eating Disorders: The Journal of Treatment and Prevention*, 3 (1995), 243-252.

³⁷⁶ Vgl. dazu: M. E. Mishkind u.a., *Embodiment of Masculinity*, in: *American Behavioral Scientist*, 29 (1986), 545-562.

³⁷⁷ Vgl. Harrison G. Pope, Katharine A. Phillips und Roberto Olivardia, *Der Adonis-Komplex. Schönheitswahn und Körperkult bei Männern*, München 2001, 49f.

³⁷⁸ Vgl. Christian Stracke, *Schöner neuer Mann – Körperkult, Fitnesswahn und tödliche Trends*, *ZDFinfo* (Hrsg.), Juli 2015. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=GYiBYYTusHk>, aufgerufen: Juli 2002.

³⁷⁹ Vgl. ebd.

³⁸⁰ Vgl. Harrison G. Pope, Katharine A. Phillips und Roberto Olivardia, *Der Adonis-Komplex. Schönheitswahn und Körperkult bei Männern*, München 2001, 24.

Muskeldysmorphie empfinden ihre Muskeln als zu dünn und sehen sich gleichermaßen als schwach an, obwohl sie sichtbar muskulös sind. Dass Selbstzerstörung in beiden Fällen eine große Rolle spielt, zeigt eine Studie von Pope, die sich intensiv mit den Ängsten der männlichen Probanden und dem damit einhergehenden Gefühl, sich selbst nicht zu genügen, auseinandersetzt und Parallelen zu anderen Krankheiten nachweist. Die vorliegende Studie bezieht sich auf eine internationale Untersuchung von Pope, die durchaus auf den deutschen Raum anzuwenden ist. Zum Vergleich wird zusätzlich eine Studie der Bundesärztekammer (Arbeitsgemeinschaft der deutschen Ärztekammern) und Kassenärztliche Bundesvereinigung hinzugezogen, um den Fokus der Untersuchung weiterhin auf Deutschland zu legen. In der Studie von Pope et al. werden Aussagen von 24 Männern aufgezeichnet, die von Muskeldysmorphie betroffen sind sowie Aussagen von 30 Männern, die nicht betroffen sind, aber in den gleichen Fitnessstudios im Raum Boston trainieren, wie die Männer mit Muskeldysmorphie.³⁸¹ Diese Aussagen werden mit jenen von 25 Collegestudenten verglichen, die an Magersucht leiden sowie mit Aussagen von 25 Studenten ohne Magersucht.³⁸²

„Frage um Frage wiesen die Männer mit Muskeldysmorphie einen Grad an Pathologie auf, der mit dem der Collegestudenten mit Eßstörungen entsprach. Gemeinsam war beiden Gruppen das Bedürfnis, täglich zu trainieren; die Scham über das Aussehen des eigenen Körpers; das Gefühl dick zu sein; die Abneigung gegen den eigenen Körper und häufig eine lebenslange Vorgeschichte von Ängsten und Depressionen. [...] Ebenso wie Magersüchtige gehen Männer mit Muskeldysmorphie oft das Risiko körperlicher Selbstzerstörung ein. Häufig trainieren sie zwanghaft weiter, obwohl sie verletzt sind und Schmerzen haben. [...] Viele von ihnen nehmen potentiell gefährliche Anabolika und andere Pharmazeutika ein, um ihre Muskeln aufzubauen.“³⁸³

Die Gruppe der Männer ohne Muskeldysmorphie ließ keinerlei Auffälligkeiten erkennen, genau wie die Gruppe von Männern ohne Magersucht. Deutlich wird jedoch, dass der Leidensdruck sowie der physische und der psychische Schmerz bei den Männern mit Muskeldysmorphie und den Männern mit Magersucht gleichermaßen stark ausgeprägt ist. Ihr Verhalten weist klare zwanghafte und depressive Muster auf, welche für die Betroffenen rational nicht begreifbar sind. Das körperliche Missfallen bestimmt den

³⁸¹ Vgl. ebd.

³⁸² Vgl. ebd.

³⁸³ Ebd.

Alltag anstelle von Beziehungen oder Freundschaften. Pope begründet dies mit drei Ansätzen, die die Basis für eine Muskeldysmorphie schaffen: (1) einer genetischen, biologisch begründeten Komponente, (2) einer psychologischen Komponente und (3) einer gesellschaftlichen Komponente.³⁸⁴ Die erste Komponente ist auf eine genetische Veranlagung zurückzuführen, obsessive Symptome zu entwickeln. Die zweite Komponente beruht auf Erfahrungen im Kindes- oder Jugendalter, beispielsweise Hänseleien, die sich auf den Körper beziehen. Die dritte Komponente verweist auf den Einfluss der Gesellschaft, die durch Werbung die Botschaft verbreitet, dass ein ‚richtiger Mann‘ auch ‚richtige Muskeln‘ haben müsse.³⁸⁵ Pope erstellt in seinem Werk „Der Adonis-Komplex“ eine diagnostische Kriterien-Liste für Individuen, die unter Muskeldysmorphie leiden (können). Dabei werden konkrete Hinweise geliefert, die im Folgenden reformuliert werden, um eine tatsächliche Sichtbarkeit der Auswirkungen des Körperkults kenntlich zu machen. Die übermäßige Beschäftigung mit der Vorstellung, der eigene Körper könne nicht als männlich und stark anerkannt werden und der Grundgedanke nicht ‚auszureichen‘, definiert Muskeldysmorphie als eine krankhafte Wahrnehmung des eigenen Ichs. Diese Gedanken münden in exzessiven Trainingseinheiten und extremen Diäten. Außerdem werden soziale und berufliche Verpflichtungen aufgegeben, um den Zwang des täglichen Trainings mit entsprechender Ernährung beizubehalten. Es werden zudem Situationen vermieden, in denen der Körper im Mittelpunkt steht. Das Gefühl des Ungenügens und Schwäche führen außerdem zu Beeinträchtigungen in sozialen und beruflichen Lebensbereichen und ein andauerndes Gefühl des Leidens, welches sich auf das gesamte psychische Wesen auswirkt. Aufgrund des verzerrten Körperbildes, könne es zudem zu der Einnahme von leistungssteigernden Mitteln kommen, obwohl die negativen Auswirkungen auf die physische und psychische Gesundheit bekannt sind. Die auffallend große Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper und dessen äußerer Erscheinung folgt wiederkehrend aus dem Gefühl heraus, zu dünn oder nicht ausreichend muskulös zu sein und somit nicht als Teil der Gesellschaft akzeptiert zu werden.³⁸⁶

Steger behauptet die vorstehende Darstellung des gesellschaftlich modernen Mannes sei insofern zutreffend, als er sich und andere Körper „so stark wie selten zuvor“

³⁸⁴ Vgl. ebd., 25.

³⁸⁵ Vgl. ebd.

³⁸⁶ Vgl. ebd., 318.

wahrnehme.³⁸⁷ Er habe ein inniges Verhältnis zu ihm und wolle demnach alles andere als eine Körperferne erreichen. Steger bezieht seine Einschätzung auf jegliche Körperformen, die auf ein gestörtes Verhältnis zum Körper zurückzuführen sind.³⁸⁸ „Männlichkeit“ und „Sexualität“ werden vor allem in Magazinen wie der „Men’s Health“ thematisiert und miteinander in Verbindung gebracht.³⁸⁹ Dabei steht der durchtrainierte und kräftige Mann im Vordergrund. Es wird suggeriert, dass körperliche Fitness mit gesteigerter Sexualität einhergehe, indem Tipps zur Ernährung und Aufrechterhaltung der körperlichen Gesundheit geboten werden.³⁹⁰ Die „Men’s Health“ ist nicht nur käuflich zu erwerben. Einige Artikel können auch kostenlos online eingesehen werden. So werden auf der Startseite bereits einige prägnante Artikel in Form von „Highlights“ präsentiert, um den ‚modernen Mann‘ anzusprechen: „Ernährungsplan Muskelaufbau selbst erstellen – so geht’s!“, „Die besten Tipps für schnellen Muskelaufbau“, „Der Bauch muss weg – so schaffen sie es“, „Diese 4 Sportarten sind nicht gut für deine Potenz.“³⁹¹ Vielen Männern ist die Sorge um ihr Aussehen unangenehm, was eine besondere Empfänglichkeit für Werbung der Fitnessindustrie begünstigt.³⁹² Mit der Sorge um das Aussehen geht unter anderem auch die Sorge um das Haarwachstum oder die Penisgröße einher. Männer, die an einer „körperdysmorpher Störung“ leiden, halten meist eine Operation für die einzig geeignete Lösung, nicht zuletzt, weil sie sich durch die Medien bestätigt fühlen.³⁹³ Ein Drittel aller Männer, die sich einer chirurgischen Behandlung unterziehen möchten, leidet an einer körperdysmorphen Störung.³⁹⁴ Auch andere Studien, wie die von William Pollack und Michael Gurian, beweisen, dass viele junge Männer

³⁸⁷ Vgl. Florian Steger, der ideale Männerkörper, in: Jürgen Barkhoff, Dietrich von Engelhardt (Hrsg.), *Körperkult. Körperzwang. Körperstörung im Spiegel von Psychopathologie, Literatur und Kultur*, Heidelberg 2010, 150.

³⁸⁸ Vgl. ebd.

³⁸⁹ Vgl. dazu: Redaktion „MensHealth.de“ unter der Leitung von Ulrich Dehne, *Men’s Health*, August 2019. URL: <https://www.menshealth.de/>.

³⁹⁰ Vgl. Florian Steger, der ideale Männerkörper, in: Jürgen Barkhoff, Dietrich von Engelhardt (Hrsg.), *Körperkult. Körperzwang. Körperstörung im Spiegel von Psychopathologie, Literatur und Kultur*, Heidelberg 2010, 151f.

³⁹¹ Redaktion „MensHealth.de“ unter der Leitung von Ulrich Dehne, *Men’s Health*, August 2019. URL: <https://www.menshealth.de/>, aufgerufen: November 2019.

³⁹² Vgl. Harrison G. Pope, Katharine A. Phillips und Roberto Olivardia, *Der Adonis-Komplex. Schönheitswahn und Körperkult bei Männern*, München 2001, 259.

³⁹³ Vgl. ebd., 230.

³⁹⁴ Vgl. dazu: D.B. Sarwer u.a., *Body Image Concerns of Reconstructive Surgery Patients: An Underrecognized Problem*, in: *Annals of Plastic Surgery*, 40 (1998), 403-407; siehe auch: D.B. Sarwer u.a., *Body Image Dissatisfaction and Body Dysmorphic Disorder in 100 Cosmetic Surgery Patients*, in: *Plastic and Reconstructive Surgery*, 101 (1998), 1644-1649.

oder sogar Jungen im Grundschulalter Hemmungen in Bezug auf ihr körperliches Aussehen haben und ein hohes Maß an Unzufriedenheit aufweisen.³⁹⁵

Die dargelegten Thesen lassen sich mit einer aktuellen Untersuchung der Bundesärztekammer untermauern. Die Vereinigung der Deutschen Ästhetisch-Plastischen Chirurgen (VDÄPC) verzeichnete eine Verdopplung der operativen Eingriffe bei Männern. Oberlidstraffung, Fettabsaugung, Nasenkorrektur, Gesichtslifting, Bauch- und Oberschenkelstraffung seien die gängigsten operativen Behandlungen bei Männern. Konkret stellen Faltenbehandlungen eine der häufigsten Korrekturen (bei Männern) dar, darauf folgt die Lippenkorrektur (48 %). Durch die technischen Fortschritte und Möglichkeiten der Bildbearbeitungsprogramme, werden Ideale geschaffen, die medizinisch nicht umsetzbar seien. Problematisch ist außerdem, dass die Korrekturingriffe nach vorherigen Operationen drastisch zunehmen.³⁹⁶

Im folgenden Zwischenfazit werden die dargestellten Untersuchungen unter Berücksichtigung der Fragestellung: „Welchen Einfluss hat der Körperkult auf die menschliche Identität sowie auf das Selbst- und Fremdbild“ in einem ersten Schritt zusammengefasst, um diese dann letztlich in den weiteren Kontext der vorliegenden Arbeit einzuordnen.

2.5 Zwischenfazit

Die heutige Gesellschaft als Leistungsgesellschaft zu betrachten zeichnet sich durch den Grundgedanken ‚Schwitzen für den Erfolg‘ aus, was zum einen Fitness als Massenphänomen offenbart und zum anderen zeigt, dass sich mit einem sportlichen Körper Geld verdienen lässt. Doch dieses Phänomen trifft nicht nur auf Influencer/innen oder die jungen Generationen zu, sondern auch auf Top-Manager/innen, die im Fokus der Öffentlichkeit stehen. Marathonläufe oder auf dem Laufband absolvierte Stunden werden dokumentiert und online gestellt. „Fitness ist ein Maßstab für Leistungsfähigkeit

³⁹⁵ Vgl. dazu: W.s. Pollack, *Real Boys: Rescuing Our Sons from the Mythos of Boyhood*, New York 1998; siehe auch: M. Gurian, *A Fine Young Man: What Parents, Mentors, and Educators Can do to Shape Adolescent Boys into Exceptional Men*, New York 1998.

³⁹⁶ Vgl. Bundesärztekammer (Arbeitsgemeinschaft der deutschen Ärztekammern) und Kassenärztliche Bundesvereinigung (Hrsg.), *Zahl der Schönheitsoperationen nimmt zu*, 17.5.2019. URL: <https://www.aerzteblatt.de/nachrichten/103179/Zahl-der-Schoenheitsoperationen-nimmt-zu>, aufgerufen: September 2020.

geworden“, heißt es in einem Bericht der Dill-Zeitung.³⁹⁷ Wie die vorangegangenen Kapitel aufzeigen konnten, lässt sich ein gesellschaftlich geprägter Körperkult in Verbindung mit Selbstoptimierungsbestrebungen feststellen. Mit dem Slogan „everybody is an athlete“ (engl. „Jeder ist ein Athlet“)³⁹⁸ setzt das Fitness-Marketing den Maßstab hoch an und suggeriert, dass außergewöhnliche (menschliche) Leistungen im sportlichen Bereich erzielbar seien. Ein Vergleich und eine ständige Kontrolle der Leistung erfolgen durch zunehmende Digitalisierung, zum Beispiel durch Smartwatches, die den täglichen Druck im Kontext der Leistungsgesellschaft erhöhen. Nicht nur, dass in Deutschland mehr als 11 Millionen Menschen in einem Fitnessstudio angemeldet sind, im Jahr 2018 wurden zudem 5,7 Milliarden Euro für Fitnessprodukte ausgegeben.³⁹⁹ Anhand der im Vorfeld zusammengetragenen Ergebnisse lässt sich konstatieren, dass der Gang ins Fitnessstudio als Norm gilt und dass die Leistung guter SportlerInnen an einem beeindruckenden Körper gemessen wird, abschließend präsentiert in Form eines Instagram-Bildes. Fitnessstudios, die 24 Stunden geöffnet haben, ermöglichen es, zu jedem Zeitpunkt zu trainieren. Personal-TrainerInnen und Ernährungscoaches unterstützen dabei, Ausdauer, Disziplin und Erfolg zu erlangen. Mit der Tatsache, dass die Optik vordergründig als Maßstab für die Bewertung der Willenskraft eines Menschen herangezogen wird, geht einher, dass übergewichtige Menschen zwangsläufig als disziplinos betrachten werden und sich dadurch nicht nur das Selbst-, sondern auch das Fremdbild systematisch verändert.

An dieser Stelle zeigt sich, dass sich *These 4, Der Körperkult verleitet zu einem verzerrten Selbst- und Fremdbild und führt zu sozialer Ausgrenzung*, als ein gegenwärtiger Normzustand der heranwachsenden Gesellschaft betrachten lässt.

Fitten Körpern werden zwangsläufig positive Eigenschaften zugeschrieben, denn die Medien suggerieren, dass ein fitter Körper Erfolg im Beruf und im Privaten garantiere. Sport wird heutzutage immer mehr als Aufforderung angesehen, sich selbst und seine Erwartungen zu übertreffen.⁴⁰⁰ „Man glaubt gleichzeitig, an einem fitten Körper eine

³⁹⁷ Vgl. Dominik Christopher Storck, Schwitzen für die Likes, VRM Medien, in: *Dill-Zeitung* (Hrsg.), 11.4.2020, 4.

³⁹⁸ Werbespruch des Nike-Gründers Bill Bowermann mit der Mission: „bring inspiration and innovation to every athlete in the world (if you have a body, you are an athlete).“ Vgl dazu: Nike, *our mission*. URL: <https://about.nike.com/>, aufgerufen: November 2019.

³⁹⁹ Vgl. Dominik Christopher Storck, Schwitzen für die Likes, VRM Medien, in: *Dill-Zeitung* (Hrsg.), 11.4.2020, 4.

⁴⁰⁰ Vgl. ebd.

optimale Selbstverwirklichung ablesen zu können. Doch wer nicht dem Ideal entspricht, gerate in Gefahr, ausgeschlossen zu werden.“⁴⁰¹ Frauen machen Männern zunehmend Konkurrenz in Bezug auf muskulöses Aussehen, was sich vor allem an weiblichen Stars der Film- und Musikbranche erkennen lässt, die sich in den Medien präsentieren und inszenieren.⁴⁰² Es resultiert nicht nur ein Konkurrenzkampf der Geschlechter, sondern auch ein unentwegtes Preisgeben der eigenen Privatsphäre in der Hoffnung auf Zugehörigkeit. Das Bild des starken Mannes, der auf Jahrmärkten Gewichte stemmte und als Attraktion galt, wird heutzutage als Norm empfunden.⁴⁰³ Selbst weibliche Körper sind ganz ohne muskuläre Ausstrahlung undenkbar. Unser System belohnt die (medial inszenierte) Selbstoptimierung, welche individuell angepasst wird.⁴⁰⁴ Sie lässt sich somit als einen permanenten Prozess verstehen, in dem immer wieder neue Ziele gesetzt werden, um sich an neue Möglichkeiten und Herausforderungen anzupassen. Das Optimum, also der bestmögliche Zustand, treibt den Menschen jeden Tag aufs Neue in einen „Such- und Kompromissbildungsprozess“, bestimmt von den in den Medien präsentierten Idealen.⁴⁰⁵ „Trotz Individualisierung und Pluralisierung sind diese Ziele eingebettet in kulturelle Wertesysteme, Normen, Wunsch- und Idealbilder.“⁴⁰⁶

Selbstoptimierung lässt sich als gemeinsames Streben und als Berührungspunkt in der Gesellschaft definieren, was

*These 1 - Das moderne Verständnis von Schönheit führt zu einer Selbstinszenierung des Individuums, in der der Kampf zwischen Anpassung und Freiheit auf neue Weise seinen Ausdruck findet - in Form einer Technologie Bestätigung finden lässt, die das Individuum zur Gestaltung des Selbst anwendet.*⁴⁰⁷

Der Wunsch nach sichtbaren Muskeln offenbart sich in einem täglichen Kampf. Die sozialen Netzwerke unterstützen das Ziel der Formung des eigenen Körpers, was sich

⁴⁰¹ Ebd.

⁴⁰² Beispiele hierfür sind: Sophia Thomalla, Sylvie Meis oder internationale Stars wie Jennifer Lopez oder Halle Berry.

⁴⁰³ „Auftritte von Kraftmenschen“ gehörten zu bewährten Schaustellungen aus dem 19. und frühen 20. Jahrhundert. Vgl. Kölner Stadt-Anzeiger (Hrsg.), *Russenschaukel und stärkster Mann der Welt*, 13.4.2006. URL: <https://www.ksta.de/russenschaukel-und-staerkster-mann-der-welt-13297310>, aufgerufen: August 2020.

⁴⁰⁴ Vgl. Arte (Hrsg.), *Im Muskel-Wahn*, Mai 2020. URL: https://www.youtube.com/watch?v=amN78_1dbSo, aufgerufen: Mai 2020.

⁴⁰⁵ Vgl. Stefanie Duttweiler, Nicht neu, aber bestmöglich: Alltägliche Selbstoptimierung in neoliberalen Gesellschaften, in: APuZ, *Der neue Mensch*, Bonn 2018, 107.

⁴⁰⁶ Ebd.

⁴⁰⁷ Vgl. ebd., 108.

letztlich als Sinnsuche beschreiben lässt. Es geht um die Lust am eigenen Körper, welche eine Art ‚Ära des Selfies‘ eingeläutet hat. Die Muskeln erfüllen keinen besonderen Zweck, etwa jenen, dass man mit ihnen besonders weit werfen oder besonders schnell rennen kann. Es geht vielmehr darum, ein Schönheitsideal zu verkörpern und mit diesem optischen Gut in Anlehnung an die Antike das Schöne als Spiegelbild des Guten zu definieren. Der Körperkult beinhaltet zum einen die Hoffnung auf Anerkennung für die Arbeit, die einen fitten und muskulösen Körper ausmacht und zum anderen lassen sich narzisstische Züge erkennen und auf das aktuelle Menschenbild anwenden.⁴⁰⁸ Der Körper ist wesentlicher Bestandteil des modernen Zeitalters. Es gilt, ihn zu erhalten und auszubauen. Gleichzeitig wird er als Option der Selbstverwirklichung betrachtet, indem das Selbst sichtbar gemacht und nach außen getragen wird.⁴⁰⁹

These 1 lässt sich demnach auch als verzweifelte Suche nach einem glücklichen Augenblick zusammenfassen. Das selbstgewählte Ziel eines jeden Individuums ist dennoch einzig und allein (soziale) Zugehörigkeit, auch, wenn dieser Wunsch oftmals unter dem Deckmantel der gesundheitlichen Fürsorge verborgen ist. Der fitte Körper erlangt nicht nur soziale Anerkennung, ihm werden auch Eigenschaften wie Ehrgeiz und Disziplin zugeschrieben, da die gesundheitliche Vorsorge durch die Optik sichergestellt werden kann.⁴¹⁰ Angesichts der gesammelten Ergebnisse kann festgestellt werden, dass Selbstverantwortung und Leistungsbereitschaft Voraussetzungen dafür bilden, als vollwertiger Teil der Gesellschaft akzeptiert werden zu können. Sie gelten nicht etwa für den beruflichen Erfolg, sondern lediglich für das, was das Individuum als optischen Beweis liefert. Nur von dieser Ebene ausgehend kann ein Effekt in bestimmten Lebensbereichen, wie Beruf und Beziehung, erlangt werden. Sofern ein Individuum nicht bereit ist, seinen Körper oder seine Einstellung zu ändern, kann (gesellschaftlich) wenig bewirkt werden, wie es scheint.⁴¹¹ Der Mensch befindet sich also in einem unaufhörlichen Anpassungsprozess, der soziale Ausgrenzung fördert, Authentizität schwinden und in

⁴⁰⁸ Vgl. Arte (Hrsg.), *Im Muskel-Wahn*, Mai 2020. URL: https://www.youtube.com/watch?v=amN78_1dbSo, aufgerufen: Mai 2020.

⁴⁰⁹ Vgl. Stefanie Duttweiler, Nicht neu, aber bestmöglich: Alltägliche Selbstoptimierung in neoliberalen Gesellschaften, in: APuZ, *Der neue Mensch*, Bonn 2018, 110.

⁴¹⁰ Vgl. ebd., 113.

⁴¹¹ Vgl. ebd., 116.

dem das Selbst verkümmern lässt, somit zu einer „I am training to get better“- Mentalität wird.⁴¹²

90 % der Deutschen kennen InfluencerInnen, die im medialen Zeitalter als richtungsweisend aufzufassen sind.⁴¹³ 55 % der Deutschen nehmen InfluencerInnen inzwischen als „bezahlte Werbefiguren“ wahr, was deren Glaubwürdigkeit herabsetzt.⁴¹⁴ 2018 haben 50 % der Follower/innen ein Produkt oder eine Dienstleistung erworben, nachdem er/sie von einem/einer InfluencerIn empfohlen worden war.

Aktuell sind es 52 %.⁴¹⁵ Die Sehnsucht danach, etwas Besonderes zu sein oder zu machen und die Sucht nach Likes und positiven Kommentaren lassen sich tagtäglich beobachten. Fotos von ‚healthy food‘ und ‚perfekten Menschen‘ zieren die Werbetafeln. Aus Haferschleim wird Porridge und große Firmen wenden sich an Blogger/innen, die ihre Produkte auf inszenierten und bearbeiteten Bildern präsentieren. „Nur noch ein Filter drüber und der Tag würde perfekt aussehen“ ist der Innbegriff von Instagram und dem Wunsch nach Perfektion, die man sich abseits der Realität aufbauen kann.⁴¹⁶

Antonia C. Wesseling äußert in ihrer Kolumne für das „Handelsblatt“ Folgendes und drückt damit eine bedenkliche und doch wichtige Botschaft in Form einer Frage aus: „Schießen wir Bilder, um uns an den perfekten Moment zu erinnern oder wollen wir mit den Fotos den Augenblick perfekt aussehen lassen?“⁴¹⁷ Der Druck und der Wunsch nach Vollkommenheit lassen sich sowohl auf Seiten der Blogger/innen als auch auf Seiten der Follower/innen erkennen und entlarven die Medien als Scheinwelt.

Pamela Reif beschreibt sich in dem Vorwort ihres Buches „You Deserve this“ als ihr ganzes Leben lang „unglaublich glücklich.“⁴¹⁸ Das Buch erschien bei dem Verlag „Community Editions“, ein Verlag für „Social Media Influencer.“⁴¹⁹ Sie ist Influencerin

⁴¹² Vgl. ebd.

⁴¹³ Vgl. Irmela Schwab, Influencer Marketing mit Abnutzungserscheinungen, in: *W&V (Verlag Werben & Verkaufen GmbH)* (Hrsg.), Oktober 2019. URL: https://www.wuv.de/tech/influencer_marketing_mit_abnutzungserscheinungen, aufgerufen: März 2020.

⁴¹⁴ Vgl. ebd.

⁴¹⁵ Vgl. ebd.

⁴¹⁶ Vgl. Antonia C. Wesseling, „Die Scheinwelt auf Instagram kotzt mich an. Ich spiele trotzdem mit“, in: *Orange by Handelsblatt GmbH* (Hrsg.), August 2017. URL: <https://orange.handelsblatt.com/artikel/31670>, aufgerufen: März 2020.

⁴¹⁷ Vgl. ebd.

⁴¹⁸ Vgl. dazu: Pamela Reif, *You deserve this. Einfache und natürliche für einen gesunden Lebensstil*, Köln 2019.

⁴¹⁹ Vgl. Community Editions (Hrsg.), *Der Verlag für Social Media Influencer*. URL: <https://www.community-editions.de/>, aufgerufen: Januar 2021.

mit 7 Millionen FollowerInnen⁴²⁰ bei Instagram.⁴²¹ Ihre Fotos zeigen sie leicht bekleidet oder bei Fitnessübungen. Oftmals haben InfluencerInnen keine Berufsausbildung, Studienabschlüsse oder anderweitige bildende Praxiserfahrungen. Sie sind keine ausgebildeten JournalistInnen oder studierte RedakteurInnen, was die heutige Generation negativ darstellt und Zweifel an der eigenen Person aufkommen lässt. Der Vergleich mit der „realen“ Welt löst Besorgnis und Misstrauen aus, da die sozialen Medien, vorwiegend Instagram, als ein Geschäft angesehen werden müssen.⁴²² Kritisch betrachtet, ist der Aspekt des Austauschs über andere aktuell der einzige Punkt, der die Menschen zusammenhält und verbindet.

Ein Experiment des Max-Planck-Institutes offenbart, dass bereits im Kindesalter eine „wohlwollende Art des Lästerns“ zu erkennen sei.⁴²³ Tratsch fördere die menschliche Kooperation und sei zudem wichtig für den Zusammenhalt, so Forscher.⁴²⁴ Neurowissenschaftler erforschten zudem, dass Likes das gleiche Glücksgefühl auslösen, wie ein „Offline-Job.“⁴²⁵ In einem Versuch des Arbeitsbereichs biologische Psychologie und kognitive Neurowissenschaft der Freien Universität Berlin wurde erforscht, dass soziale Anerkennung wie eine Droge wirke.⁴²⁶ Es wurden insbesondere die Parallelen von Online- und Offline-Verhalten betrachtet und die Aktivierungsmuster des Belohnungszentrums aufgezeichnet. Dies wurde mit der jeweiligen Facebook-Nutzung in Zusammenhang gebracht. Deutlich wurde, dass Personen, die die sozialen Netzwerke intensiv nutzen, stark auf Lob reagierten. Der Körper wird durch einen vom Belohnungszentrum (lat. Nucleus accumbens) ausgelösten körpereigenen Rausch in einen glücklichen und starken Zustand versetzt. Durch die Ausschüttung von Dopamin wird der Mensch in einen positiven Zustand versetzt und fordert mehr von dem, was das zuvor angedeutete Suchtgefühl nach sozialer Anerkennung auslöst. Das Gehirn gewöhnt sich an das Gefühl der positiven Rezensionen in Form von Likes und Kommentaren, was

⁴²⁰ Stand: 16. Januar 2021.

⁴²¹ Vgl. Nena Schink, Warum mich die Influencer-Welt anekelt, in: *Orange by Handelsblatt GmbH* (Hrsg.), Juni 2019. URL: <https://orange.handelsblatt.com/artikel/61544>, aufgerufen: März 2020.

⁴²² Vgl. ebd.

⁴²³ Vgl. Jana Hauschild, Wie Lästern verbindet, in: *Spiegel Wissenschaft* (Hrsg.), Mai 2017. URL: <https://www.spiegel.de/wissenschaft/mensch/laestern-schmierstoff-zwischen-menschen-a-1147818.html>, aufgerufen: März 2020.

⁴²⁴ Vgl. ebd.

⁴²⁵ Vgl. Josefa Raschendorfer, Gefällt euch wer ich bin?, in: *ZEIT Wissen* (Hrsg.), Nr. 5/2016, August 2016. URL: <https://www.zeit.de/zeit-wissen/2016/05/soziale-netzwerke-internet-likes-verhaltenspsychologie>, aufgerufen: März 2020.

⁴²⁶ Vgl. ebd.

bedeutet, dass die eigenen Erwartungen tagtäglich übertroffen werden müssen, damit sich dieses Glücksgefühl regelmäßig einstellen kann. Die vorliegenden Forschungsergebnisse verweisen darauf, dass Selbstinszenierung in den sozialen Medien täglich professioneller und auffallender arrangiert werden muss. Derzeit gilt an vielen öffentlichen Orten ein Selfie-Stick-Verbot, da die mit waghalsigen Fotos verknüpfte Verletzungsgefahr zu groß wird.⁴²⁷ Internationale WissenschaftlerInnen interessieren sich aktuell für die Online-Selbstinszenierung im Vergleich zu Offline-Gesprächen. Hier zeigt sich, dass die Menschen nur 60 % der Informationen persönlich offenbaren, während in sozialen Netzwerken 80 % persönliche Informationen und Inhalte geteilt werden und zudem die Reichweite deutlich größer ist.⁴²⁸

Forschende von der Universität Pennsylvania fanden heraus, dass wir umso mehr persönliche Informationen offenbaren, je mehr Menschen zuhören. Dies wird mit der „natürlichen Egozentrik des Menschen“ begründet. Die These der Untersuchenden⁴²⁹ lautet: „Ohne dass uns jemand durch seine unmittelbare Anwesenheit darauf hinweist, dass er unsere Aufmerksamkeit sucht oder Rat braucht, gehen wir den Aufwand, die Perspektive zu wechseln, nicht ein.“⁴³⁰ Das Ergebnis ist, dass die Probanden den Fokus auf ihren Gegenüber erst im Zweiergespräch legen konnten. Innerhalb dieses Perspektivwechsels konnten Informationen mitgeteilt werden, die dem Gegenüber nützlich zu sein schienen. In größeren Gruppen zeigte sich, dass die TeilnehmerInnen Informationen vermieden, die sie selbst schlecht dastehen lassen könnten.⁴³¹ Somit zeigt sich abschließend erneut, dass mit den sozialen Medien ein Tool erschaffen wurde, welches keine realitätstreuen Maßstäbe setzt und nicht realisierbare Hoffnungen auf ein anderes Leben weckt. Hinzu kommt, dass ein vollkommen utopisches Bild von Schönheit und Makellosigkeit vermittelt wird, die als Grundeigenschaften einer funktionierenden Gesellschaft deklariert werden.

⁴²⁷ Vgl. ebd.

⁴²⁸ Vgl. ebd.

⁴²⁹ Alixandra Barrasch und Jonah Berger erforschten in ihrer Studie Broadcasting-Situationen (Informationen werden mit einem großen Publikum geteilt) und Narrowcasting-Situationen (Es gibt eine Unterhaltung zwischen zwei Personen). Vgl. Josefa Raschendorfer, Gefällt euch wer ich bin?, in: *ZEIT Wissen* (Hrsg.), 5/2016, August 2016. URL: <https://www.zeit.de/zeit-wissen/2016/05/soziale-netzwerke-internet-likes-verhaltenspsychologie>, aufgerufen: März 2020.

⁴³⁰ Vgl. ebd.

⁴³¹ Vgl. ebd.

Um den Fakt der sozialen Ausgrenzung zu verdeutlichen, lässt sich in diesem Zusammenhang die Kritik des früheren Facebook-Managers Chamath Palihapitiya anführen, der äußert, dass unsere Gesellschaft durch die sozialen Medien „auseinanderzureißen“ drohe.⁴³² Zudem bezeichnet Palihapitiya die sozialen Netzwerke als „soziale Bestätigungsmaschine“ und kritisiert die sozialen Medien als manipulativ, da es möglich sei, Werbung so einzusetzen, dass die Nutzer/innen das jeweilige Produkt als beliebt anerkennen. Wahrheit und Beliebtheit seien demnach aneinander gebunden. Wie bereits schon angedeutet, erklärt Palihapitiya, dass das Feedback in den sozialen Medien mit dem Ausstoß von Dopamin im Gehirn gleichzusetzen sei. Da die Gewöhnung relativ schnell eintritt, bedarf es immer häufiger eines Ausstoßes, was zu einer Loslösung von der Welt führt, so Palihapitiya.⁴³³

In diesem Zusammenhang sollte zudem die Bedeutung von Freundschaft genauer untersucht werden. Der Philosoph Björn Vedder betont deren Relevanz in diesem sozialen Wandel, da sie auf gegenseitiger Anerkennung beruhe. Er differenziert zwischen qualitativer und quantitativer Bestätigung, die sich jeweils auf einen kleinen, guten gegenüber einem oberflächlichen, weitläufigen beziehen. Anerkennung bilde demnach den Antrieb für soziale Kontakte und Freundschaften. Vedder erklärt, dass der Mensch Anerkennung erzeuge, indem er selbst der Erwartung der Gesellschaft entspreche. Auf Grundlage der gerade dargelegten Untersuchungen wird nachfolgend ein neuer Gedanke formuliert. Der Fakt, dass Individuen sich nicht von der ‚einen‘ Schönheit lösen können, könnte sich auf fehlendes Vertrauen innerhalb der Gesellschaft zurückführen lassen. Gründe dafür können zum einen die Angst vor Ausgrenzung und der damit zusammenhängende Verlust von Anerkennung, zum anderen Misstrauen in die Menschheit sein, da Schönheit das Dogma der Zeit zu sein scheint und somit die Suche nach Identität und Sinn offenbart.⁴³⁴ Digitale Medien nehmen nicht nur maßgeblich Einfluss auf individuelle sinnliche Wahrnehmungen, sie stellen gleichzeitig eine Quelle einer ästhetischen Antizipation dar. Durch dieses Verhältnis besteht nicht nur die Gefahr,

⁴³² Vgl. Nils Jacobsen, Ex-Facebook-Manger erneuert Kritik: „Social Media kreiert Gesellschaft, die Wahrheit mit Beliebtheit verwechselt“, in: *MEEDIA GmbH*, Dezember 2017. URL: <https://meedia.de/2017/12/12/ex-facebook-manager-legt-nach-social-media-kreiert-gesellschaft-die-popularitaet-mit-der-wahrheit-verwechselt/>, aufgerufen: März 2020.

⁴³³ Vgl. ebd.

⁴³⁴ Vgl. BENEDIKT PICTURES, „Schönheit ist Wahrheit und Wahrheit ist Schönheit“, *Interview mit Regisseur Julian Benedikt über seinen Film*, 2011. URL: http://www.benediktpictures.com/wp-content/uploads/2011/12/Interview_SNS.pdf, aufgerufen: Oktober 2018.

dass das Individuum in eine digitale Abhängigkeit gerät, um sich selbst bestätigen zu können, sondern auch jene, dass das ästhetische Versprechen digitaler Medien zum Mittelpunkt anerkennungstheoretischer Bedürfnisse wird.

3 Geschlechterdarstellung in den Medien – *MaLisa Stiftung*

In diesem Abschnitt folgt eine kurze Vorstellung der „MaLisa Stiftung“, die sich eine „freie, gleichberechtigte Gesellschaft“ zum Ziel gemacht hat, um eine weitere Problematik des Körperkults in den Medien aufzuzeigen – die Geschlechterdarstellung.⁴³⁵

Die Darstellung der einzelnen Studien in Anlehnung an die Vorstellung der „MaLisa-Stiftung“, dient ebenfalls der Betrachtung bestimmter Konsumtrends unter Einbezug damit einhergehender starrer Rollenmuster und dem Ziel den Körperkult als Problem sichtbar zu machen. Durch die Veröffentlichung privater Schutzräume entsteht der Gedanke, dass es gesellschaftlich vorgegeben wird, wie sich Individuen – je nach Geschlecht – zu verhalten haben. In diesem Zusammenhang stellt sich die Frage nach dem eigenen (Rollen)Anspruch an sich selbst und dem Anspruch der Gesellschaft an das Individuum. Soziale Netzwerke täuschen Sicherheiten vor, führen jedoch meist dazu, dass sich Menschen in Abhängigkeiten begeben, was zusätzlich einem Theaterstück gleicht und das Bild der Marionette formt.

Anhand der folgenden Studien wird erneut deutlich, welche Rolle dem Körper in der gegenwärtigen Gesellschaft zugeordnet wird und dass der Verlust von Bildung und Medienkompetenz ein übergeordnetes Problem in den sozialen Netzwerken darstellt.

Die Stiftung „MaLisa“ ist 2016 von Maria Furtwängler⁴³⁶ und Elisabeth Furtwängler⁴³⁷ gegründet worden und setzt sich auf internationaler Ebene für die „Beendigung von Gewalt gegen Frauen“ sowie, insbesondere in Deutschland, für die

⁴³⁵ Vgl. Maria und Elisabeth Furtwängler, Über die Stiftung, in: *Malisa Stiftung* (Hrsg.), 2016. URL: <https://malisastiftung.org/ueber-die-stiftung/>, aufgerufen: August 2019.

⁴³⁶ „Stifterin und Vorstandsmitglied, promovierte Ärztin, Schauspielerin, Produzentin“ und Kuratoriumspräsidentin der Hilfsorganisation German Doctors und Mitbegründerin der Digital Life Design-Konferenzreihe „DLDWomen“. Vgl. Maria und Elisabeth Furtwängler, Über die Stiftung. Das Team, in: *MaLisa-Stiftung* (Hrsg.), 2016. URL: <https://malisastiftung.org/ueber-die-stiftung/#team-mfurtwaengler>, aufgerufen: November 2019.

⁴³⁷ „Stifterin und Vorstandsmitglied, Musikerin, Kunsthistorikerin“, initiierte mit Hilfe von German Doctors und lokalen Hilfsorganisationen „MaLisa“ Home. Vgl. Maria und Elisabeth Furtwängler, Über die Stiftung. Das Team, in: *MaLisa Stiftung* (Hrsg.), 2016. URL: <https://malisastiftung.org/ueber-die-stiftung/#team-mfurtwaengler>, aufgerufen: November 2019.

Überwindung von Rollenbildern ein.⁴³⁸ Priorität genießen die Stärkung von Frauen und Mädchen sowie eine Reduzierung der geschlechterspezifischen Diskriminierung in Deutschland. Der im Folgenden vorgestellte Schwerpunkt der Stiftung beschäftigt sich mit der Darstellung von Frauen und Mädchen in den Medien und dem gesellschaftlichen Kontext dieses Phänomens.⁴³⁹ Schon 2017 hat die Stiftung eine Studie zur Ermittlung von Geschlechterdarstellungen im deutschen Film und Fernsehen initiiert. Dies wurde intensiviert, indem die Darstellung von Frauen und Männern in den sozialen Medien, insbesondere auf Youtube und Instagram, genauer untersucht wurde.⁴⁴⁰ Die Fragen nach dem Verhältnis von ‚Körper‘ und ‚Geschlecht‘ sind zugleich auch in der Kulturanthropologie so aktuell wie umstritten.

„Wenn es dem Menschen nämlich nicht mehr möglich ist, eine stabile persönliche Identität auf transzendente oder nationale Bindungen zu gründen, bleibt als letztes Medium seines biographischen Projekts der eigene Körper in seiner Geschlechtlichkeit. Seit das Leben nur noch irdisches und einzelnes Leben ist, ist der Körper automatisch ins Zentrum gerückt.“⁴⁴¹

Die vorgestellten Studien dienen zur Veranschaulichung und als faktenbasierte Problematik in den sozialen Medien, unter Berücksichtigung von empirischen Daten. Rollenklischees und Herabwürdigungen der eigenen Person durch Selbstinszenierung stellen einen Großteil der Videos auf YouTube, TikTok oder Instagram dar. Die „MaLisa Stiftung“ nimmt sich dem an, indem in Zusammenarbeit mit dem „Internationalen Zentralinstitut für das Jugend- und Bildungsfernsehen“ (IZI) Geschlechterdarstellungen aufgedeckt und kritisch hinterfragt werden. Mit dem Ziel, das Bewusstsein für Selbstinszenierung und die Konstruktion von Geschlecht in den Medien zu schärfen, steht die MaLisa-Stiftung für ein selbstbewusstes Handeln von Frauen.

⁴³⁸ Vgl. Maria und Elisabeth Furtwängler, Über die Stiftung, in: *MaLisa Stiftung* (Hrsg.), 2016. URL: <https://malisastiftung.org/ueber-die-stiftung/>, aufgerufen: August 2019.

⁴³⁹ Vgl. Maria und Elisabeth Furtwängler, Geschlechterdarstellung in Film und Fernsehen. „Audiovisuelle Diversität“, in: *MaLisa Stiftung* (Hrsg.), 2017. URL: <https://malisastiftung.org/studie-audiovisuelle-diversitaet/>, aufgerufen: August 2019.

⁴⁴⁰ Vgl. ebd.

⁴⁴¹ Wolfgang Reinhard, *Lebensformen Europas. Eine historische Kulturanthropologie*, München 2004, 43.

3.1 Geschlechterdarstellung in Musikvideos und Selbstinszenierung von jungen Mädchen auf Instagram

Die repräsentative Geschlechterstudie „weibliche Selbstinszenierung in den neuen Medien“, präsentiert von der „MaLisa Stiftung“, legt offen, auf welche Art und Weise sich Frauen in den Medien inszenieren.

In diesem Zusammenhang hat Maya Götz vom „internationalen Zentralinstitut für das Jugend- und Bildungsfernsehen“ (IZI) ihre beiden Studien zur „Geschlechterdarstellung in den Musikvideos“ und „Selbstinszenierung von jungen Mädchen auf Instagram“ vorgestellt. Zu diesem Zweck wurden 322 Musikvideos vom IZI inhaltlich untersucht.⁴⁴² Die Studie des IZIs unter der Leitung von Maya Götz diente dazu, die Selbstinszenierung von Mädchen auf Instagram anhand der Gestaltung ihrer Posts zu untersuchen. Sieben Einzelfallstudien wurden durchgeführt und darauffolgend 300 Posts von erfolgreichen InfluencerInnen näher betrachtet. Letztere wurden mit 300 Bildern der Mädchen aus den Fallstudien verglichen. Außerdem wurde eine Befragung von Mädchen zwischen zwölf und 19 Jahren⁴⁴³ vorgenommen.⁴⁴⁴

3.2 Frauenbilder auf YouTube

Elisabeth Prommer von der „Universität Rostock“ und Claudia Wegner von der „Filmuniversität Babelsberg Konrad Wolf“ haben ebenfalls im Auftrag der „MaLisa Stiftung“ ihre Ergebnisse zur „Sichtbarkeit von Gender auf YouTube“ präsentiert und stellen in diesem Zuge ihre Forschung „Selbstermächtigung oder Normierung? Frauenbilder auf YouTube“ vor. 1000 YouTube-Kanäle und 2000 Videos wurden hierfür detailliert untersucht.⁴⁴⁵ Zudem wurden 14 YouTuberinnen „zu ihrer Sicht auf die Branche“ befragt.⁴⁴⁶ Das Forschungsziel der Studie bestand aus zwei Teilstudien zur Ermittlung von weiblichen und männlichen Geschlechterdarstellungen unter folgenden Forschungsfragen:⁴⁴⁷ „Wie sind Frauen und Männer auf der Web-Video-Plattform

⁴⁴² Vgl. Maria und Elisabeth Furtwängler, weibliche Selbstinszenierung in den neuen Medien, in: *MaLisa Stiftung* (Hrsg.), 2019. URL: <https://malisastiftung.org/wp-content/uploads/Selbstinszenierung-in-den-neuen-Medien.pdf>, aufgerufen: August 2019.

⁴⁴³ Stichprobe n=846, davon 404 Mädchen, (n ist die Anzahl der Befragten).

⁴⁴⁴ Vgl. ebd.

⁴⁴⁵ Vgl. ebd.

⁴⁴⁶ Vgl. ebd.

⁴⁴⁷ Vgl. Elisabeth Prommer et al., Selbstermächtigung oder Normierung? Frauenbilder auf YouTube. Ziel und Forschungsmethode der Studie – Zusammenfassung, in: *MaLisa Stiftung* (Hrsg.), 2019. URL:

YouTube repräsentiert, welche unterschiedlichen Darstellungen von Mädchen/Frauen und Jungen/Männern zeigen sich auf der Plattform“ und „welche Motive, welche Entwicklungschancen und welche Fördermöglichkeiten sehen weibliche YouTuberinnen für sich und ihre Kanäle?“⁴⁴⁸

3.3 Audiovisuelle Diversität? Geschlechterdarstellungen in Film und Fernsehen in Deutschland

In der Studie „Audiovisuelle Diversität? Geschlechterdarstellungen in Film und Fernsehen in Deutschland“ (2017) hat die MaLisa Stiftung „ARD“, „ZDF“, „Mediengruppe RTL Deutschland“ und „ProSiebenSat1“ sowie die „Film- und Medienstiftung NRW“, die nationale Filmförderung „FFA“ und den „FilmFernsehFonds Bayern“ einbinden können und so eine Förderung über alle Sendergruppen hinaus geschaffen.⁴⁴⁹ Innerhalb der Studie sind vom Institut für Medienforschung der Universität Rostock unter der Leitung von Elisabeth Prommer 3500 Fernsehprogramme aus dem Jahr 2016 und 800 deutschsprachige Filme der letzten sechs Jahre detailliert zur Geschlechterdarstellung in Film und Fernsehen in Deutschland analysiert worden.⁴⁵⁰

3.4 TikTok-Studie

Die Studie befasst sich mit der Bedeutung der Video-App „TikTok“ für Jugendliche und hinterfragt die vorhandene Medienkompetenz für den Umgang mit der Video-App. „TikTok“ bietet die Möglichkeit unterhaltsame Videos zu posten, in denen Kinder und Jugendliche Choreografien tanzen, sich zu Musikvideos im Takt oder synchron die Lippen zu bewegen. Videos werden geteilt und somit als Kommunikationsmittel genutzt. Das IZI interviewte 1487 Kinder und Jugendliche (im Alter von 6 – 19 Jahren) zu ihrem Nutzungsverhalten von TikTok und 204 TeilnehmerInnen zu den Vor- und Nachteilen dieser Plattform.⁴⁵¹ Die Nutzungsbedingungen der App besagen, dass eine Teilnahme erst

https://malisastiftung.org/wp-content/uploads/YouTube_Prommer_Wegener_Methodenbeschreibung-Final_3-4.pdf, aufgerufen: August 2019.

⁴⁴⁸ Ebd.

⁴⁴⁹ Vgl. Maria und Elisabeth Furtwängler, Geschlechterdarstellung in Film und Fernsehen. „Audiovisuelle Diversität“, in: *MaLisa Stiftung* (Hrsg.), 2017. URL: <https://malisastiftung.org/studie-audiovisuelle-diversitaet/>, aufgerufen: August 2019.

⁴⁵⁰ Vgl. ebd.

⁴⁵¹ Vgl. Internationales Zentralinstitut für das Jugend- und Bildungsfernsehen (IZI), Naiv und sexy auf TikTok unterwegs. Mehr Medienkompetenz von TikTok für Kinder und Jugendliche, in: *Bayrischer*

ab 13 Jahren möglich ist. Durch die Studie wird offenkundig, dass eine Mehrzahl der TeilnehmerInnen deutlich jünger ist. Jede/r Dritte NutzerIn ist zwischen 10 und 13 Jahren alt. 56 % der NutzerInnen sind zwischen 14 und 15 Jahre alt. Deutlich wird auch, dass bei Mädchen (37 % posten selbst Videos) eine aktivere Nutzung zu verzeichnen ist. Tänze (bei Jungen sind es 40 % und 91 % der Mädchen) oder Lippen Synchronisationen (bei Jungen 60 %, bei Mädchen 86 %), also das Nachsingen von Texten, sind die am häufigsten gewählten Aktivitäten. Vor allem Mädchen inszenieren sich sexy und begehrenswert, in dem sie sich in kurzer und körperbetonter Kleidung zeigen und Choreographien tanzen, bei denen der Schwerpunkt deutlich auf Po und Hüfte liegt. Laut der Studie entsteht so eine intime Nähe zwischen ZuschauerInnen und NutzerInnen, da die Videos meist öffentlich gepostet werden und somit für mehr Menschen zugänglich. Dies bedeutet, dass die Videos auch von Menschen angeschaut werden können, die nicht über ein TikTok-Profil verfügen. Problematisch ist zum einen die Überforderung durch unangemessene Bilder (Tierquälerei, Sexismus, Gewalt) und zum anderen, der „nicht ausreichend reflektierte“ Umgang mit ihnen.⁴⁵² Die Studie des IZIs zeigt auf, dass Medienkompetenz unbedingt notwendig ist, wenn es um die Grundeinstellung der öffentlichen Posts von TikTok geht.

„Nur ein*e von vier regelmäßigen Nutzer*innen verändert die Grundeinstellung von TikTok, dass alles öffentlich zu sehen ist.“⁴⁵³ Kritisch zu hinterfragen ist ebenfalls, dass fast jede Zweite 18- bis 19-Jährige schon einmal von Fremden kontaktiert wurde.

Maya Götz, Leiterin des IZIs macht deutlich, dass mehr Schutz auf digitalen Plattformen wie TikTok von Nöten sei und außerdem eine Stärkung der Medienkompetenz bei Kindern, Jugendlichen und Eltern erforderlich, um den Umgang mit den sozialen Medien altersentsprechend und sicherer gestalten zu können.⁴⁵⁴

Rundfunk (Anstalt des öffentlichen Rechts) (Hrsg.), 9.7. 2020. URL: http://www.br-online.de/jugend/izi/deutsch/presse/Pressemitteilungen/PM_TikTok.pdf, aufgerufen: September 2020.

⁴⁵² Vgl. ebd.

⁴⁵³ Ebd.

⁴⁵⁴ Vgl. ebd.

3.5 Ergebnisse

Die Ergebnisse, die im Januar 2019 in der Kinemathek dargeboten worden sind, zeigen exemplarisch auf, dass sich vor allem junge Frauen und Mädchen unter Anwendung von veralteten Rollenbildern darstellen, was dazu führt, dass sie oftmals unterschätzt werden.⁴⁵⁵ In diesem Kontext wird deutlich, dass sich Frauen (71 %) in den Medien stereotypisch nach dem Frauenbild der 50er Jahre inszenieren, indem sie sich überwiegend im privaten Raum zeigen, Schminktipp geben oder Ratschläge im Bereich Nähen, Kochen und Basteln verteilen.⁴⁵⁶ Die Studie offenbart des Weiteren, dass vor allem Männer Themen wie Unterhaltung, Musik, Computerspiele („Gaming-Videos“) bis hin zu politischen Themen bearbeiten und präsentieren.⁴⁵⁷ Zudem ist es ihnen eher möglich, ihre Tätigkeit professionell auszuüben, während Frauen ihr Handeln in den Medien eher als Hobby darstellen. Die Ergebnisse zeigen, dass 64% der Frauen (und 36 % der Männer) ihre Darbietung in den Medien als Hobby deklarieren, während, 61 % der Männer (und 39 % der Frauen) angeben, dass sie ihre Tätigkeit als Beruf betrachteten.⁴⁵⁸ Maria Furtwängler, erklärt, dass Männer „deutlich mehr Ausdrucksmöglichkeiten“ hätten.⁴⁵⁹ Ein weiteres Beispiel sind Musikvideos auf der Plattform YouTube, in denen Frauen überwiegend „sexy und passiv“ dargestellt werden.⁴⁶⁰ Sie werden also überwiegend „sexualisiert inszeniert.“⁴⁶¹ Eine andere Problematik ist jene, dass vor allem diejenigen Frauen auf Instagram erfolgreich sind, die einem „normierten Schönheitsideal entsprechen.“⁴⁶² „Sie sind dünn, langhaarig und beschäftigen sich hauptsächlich mit den

⁴⁵⁵ Vgl. ebd.

⁴⁵⁶ Vgl. Maria und Elisabeth Furtwängler, Geschlechterdarstellungen auf YouTube, Instagram und in Musikvideos. Weibliche (Selbst-)Inszenierung in den neuen Medien, in: *MaLisa Stiftung* (Hrsg.), 2019. URL: <https://malisastiftung.org/geschlechterdarstellung-neue-medien/>, aufgerufen: August 2019.

⁴⁵⁷ Vgl. ebd.

⁴⁵⁸ Vgl. Maria und Elisabeth Furtwängler, weibliche Selbstinszenierung in den neuen Medien, in: *MaLisa Stiftung* (Hrsg.), 2019. URL: <https://malisastiftung.org/wp-content/uploads/Selbstinszenierung-in-den-neuen-Medien.pdf>, aufgerufen: August 2019.

⁴⁵⁹ Vgl. ebd.

⁴⁶⁰ Maria und Elisabeth Furtwängler, Geschlechterdarstellungen auf YouTube, Instagram und in Musikvideos. Weibliche (Selbst-)Inszenierung in den neuen Medien, in: *MaLisa Stiftung* (Hrsg.), 2019. URL: <https://malisastiftung.org/geschlechterdarstellung-neue-medien/>, aufgerufen: August 2019.

⁴⁶¹ MaLisa Stiftung, weibliche Selbstinszenierung in den neuen Medien, in: *MaLisa Stiftung* (Hrsg.), 2019. URL: <https://malisastiftung.org/wp-content/uploads/Selbstinszenierung-in-den-neuen-Medien.pdf>, aufgerufen: August 2019.

⁴⁶² Elisabeth Prommer et al., Selbstermächtigung oder Normierung? Frauenbilder auf YouTube. Ziel und Forschungsmethode der Studie – Zusammenfassung, in: *MaLisa Stiftung* (Hrsg.), 2019. URL: https://malisastiftung.org/wp-content/uploads/YouTube_Prommer_Wegener_Methodenbeschreibung-Final_3-4.pdf, aufgerufen: August 2019.

Themen Mode, Ernährung und Beauty“, was sich in „How-To“⁴⁶³- Videos oder Beauty-Tutorials äußert.⁴⁶⁴

In einer moderierten Diskussionsrunde, zu der junge InfluencerInnen und/oder BloggerInnen eingeladen worden sind, wird noch einmal deutlich, dass sich viele junge Menschen durch die „sexualisierte Inszenierung“ anderer unter Druck gesetzt fühlen.⁴⁶⁵ Hinzu kommen „enge Zuschauererwartungen“ und kritische Kommentare, sobald bestimmte Erwartungen nicht erfüllt werden.⁴⁶⁶ In diesem Zusammenhang sollte auf die Problematik hingewiesen werden, dass vor allem junge Mädchen verurteilt und in stereotype Rollenbilder gedrängt werden, wenn sie sich um das Thema ‚Schönheit‘ bemühen und dies auf öffentlichen Plattformen kenntlich machen. Dennoch macht die Befragung innerhalb der Studie ersichtlich, dass es sehr schwierig ist, „aus dem Themenfeld Beauty auszubrechen und sich neue Genres wie Comedy oder Politik zu erschließen.“⁴⁶⁷ Auch hier sind die normierten Zuschauererwartungen als Begründung relevant. Es zeigt sich demnach, dass stereotypische Darstellungen nicht allein aus persönlichem Interesse heraus entstehen. Anderen Ergebnissen zufolge ahmen Jugendliche „Posen und Aussehen“ einzelner BloggerInnen nach, da sie diese als Vorbilder ansehen.⁴⁶⁸ Oft wird vergessen, dass auf Instagram gepostete Fotos möglichst „natürlich und spontan“ wirken sollen, obwohl sie aufwändig bearbeitet und vorbereitet werden.⁴⁶⁹ Vor allem weibliche Influencerinnen schminken sich explizit für eine Aufnahme und verwenden viel Zeit, um ein ‚perfektes‘ Foto nach bestimmten Vorstellungen zu erhalten. Oftmals wird das eigene Aussehen als unzureichend empfunden. Dies spiegelt sich auch im Falle von Mädchen wieder, die vielen InfluencerInnen folgen, da sie ihre Fotos deutlich stärker bearbeiten als Mädchen, die keinen InfluencerInnen folgen, wie die Umfrage zeigt.⁴⁷⁰ In diesem Zusammenhang ist auch untersucht worden, wie viel Prozent der Mädchen beispielsweise ihre Zähne aufhellen, die Heidi Klum auf Instagram folgen. Die Ergebnisse belegen, dass 69 % der

⁴⁶³ Zu dt. „gewusst-wie“, sind Anleitungen für bestimmte Themenbereiche oder Problemlösungen.

⁴⁶⁴ Vgl. ebd.

⁴⁶⁵ Vgl. ebd.

⁴⁶⁶ Vgl. ebd.

⁴⁶⁷ Vgl. ebd.

⁴⁶⁸ Vgl. ebd.

⁴⁶⁹ Vgl. ebd.

⁴⁷⁰ Vgl. Maria und Elisabeth Furtwängler, Geschlechterdarstellungen auf YouTube, Instagram und in Musikvideos. Weibliche (Selbst-)Inszenierung in den neuen Medien, in: *MaLisa Stiftung* (Hrsg.), 2019. URL: <https://malisastiftung.org/geschlechterdarstellung-neue-medien/>, aufgerufen: August 2019.

Mädchen ihre Zähne auf den Fotos aufhellen und gleichzeitig Heidi Klum folgen.⁴⁷¹ Im Vergleich hellen nur 36 % der Mädchen ihre Zähne auf, die Heidi Klum nicht folgen.⁴⁷² Ein anderes Beispiel sind die 100 % der Mädchen, die Dagi Bee folgen und ihre Haut auf Fotos optisch optimieren.⁴⁷³

Dieses Phänomen spiegelt sich wiederum in den Ergebnissen der „Impact of Beauty Stereotypes“ – einer Studie von Dove wider (2019).⁴⁷⁴ 70 % der befragten Frauen fühlen sich von der Werbung nicht repräsentiert und 66 % haben das Gefühl, „dass nur ausgewählte Körperformen“ dargestellt werden. Außerdem finden 64 % der Frauen, dass Auffälligkeiten (wie Narben oder Hautunebenheiten) am Körper nicht gezeigt werden.⁴⁷⁵ Als Ergebnis der Studie „Selbstinszenierung von jungen Mädchen auf Instagram“ hat sich ein „stetig wiederkehrendes Muster“ in der Selbstinszenierung der Influencerinnen konstatieren lassen. Typische Posen sind:

„Locker, stark und doch sexy: das zur Seite ausgestellte Bein“.

„Das liebenswürdige Mädchen: das zufällige überkreuzte Bein“.

„Ein angewinkelter Arm und die Hand wie beiläufig im Haar.“

„Der attraktiv in S-Form gebogener Körper“

„Der vermeintlich zufällige Blick über die Schulter.“⁴⁷⁶

Dabei wird vor allem sichtbar, dass Mädchen, die Fotos von sich posten, sehr kritisch ihrem natürlichen Aussehen gegenüber eingestellt sind:

„Wenn die eigene Erscheinung der Mädchen für die Erreichung des Influencerinnen-Standards nicht reicht, wird mit Inszenierungstricks und Filtern zur Optimierung nachgeholfen. Es kommt zu einer Verzerrung des Verständnisses von *natürlich* und *spontan*.“⁴⁷⁷

Die Studie verdeutlicht, dass Vielfalt verloren geht, da eine Normierung aller darstellenden Jungen und Mädchen immer dem gleichen Schema folgt. Im Folgenden

⁴⁷¹ Vgl. Maria und Elisabeth Furtwängler, weibliche Selbstinszenierung in den neuen Medien, in: *MaLisa Stiftung* (Hrsg.), 2019. URL: <https://malisastiftung.org/wp-content/uploads/Selbstinszenierung-in-den-neuen-Medien.pdf>, aufgerufen: August 2019.

⁴⁷² Vgl. ebd.

⁴⁷³ Vgl. ebd.

⁴⁷⁴ Vgl. Unilever Deutschland Holding GmbH (Hrsg.), *Happy Birthday, #RealBeauty!*. URL: <https://www.unilever.de/presseservice/news-and-features/2019/20190926.html>, aufgerufen: November 2019.

⁴⁷⁵ Vgl. ebd.

⁴⁷⁶ Vgl. Maria und Elisabeth Furtwängler, Geschlechterdarstellungen auf YouTube, Instagram und in Musikvideos. Weibliche (Selbst-)Inszenierung in den neuen Medien, in: *MaLisa Stiftung* (Hrsg.), 2019. URL: <https://malisastiftung.org/geschlechterdarstellung-neue-medien/>, aufgerufen: August 2019.

⁴⁷⁷ Ebd.

werden vier Aussagen in Bezug auf die Selbstinszenierung in den Medien aufgeführt, die während der Studie in Form von Interviews als Ergebnis erzielt worden sind. Diese Interviews sind Teile der Studien „Geschlechterdarstellung in den Musikvideos“⁴⁷⁸ und „Selbstinszenierung von jungen Mädchen auf Instagram“ unter der Leitung von Maya Götz:⁴⁷⁹

„Man braucht ein perfektes Bild und dafür braucht man manchmal 20 Anläufe. Und das ist so nervig. Weil es einfach nicht schön ist, wenn man dann so lange so geschminkt sein muss, weil man einfach nur 20 Bilder machen möchte“ (Instagram-Nutzerin).⁴⁸⁰

„Je plakativer das Klischee, umso besser wird es geklickt. Je mehr du einem gewissen Schönheitsideal entsprichst oder einer gewissen Erwartung, verdienst du natürlich besseres Geld“ (YouTuberin).⁴⁸¹

„Eine starke Meinung schmälert deinen finanziellen Wert, weil sich dann bestimmte Firmen nicht mehr mit dir zeigen wollen“ (YouTuberin).⁴⁸²

„Ich habe das bei vielen Influencerinnen gesehen, dass man sich auf die Zehenspitzen stellt und ein Bein vor das andere tut. Weil die Beine dann einfach viel, viel schlanker aussehen“ (Instagram-Nutzerin).⁴⁸³

Tilman Borsche bezeichnet dieses Phänomen als „Designer-Self“ und beschreibt in diesem Zuge die „Lust, de[n] Wahn und [die] Verzweiflung an der Machtbarkeit des Selbst.“⁴⁸⁴ Es wird etwas konstruiert, oder vielmehr: „Das Ich entwirft und konstruiert sich selbst.“⁴⁸⁵ Borsche fragt in diesem Zusammenhang: „Wer bin ich, der ich mich selbst entwerfe?“ und „Was ist es, dass ich selbst entwerfe? / das von mir selbst entworfen wird?“ Abschließend stellt er die Frage: „Mit welchem Recht kann und darf ich sagen, dass „ich“ es bin, der „mein“ Selbst entwirft, konstruiert, bildet und gestaltet?“⁴⁸⁶ Diese

⁴⁷⁸ Repräsentativbefragung von 748 Mädchen und Jungen im Alter von 13 bis 19 Jahren zu Nutzung und Rezeption von Musikvideos.

⁴⁷⁹ Repräsentative Rezeptionsstudie von Jugendlichen zwischen zwölf und 19 Jahren (Stichprobe n=846, davon 404 Mädchen).

⁴⁸⁰ Maria und Elisabeth Furtwängler, Geschlechterdarstellungen auf YouTube, Instagram und in Musikvideos. Weibliche (Selbst-)Inszenierung in den neuen Medien, in: *MaLisa Stiftung* (Hrsg.), 2019. URL: <https://malisastiftung.org/geschlechterdarstellung-neue-medien/>, aufgerufen: August 2019.

⁴⁸¹ Ebd.

⁴⁸² Ebd.

⁴⁸³ Ebd.

⁴⁸⁴ Vgl. Tilman Borsche, Designer-Self. Von der Lust, dem Wahn und der Verzweiflung an der Machtbarkeit des Selbst, in: Kirstin Zeyer (Hrsg.), *Werte – Bilder – Erkennen. Festschrift für August Herbst*, Regensburg 2019, 141.

⁴⁸⁵ Vgl. ebd., 142.

⁴⁸⁶ Ebd.

bedeutenden Fragen werden im nachfolgenden Kapitel behandelt, da sie mit dem Begriff der Identität sowie mit seelischen Prozessen in Verbindung gebracht werden sollen.

Im vorliegenden Kapitel sollte es vielmehr um einen aktuellen Abriss der Entwicklung von Geschlechterdarstellung und Selbstinszenierung als Teil des Körperkults gehen. Auffällig ist, dass vor allem „medienkompetente Inszenierung“ vorzufinden ist.⁴⁸⁷

Das Bewusstsein um die Selbstinszenierung ist zudem gegenwärtig. Positionen, Lichtverhältnisse und Farbtöne werden individuell verbessert, was als Teil der Selbstwirksamkeitserfahrung gesehen werden kann. Durch den Vergleich mit anderen Mädchen / Frauen erscheinen die eigenen (individuellen) Makel als Hindernisse, welche wiederum durch Inszenierung vertuscht werden müssen.⁴⁸⁸ Ein ewiger Kreislauf der Abhängigkeit scheint zu beginnen.

Somit stellen die Forschungsergebnisse Belege für die am Anfang aufgestellten These – *These 2 – Die sozialen Medien prägen maßgeblich das ästhetische Denken eines Individuums, was zu einer schematischen Kategorisierung führt und zudem das Verlangen nach Anerkennung fördert* – dar und offenbaren somit, dass Schönheit und der damit verbundene Aufwand keine Privatsache darstellen, sondern „erfolgsorientierte Arbeit, die in tiefer liegende Identitätsschichten hinein reicht.“⁴⁸⁹

Die Ergebnisse eröffnen (mediale) Schönheit und Körperkult als Kommunikationsmittel, um die eigene Identität zu sichern.

⁴⁸⁷ Vgl. Maya Götz, „Man braucht ein perfektes Bild. Die Selbstinszenierung von Mädchen auf Instagram“, in: *TELEVISION digital*, 2019/1, URL: http://www.br-online.de/jugend/izi/deutsch/publikation/televizion/Digital/Goetz-Perfektes_Bild.pdf, aufgerufen: November 2019.

⁴⁸⁸ Vgl. ebd.

⁴⁸⁹ Vgl. Nina Degele, Schönheit – Erfolg – Macht, in: APuZ, *Körperkult und Schönheitswahn*, Bonn, 18/2007, 27.

4 Der Leib-Seele-Begriff aus anthropologischer Sicht und in Anlehnung an die antike Philosophie

Im Folgenden sollen der Körperkult und die damit für die Gesellschaft einhergehende Problematik unter einem weiteren Gesichtspunkt betrachtet werden, und zwar dem des Einflusses der Seelenvorstellung der antiken griechischen Philosophie sowie anthropologischer und religiöser Ideen. Dies ist von Bedeutung, da der Körperkult sowohl physische als auch psychische Auswirkungen hat, auf welche hier Bezug genommen werden soll und die eine Betrachtung unter einem religiösen Gesichtspunkt ermöglichen. In der Intention, den Körper als soziales Phänomen zu verstehen, müssen zunächst die physischen und psychischen Begrifflichkeiten übersichtlich gemacht werden, um sie dann mit religiösen Bedeutungen in Verbindung zu bringen. Der Körper als soziales Phänomen ist deshalb von so hoher Relevanz, da er aktuell als „Produkt der Gesellschaft“ verstanden werden kann und als kultureller Diskurs fungiert. Körper entscheiden über das Menschsein.⁴⁹⁰ Religion, ebenfalls als soziales Phänomen verstanden, steht in einem wechselseitigen Verhältnis zum Körper. Religion und Körper prägen sich gegenseitig. Der menschliche Körper ist für jede Religion von zentraler Bedeutung.⁴⁹¹

Robert Gugutzer beschreibt den Körperkult als „individualisierte Sozialform des Religiösen“.⁴⁹² Vor allem religiöse Rituale werden mit Körpern in Verbindung gebracht (Meditieren, Tanzen, Pilgern, aber auch Beerdigungszeremonien), da es sich hierbei um körperliche Praktiken handelt. Gugutzer ergänzt im Hinblick auf die gegenwärtige Situation, dass sich auf Grund des soziokulturellen Wandels, beispielhaft erklärt anhand der Zunahme der medialen Möglichkeiten und der Reichweite, der Stellenwert von Körper und Religion verändert habe und zwar insofern, dass Religion nunmehr ab- und der Körper aufgewertet werde. Wie die aktuellen Beispiele belegen, wird durchaus eine übergeordnete Rolle des Körpers im alltäglichen Dasein eines Individuums ersichtlich (siehe Kapitel 2 – 2.5, 6.3).⁴⁹³ „Die Individualisierung der Religion ist die Kehrseite der Individualisierung des Körpers und vice versa.“⁴⁹⁴ Das Gleichgewicht zwischen

⁴⁹⁰ Vgl. Robert Gugutzer, *Soziologie des Körpers*, Bielefeld 2015, 54.

⁴⁹¹ Vgl. Robert Gugutzer, Die Sakralisierung des Profanen. Der Körperkult als individualisierte Sozialform des Religiösen, in: Robert Gugutzer und Moritz Böttcher (Hrsg.), *Körper, Sport und Religion. Zur Sozialisierung religiöser Verkörperungen*, Frankfurt am Main 2012, 286.

⁴⁹² Vgl. ebd.

⁴⁹³ Vgl. ebd., 287.

⁴⁹⁴ Ebd.

Individuum und Gemeinschaft beziehungsweise Gesellschaft herzustellen und zu bewahren, das vor allem die christliche Soziallehre beschäftigt hat, wird vorliegend neu behandelt. So stellt sich in diesem Zusammenhang die Frage, ob christliche Ethiken in neuerer Form diese moderne Problematik im Kontext des Körperkults überhaupt aufgreifen. Religion wird in der Moderne als selbstgewählte Möglichkeit verstanden. Gott erfüllt nicht mehr die traditionellen Funktionen, sie werden vom Menschen selbst erbracht. Die Möglichkeiten, die ein Individuum heutzutage hat, gewähren neue Freiheiten, sich selbst aufzuwerten, was sich vor allem auf körperliche Praxis sowie Selbstoptimierungsprozesse beziehen lässt.⁴⁹⁵

„Sinn- und Identitätssuche erfolgen nun immer häufiger über Investitionen ins ‚körperliche Kapital‘, versprechen diese Investitionen doch durch Eigenleistung erzielbare, spür- und sichtbare soziale Erfolge, die wiederum soziale Anerkennung und Selbstgewissheit vermitteln.“⁴⁹⁶

Die theologischen Rückbezüge in Verbindung mit Körpern leisten angesichts der zuvor genannten Darstellungen einen wertvollen Beitrag zu dem aktuellen Diskurs um den menschlichen Körper und erweitern die Bedeutung von physischen und psychischen Begrifflichkeiten sowie das mit ihnen verknüpfte Verständnis. Genauer geht es weniger um Begrifflichkeiten, sondern um die Unterscheidungen zwischen individueller Eigenleistung und dem (von Gott) Geschenkten.

Im biblischen Kontext wird oftmals der Begriff „Leib“ verwendet. So geht man zunächst davon aus, dass mit dem Terminus „Leib“ der Körper, also das „äußerlich-Sichtbare“ gemeint ist. Dies bedeutet wiederum, dass Leib und Körper als dasselbe aufgefasst werden und im Kontext der bisherigen Diskussion unhinterfragt adaptiert wurden. Im Rahmen der vorliegenden Untersuchung werden Leib und Körper getrennt voneinander betrachtet, da auf eine Begriffsdifferenzierung geachtet werden sollte. Der Leib impliziert im biblischen Sinne nämlich nicht nur das äußerlich Sichtbare, sondern umfasst gleichermaßen die Seele.

„Der Begriff ‚Leib‘ (L.) ist eine der deutschen Sprache eigentümliche Unterscheidung, die einen Körper (K.), insofern er als beseelt gedacht wird, durch ein besonderes Wort aus der Menge der übrigen K. heraushebt. Dem griechischen σῶμα, lateinischen ‚corpus‘, italienischen ‚corpo‘, französischen ‚corps‘, spanischen ‚cuerpo‘ und englischen ‚body‘

⁴⁹⁵ Vgl. ebd., 288.

⁴⁹⁶ Ebd., 289.

stehen besonderen Bezeichnungen für L. im Unterschied zu K. nicht zur Seite. [...] So dient der Ausdruck ‚L.‘ eher zur Erörterung des L.-Seele-Verhältnisses; K. dagegen wird allgemeiner von Geist unterschieden, ohne daß damit eine Vereinigung beider angesprochen sein muß.“⁴⁹⁷

Demnach wird der Körper erst durch die Seele zum Leib. Bezugnehmend auf die Relevanz der Gefühle und Stimmungen leiblicher Prozesse, werden in den vorliegenden Kapiteln 4-4.1 und 4.3 dieser Untersuchung die Perspektiven gewechselt und das, was schon in der Bibel als zusammengehörende Einheiten betrachtet wurde, aus einem leibphilosophisch-phänomenologischen Blick heraus gesehen. Gefühle und Stimmungen sind daher als leibliche Prozesse zu verstehen.⁴⁹⁸ Hermann Schmitz bezeichnet beispielsweise Schreck, Schmerz, Hunger und Durst, aber auch Ekel, Müdigkeit und Behagen sowie „leibliche Regungen der Ergriffenheit“ in Form von Trauer, Liebe und Hass als leibliche Regungen. Gefühle werden leiblich spürbar und vereinnahmen den Leib. Aber auch andere, nicht sinnlich wahrnehmbare leibliche Bewegungen wie Einatmen, Ausatmen und Zittern bilden Bestandteile der leibphilosophischen Untersuchung von Hermann Schmitz.⁴⁹⁹ Der Körper ist eine sichtbare und tastbare Oberfläche. Er ist mit Blicken, einer Stimme und einem Gang versehen und somit Teil der „Einleibung.“⁵⁰⁰

Zur theoretischen Grundlage dieses Kapitels dienen zusätzlich Werke aus der philosophischen Anthropologie, seit je Feld für Sozialwissenschaften und Philosophie gleichermaßen (siehe dazu Kapitel 4 – 4.3). In der philosophischen Anthropologie wird davon ausgegangen, dass das Individuum sich seines Lebens bewusst sei. Es können demnach Aussagen über die Grundstruktur der menschlichen Existenz, nicht etwa über das menschliche Wesen, getroffen werden.⁵⁰¹ Vor allem die Bereiche des Körpers und

⁴⁹⁷ Tilman Borsche, Friedrich Kaulbach, Art. Leib, Körper, in: Joachim Ritter, Karlfried Gründer und Gottfried Gabriel (Hrsg.), *Historisches Wörterbuch der Philosophie online*, HWP.H.5238. URL: https://www.schwabeonline.ch/schwabe-xaveropp/elibrary/start.xav?start=%2F%2F%2A%5B%40attr_id%3D%27hwph_productpage%27%5D#_elibrary__%2F%2F*%5B%40attr_id%3D%27verw.leib.korper%27%5D__1599501085340, aufgerufen: August 2020.

⁴⁹⁸ Vgl. Hermann Schmitz, *Der Leib*, Berlin/Boston 2011, V.

⁴⁹⁹ Vgl. ebd., 4.

⁵⁰⁰ Vgl. ebd., 143.

⁵⁰¹ Christian Thies, *Einführung in die philosophische Anthropologie*, Darmstadt 2009, 43.

der Seele stellen „Grundkonstituentien“ des Menschen dar.⁵⁰² Zusätzlich lässt sich verzeichnen, dass der Mensch sich „im Ringen um ein gelungenes Leben“ über seinen Körper selbst zu verwirklichen versucht.⁵⁰³ Die gegenwärtige Körperdisziplinierung, die teilweise durch chirurgische Maßnahmen unterstützt wird, kann nicht mit den Tugenden der Seele gleichgesetzt werden. Die Seele ist vielmehr „Sitz von intellektuellen und emotionalen Befindlichkeiten“, also weltlich konzipiert und kann nicht mit der „Totalidentifikation“ des Menschen mit seinem Körper gleichgesetzt werden.⁵⁰⁴ Doku-Soaps, Vorher-Nachher-Berichte und Schönheitswettbewerbe etc. zeigen im anthropologischen Interesse auf, dass diese Phänomene mit dem Prinzip der „Angstlust“, „spielerisch inszenierten Brüchen des Tabus“ und dem Einblick in den menschlichen Körper ein „massentaugliches Unterhaltungsprogramm“ darstellt. Mit Hilfe des eigenen, zum Teil operativ veränderten, Körpers wird der Bereich des „Intimen“ verlassen und zur „medialen Alltagskultur“ sowie zu einem „Massendiskurs“ erhoben.⁵⁰⁵

„Grundsätzlich lässt sich die operative Körperkorrektur unter die zahlreichen und vielfältigen Methoden menschlicher Selbststilisierung und (körperlicher) Selbstinszenierung einreihen. Es geht um eine Veränderung der Person, die als Verbesserung intendiert ist. Zwar geht der Wunsch zu dieser Veränderung vom Individuum aus und das Einzelindividuum unterzieht sich den erforderlichen Prozeduren freiwillig, doch zeigt schon der Umstand, dass die so genannte Schönheitschirurgie längst ein höchst florierender und ständig rapide wachsender Geschäftszweig ist, dessen Bilanzen nicht aufgrund einiger weniger Ausnahmenindividuen derart brillieren können, dass auch diese postmoderne Art der Selbststilisierung ein sich in subtilen und vielfältigen Wechselwirkungen zwischen Individuum und gesellschaftlichem Kollektiv konstituierendes soziales Phänomen darstellt, dessen weitreichende kulturellen Dimensionen eine intensivere Auseinandersetzung lohnen. Die Einbettung der medizinischen Körperkorrektur in scheinbar zahlreiche heterogene und in medialer Vielfalt ablaufender kollektive Diskurse über – um nur einige Beispiele zu nennen – Schönheit, Jugend, Gesundheit, aber auch über Eliten, Reichtum, Macht, Technik oder Politik legt offen, dass eine weiterführende kulturwissenschaftliche Untersuchung des Phänomens auch in die Tiefenschichten (post-)modernen Gesellschaft zu leiten vermag.“⁵⁰⁶

⁵⁰² Vgl. Barbara Feichtinger, Überlegung zu Aspekten radikaler Arbeit am Körper in Spätantike und (Post-)Moderne, in: Barbara Feichtinger, Stephen Lake und Helmut Seng, *Körper und Seele. Aspekte spätantiker Anthropologie*, Leipzig 2006, 238.

⁵⁰³ Vgl. ebd.

⁵⁰⁴ Vgl. ebd., 241.

⁵⁰⁵ Vgl. ebd., 239.

⁵⁰⁶ Ebd., 239f.

Gegenwärtige Schönheitsoperationen lassen sich beispielsweise mit frühchristlichen Askesepraktiken vergleichen, welche in beiden Epochen Extremphänomene darstellen und zum einen den Wandel verdeutlichen sowie die Radikalität der jeweiligen Kultur hervorheben.⁵⁰⁷ Die intensive Arbeit am eigenen Körper involviert Schmerzen, Leiden und eine omnipräsente und lebenslange Körperdisziplinierung mit der Hoffnung auf Verbesserung. Parallel dazu stehen Enthaltbarkeit, Fasten und religiöse Lehren, welche in der Spätantike praktiziert wurden und das Seelenheil zum Ziel haben, welches heutzutage mit einem durchtrainierten Körper zu erreichen versucht wird.⁵⁰⁸ Die „Steigerung sexueller Attraktivität“ zeigt sich sowohl in der Spätantike als auch in der Postmoderne als wiederkehrendes Narrativ: Der Mensch möchte durch die Bearbeitung des eigenen Körpers Glück und Heilung erreichen.⁵⁰⁹

„Die zentrale Rolle von Körperlichkeit ist bei der (post-)modernen Fokussierung der Außenwirkung als Zentralbestandteil menschlicher Identität offensichtlich. Die meisten Personen, die sich einer so genannten Schönheitsoperation unterziehen wollen oder unterzogen haben, sprechen davon, dass sie sich, ihr ‚Ich‘ verändern wollen. In irgendeiner Form sind oder waren sie mit ihrem ‚alten Ich‘ nicht zufrieden und hoffen und glauben, dass sie es nun mit einem ‚neuen Ich‘ – materialisiert in gestraffter Gesichtshaut, vergrößertem oder verkleinertem Busen, begradigter Nase, abgesaugtem Fettbauch oder aufgespritzten Lippen – eher sein können. Die Transformation des Ich wird in der körperlichen Veränderung so sehr konkretisiert, dass bisweilen das ‚Ich‘ mit dem Körper kongruent erscheint.“⁵¹⁰

Es wird deutlich, dass sich der Mensch in einer postmodernen „Überbetonung“ des Körpers befindet und einen „dualistischen“ Körperhass verkörpert.⁵¹¹

Dies ist insofern von Bedeutung, da in der vorliegenden Arbeit deutlich darauf hingewiesen wird, dass das menschliche Wesen manipuliert, inszeniert und dargestellt wird, in dem es sich einer medialen und öffentlichen Hetzkampagne zur Schau stellt. Da diese Inszenierung auf rein ästhetischen und optischen Voraussetzungen beruht, zeigt sich an dieser Stelle eine Parallele zum menschlichen Wesen, welches sich diesen Maßnahmen unhinterfragt hingibt. Das Ich nimmt gegenüber dem Selbst zwei Einstellungen ein: Die normative Einstellung und die deskriptive Einstellung. In der deskriptiven Einstellung

⁵⁰⁷ Vgl. ebd., 239.

⁵⁰⁸ Vgl. ebd., 240.

⁵⁰⁹ Vgl. ebd., 240.

⁵¹⁰ Ebd., 241.

⁵¹¹ Vgl. ebd., 242.

zeigt sich, wie ein Mensch ist, während die normative Einstellung sich auf die Vorstellung wie das Selbst sein sollte bezieht.⁵¹² Angewendet auf den Körperkult und ganz dem Gesellschaftsideal entsprechend, lässt sich dies auf ein fittes, starkes und schönes Selbst beziehen. Dies wird durch aktuelle TV-Shows wie *Are you the one?*, *Adam sucht Eva*, *Reality Shore* und *Temptation Island* unterstützt, indem ein nur ein bestimmter Körpertypus gezeigt wird und die ProtagonistInnen vermehrt in Bademode, unbekleidet oder in kurzer und betonter (Sommer-)Kleidung zu sehen sind.

Der gerade genannte allgemeine Hinweis auf philosophisch anthropologische Einstellungen ist insofern grundlegend, als eine philosophische Annäherung an die Themen Körperkult und Identität sowie der Zusammenhang zwischen Körper, Leib und Seele erforderlich ist, um eine entsprechende Vernetzung der verschiedenen menschlichen Seins-Bereiche vorzunehmen. Die zuvor genannten Selbstbilder sind immer durch den Blick des Anderen geprägt und werden dann durch das Individuum verinnerlicht. So sind Innen- und Außenperspektive gekoppelt und es entsteht eine permanente Suche nach der Anerkennung des Selbst- und Fremdbildes. Genauere Erläuterungen hierzu finden sich in dem Kapitel zu Plessners exzentrischer Positionalität (siehe dazu Kapitel 4.2).

Die Perspektiven von Vollkommenheit und Unvollkommenheit zeigten sich bereits im „asketischen Diskurs (neu)platonischer Lehren, die das Unglück des Menschen in der Einkerkung einer positiven Seele in einem negativen Körper sahen.“⁵¹³ Gerade deswegen ist der Blick auf antike Tradition von Bedeutung, da sich auch hier eine exzessive Ausrichtung auf den vollkommenen Körper festmachen lässt. Die ausschweifende und unersättliche Konzentration des modernen Individuums auf den Körper lässt eine Identitätsdarstellung durch das Außenbild vermuten:

„Mein Ich konstituiert sich durch mein Außenbild, durch Spiegelungen im mitmenschlichen Du. Damit korrespondiert eine tiefliegende soziale Anpasstheit der modernen Körperkultbewegung, die der (potentiellen) Subjektivität der asketischen Körperarbeit konträr gegenübersteht.“⁵¹⁴

⁵¹² Christian Thies, *Einführung in die philosophische Anthropologie*, Darmstadt 2009, 45.

⁵¹³ Vgl. Barbara Feichtinger, Überlegung zu Aspekten radikaler Arbeit am Körper in Spätantike und (Post-)Moderne, in: Barbara Feichtinger, Stephen Lake und Helmut Seng, *Körper und Seele. Aspekte spätantiker Anthropologie*, Leipzig 2006, 244.

⁵¹⁴ Ebd., 244f.

Es lässt sich wiederholt ein Macht- und Differenzierungsverhältnis feststellen, aus dem sich verschiedentlich schnelllebige und käufliche Gesellschaftsmuster ableiten lassen.

Durch eine einheitliche Vorstellung von Schönheit und der Hoffnung auf berufliche und private Erfolge brechen identitätsstiftende Rollenvorbilder weg und verhindern Individualisierungsprozesse. Das Individuum kann sich demnach nicht formen oder weiterentwickeln, es ist vielmehr permanent damit beschäftigt, sich psychisch und physisch zu verbessern, einzig und allein durch die Arbeit am Körper.⁵¹⁵ Auch, wenn sich teilweise Optimierungsmöglichkeiten im psychisch-emotionalen Bereich (Atmungsübungen, Dankbarkeitsrituale oder Meditationen) etabliert haben, können diese die vorgegebenen Rollenbilder nicht durchbrechen oder gar zu einer gesellschaftlichen Abgrenzung von Schönheitsidealen führen.

Auch die verstärkte Durchführung von Schönheitsoperationen als Selbstoptimierung stützt sich nicht auf das Ziel, als „innerer Mensch“ wahrgenommen zu werden. Anders ist es in der Spätantike, in der das asketisch-christliche Denken in einer Doppelanbindung Gott-Individuum und Individuum-Mitmensch allein auf die Konzentration des inneren Menschen abzielt. Existenziell hierbei ist die Wahrnehmung durch Gott. Die Wahrnehmung durch den Mitmenschen galt nahezu als irrelevant, was durch eine „existenzielle Gemeinschaftsanbindung des Individuums“, beispielsweise an die Familie, herbeigeführt werden konnte. Durch den Glauben und die damit einhergehende Beziehung zu Gott hat die damalige Außenbeurteilung an Bedeutung verloren und eine Betonung von moralischem Denken und Handeln hervorgerufen.⁵¹⁶ Die aktuelle Problematik bezieht sich nicht auf den Körperkult per se oder einen festgesetzten Schönheitsbegriff, sondern vielmehr auf die Verschiebung der „traditionellen Dichotomie zwischen (in der Psyche verortetem) Sein und im (Körper verorteten) Schein auf eine zwischen (natürlichem) Schein und (künstlichem) Schein, die beide im Körper verortet sind.“⁵¹⁷

„Der sozial affirmierte Schein konstituiert die Person – ‚Ich scheine schön, somit bin ich‘ -, die damit von kontinuierlicher Bestätigung durch das mitmenschliche Gegenüber abhängt und

⁵¹⁵ Vgl. ebd., 245.

⁵¹⁶ Vgl. ebd., 248.

⁵¹⁷ Vgl. ebd.

somit im höchsten Maße fragil ist. Die Vernichtung der ästhetischen Existenz droht unablässig, weil sie zutiefst fremdbestimmt ist.“⁵¹⁸

4.1 Die physische und psychische Betrachtung des Menschen

Im Folgenden wird eine gezielte Herleitung des Seelenverständnisses Platons vorgenommen, um daran anschließend den partiellen Verlust der Seelendimension im Rahmen postmoderner Identitätsfindungsstrategien zu bestimmen, die – so eine wesentliche These dieser Arbeit – heute vornehmlich über den Körperkult inszeniert werden.⁵¹⁹ In der Apologie⁵²⁰ (29e, 30b) Platons ist ein Grundsatz zu finden, der in der vorliegenden Arbeit einen zentralen Denkansatz darstellt: Man solle für die Seele sorgen, damit sie „so gut wie möglich“ werde.⁵²¹

Karin Alt zufolge, die sich mit der Frage nach der Seele bei Platon in der Reihenfolge der Dialoge auseinandergesetzt hat, soll die Seele zudem als eine vom „Körper verschiedene Wesenheit, die eigenen Gesetzen unterliegt“, angesehen werden (in Gorgias). So könne man nach dem Tod Spuren des Verhaltens im Leben (Narben infolge von Lügen und Ungerechtigkeit) erkennen.⁵²² Solange die Seele rein und „bei sich ist“, vermag sie auch die unverhüllte wahre Verfassung anderer Seele anzuerkennen.⁵²³ In Phaidon wird verdeutlicht, dass die Seele „bei sich selbst“ sein solle. „Dabei wird die erkennende Schau der Seele nun auf die Ideen, auf das Gerechte, Schöne, Gute selbst bezogen“ (Phaidon, 65c-66a).⁵²⁴ Platon formuliert das Verständnis der Seele in „Politeia“ weiter aus und gliedert die Seele in drei Teile, um so den gerechten Menschen zu bestimmen. Denn nur ein gerechter Mensch könne ein glücklicher Mensch sein.⁵²⁵ Nach

⁵¹⁸ Ebd., 249.

⁵¹⁹ In der vorliegenden Arbeit werden vorzugsweise die klassischen Übersetzungen von Friedrich Schleiermacher genutzt. Zum Vergleich herangezogen werden beispielsweise die Übersetzungen von Otto Apelt.

⁵²⁰ Die „Apologie Sokrates“ ist die „Verteidigungsrede von Sokrates vor dem Athener Geschworenengericht“ und steht am Anfang seiner Hinrichtung und Verurteilung. „Mit der Apologie hat Platon seine Verzweiflung aufgearbeitet“ und es handelt sich weitestgehend um einen Monolog. In der Schleiermacher-Übersetzung heißt es, man solle für seine Seele, „daß sie sich aufs Beste befinde“ (29e), bzw. „daß diese aufs Beste gedeihe“ (30b) sorgen. Vgl. Günter Fröhlich, *Platon und die Grundfragen der Philosophie*, Göttingen 2015, 53, 59 und Vgl. Platon. *Werke in acht Bänden. Griechisch und Deutsch*, Gunther Eigler (Hrsg.), zweiter Band, Darmstadt 1973.

⁵²¹ Vgl. Karin Alt, *Zur Auffassung von Seele und Geist bei Platon, Mittelplatonikern und Plotin*, in: Hyperboreus (Hrsg.), Band 11, Fasc.1, München 2005, 32.

⁵²² Vgl. ebd.

⁵²³ Vgl. ebd.

⁵²⁴ Vgl. ebd., 33.

⁵²⁵ Vgl. Günter Fröhlich, *Platon und die Grundfragen der Philosophie*, Göttingen 2015, 107.

Platon ist es schon während des Lebens Ziel, „mit der Seele selbst, die Dinge selbst“ zu sehen (Phaidon, 83a-b), was das „Ziel des Reinwerdens vom Körperlichen“ innehat.⁵²⁶

Das Wesen der Seele wird bei Platon außerdem zweifach charakterisiert:

- 1) Das Geistige, Göttliche, Unsichtbare, Unsterbliche, Ein-Gestaltige, Unauflösbare und immer in gleicher Weise Seiende (die Seele „an sich selbst“)
- 2) Das Sichtbare, das Sterbliche, Viel-Gestaltige, Auflösbares, Veränderliche (dem Körper zuzuordnen)⁵²⁷

Alles Göttliche (ebenso Geistige) ist für Platon ganz und gar gut, es gibt kein Erkennungszeichen von Negativem. Die Seele sei also auch absolut dem Göttlichen zugehörig und somit gut. Die Seele könne sich jedoch dem eigenen Wesen entfremden, indem sie sich dem Körperlichen zuwendet und sogar angleicht, in dem sie „körperartig“ wird (Phaidon, 81c 9, 83d 5).⁵²⁸ Das Wesen der Seele könne sich nur verändern, wenn sie ihre Reinheit verliere. In der Politeia entwirft Platon das Bild der dreigeteilten Seele (Politeia, 435c-e, 439d-e, 440a-b,e):⁵²⁹

- 1) Geistige Kraft
- 2) Mut (emotionaler Bereich)
- 3) Begierde (emotionaler Bereich)

Hier stellt Platon die Seele als eine „in sich differenzierte Wesenheit“ dar, was sich besonders im Verhalten und Handeln auswirke.⁵³⁰ Platon sieht die Seele als verunstaltet, da sie in der Gemeinschaft mit Körpern und „sonstigen Übeln“ agiert (Politeia, 611c).⁵³¹ Ihr wahres Wesen zeige sich nach wie vor im philosophischen Streben (Politeia, 611e, 612a und Phaidon, 83a-b). In Phaidros definiert Platon die Seele als „Bewegungskraft.“⁵³² Sie bedeutet zugleich Leben, ist „Quelle und Ursprung der Bewegung“ und gleichzeitig ewig und unvergänglich.⁵³³ Platon verdeutlicht die Art der Seele durch die Darstellung eines Pferdegespanns mit einem Lenker (Seelenwagen). Die Seele sei nach Platon mit der

⁵²⁶ Karin Alt, *Zur Auffassung von Seele und Geist bei Platon, Mittelplatonikern und Plotin*, in: Hyperboreus (Hrsg.), Band 11, Fasc.1, München 2005, 33.

⁵²⁷ Vgl. ebd.

⁵²⁸ Vgl. ebd.

⁵²⁹ Vgl. ebd.

⁵³⁰ Vgl. ebd., 33f.

⁵³¹ Vgl. ebd., 34.

⁵³² Vgl. ebd.

⁵³³ Vgl. ebd.

vereinten Kraft eines geflügelten Gespanns zweier Pferde und des Lenkers gleichzusetzen, welches im weiteren Verlauf dieses Kapitels genauer definiert wird.⁵³⁴

„Das Verhältnis des Leibes zum Körper ist also doppelt, ein Verhältnis erstens zum sinnfälligen, zweitens zum naturwissenschaftlichen Körper.“⁵³⁵

Untersucht man nun das psychophysische Problem, auch als Leib-Seele-Problem bekannt und eine der ältesten und bekanntesten Theorien in der Philosophie, gilt es noch einmal deutlich zwischen den Begriffen „Leib“ und „Seele“ zu differenzieren und die Auswirkungen auf die (eigene) Identität zu verdeutlichen. Der Begriff „Psyche“ wird immer wieder mit dem Begriff „Seele“ übersetzt und meint im antiken Griechenland zunächst einmal die Unterscheidung zwischen dem Lebendigen und dem Toten. Der Begriff der Seele kann demnach verschieden gebraucht werden und meint die „gesamte Seele mit ihren rationalen und irrationalen Bereichen wie auch lediglich die emotionalen Seelenkräfte in Abgrenzung zum Geistigen.“⁵³⁶ In Phaidon (105c-105d) heißt es dazu:

„So sage mir denn, sprach er, noch einmal von Anfang an und antworte mir, nicht gerade das, was ich frage, sondern mich nachahmend ein anderes. Ich sage das nämlich, weil ich außer jener vorher gegebenen sicheren Antwort vermittelst des jetzt Gesagten noch eine andere Sicherheit absehe. Denn wenn du mich fragtest, wem was doch in dem Leibe innewohnt, wird dieser warm sein, so würde ich dir nicht jene einfältige sichere Antwort geben: wem Wärme; sondern eine feinere, vermöge des jetzt Gesagten, nämlich: wem Feuer. Und auch, wenn du fragtest, welchem Leibe was doch innewohnt, der krank sein wird, werde ich nicht sprechen: welchem Krankheit, sondern: welchem Fieber. Und auch, wenn was doch einer Zahl innewohnt, wird sie ungerade sein, werde ich nicht antworten: wenn Ungeradigkeit, sondern: wenn Einheit, und so überall. Siehe nun zu, ob du schon zur Genüge verstehst, was ich will. – Vollkommen zur Genüge, sagte er. – Antworte also, sprach er: Wenn was doch dem Leibe innewohnt, wird er lebend sein? – Wenn Seele, antwortete er. – Und verhält sich dies auch immer so? – Wie sollte es nicht? sagte er. – Die Seele also, wessen sie sich bemächtigt, zu dem kommt sie immer Leben mitbringend. – Das tut sie freilich. – Ist nun wohl etwas dem Leben entgegengesetzt oder nichts? – Es ist. – Und was? – Der Tod.“⁵³⁷

Günther Fröhlich hat den Gegensatz von Seele und Tod beziehungsweise den engen Zusammenhang von Seele und Leben für Platon hervorgehoben. Die Seele hat demnach

⁵³⁴ Vgl. ebd., 34f.

⁵³⁵ Ebd.

⁵³⁶ Vgl. ebd., 32.

⁵³⁷ Platon. *Werke in acht Bänden. Griechisch und Deutsch*, Gunther Eigler (Hrsg.), dritter Band, Darmstadt 1974.

immer Anteil am Leben, sie ist das „Prinzip des Lebens.“⁵³⁸ Der Begriff „beseelt“ kann mit dem Begriff „belebt“, gleichgesetzt werden, und zwar im Verständnis der alten Griechen, dass die Seele nicht sterben kann, weil sie Anteil an der „Beseeltheit“ hat „und somit den Tod, das Gegenteil des Lebens, gar nicht an sich heranlassen kann.“⁵³⁹ „Der eminente Zusammenhang zwischen Körper und Geist, zwischen Leib und Seele – oder wie man es sonst bezeichnen will: Körper und Bewusstsein oder Materie und Geist – ist ebenso wenig zu leugnen.“⁵⁴⁰ Um konkret auf den Leib zurückzukommen, lässt sich hier sagen, dass die antike Auffassung des äußerlich Sichtbaren gleichermaßen die Seele impliziert und von der christlichen Philosophie übernommen wird. Im Philosophischen Wörterbuch heißt es zum Leib-Seele-Verhältnis:

„Die Unterscheidung von Leib (L.) und Seele (S.) und nähere Bestimmungen beider gegeneinander sind älter als die philosophische Reflexion ihres Verhältnisses. Zum zentralen Problem wird dieses erst im Cartesianismus, und zwar aufgrund der Tatsache, daß die beiden Begriffe sich nicht mehr nur gegenseitig ausschließen, sondern darüber hinaus das Ganze der endlichen Wirklichkeit umfassen sollen. [...] Vorausgesetzt ist die Existenz belebter und unbelebter Körper. Die S. kommt erst in den Blick, wenn man fragt, was es denn sei, das diese Unterscheidung der Körper bewirke, und insbesondere dann, wenn das Bedürfnis entsteht, eine Kontinuität des Menschen über den Tod hinaus zu bedenken. Nach alter griechischer Vorstellung, wie sie noch bei Homer zum Ausdruck kommt, ist die S. das Leben des L., wahrnehmbarer als sein Atem, der den Körper im Tode verläßt. Es ist also für das Verhältnis von L. und S. von Anfang an kennzeichnend, daß beide getrennt voneinander gedacht werden können, während sie im lebendigen Menschen ungetrennt vereinigt da sind. Problematisch sind vor diesem Hintergrund 1. Die getrennte Existenz der Seele, 2. Die Rangordnung von L. und S. und 3. Die Art und Weise ihrer Vereinigung im beseelten L.“⁵⁴¹

Eine Unterscheidung von „psychisch“ und „physisch“ ist insofern schwierig, als beide nur Oberbegriffe von etwas sind und psychologisch sowie philosophisch differenziert zu

⁵³⁸ Vgl. Günter Fröhlich, *Platon und die Grundfragen der Philosophie*, Göttingen 2015, 97.

⁵³⁹ Vgl. ebd.

⁵⁴⁰ Vgl. ebd., 101.

⁵⁴¹ Tilman Borsche, Rainer Specht, Thomas Rentsch, Art. Leib-Seele-Verhältnis, in: Joachim Ritter, Karlfried Gründer und Gottfried Gabriel (Hrsg.), *Historisches Wörterbuch der Philosophie online*, HWP.H.5239, Basel. URL: https://www.schwabeonline.ch/schwabe-xaveropp/elibrary/start.xav?start=%2F%2F%2A%5B%40attr_id%3D%27hwph_productpage%27%5D#_elibrary__%2F%2F%5B%40attr_id%3D%27verw.leib-seele-verhaltnis%27%5D__1599668554952, aufgerufen: August 2020.

betrachten sind. „Psychisch“ meint im philosophischen Sinne die mentalen Prozesse, also alles, was den Geist, das Bewusstsein und die Subjektivität betrifft. PsychologInnen dagegen beschreiben mit diesem Begriff das Erleben und Verhalten. Der Begriff des ‚Physischen‘ birgt ebenso Unterschiedliches. Hier kann der materielle Körper, der belebte Organismus oder aber auch das aktive Gehirn gemeint sein. Kategorisierungsfehler stiften Verwirrung und führen im Vorfeld von Diskussionen des eigentlichen Problems zu Missverständnissen. Unterschiedliche Begriffspaare verhelfen nicht zur Problemlösung und verhindern eine Auflösung der Ambiguität. Das psychophysische Problem ist als Begriff zu verstehen, „der die Probleme bei der adäquaten Interpretation der Tatsachen der Psychophysik kennzeichnet.“⁵⁴² Hier geht es um die Zuordnung physikalischer Einheiten zu subjektiven Bewusstseinserscheinungen. Empfindungen seien somit messbar.⁵⁴³

Betrachtet man die Frage aus theologischer Sicht, so ist auf den Katechismus zu verweisen, der die Leib-Seele-Einheit betont.⁵⁴⁴ Im Folgenden wird der Substanzdualismus zur Bearbeitung der vorliegenden Thematik hinzugezogen. Auf dieser Grundlage werden Lösungsansätze diskutiert und in einen Zusammenhang mit dem aktuellen Körperkult gebracht. Es stellt sich im Zusammenhang mit dem Substanzdualismus die Frage, warum vor allem mit der mit der platonischen Philosophie argumentiert wird und nicht mit (dem späteren) Descartes (1596-1650). Zur Erinnerung, diese Arbeit zielt auf die Betonung von Körper, Geist und Seele und ebenso auf die Idee des Wahren und Guten bei Platon ab und nimmt dementsprechend seine zentrale Argumentation des Leib-Seele-Problems in diesen Prozess mit auf. Charakteristisch für Platons Philosophie ist vor allem, dass Körper und Seele zwei getrennte Dinge sind. Der Mensch besteht also aus einem Körper und einer Seele, was innehat, dass jedes ohne das andere existieren kann und nur während des Lebens auf der Erde wechselseitig aufeinander einwirkt. Die Seele kann folglich auch nach dem Tod des Körpers bestehen

⁵⁴² Vgl. Wilhelm Witte, Art. Problem, psychophysisches, in: Joachim Ritter, Karlfried Gründer und Gottfried Gabriel (Hrsg.), *Historisches Wörterbuch der Philosophie online*, HWPH.3272. URL: https://www.schwabeonline.ch/schwabe-xaveropp/elibrary/start.xav?start=%2F%2F%2A%5B%40attr_id%3D%27hwph_productpage%27%5D#_elibrary__%2F%2F*%5B%40attr_id%3D%27verw.problem.psychophysisches%27%5D__1599507054222, aufgerufen: August 2020.

⁵⁴³ Vgl. ebd.

⁵⁴⁴ Vgl. Lehrbuch für den christlichen Glaubensunterricht, Art. Katechismus, der, in: *DUDEN* (Hrsg.), URL: <https://www.duden.de/rechtschreibung/Katechismus>, aufgerufen: Dezember 2019.

(Unsterblichkeitsgedanke).⁵⁴⁵ Der Unsterblichkeitsbeweis findet sich beispielsweise im Phaidros und „basiert auf der Bewegungskraft der Seele; diese ist Ursprung, Prinzip und daher unvergänglich, unsterblich“ (Phaidros 245c-246a).⁵⁴⁶ Descartes geht von den endlichen Substanzen Körper und Geist aus sowie von der unendlichen Substanz Gott, so dass sich an dieser Stelle schon der Dualismus in Frage stellen lässt.

Substanz-Dualismus bei Platon

Der Substanzdualismus wurde bereits im vorherigen Kapitel erörtert und wird im weiteren Verlauf der Betrachtung des Leib-Seele-Begriffes als Grundsatz Platons eingeführt und in den Kontext des Körperkults eingebettet. Als Annahme der griechischen Antike ist vor allem hervorzuheben, dass Platon eine vom Körper getrennte Existenz anerkennt und die Unsterblichkeit der Seele betont. Bei Platon ist die Seele eine Substanz im Sinne einer immateriellen Entität.⁵⁴⁷ Sie löst sich nach dem Tod vom Leib des Menschen. So erklärt er (siehe Phaidon, 115c-e.):

„Aber auf welche Weise sollen wir dich begraben? – Wie ihr wollt, sprach er, wenn ihr mich nur wirklich haben werdet und ich euch nicht entwischt bin. Dabei lächelte er ganz ruhig und sagte, indem er uns ansah: Diesen Kriton, ihr Männer, überzeuge ich nicht, daß ich der Sokrates bin, dieser, der jetzt mit euch redet und euch das Gesagte einzeln vorlegt, sondern er glaubt, ich sei jener, den er nun bald tot sehen wird, und fragt mich deshalb, wie er mich begraben soll. Daß ich aber schon so lange eine große Rede darüber gehalten habe, daß wenn ich den Trank genommen habe, ich dann nicht länger bei euch bleiben, sondern fortgehen werde zu irgendwelchen Herrlichkeiten der Seligen, das, meint er wohl, sage ich alles nur so, um euch zu beruhigen und mich mit. So legt ihr denn eine Bürgschaft für mich ein beim Kriton, und zwar eine ganz entgegengesetzte, als er bei den Richtern eingelegt hat. Denn er hat sich verbürgt, ich würde ganz gewiß bleiben, ihr aber verbürgt euch dafür, daß ich ganz gewiß nicht bleiben werde, wenn ich tot bin, sondern abgezogen und fort sein, damit Kriton es leichter trage und, wenn er meinen Leib verbrennen oder begraben sieht, sich nicht ereifere meinerwegen, als ob mir Arges begegne; und damit er nicht beim Begräbnis sage, er stelle den Sokrates aus, oder trage ihn heraus oder begrabe ihn. Denn wisse nur, sagte er, o bester

⁵⁴⁵ Vgl. Ansgar Beckermann, *Das Leib-Seele-Problem. Eine Einführung in die Philosophie des Geistes*, Paderborn 2011, 20.

⁵⁴⁶ Vgl. Karin Alt, *Zur Auffassung von Seele und Geist bei Platon, Mittelplatonikern und Plotin*, in: Hyperboreus (Hrsg.), Band 11, Fasc.1, München 2005, 48.

⁵⁴⁷ Vgl. Walter Mesch, *Seele und Körper bei Platon. Zur Psychologie im Phaidon und Timaios*, in: Michele Abbate, Julia Pfefferkorn und Antonino Spinelli (Hrsg.), *Selbstbewegung und Lebendigkeit. Die Seele in Platons Spätwerk*, Berlin/Boston 2016, 57.

Kriton, sich unschön auszudrücken, ist nicht nur eben insofern fehlerhaft, sondern bildet auch etwas Böses ein in die Seele.“⁵⁴⁸

Der Philosoph macht in diesem Gespräch deutlich, dass das Selbst unangetastet bleibt, wenn der Körper stirbt. Die Seele sei demnach unsterblich und könne den Tod des Körpers überdauern. Um den vorherigen Argumentationsstrang der dargelegten These zu verdeutlichen, kann der Substanz-Dualismus folgendermaßen zusammengefasst werden: Der Mensch besteht nicht nur aus einem Körper, sondern aus einem Körper und einer Seele. Die Seele ist nicht auf die Existenz des Körpers angewiesen. Dennoch sind Körper und Seele während der menschlichen Existenz als Zusammenspiel zu betrachten. Beim Eintritt des Todes löst sich laut Platon die Seele vom Körper. Sie mache im Übrigen auch das Selbst des Menschen aus und sei somit auch als unsterblich zu betrachten.⁵⁴⁹

Im Folgenden wird die Perspektive auf die Problematik um einen weiteren Dialog erweitert werden, damit ein richtungsweisender und gesellschaftlich relevanter Fokus gesetzt und der kritisierte Körperkult in einen neuen Zusammenhang gebracht werden kann. Die handlungsweisende Ethik Platons umfasst viele Bereiche des menschlichen Lebens und Denkens. Platon erforscht nicht nur die Idee des Guten, sondern auch die Seele als bedeutsamen Zusammenhang des Menschen. Er verfolgt den Ansatz, dass die menschliche Seele beeinträchtigt werde, sobald ein unrechtmäßiges Verhalten vom Individuum ausgehe. Da anhand der Beeinträchtigung der Seele von einer Beeinträchtigung der zwischenmenschlichen Begegnungen und der Kommunikation derer auszugehen ist, kann demzufolge von einem gestörten Verhältnis zwischen Körper und Seele ausgegangen werden, welches das ohnehin gestörte Verhältnis zum Körper durch die Betonung dessen zusätzlich belastet. Schädigungen der Seele führen demnach zu Schädigungen der eigenen Identität. Verrinnerlicht man jedoch die Vorstellung des Guten, schließt sich dieser Gedanke automatisch dem eigenen Handeln an.⁵⁵⁰ Platons Gedanken eröffnen somit einen Lösungsvorschlag, der auf ein grundsätzliches gesellschaftliches Umdenken abzielt, fernab vom Körperkult mit Betonung der Seele. Angewendet auf den heutigen Körperkult und in Anlehnung an die bereits dargelegten Thesen in der Einleitung, wird nun davon ausgegangen, dass die Vorstellung des Guten

⁵⁴⁸ Platon. *Werke in acht Bänden. Griechisch und Deutsch*, Gunther Eigler (Hrsg.), dritter Band, Darmstadt 1974.

⁵⁴⁹ Vgl. Ansgar Beckermann, *Analytische Einführung in die Philosophie des Geistes*, Berlin ³2008, 20.

⁵⁵⁰ Vgl. Martin F. Meyer, *Illustrierte Geschichte der Philosophie*, Stuttgart 2016, 24.

und somit das ‚gute Handeln‘ kaum existieren kann und unaufhörlich mit dem Trieb nach Selbstinszenierung und Selbstoptimierung konfrontiert wird, so dass zunehmend eine im stetigen Wettbewerb zu Anderen stehende Ich-Gesellschaft entsteht (siehe Kapitel 1 – 1.2). Selbstoptimierungsprozesse und das Gefühl einer Wettbewerbsgesellschaft lassen die Vorstellung des Guten automatisch in den Hintergrund rücken, da eine deutliche Prioritätenverschiebung in Richtung Inszenierung, Missgunst und Konkurrenzgesellschaft zu erkennen ist. Platon schreibt in der *Politeia*, dass jedem körperlichen Teil des Individuums eine Aufgabe zukomme, die nur von diesem Teil verrichtet werden kann, so auch der Seele. Sie als besorgendes, beherrschendes und beratendes Organ ist mit keinem anderen Teil des Menschen zu vergleichen (siehe 353d-353e).⁵⁵¹

„Hat auch die Seele ihr Geschäft, was du mit gar keinem andern Dinge verrichten könntest? Wie eben dergleichen, besorgen, beherrschen, beraten und alles dieser Art, könnten wir dies mit Recht irgend etwas anderem zuschreiben als der Seele, und behaupten daß es jenem eigentümlich sei? – Keinem anderen. Wie nun aber leben? Wollen wir dies auch für ein Geschäft der Seele erklären? – Ganz vorzüglich ja, sagte er. – Also auch sagen, daß es eine Tugend der Seele gebe? – Das sagen wir. – Wird also wohl jemals, o Thrasymachos, die Seele ihre Geschäfte gut verrichten können, wenn sie ihrer eigentümlichen Tugend beraubt ist? Oder ist das unmöglich? – Unmöglich. – Eine schlechte Seele also wird notwendig auch schlecht beherrschen und besorgen, die gute aber alles dieses gut verrichten? – Notwendig. – Nun aber sind wir doch übereingekommen, die Tugend der Seele sei Gerechtigkeit, ihre Schlechtigkeit aber sei die Ungerechtigkeit? – Darin sind wir übereingekommen. – Die gerechte Seele also und der gerechte Mann wird gut leben, schlecht aber der Ungerechte.“⁵⁵²

Nach Platon gibt es demnach eine Tugend, ohne die die Seele ihren Aufgaben nicht nachkommen kann. So ermöglicht die Tugend der Gerechtigkeit ein glückliches Leben. An dieser Stelle gilt es, die Seele im Hinblick auf das platonische Denken näher zu betrachten. Platon begreift den Gedanken der Unsterblichkeit der Seele als Dreigestalt, zum Beispiel in *Politeia* (435a- 441c) und überträgt dies auf einen optimalen Staat: Vernunft, Mut und Begehren bilden die Grundlage dessen und bestehen laut Platon aus

⁵⁵¹ Vgl. Platon, *sämtliche Werke. Lysis, Symposium, Phaidon, Kleitophon, Politeia, Phaidros*, Band 2, Hamburg ³⁴2013, 243.

⁵⁵² Platon. *Werke in acht Bänden. Griechisch und Deutsch*, Gunther Eigler (Hrsg.), vierter Band, Darmstadt 1971.

vernünftigen Herrschern, schützenden Wächtern und einem begehrenden Volk (siehe 435b-c):⁵⁵³

„Also auch ein gerechter Mann wird von einem gerechten Staat in Beziehung auf eben diesen Begriff der Gerechtigkeit nicht verschieden, sondern ihm ähnlich sein? – Ähnlich, sagte er. – Aber der Staat schien uns doch gerecht zu sein, sofern drei ihm einwohnende Arten von Naturen jede das ihrige verrichteten; besonnen aber und tapfer und weise durch eben jener drei Arten anderweitige Zustände und Eigenschaften. – Richtig, sagte er. – Auch von dem Einzelnen also, lieber, werden wir eben so dafür halten, daß eben diese drei Arten in seiner Seele sich finden, und er derselben Zustände wegen wie dort auch dieselben Namen erhalte wie der Staat.“⁵⁵⁴

Das Begehren der Seele beinhaltet nicht nur innerste Wünsche, Gedanken und Sehnsüchte, sondern auch essentielle Bedürfnisse, wie Essen und Trinken. Beide Bereiche können schließlich unter einem Begehren des Guten gefasst werden.⁵⁵⁵ Dennoch werden die zwei Bereiche ‚Sehnsüchte‘ und ‚Bedürfnisse‘ voneinander getrennt. Sie stellen den begehrenden und vernünftigen Teil der Seele dar.⁵⁵⁶ Sport und Schönheit können im platonischen Sinne daher nicht im Lichte der Idee des Guten gesehen werden, da sich hier Eigenschaften wie Egoismus und Ichbezogenheit verzeichnen lassen (siehe 349d): Mut als dritter Teil der Seele weist eine gewisse Ähnlichkeit mit dem vernünftigen Part auf. Dennoch betont Platon die Bedeutung der drei Teile als funktionierende Voraussetzung der Seele und vergleicht diese erneut mit einem funktionierenden Staat, welcher ebenfalls nur durch erwerbende, helfende und beratende Faktoren ein solides Fundament bildet.⁵⁵⁷ Die Seele umfasst ein Begehren, welches unersättlich zu sein scheint.⁵⁵⁸ Es lässt sich aktuell mit dem Begehren nach einem festen Platz in der Gesellschaft, Akzeptanz des Selbst und dem Wunsch nach einem wertebasierten Zusammenleben ohne Wettbewerbsgefühl gleichsetzen. Seele und Leib, immer als Einheit betrachtet und von verschiedenen Faktoren wie Mut, Vernunft und Begehren

⁵⁵³ Vgl. Martin F. Meyer, *Illustrierte Geschichte der Philosophie*, Stuttgart 2016, 24.

⁵⁵⁴ Platon. *Werke in acht Bänden. Griechisch und Deutsch*, Gunther Eigler (Hrsg.), vierter Band, Darmstadt 1971.

⁵⁵⁵ Vgl. Platon, *sämtliche Werke. Lysis, Symposium, Phaidon, Kleitophon, Politeia, Phaidros*, Band 2, Hamburg ³⁴2013, 338f.

⁵⁵⁶ Vgl. ebd., 340f.

⁵⁵⁷ Vgl. Platon, *sämtliche Werke. Lysis, Symposium, Phaidon, Kleitophon, Politeia, Phaidros*, Band 2, Hamburg ³⁴2013, 342.

⁵⁵⁸ Vgl. ebd., 343.

geleitet, entscheiden und handeln im Einklang.⁵⁵⁹ Gerechtigkeit ist etwas, was dem Menschen innewohnt und die Seele in ihren naturgemäßen Zustand versetzt. Geschieht nun unrechtmäßiges Handeln, wird nicht nur der Seele geschadet, sondern auch dem Leib (ergo dem Körper).⁵⁶⁰ Gutes Handeln und die Beschäftigung mit schönen Dingen befördern nach Platon die Tugend innerhalb der Seele. Gleichermaßen lässt sich diese Haltung auf negative Gedanken und unrechtmäßige Handlungen beziehen, welche die Schlechtigkeit der Seele steigern. Resümiert lässt sich demnach die Steigerung der Schlechtigkeit der Seele auf den gegenwärtigen Körperkult projizieren, der eine Wettbewerbsgesellschaft entstehen und ein moralisch basiertes Werteempfinden in den Hintergrund rücken lässt sowie das Denken in Kategorien fördert. Das Gefühl der Gerechtigkeit schwindet stetig, da Selbstoptimierungsprozesse und der Drang nach Schönheit allgegenwärtig sind. Sobald die Natur des Menschen durch schlechtes Verhalten gestört wird, liegt es an ihm, sie wiederherzustellen.⁵⁶¹

Das Wesen der Seele sowie die Herkunft der verschiedenen Seelenbereiche wird vor allem in Platons Spätwerk *Timaios* ausführlicher betrachtet. In diesem Werk wird vor allem die Naturphilosophie (Kosmologie, Kosmogonie) Platons dargelegt, in welcher die Frage nach der Weltentstehung und nach dem „richtigen Leben“ maßgeblich zu sein scheint.⁵⁶² Durch den Demiurg (der göttliche Weltenbauer) wird Ordnung und Struktur in die Welt gebracht. Platon betont im *Timaios* nachdrücklich, dass nur der geistige Teil der Seele unsterblich und göttlich ist. Auch wie zuvor bereits in *Politeia* und *Phaidros*, wird die Seele im *Timaios* als dreigeteilt beschrieben. Im *Timaios* erschafft der Demiurg (als vermittelnde Instanz) die Allseele und bildet somit den Kosmos aus Körper, Geist und Seele. Die Allseele stelle eine „rein geistige Wesenheit“ dar, ist jedoch vom Geist zu unterscheiden.⁵⁶³ Im *Timaios* erläutert Platon, dass der Körper aus Feuer, Erde, Wasser und Luft entsteht (siehe 42d-43):

„Nach dieser Aussaat aber überließ er es den jungen Göttern, die sterblichen Leiber zu gestalten und im übrigen das, was von der menschlichen Seele noch hinzukommen mußte, und alles damit Zusammenhängende herzustellen und dann zu herrschen und nach Kräften

⁵⁵⁹ Vgl. ebd., 344.

⁵⁶⁰ Vgl. ebd., 346.

⁵⁶¹ Vgl. ebd., 347

⁵⁶² Vgl. Meiner. Verlag für Philosophie (Hrsg.), *Platon. Timaios*. URL: <https://meiner.de/timaios-12274.html>, aufgerufen: April 2022.

⁵⁶³ Vgl. Karin Alt, *Zur Auffassung von Seele und Geist bei Platon, Mittelplatonikern und Plotin*, in: *Hyperboreus* (Hrsg.), Band 11, Fasc.1, München 2005, 35.

möglichst schön und gut das sterbliche Lebewesen fortwährend zu leiten, soweit es nicht selbst Urheber der es selbst betreffende Übel würde.“⁵⁶⁴

Nirgends so detailliert wie in dem Dialog Timaios stellt Platon den Ursprung und die Seinsart der geistigen und emotionalen Bereiche dar.⁵⁶⁵ An dieser Stelle sollte es den Hinweis darauf geben, dass in der vorliegenden Arbeit vor allem auch auf Stellen eingegangen wird, die in den Kontext Körperkult und Seele zu passen scheinen, auch wenn innerhalb Platons Philosophie viele Dinge als schwer in die heutige Zeit übersetzbar berücksichtigt werden müssen. Dies ist jedoch nicht das Vorhaben, wenngleich es lohnend ist, sich an anderer Stelle intensiver mit den Werken Platons zu beschäftigen, um einen größeren Überblick über Platons Seelenvorstellungen zu erhalten und die Unterschiede in den verschiedenen Werken detaillierter verständlich werden zu lassen. Platons Philosophie scheint vor allem im Kontext der Seele eine fortwährend moderne Sinnhaftigkeit zu enthalten, die an ‚Vernunft‘ als zentrales Element des menschlichen Könnens erinnert. Vor allem mit dem Ziel dieser Erinnerung und der Darlegung der einzelnen Seelenteile, die gerade im aktuellen Körperkult permanent herausgefordert werden, wurde Platons Philosophie in die vorliegende Arbeit eingebunden. Hier zeigt sich der Körper wiederholt als Hülle, der mit einer ‚schlechten‘ Seele ungerecht handelt und auch nach dem Tod nicht über Reinheit verfügt. Der Körperkult wird wiederholt als Herausforderung sowie als Bedrohung für die (reine) Seele beschrieben. Deutlich wird außerdem der Aspekt der wandelnden Seele, was sich im Phaidon als generell geistig in ihrem Wesen beschreiben lässt und sich in späteren Werken Platons als dreigeteilte Einheit zeigt. Es ist eindeutig, dass im Timaios allein der geistige Seelenteil unsterblich ist.⁵⁶⁶

„Denn indem das Göttliche dort, wo die erste Entstehung der Seele sich vollzog, unser Haupt und unsere Wurzel befestigt, richtet es den ganzen Körper auf. Wer nun mit seinen Begierden oder ehrgeizigen Bestrebungen beschäftigt ist und sich um diese Dinge heftig bemüht, in dem müssen notwendig alle Meinungen *in* sterblicher *Form* entstehen, und er muß durchaus, soweit es überhaupt möglich ist, sterblich zu werden, es darin an gar nichts fehlen lassen, weil er das Derartige vermehrt hat. Wer sich dagegen um Erweiterung seiner Kenntnisse und wahre

⁵⁶⁴ Platon. *Werke in acht Bänden. Griechisch und Deutsch*, Gunther Eigler (Hrsg.), siebter Band, Darmstadt 1972.

⁵⁶⁵ Vgl. Karin Alt, *Zur Auffassung von Seele und Geist bei Platon, Mittelplatonikern und Plotin*, in: Hyperboreus (Hrsg.), Band 11, Fasc.1, München 2005, 36.

⁵⁶⁶ Vgl. ebd., 49.

Einsichten ernstlich bemüht hat, diese *Bereiche* seiner selbst vorzüglich ausgebildet hat, der muß mit unbedingter Notwendigkeit, wenn er die Wahrheit berührt, unsterbliche und göttliche Gedanken haben, und soweit es der menschlichen Natur möglich ist, der Unsterblichkeit teilhaftig zu werden, kann er es daran in keiner Weise fehlen lassen, und *muß*, da er ständig das Göttliche in sich pflegt und den ihm innewohnenden Schutzgeist in hohen Ehren hält, überaus glücklich sein.(90b-c).⁵⁶⁷

Solange der Mensch gerecht lebt, so ist ihm die Unsterblichkeit der Seele garantiert.⁵⁶⁸ Dies bedeutet, dass jeder Mensch von Beginn an die gleichen Voraussetzungen hat und mit den Gaben der Liebe, der Wahrnehmung und des Empfindens die Möglichkeit des gerechten Handelns hat.⁵⁶⁹ Ist dies gelungen, kehrt der Mensch zu seinem Ursprung zurück. Der Mensch entscheidet demnach, ob er seine Mittel zur „Vernunfttätigkeit“ einsetzt.⁵⁷⁰ Der Unsterblichkeitsgedanke wird im *Timaios* so dargestellt, dass die Seele nicht in ihrer Ganzheit unsterblich ist.⁵⁷¹ Platons Vorstellung, dass der göttliche Grund, die Welt zu erschaffen aus dem Motiv entsprungen sei, ihm möglichst ähnlich zu werden, zeigt sich auch in dem Willen, dass alles vernünftig und gut sein solle. Somit wurde die Weltseele als Träger der Vernunft und der Körper als Träger der Seele ausgewählt.⁵⁷² Die Weltseele wurde also vor dem Körper erschaffen. Weltseele und Weltkörper bilden im *Timaios* den „göttlichen Anfang.“⁵⁷³ Wie bereits in der Einleitung und auch zu Beginn dieses Kapitels erwähnt, ist der Begriff ‚psychê‘ sowohl geltend für die Seele als auch für das Prinzip des Lebens. Alles was lebt, Pflanzen, Tiere und Menschen und nach Platon auch der Kosmos, hat eine Seele.⁵⁷⁴ An dieser Stelle sei ebenfalls auf den Zusammenhang von Seele und Leben bei Platon hingewiesen.

„Die Seele ist in dieser Hinsicht kein Substanzbegriff in dem Sinn, dass sie eine materielle Grundlage hat – das ist sie erst in einem zweiten wörtlichen Sinn, nach dem, ‚Substanz‘ als

⁵⁶⁷ Platon. *Werke in acht Bänden. Griechisch und Deutsch*, Gunther Eigler (Hrsg.), siebter Band, Darmstadt 1972.

⁵⁶⁸ Vgl. Karin Alt, *Zur Auffassung von Seele und Geist bei Platon, Mittelplatonikern und Plotin*, in: Hyperboreus (Hrsg.), Band 11, Fasc.1, München 2005, 49.

⁵⁶⁹ Vgl. Barbara Zehnpfennig, *Platon. Zur Einführung*, Hamburg ²2001, 223.

⁵⁷⁰ Vgl. ebd., 224.

⁵⁷¹ Vgl. Karin Alt, *Zur Auffassung von Seele und Geist bei Platon, Mittelplatonikern und Plotin*, in: Hyperboreus (Hrsg.), Band 11, Fasc.1, München 2005, 50.

⁵⁷² Vgl. Barbara Zehnpfennig, *Platon. Zur Einführung*, Hamburg ²2001, 222.

⁵⁷³ Vgl. ebd., 223.

⁵⁷⁴ Vgl. Günter Fröhlich, *Platon und die Grundfragen der Philosophie*, Göttingen 2015, 97.

„Zugrundeliegendes“ aufgefasst wird. Der Begriff von der Seele erklärt vielmehr ihre Funktion, dass es so etwas wie Leben überhaupt gibt.“⁵⁷⁵

In Timaios heißt es in dem Zusammenhang von Körper als Träger der Seele:

„Diese ganze Erwägung des immer seienden Gottes über den Gott, der einmal sein sollte, ließ ihn einen glatten, ebenmäßigen und vom Mittelpunkte aus nach allen Richtungen gleichen, ganzen und vollkommenen, aus vollkommenen Körpern bestehenden Körper gestalten. Indem er aber in seine Mitte eine Seele setzte, ließ er diese das Ganze durchdringen und auch noch von außen her den Körper umgeben und bildete als einen im Kreise sich drehenden Kreis einen alleinigen Himmel, der einsam ist, aber auf Grund seiner Vortrefflichkeit selbst mit sich selbst zusammenkommen kann und keines andern bedarf, sondern sich selbst zur Genüge bekannt und befreundet ist. Mittels all dieser *Dinge* also erzeugte er ihn als einen seligen Gott. (34b).“⁵⁷⁶

Die Welt wird im Timaios unter dem Aspekt des Guten betrachtet und unterliegt einer Ordnung, die der Vernunft zugänglich ist. Somit zeigt sich im Timaios, dass jeder Mensch diese Sinnfrage für sich selbst definieren muss und dafür verantwortlich ist, wie das eigene Leben gestaltet wird.⁵⁷⁷ Platon zeigt im Timaios genau auf, welchen Aufbau und welche Funktion die menschliche Seele und der Körper innehaben.

„Dem Teil unserer Seele, der nach Speise und Trank Verlangen hat und nach all dem, wofür er auf Grund der Natur des Körpers ein Bedürfnis hat, den siedelten sie zwischen dem Zwerchfell und der in der Gegend des Nabels gezogenen Grenze an, indem sie an diesem ganzen Raume eine Art Krippe für die Ernährung des Körpers herrichteten, und banden hier den so beschaffenen *Teil* wie ein wildes Tier fest, das aber doch notwendig bei seiner Ankettung ernährt werden müsse, wenn irgendein sterbliches Geschlecht je bestehen sollte (70e).“⁵⁷⁸

Der Kosmos erlangt durch die Schilderung Platons eine neue Bestimmung, denn der Mensch ist ein beseelter Kosmos, dem in Einklang mit dem Kosmos ein glückliches Leben bevorsteht. „So also muß man – in den Grenzen der wahrscheinlichen Rede – behaupten, daß diese Welt durch des Gottes Fürsorge als ein in Wahrheit beseeltes und mit Vernunft begabtes Lebewesen entstand (30c).“⁵⁷⁹ Im Timaios wird das Verhältnis von

⁵⁷⁵ Ebd.

⁵⁷⁶ Platon. *Werke in acht Bänden. Griechisch und Deutsch*, Gunther Eigler (Hrsg.), siebter Band, Darmstadt 1972.

⁵⁷⁷ Vgl. Barbara Zehnpfennig, *Platon. Zur Einführung*, Hamburg ²2001, 222.

⁵⁷⁸ Platon. *Werke in acht Bänden. Griechisch und Deutsch*, Gunther Eigler (Hrsg.), siebter Band, Darmstadt 1972.

⁵⁷⁹ Ebd.

Leib und Seele thematisiert und auf die Notwendige Harmonie von Seele und Leib sowie die Folgen von Disharmonien hingewiesen. Im Kontext des Körperkults könnte die sogenannte Disharmonie als der Selbstoptimierungszwang sowie die Suche nach Anerkennung in einer permanenten Zerrissenheit pointiert werden. Nach Platon gibt es zahlreiche Ausmaße von Schlechtigkeit, aber nur eine Gestalt der Tugend. Es gilt demnach, die Tugend hervorzuheben und in ihrem Sinne zu handeln (siehe dazu: *Politeia*, 445c).⁵⁸⁰ An dieser Stelle wird der Seelenwagen als zitiertes Beispiel von Platon eingefügt, da hier die Verhältnisse unter anderem von Mut, Tugend, Vernunft und Unvernunft treffend und übersichtlich zusammengefasst werden (*Phaidros*, 253d-254e).

Das Bild des Seelenwagens zeigt im Grunde auf, dass es wichtig ist, die Seele im Gleichgewicht zu halten, was bedeutet, dass Vernunft (Wagenlenker), Mut und Begierde (werden jeweils von den Pferden symbolisiert) im Einklang miteinander sind, so dass ein Individuum zu Weisheit, Tapferkeit und Mäßigung gelangen kann.

„Wie ich im Anfang dieser Erzählung dreifach jede Seele zerteilt habe, in zwei roßgestaltige Teile und drittens in den dem Führer ähnlichen, so bleibe es uns auch jetzt noch angenommen. Von den beiden Rossen, sagten wir weiter, sei eines gut, eins aber nicht. Welches aber die Vortrefflichkeit des guten und des schlechten Schlechtigkeit ist, haben wir nicht erklärt, jetzt aber müssen wir es sagen. Das nun von beiden, das die bessere Stelle einnimmt, von geradem Wuchse, leicht gegliedert, hochhalsig, mit gebogener Nase, weiß von Haar, schwarzäugig, ehrliebend mit Besonnenheit und Scham, wahrhaftiger Meinung Freund, wird ohne Schläge nur durch Befehl und Worte gelenkt. Das andere aber ist senkrückig, plump, schlecht gebaut, hartmäulig, kurzhalbig, mit aufgeworfener Nase, schwarz von Haut, glasäugig und rot unterlaufen, aller Wildheit und Starrsinnigkeit Freund, rauh um die Ohren, taub, der Peitsche und dem Stachel kaum gehorchend. Wenn nun der Führer beim Anblick der liebreizenden Gestalt, die ganze Seele von Empfindung durchglüht, bald überall den Stachel des Kitzels und Verlangens spürt, so hält das dem Führer leicht gehorchende Roß, der Scham wie immer, so auch dann nachgebend, sich selbst zurück, den Geliebten nicht anzuspringen; das andere aber scheut nun nicht länger Stachel noch Peitsche des Führers, sondern springend strebt es mit Gewalt vorwärts und, auf alle Weise dem Spanngenossen und dem Führer zusetzend, nötigt es sie, hinzugehen zu dem Liebling und der Gaben der Lust gegen ihn zu gedenken. Jene beiden widerstreben zwar anfangs unwillig als einer argen und ruchlosen Zunötigung, zuletzt aber, wenn des Ungemachs kein Ende ist, gehen sie dann, von jenem fortgerissen, nachgebend

⁵⁸⁰ Vgl. Platon, *sämtliche Werke. Lysis, Symposion, Phaidon, Kleitophon, Politeia, Phaidros*, Band 2, Hamburg ³⁴2013, 348.

und versprechend, das Gebotene zu tun. Und so kommen sie hin und schauen des Liebblings glänzende Gestalt. Indem nun der Führer sie erblickt, wird seine Erinnerung hingetragen zum Wesen der Schönheit, und wiederum sieht er sie mit der Besonnenheit auf heiligem Boden stehen. Dieses erblickend fürchtet er sich und, von Ehrfurcht durchdrungen, beugt er sich zurück und kann sogleich nicht anders, als so gewaltig die Zügel rückwärts zu ziehen, daß beide Rosse sich auf die Hüfte setzen, das eine gutwillig, weil es nie widerstrebt, das wilde aber höchst ungerne. Indem sie nun weiter zurückgehen, benetzt das eine vor Scham und Bewunderung die ganze Seele mit Schweiß, das andere aber, ist nur erst der Schmerz vom Gebiß und dem Falle vorüber, hat sich kaum erholt, so bricht es zornig in den Schmähungen aus, vielfach beide, den Führer und den Spanngenossen beschimpfend, daß sie aus Feigheit und Unmännlichkeit Pflicht und Versprechen verlassen hätten; und aufs neue sie wider ihren Willen vorwärts zu gehen zwingend, gibt es kaum nach, wenn sie bitten, es bis weiterhin aufzuschieben. Kommt nun die festgesetzte Zeit, so erinnert es jene, die daran nicht zu gedenken sich anstellen, braucht Gewalt, wiehert, zieht sie mit sich fort, und zwingt sie wieder in derselben Absicht dem Geliebten zu nahen. Und wenn sie nicht mehr fern sind, beugt es sich vornüber, streckt den Schweif in die Höhe, beißt in den Zügel, und zieht sie schamlos weiter. Dem Führer aber begegnet nur noch mehr dasselbe wie zuvor, und wie sie an den Schranken zu tun pflegen, beugt er sich hinterwärts, zieht noch gewaltsamer dem wilden Rosse das Gebiß aus den Zähnen, daß ihm die schmähsüchtige Zunge und die Backen bluten, und Schenkel und Hüften am Boden festhaltend, läßt er es büßen. Hat nun das böse Roß mehrmals dasselbe erlitten, und die Wildheit abgelegt, so folgt es gedemütigt des Führers Überlegung und ist beim Anblick des Schönen von Furcht übermannt. Daher es dann endlich dahin kommt, daß es des Liebhabers Seele dem Liebling verschämt und schüchtern nachgeht.“⁵⁸¹

Überträgt man die hier dargestellte Essenz Platons, „wonach Geistiges nicht ohne Vermittlung mit Körperlichem verknüpft werden kann“ und die menschliche Seele als Zweigespann versinnbildlicht wird, in dem der Wagenlenker die Vernunftseele darstellt und die beiden Pferde für das Gemüt und die Begierde stehen, nun ausgehend von der Kernthese *These 3 - Das Individuum sieht sich durch die Digitalisierung zunehmend in einem Spannungsverhältnis zwischen der eigenen Identität und einer gesellschaftlichen Lehre über das Schöne, in der moralische Werte sowie moralisches Handeln an Bedeutung verlieren* - zeigt sich wiederholt, dass systematische

⁵⁸¹ Platon. *Werke in acht Bänden. Griechisch und Deutsch*, Gunther Eigler (Hrsg.), fünfter Band, Darmstadt 1981.

Ausgrenzung sowie fehlende Akzeptanz und Anerkennung des individuellen Charakters zu einer Veränderung der Seele beziehungsweise zu veränderten seelischen Prozessen führen und somit ein gutes, moralisches Handeln behindern bis verunmöglichen.⁵⁸²

Zum Verständnis: In Phaidros, der unmittelbar nach der Politeia verfasst wurde, wird die Seelenauffassung der Politeia veranschaulicht: Die Menschenseele verfüge über zwei ungleiche Pferde, ein edles und „folgsames“ und ein „widerspenstiges“ (Phaidros 246 a-c). Die Pferde stimmen mit den emotionalen Seelenteilen überein und der Lenker entspreche der geistigen Kraft (247c).⁵⁸³ Die Bändigung der Pferde erfordert Kraft, aktuell gleichzusetzen mit der Zerrissenheit des Individuums durch den Körperkult und der Angst vor Ablehnung. Die Pferde symbolisieren die Seele als Einheit, mit zwei Kräften. Der Lenker hat demnach eine wichtige Funktion inne und ist nicht wegzudenken. Das Wesen der Seele wird als „ewiger Ursprung der Bewegung“ charakterisiert.⁵⁸⁴

Für Platon stellt das Lebensziel eines Menschen, unter anderem die Stärkung der geistigen Kräfte dar (Vernunft, sowie die Zuwendung des Höheren, um sich weitestgehend Gott anzugleichen (Politeia, 613b).⁵⁸⁵ Die Seele als Prinzip des Lebens (Teilhabe an der Idee des Lebens) führt zu dem Rückschluss, dass eine Schädigung der Seele mit einer Schädigung der eigenen Identität gleichgestellt werden kann. Das zitierte Bild des Seelenwagens dient der Veranschaulichung der Tugendlehre Platons und somit auch Wirkungsweisen verschiedenen Handelns auf die Seele, hier im Kontext Körperkult und dem Kampf zwischen Anpassung und Freiheit.

Die Seele wird also aufgrund des aktuellen Körperkults und der entsprechenden Kategorisierungen ihrer Tugend beraubt und zu einer Anpassung gezwungen, so dass ihre grundsätzlich guten Absichten und das individuelle Sein des Menschen allmählich verloren gehen. Folglich lässt sich auf Grund des Forschungsstandes vermuten, dass die sozialen Medien das ästhetische Denken eines jeden Individuums unterstützen und in den Vordergrund rücken, so dass das permanente Verlangen nach Anerkennung in

⁵⁸² Vgl. Jens Halfwassen, Art. Seelenwagen, in: Joachim Ritter, Karlfried Gründer und Gottfried Gabriel (Hrsg.), *Historisches Wörterbuch der Philosophie online*, HWPH.3760. URL: https://www.schwabeonline.ch/schwabe-xaveropp/elibrary/start.xav?start=%2F%2F*%5B%40attr_id%3D%27verw.seelenwagen%27%20and%20%40outline_id%3D%27hwph_verw.seelenwagen%27%5D, aufgerufen: Oktober2020.

⁵⁸³ Vgl. Karin Alt, *Zur Auffassung von Seele und Geist bei Platon, Mittelplatonikern und Plotin*, in: Hyperboreus (Hrsg.), Band 11, Fasc.1, München 2005, 35.

⁵⁸⁴ Vgl. ebd.

⁵⁸⁵ Vgl. Platon, *Der Staat*, Stuttgart 2017, 437.

Wechselwirkung mit der Selbstinszenierung im Fokus steht und die Tugend der Seele (in Form von moralischen Werten) unterdrückt (siehe *Politeia*, 353e-354a).

Vergleicht man diesen Aspekt mit den gerade angeführten Grundgedanken zu *These 3*, lässt sich feststellen, dass vor allem in der Antike der Stellenwert der Seele besonders hoch war und auch gegenwärtig als zeitgemäß zu bezeichnen ist. Ausgehend davon, dass die Tugend der Seele durch den Akt der Anpassung und einer damit einhergehenden Verschiebung der moralischen Grundwerte verändert wird, ist anzunehmen, dass sich die Individuen der heutigen Generation grundsätzlich mit einer gewissen Skepsis gegenüber treten, was eine Kategorisierung sowie Neid und Missgunst zur Folge hat. Negative Gedanken äußern sich demnach in einer negativen Grundeinstellung eines jeden Mitmenschen. Außerdem lässt sich mutmaßen, dass sich nicht nur das Selbst-, sondern auch das Fremdbild verändert, da sich die Idee des Guten innerhalb eines jeden Menschen auflöst und nicht mehr als solche anerkannt werden kann. Aktuell lässt sich diese Wiederherstellung des Guten innerhalb der Seele nur mit einem Umdenken des gesellschaftlichen Wertesystems erreichen. Sobald der Prozess der gesellschaftlichen Akzeptanz und Anerkennung jeglicher Geschlechter, Körper und Formen eingeleitet wird, kann das, was den Menschen innerlich deformiert, aufgehoben und Praktiken einer Wettbewerbsgesellschaft sukzessiv reduziert werden. Wird die Anständigkeit der Seele durch negatives Denken oder Verhalten abseits der gesellschaftlichen Wertennorm getrübt, kann sich die Tugend ihrerseits nicht mehr vollkommen entfalten und wird beeinträchtigt. Dieser Aspekt gilt nach Platon für jeden Teil des Körpers mit seiner jeweiligen Aufgabe.

Eine durch den Körperkult hervorgerufene Veränderung der Wahrnehmung der Idee des Guten oder Schönen erzeugt ein verzerrtes Selbst- und Fremdbild. Der Widerschein der wirklich existierenden Idee des Schönen ist gegenwärtig derartig verzerrt und oberflächlich, so dass diese nicht mehr nur in Gedanken oder als Idee existiert. Sie ist somit, entgegen Platons Ideenlehre, auch nicht mehr nur als Einzelding zu begreifen, da Perfektionismus aktuell zunehmend mit körperlichen und optischen Merkmalen gleichgesetzt wird.

4.2 Exzentrische Positionalität als These der philosophischen Anthropologie

Die abschließende Untersuchung von der Seele, die sich im modernen Zeitalter des Körperkults im Zwiespalt befindet, widmet sich der philosophischen Anthropologie am Beispiel ‚der exzentrischen Positionalität‘, die den Menschen als Ganzes begreifbar macht und im Sinne der vorliegenden Arbeit Rückbezüge auf das menschliche Miteinander erlaubt.

Platons Position wird im weiteren Verlauf der Arbeit durch eine klassische Parallele in Anlehnung an die philosophische Anthropologie und somit einer Verknüpfung zu Psycho-, Kultur und Sozialanthropologie erweitert, und zwar durch Helmuth Plessners (1892-1985) „Exzentrische Positionalität.“ Die Darstellung der exzentrischen Positionalität Plessners verfolgt das Ziel, den Menschen, abseits der Philosophie Platons in seiner psychischen und physischen Beschaffenheit zu verstehen und die einzelne Bedeutung von Körper und Seele zu verfestigen und somit die Ergebnisforschung detaillierter zu ermöglichen und somit eine gezielt leibphänomenologische Grundlegung für die weitere Ergebnisforschung zu schaffen. Da Plessner vor allem die Frage nach dem Wesen des Menschen untersucht, gilt es herauszufinden, worin sich das Lebende vom Toten unterscheidet. Diese Untersuchung ist insofern für die vorliegende Arbeit von Bedeutung, als so spezifiziert werden kann, was exzentrische Positionalität meint und welche Bedeutung der Körper bei Plessner hat. Das Lebende, welches über einen Stoffwechsel verfügt (dazu gehören Pflanzen, Menschen und Tiere) besitzt im Gegensatz zum Unbelebten (tote Materie) Positionalität. Unbelebte Objekte haben keinen Stoffwechsel. Belebte und unbelebte Objekte seien Teile der Umwelt und demnach in ihr positioniert. Belebte Organismen nutzen ihre Umwelt für ihren Lebensprozess. Plessner trennt die Organisationsform des Belebten von jener des Unbelebten. Das Lebendige grenze sich aufgrund seiner Position von der Umwelt ab. Bei Pflanzen ist die Organisationsform des Belebten beispielsweise offen, da sie nicht über ein Bewusstsein verfügen und demnach auch keine Gefühle verspüren können.⁵⁸⁶ Beim Tier verhält sich die Grenzziehung wie folgt:

⁵⁸⁶ Vgl. Helmuth Plessner, *Mit anderen Augen. Aspekte einer philosophischen Anthropologie*, Stuttgart 1982, 9.

„Das Tier lebt aus seiner Mitte heraus in seine Mitte hinein, aber es lebt nicht als Mitte. Die Schranke der tierischen Organisation liegt darin, daß es dem Individuum sein selber Sein verborgen ist. Es erlebt Inhalte im Umfeld, Fremdes und Eigenes.“⁵⁸⁷

Bei Tieren ist die Organisationsform demnach geschlossen, von Plessner als „zentrisch“ bezeichnet, da sie über ein Bewusstsein verfügen. Reize und Reaktionen werden durch ein Bewusstsein vermittelt, sodass es Tieren möglich ist, ihren Körper zu spüren und einen Unterschied zwischen sich und anderen zu erkennen. Im Falle von Pflanzen gilt dies beispielsweise nicht. Dennoch sind Tiere sich nicht ihrer selbst bewusst. Sie können sich oder ihr Handeln nicht hinterfragen, sondern sind gesteuert von ihren Instinkten.⁵⁸⁸ Menschen dagegen sind sich ihrer selbst bewusst. Sie haben sich, anders als die Tiere, von ihren Instinkten entkoppelt, obgleich sich der Mensch nicht gänzlich von seiner Natur zu lösen vermag. Der Mensch verfügt über die Fähigkeit, alles zum Gegenstand der Betrachtung zu machen (Objektivierung). Gegenstände und andere Objekte wie Gedanken sind uns nicht einfach gegeben. Wir können über sie nachdenken, sie reflektieren und Problemlösungen finden. Tieren gelinge dies nicht. Nach dem heutigen Kenntnisstand zeigt sich, dass Plessners Behauptungen nur eingeschränkt richtig sind, da es Tieren, auch in der Gemeinschaft, teilweise gelingt, Problemlösungen zu finden.

„Die volle Reflexivität ist dem lebendigen Körper auf der tierischen Stufe verwehrt. Sein Leben aus der Mitte bildet zwar den Halt seiner Existenz, steht aber nicht in Beziehung zu ihm, ist ihm nicht gegeben.“⁵⁸⁹

Menschen sind in der Lage, sich von Objekten zu distanzieren, da sie sich ihrer selbst bewusst sind. Ihnen ist es möglich, Dinge zu leben und zu erleben sowie das Erlebte aufzunehmen.⁵⁹⁰ Plessner bezeichnet das Leben des Menschen als „exzentrisch.“⁵⁹¹ Noch einmal zur Struktur von Plessners Argumentation: Plessner bezeichnet Pflanzen als azentrisch, weil sie ihrer Umwelt und ihrer Position ausgeliefert sind und sich nicht bewegen können.⁵⁹² Tiere hingegen stehen, ähnlich wie die Pflanze in Abhängigkeit zur Umwelt, da sie beispielsweise Nahrung und Sauerstoff benötigen.⁵⁹³ Tiere können sich,

⁵⁸⁷ Ebd.

⁵⁸⁸ Vgl. ebd.

⁵⁸⁹ Ebd., 10.

⁵⁹⁰ Vgl. ebd.

⁵⁹¹ Vgl. ebd.

⁵⁹² Vgl. Joachim Fischer, Helmuth Plessner, Die Stufen des Organischen und der Mensch, in: Claus Leggewie et. al. (Hrsg.), *Schlüsselwerke der Kulturwissenschaften*, Band 7, Bielefeld 2012, 253f.

⁵⁹³ Vgl. Helmuth Plessner, *Die Stufen des Organischen und der Mensch. Einleitung in die philosophische Anthropologie*, Berlin ²1965, 288f.

anders als Pflanzen, bewegen. Sie sind aber zugleich gezwungen, sich auf Grund ihrer zentrischen Organisationsform selbst um die Befriedigung der eigenen Bedürfnisse zu kümmern, was die Pflanze nicht kann/muss. Tiere sind durch Instinkte gesteuert und durch Umweltgegebenheiten determiniert. Dies subsumiert somit auch die Ebene der Pflanze. Der Mensch hat eine Position, in der er zurechtkommen muss, also ist er determiniert durch seine Umweltbedingungen (wie die Pflanze). Er hat ein Zentrum, also seine Natur und seine Instinkte (wie das Tier) und er hat zusätzlich einen Geist (Intellekt, Bewusstsein, Reflexionsvermögen).⁵⁹⁴ Plessner schreibt in diesem Zusammenhang: „Er lebt und erlebt nicht nur, sondern er erlebt sein Erleben.“⁵⁹⁵ Dieser Aspekt ist wesentlich für die vorliegende Untersuchung, da sich an dieser Stelle seelische Prozesse verorten lassen. Laut Plessner subsumiert jede Organisationsform die jeweils untere(n) Stufe(n). Für den Menschen ergibt sich aus seiner exzentrischen Verfassung Freiheit und Zwang zugleich, sein Verhalten selbst organisieren zu müssen.⁵⁹⁶ „Exzentrizität ist die für den Menschen charakteristische Form seiner frontalen Gestelltheit gegen das Umfeld.“⁵⁹⁷ Der Mensch kann nach Plessner auf dreierlei Ebenen betrachtet werden: als Körper, als Seele und als Bruch zwischen Körper und Seele (psychophysische neutrale Einheit dieser Sphären).⁵⁹⁸

„Positional liegt ein Dreifaches vor: Das Lebendige ist Körper, im Körper /als Innenleben der Seele) und außer dem Körper als Blickpunkt, von dem aus es beides ist. Ein Individuum, welches positional derart dreifach charakterisiert ist, heißt Person.“⁵⁹⁹

Der Mensch erlebt sich unaufhörlich „gebrochen“ und steht demnach immer im Konflikt mit sich selbst. Plessner unterscheidet den Körper in „Körper“ und „Leib.“⁶⁰⁰ Dass der Mensch bei Plessner auf dreierlei Ebenen betrachtet wird, sei an dieser Stelle explizit hervorgehoben, insbesondere die Stellung der Seele, um ihre Gewichtung im Kontext vorliegender Erkenntnisse erneut zu verdeutlichen.

„Ihm [dem Menschen] ist der Umschlag vom Sein innerhalb des eigenen Leibes zum Sein außerhalb des Leibes ein unaufsehbarer Doppelaspekt der Existenz, ein wirklicher Bruch

⁵⁹⁴ Vgl. ebd., 291.

⁵⁹⁵ Ebd., 292.

⁵⁹⁶ Vgl. ebd., 292.

⁵⁹⁷ Ebd., 292.

⁵⁹⁸ Vgl. Helmuth Plessner, *Mit anderen Augen. Aspekte einer philosophischen Anthropologie*, Stuttgart 1982, 11.

⁵⁹⁹ Ebd., 11.

⁶⁰⁰ Vgl. ebd., 10f, 12.

seiner Natur. Er lebt diesseits und jenseits des Bruches, als Seele und als Körper und als die psychophysisch neutrale Einheit dieser Sphären. Die Einheit überdeckt jedoch nicht den Doppelaspekt, sie läßt ihn nicht aus sich hervorgehen, sie ist nicht das den Gegensatz versöhnende Dritte, das in die entgegengesetzten Sphären überleitet, sie bildet keine selbstständige Sphäre. Sie ist der Bruch, der Hiatus, das leere Hindurch der Vermittlung, die für den Lebendigen selber dem absoluten Doppelcharakter und Doppelaspekt von Körperleib und Seele gleichkommt, in der er ihn erlebt.“⁶⁰¹

Um den Bezug zum aktuellen Körperkult zu verdeutlichen, sei an dieser Stelle Plessners Gesetz der natürlichen Künstlichkeit genannt.⁶⁰² Das Gesetz besagt im Wesentlichen, dass der Mensch durch seine Organisationsform der exzentrischen Positionalität von Natur aus ‚künstlich‘ sei und sich selbst inszenieren müsse.

„Weil es dem Menschen durch seinen Existenztyp aufgezwungen ist, das Leben zu führen, welches er lebt, d.h. zu machen, was er ist – eben weil er nur ist, wenn er vollzieht – braucht er ein Komplement nichtnatürlicher, nichtgewachsener Art. Darum ist er von Natur, aus Gründen seiner Existenz künstlich.“⁶⁰³

Der Mensch fragt sich im Gegensatz zum Tier, wer und wie er sein will, was sich aktuell auf den Selbstabgleich mit Social-Media-Figuren übertragen lässt.

„Und die Frage der Philosophie wie im Grunde jede Frage, die der Mensch sich tausendmal im Lauf seines Lebens vorzulegen hat: was soll ich tun, wie soll ich leben, wie komme ich mit dieser Existenz zu Rande -, bedeutet den (bei aller historischen Bedingtheit) wesentypischen Ausdruck der Gebrochenheit oder Exzentrizität, der keine noch so naive, naturnahe, ungebrochene, daseinsfrohe und traditionsgebundene Epoche der Menschheit sich entwinden konnte.“⁶⁰⁴

Die damit einhergehende Selbstinszenierung wirkt somit fast natürlich. Sozialisation und gesellschaftliche Werte bieten eine Art zweite Natur (sozialisierte Instinkte), was einen gesellschaftlichen Leitfaden darstellt und aufzeigt, wie man sich zu verhalten hat.⁶⁰⁵ Das Individuum wird insofern entlastet, so dass es bei der Entscheidung, wie man sich zu verhalten hat, unterstützt wird. Dennoch zeigt Plessner auf, dass diese Unterstützung zugleich Druck bedeutet und das Individuum sich in einer Zerrissenheit befindet.

⁶⁰¹ Plessner führt drei anthropologische Grundgesetze an: Vgl. Helmuth Plessner, *Die Stufen des Organischen und der Mensch. Einleitung in die philosophische Anthropologie*, Berlin ²1965, 292.

⁶⁰² Vgl. ebd., 309.

⁶⁰³ Ebd., 310.

⁶⁰⁴ Ebd.

⁶⁰⁵ Vgl. ebd., 310.

„Als exzentrisch organisiertes Wesen muß er sich zu dem, was er schon ist, erst machen. Nur so erfüllt er die ihm mit seiner Positionalität – nicht einfach auszugehen, wie das Tier, das aus seiner Mitte heraus lebt, auf seine Mitte alles bezieht, sondern zu stehen und so von seiner Gestelltheit zugleich zu wissen.“⁶⁰⁶

Plessner beschreibt den Menschen als „von Natur aus halb“ und sieht die Künstlichkeit als Mittel, mit sich und der Welt ins Gleichgewicht zu kommen.⁶⁰⁷ „Kultur“ sieht er in diesem Zusammenhang als eine „ontische Notwendigkeit.“⁶⁰⁸ Der organische Körper unterscheidet sich durch seine Lebendigkeit vom anorganischen, also dadurch, dass er Positionalität hat.⁶⁰⁹ Der Leib bezeichnet die Zustandsform des Körpers, der Körper ist in verschiedenen Situationen spürbar, beispielsweise bei Müdigkeit oder Hunger. Der Mensch erfährt seinen Körper als einen Zustand, von Plessner als Leib tituliert. Das Individuum besitzt nicht nur einen Körper als Gegenstand, es ist auch ein Körper. Plessner differenziert ebenfalls zwischen Körper und Leib, was die Gewichtung zusätzlich auf die jeweiligen Zustandsformen legt, aber auch die Bedeutung der unterschiedlichen Prozesse von Körper und Leib hervorhebt. Die Wirksamkeit der Seele wird ebenfalls einem Doppelaspekt unterliegend beschrieben: „Seele“ und „Erlebnis.“⁶¹⁰ In der Seele treten die Wesenszüge (Charakter) eines Individuums zutage. Erst durch das eigene Handeln können Gefühle erlebt werden. Aufgrund der exzentrischen Positionalität können Gefühle objektiviert und reguliert werden. Auch hier zeigt sich der Grundgedanke, dass das Individuum nicht nur eine Seele ist, sondern gleichermaßen eine Seele hat. Plessner führt mit den Begriffen „Außenwelt“, „Mitwelt“ und „Innenwelt“ eine Analogie ein.⁶¹¹

„In jeder der drei Sphären hat er es mit Sachen zu tun, die als eigene Wirklichkeit, in sich stehendes Sein, ihm gegenüberstehen. Alles so Gegebene erscheint ihm als Ansicht, gewinnt Fragmentcharakter.“⁶¹²

Der Fakt, dass das Individuum nicht nur eine Seele ist, sondern eine Seele hat, offenbart erneut, dass Umwelteinflüsse nicht nur auf den Körper, also das äußerlich Sichtbare stoßen, sondern genauso Auswirkungen auf das Innenleben haben und somit auch

⁶⁰⁶ Ebd., 309.

⁶⁰⁷ Vgl. ebd., 321.

⁶⁰⁸ Vgl. ebd.

⁶⁰⁹ Vgl. Helmuth Plessner, *Mit anderen Augen. Aspekte einer philosophischen Anthropologie*, Stuttgart 1982, 9f.

⁶¹⁰ Vgl. ebd. 11f.

⁶¹¹ Vgl. ebd.

⁶¹² Ebd., 11.

gravierende Folgen für das menschliche Dasein, was auch dem Ziel der vorliegenden Untersuchung entspricht. Die Außenwelt, also die Objekte der Umwelt, wird dem Körper zugeordnet.

An dieser Stelle sollen noch einmal beide Weltansichten (Körper und Leib) anhand von Plessners Philosophie hervorgehoben werden. Er sieht den Menschen zum einen als Leib an, entsprechend seiner empirischen Gestalt, und zum anderen als Körper.⁶¹³ „Leib und Körper fallen, obwohl sie keine material voneinander trennbare Systeme ausmachen, sondern ein und dasselbe, nicht zusammen.“⁶¹⁴ Die Innenwelt als Welt im Leib wird der Seele zugeordnet:⁶¹⁵ „In der Distanz zu ihm selber ist sich das Lebewesen Mensch als Innenwelt gegeben, als die Welt ‚im‘ Leib.“⁶¹⁶ Plessner schreibt weiter:

„Seele als vorgegebene Wirklichkeit der Anlagen, die sich entwi[c]kelt, und das Erlebnis als die durchzumachende Wirklichkeit des eigenen Selbst im Hier-Jetzt, worin mich keiner ersetzen und wovon mich keiner als der Tod lösen kann (und sogar das ist nicht gewiß), fallen nicht zusammen, obwohl sie keine material voneinander trennbaren Systeme ausmachen. Der Doppelaspekt ist wieder radikal, dem von Körper und Leib entsprechend, übrigens in der Gegebenheit ihm nicht zwangsweise parallel laufend.“⁶¹⁷

Die Innenwelt wird von ihm als „Zerfallenheit mit sich selbst“ zum Ausdruck gebracht. Der Doppelaspekt richtet sich auf die bewusste und unbewusste Seele sowie die geschehene und vollziehende Existenz.⁶¹⁸ Die Mitwelt kann als geistige Sphäre bezeichnet werden, die durch die exzentrische Positionalität entsteht. „Durch die exzentrische Positionsform seiner selbst ist dem Menschen die Realität der ‚Mitwelt‘ gewährleistet.“⁶¹⁹ Individuen befinden sich in der Sphäre des Geistes, sobald sie miteinander sprechen, einander etwas zeigen oder sich Briefe schreiben. In dieser Sphäre tauschen sich Menschen miteinander aus. Die (nicht sichtbare) Seele äußert sich also über den Körper. Bei den sozialen Medien handelt es sich um eine medialisierte Mitwelt, in der der Körper als physisch Erkennbares im Zentrum steht. Menschen müssen sich erst zu dem machen, was sie sind. Dies gelingt durch ein selbstverantwortliches Handeln in

⁶¹³ Vgl. ebd., 11f.

⁶¹⁴ Ebd., 12.

⁶¹⁵ Vgl. ebd., 12.

⁶¹⁶ Ebd.

⁶¹⁷ Ebd., 13.

⁶¹⁸ Vgl. ebd., 13.

⁶¹⁹ Ebd., 14.

den verschiedenen Situationen des Lebens und kann als Prozess verstanden werden.⁶²⁰ Angewendet auf den Körperkult würde das bedeuten, dass Menschen gar nicht werden können, was sie sind oder was sie sein wollen, da sie nicht selbstverantwortlich handeln (können) und sich vielmehr in einem ständigen Entwicklungsprozess des Eigenen befinden (müssen), was beispielsweise Ich-Bezogenheit und dadurch bedingten Egoismus beinhaltet. Der Prozess der individuellen Entwicklung wird auf Grund von Selbstoptimierungsprozessen, einer Wettbewerbsgesellschaft und dem Streben nach Perfektion, in der Hoffnung auf Anerkennung, aufgehalten und manipuliert. Selbstverantwortendes Handeln kann nicht stattfinden, da wir uns unter einem Deckmantel befinden, angeführt durch die Medien, die eine Welt aufbauen, in der Schönheit und Leistung an erster Stelle stehen, abseits von jeglichem verantwortungsbewussten Handeln und Vorbildfunktionen. Unter diesem Deckmantel wird stigmatisiert, bewertet und ausgegrenzt.

„Die Mitwelt ‚umgibt‘ nicht die Person, wie es (wenn auch nicht im strengen Sinn, denn der eigene Leib gehört mit dazu) die Natur tut. Die Mitwelt ‚erfüllt‘ auch nicht die Person, wie es in einem inadäquaten Sinne von der Innenwelt gilt. Die Mitwelt ‚trägt‘ die Person, indem sie zugleich von ihr getragen und gebildet wird. Zwischen mir und mir, mir und dir liegt die Sphäre des Geistes.“⁶²¹

Die Sphäre des Geistes ist demnach aktuell so vorurteilsbelastet, dass vorliegend der Gedanke formuliert wird, dass eine zwischenmenschliche Begegnung nicht ohne Voreingenommenheit und teilweise von negativen Gedanken bestimmt, stattfindet. Plessner Positionalität bereichert die vorliegende Thematik insofern, da vor allem hier deutlich wird, in welcher Verbindung Körper und Seele zueinanderstehen und welche Bedeutung die verschiedenen Welten haben. In der geistigen Sphäre (Mitwelt) gelingt es dem Menschen zu kommunizieren und sich mitzuteilen, was noch einmal den Fokus auf die gesunde Seele legt. „Die Seele will sich zeigen und verbergen. Sie will verstanden sein, aber sich nicht dingfest machen lassen.“⁶²² Dieses Zitat aus einem Beitrag über Plessners Gedanken bezüglich der Gemeinschaft, zeigt noch einmal das Facettenreichtum der Seele, mit ihren endlosen Möglichkeiten. Die Seele möchte prinzipiell nicht berührt

⁶²⁰ Vgl. ebd., 14.

⁶²¹ Ebd., 14.

⁶²² Marianna Lieder, Helmuth Plessner und die Gemeinschaft, in: *Philosophie Magazin* (Hrsg.), Nr.2/2019. URL: <https://philomag.de/helmuth-plessner-gemeinschaft/>, aufgerufen: September 2020.

werden, doch lässt sich an dieser Stelle behaupten, dass sie durch die Mitwelt, also durch zwischenmenschliche Kommunikation durchaus berührt wird. Die Seele benötigt eine „Form“, die Schutz bietet.⁶²³ Aktuell lässt sich mutmaßen, dass sich die Seele im heutigen Zeitalter in Form eines durchtrainierten Körpers manifestiert und nach außen darstellt. Es findet eine überzogene Projektion des Äußeren auf innere Zustände statt. Nur wer bestimmten Kategorien entspricht (aktuell: sportlich und fit auszusehen und somit diszipliniert und ehrgeizig zu sein), hat nach gesellschaftlichen Idealen ein glückliches Leben und entspricht der Norm.

4.3 Zwischenfazit

Körper, Geist und Seele als das im menschlichen Sein prägende Zusammenspiel

Das vorliegende Kapitel zielt auf ein Resümee der gesammelten Argumentationen ab, um die dargelegten Thesen zusammenfassend darzustellen und einen Ausblick auf die weiteren Untersuchungen zu gewährleisten.

In der vorliegenden Arbeit wurden Körper bereits in verschiedenen Kontexten ge- und benannt. Der Körper bezeichnet konkret eine sichtbare Hülle, die jeden Menschen umgibt. In den Medien wird dem Körper hauptsächlich eine geschlechtsbezogene Unterscheidung vorgenommen, welche durch Facebook, Instagram und Snapchat zusätzlich verbildlicht wird und die Stellung des Körpers somit hervorhebt.⁶²⁴ Anhand von Platons Gedanken wurden bereits die Unterscheidungen von Körper und Seele vorgenommen und anhand von Phaidon deutlich gemacht, in welcher Beziehung sie zueinander stehen. Auch die exzentrische Philosophie Plessners zeigt eine differenzierte Untersuchung der Analogien (Innenwelt, Mitwelt, Außenwelt) auf, welche die Suche nach Sicherheit und die Seele als einen eigenständigen Teil des Menschen offenbart und somit leibliche Erfahrung kenntlich macht. So gewinnt der Leib in der vorliegenden Diskussion an Bedeutung. Bei Gesa Lindemann wird der Leib, in Anlehnung an Plessner, nicht im Sinne einer subjektiven Reflexion von Erfahrung offenbart, sondern als ein Bewusstsein des Ichs, welches seinen Leib erlebt.⁶²⁵ Der durch die Mitwelt geformte Leib

⁶²³ Vgl. ebd.

⁶²⁴ Vgl. Doris Schuhmacher-Chilla, Körper – Leiblichkeit, in: *Kubi-online: Wissenstransfer für Kulturelle Bildung* (Hrsg.), 2012/2013. URL: <https://www.kubi-online.de/artikel/koerper-leiblichkeit>, aufgerufen: November 2019.

⁶²⁵ Vgl. Gesa Lindemann, Der menschliche Leib von der Mitwelt her gedacht, in: *Deutsche Zeitschrift für Philosophie*, 59 (2011), 1.

ist somit ein wichtiger Bestandteil der Philosophie Plessners und somit auch Ausgangspunkt der vorliegenden Arbeit. Die Beziehung zum anderen, also der durch die Mitwelt geformte Leib und nicht der individuelle Leib stehen im Fokus der vorliegenden Arbeit und verbinden somit Körperkult und anthropologische Theorie.

„Wenn man sich dem Phänomenbereich der leiblichen Erfahrung zuwendet, führt die Theorie der exzentrischen Positionalität zu der Annahme, dass auch die Struktur der leiblichen Erfahrung durch die Mitwelt konstituiert wird.“⁶²⁶

In Anlehnung an diese Untersuchung gewinnt der Identitätsbegriff an Bedeutung und eröffnet neue Zusammenhänge. Der Körper als präsender Bestandteil des modernen Alltags rückt gleichzeitig innere Gegebenheiten wie die Seele in den Hintergrund, intensiviert jedoch bei diesem Vorgang ihre Bedeutung für das individuelle Wohlbefinden. Wie bereits erwähnt, wird die Seele durch das Hervorheben des Körpers unterdrückt, was wiederum zu einer Herabsetzung der Identität führt und die Beeinflussung seelischer Prozesse meint. Die „private Innenwelt“, also die Seele, zeichnet sich unter anderem durch eine besondere Regung, das Gewissen, aus.⁶²⁷ Es bildet sich durch Erfahrungen und kann als warnender und strafender Impulsgeber sowie als Hemm- und Kontrollinstanz aufgefasst werden. Da es nicht im Leib oder im Körper lokalisiert ist, kann das Gewissen in der Seele verortet werden.⁶²⁸ Dies bedeutet im Umkehrschluss, dass der Körper, so schön er auch ist und so gut er auch gekleidet wird, nicht die tatsächliche Identifikation mit dem Selbst wiedergibt, da er nur als Spiegel der Gesellschaft entsprechend agiert. Er ist als Abbild von Personen unvollständig, zumal er allein über gesellschaftliche Zuschreibung funktioniert. Der Körper fungiert also nur als etwas leblos Sichtbares, während das innere Potenzial verkümmert und unbeachtet bleibt, was sich im Rückgriff auf die vorherigen Kapitel anhand von prägnanten Beispielen bestätigen lässt. Dies lässt sich vor allem bei der technisch vermittelten Kommunikation und der Mitwelt über Social Media erkennen. Der Geist, der beispielsweise im biblischen Kontext als höhere Instanz beschrieben wird, fungiert als Vermittler zwischen Körper und Seele, erfasst und filtert Emotionen. Er ist das „denkende Bewusstsein des Menschen.“⁶²⁹ Hier ist es wichtig, dass sich der Mensch weiterentwickeln kann. Außerdem kann das

⁶²⁶ Ebd., 9.

⁶²⁷ Hermann Schmitz, *Der Leib*, Berlin/Boston 2011, 137.

⁶²⁸ Vgl. ebd.

⁶²⁹ Vgl. DUDEN (Hrsg.), Art. *Geist, der.* URL: https://www.duden.de/rechtschreibung/Geist_Verstand_Destillat, aufgerufen: Oktober 2018.

Denken innerhalb des Geistes eines jeden Menschen als Voraussetzung der Individualität verstanden werden. Der Körper als das Äußere bildet dabei das Produkt des Geistes und der Seele. Durch tägliche Manipulation seitens der Medien und das Überlagern der eigenen Identität ist das physische Überleben des Körpers stark gefährdet. Er ist gleichzeitig als Instrument der Seele aktiv, was bedeutet, dass er uns beispielsweise in Form von gesundheitlichen Problemen mitteilt, ob er sich im Ungleichgewicht befindet.

An dieser Stelle soll die Essstörung als aktuelles Exempel und als Folge des Körperkults genannt werden. In Form einer Versinnbildlichung der vorangegangenen Argumentation fungiert folgendes Vorwort eines wissenschaftlichen Ratgebers für Essgestörte als alarmierendes Beispiel in der vorliegenden Diskussion. „Wenn die Seele hungert, reagiert der Körper mit einer Essstörung.“⁶³⁰ Bei diesem Zitat ist zu beachten, dass eine Essstörung nicht zwangsläufig das Ergebnis einer hungernden Seele ist. Die Essstörung fungiert an dieser Stelle nur als Beispiel für ein durchaus vorkommendes Resultat psychischer Erkrankungen, beispielsweise ausgelöst durch den Körperkult mit dem einhergehenden Drang nach Perfektion und Anerkennung. Und weiter heißt es:

„Die Entwicklung einer Essstörung beginnt nicht erst in der Pubertät, sondern schon viele Jahre vorher, nur werden diese frühen Symptome viel zu oft übersehen oder als solche verkannt. Wenn dann Hilflosigkeit, Stress, Frust, Versagensängste, Selbstwertproblematik und Auffälligkeiten im Sozialverhalten die Persönlichkeitsreife so beeinträchtigt haben, dass die Betroffenen den Anforderungen der Pubertät nicht gewachsen sind, kommt es zur Essstörung als Folge einer psychischen und körperlichen Dekompensation. Denn Essgestörte erleben ständig, dass sie ihre gespürten Fähigkeiten nicht in Erfolg und Anerkennung umsetzen können, selbst wenn sie sich noch so sehr darum bemühen.“⁶³¹

(Ess-)Störungen können als Versuch der Bewältigung sozialer Ausgrenzung und (körperlicher) Kategorisierung angesehen werden. Gesellschaftlich gesetzte Ziele und Kategorien führen zu einem Nachahmen der in den Medien verbreiteten Ideale. So schreibt Helga Simchen, die Autorin des Ratgebers:

„Dem sozialen Umfeld kommt dabei eine Auslöser- und Verstärkerfunktion zu, vor allem durch Suggestieren von Leit- und Vorbildern, die den Schönheitswahn zum alles bestimmenden Element für Anerkennung und Akzeptanz einer jugendlichen Persönlichkeit machen. Schlanksein verspricht Perfekt-Sein, der Schönheitskult soll innere Werte ersetzen.

⁶³⁰ Helga Simchen, *Essstörungen und Persönlichkeit, Magersucht, Bulimie und Übergewicht. Warum Essen und Hungern zur Sucht werden*, (Vorwort).

⁶³¹ Ebd., (Kapitel: ein Konflikt zwischen Wollen und Können, 1).

Die Umwelt löst jedoch keine Essstörung aus, eine individuelle Veranlagung muss zusätzlich vorhanden sein. Unsichere und überforderte Jugendliche suchen verstärkt nach Orientierung und Sicherheit; Leit- und Vorbilder liefern diese, sie setzen Impulse zur Nachahmung. Oft werden oberflächliche Abbildungen einer Person zum ‚Leitbild‘, wobei deren innere Welt kaum bekannt sind, nicht hinterfragt werden oder, noch schlimmer, überhaupt nicht vorhanden sind“.⁶³²

Dass Körper, Geist und Seele nur gemeinsam wirksam sein können, wird medial nicht verbreitet, da die Auseinandersetzung mit der Thematik aufgeklärtes Denken voraussetzt. An dieser Stelle gilt es die Medien als kritisch zu betrachtendes Beispiel zu nennen, da unter anderem Übergrößen („Asos Curve & große Größen für Damen“ bei dem Modeunternehmen „Asos“, „H&M+“ bei „H&M“ oder „große Größen – ab Größe 44“ bei „Zalando“) sowie die Kampagnen für ein bessere Körpergefühl von Dove präsentiert werden, dennoch das Hauptaugenmerk auf dem Körper liegt und Makel deutlich hervorgehoben und genannt werden. Größen von 44 bis 56 suggerieren zum einen, dass „schöne Kurven“ einzigartig seien, zum anderen wird der Körper nach wie vor zum präsentierten und inszenierten Projekt.⁶³³ Die Medien spielen mit dem Gefühl der Akzeptanz, jedoch wird immer noch nicht deutlich aufgezeigt, was das Sein des vermeintlich einzigartigen Menschen ausmacht. Die Botschaft lautet nach wie vor, dass ein menschlicher Körper zum Schönsein geboren werde. Aufgeklärtes Denken ist insofern von enormer Bedeutung, als dass die Medien mit einer Art Doppelmoral aufwarten und die Inszenierung des Körpers kontinuierlich beibehalten wird. Ein Mensch kann nur funktionieren und leben, wenn allen drei Bausteinen des menschlichen Daseins, also Körper, Geist und Seele, Beachtung geschenkt wird.

Die Auswirkungen des Körperkults auf die Seele, wie Angstzustände, depressive Verstimmung, Nervosität und Blockaden, können den Geist in Form von Konzentrationsschwierigkeiten, Ängsten, mangelndem Selbstvertrauen und pessimistischen Gedanken beeinflussen, was sich letztendlich körperlich in Form von psychosomatischen Beschwerden oder Suchtverhalten, wie oben beispielhaft anhand der Essstörung dargestellt, bemerkbar macht. In den vorherigen Kapiteln wurden mehrfach krankhafte Auswirkungen wie Magersucht, Sportsucht und Muskeldysmorphie genannt,

⁶³² Ebd., (ein gesellschaftliches und persönliches Problem, 1f).

⁶³³ Vgl dazu: ASOS Curve & große Größen, in: ASOS (Hrsg.). URL: <https://www.asos.com/de/damen/curve-groe-groen/cat/?cid=9577&page=1>, aufgerufen: Mai 2020.

die beispielsweise auf Identitätsstörungen zurückzuführen sind, also auch auf ein gestörtes Verhältnis von Körper und Seele. Dieses Kapitel hatte zum Ziel, die Bedeutung der Seele (für den Körper) hervorzuheben und offen zu legen, dass diese das Verhalten auf subtile Weise lenkt und hauptsächlich durch Emotionen (Beispiel: Liebe) angetrieben wird. Außerdem galt es, ihre Kommunikation durch die Intuition zu betonen und sie damit als ein für das Gleichgewicht von Körper, Seele und Geist wesentliches Element kenntlich zu machen. Die Kommunikation der Seele ist durch Emotionen geprägt – positive und negative.⁶³⁴

Um dies noch einmal auf die aktuelle Problematik des Körperkults zu übertragen und in diesem Zusammenhang auf *These 3 - Das Individuum sieht sich durch die Digitalisierung zunehmend in einem Spannungsverhältnis zwischen der eigenen Identität und einer gesellschaftlichen Lehre über das Schöne, in der moralische Werte sowie moralisches Handeln an Bedeutung verlieren* -, gilt es festzuhalten, dass die Behandlung unseres Körpers großen Einfluss auf das ganzheitliche Gleichgewicht von Körper, Geist und Seele hat. Das Denken im Geist jedes Individuums trägt zur Individualität bei. Wird jedoch das Denken durch die Medien bestimmt und durch den Wunsch nach Schönheit wie Perfektion manipuliert, geht die Individualität des Einzelnen verloren und wir befinden uns in einer Negativspirale. Angelehnt an Herbert Marcuses Ideologie- und Gesellschaftskritik lassen sich so ein eindimensionales Denken und somit eine eindimensionale Gesellschaft erkennen, die jegliche Handlungsmöglichkeiten einschränken, was sich durchaus auf ein negativ verändertes Zusammenspiel von Geist und Materie zurückzuführen lässt. Glückliche Leben werden durch eine ruhige Seele bedingt.

„Denn was hindert uns zu sagen, ein glückliches Leben habe seinen Bestand in einer freimütigen, aufrechten, unerschrockenen und standhaften Sinnesart, die, jeder Furcht, jeder Begierde enthoben, begeistert ist für die Ehre als einziges Gut, voll Abscheu gegen die Schande als einziges Übel, während alles übrige nichts ist als eitel Tand, das Lebensglück weder beeinträchtigend noch erhöhend, kommend und gehend ohne Vermehrung oder Verminderung des höchsten Gutes? Ihm, der auf so festem Grund steht, muß notwendig, mag er wollen oder auch nicht, heitere Stimmung beständig Gefährtin sein sowie auch ein herzlicher, weil aus dem Herzen kommender Frohmut; denn worüber er sich freut, das darf er

⁶³⁴ Vgl. Sabine Rückert, Vom Wesen der Seele, *ZEIT MAGAZIN* (Hrsg.), 53/2017. URL: <https://www.zeit.de/zeit-magazin/2017/53/seele-psychologie-existenz-suche>, aufgerufen Oktober 2018.

sein Eigentum nennen, und seine Wünsche gehen nicht hinaus über das, worüber er zu gebieten hat. Sollte solcher Besitz nicht in vollem Maße aufwiegen die kümmerlichen, verächtlichen und rasch vorüber schwindenden Reizungen unseres armseligen Körpers? Der nämliche Tag, an dem er die Lust zu seinem Gebieter macht, macht auch den Schmerz zu seinem Herrn.“⁶³⁵

⁶³⁵ Lucius Annaeus Seneca, *Von der Seelenruhe. Vom glücklichen Leben*, Köln 2010, 64.

5 Die Bedeutung von Identität im Kontext des Körperkults

Das Ziel der vorliegenden Arbeit ist es weiterhin, das hier zentrale Problem „Körperkult“ mit sozialen Theorien zu verbinden, somit den Körperkult als (soziales) Problem zu veranschaulichen und dessen Auswirkungen auf die menschliche Persönlichkeit herauszustellen und mit Identitätsbildungsprozessen in Verbindung zu setzen. Das vorliegende Kapitel ist als Ergänzung zum vorangegangenen Kapitel konzipiert (siehe Kapitel 4 – 4.3), um die dort wesentlichen Elemente in einen umfassenderen Kontext zu setzen. Mit Blick auf die Identität zeichnet sich an dieser Stelle ein erheblicher Verlust des Selbsts ab, der bereits anhand konkreter Beispiele in den Kapiteln 2 bis 3 deutlich wurde. Der Befund wird durch theoretische Ansätze ergänzt und erweitert. Vor allem junge Menschen, die ihre Identität noch nicht ausbilden konnten, werden in diesem individuellen Prozess aufgehalten oder beeinflusst. Da der Identitätsbegriff vor allem im Körperkult eine übergeordnete Rolle spielt und in der vorliegenden Arbeit bereits erwähnt wurde, sollte dieser im Anschluss an Kapitel 4 noch einmal kurz definiert werden. Der Einfluss von Selbstoptimierungsprozessen, medialen Schönheitsidealen und der Einfluss des Wunsches nach Perfektion veranschaulicht den Körperkult als einen Prozess, der die persönliche Entwicklung behindert und nachweislich eine gesellschaftliche Ausgrenzung herbeiführt. Das Anbahnen identitätsbildender Prozesse und die theoretische Bedeutung von Selbstkonzepten zeigen auf, wie eng der Zusammenhang eines gesellschaftlichen Phänomens und einer gesellschaftlichen Ausgrenzung aufgrund von auferlegten Idealen ist.

Einleitend wurde das Phänomen des Körperkults bereits mit dem Begriff „soziales Problem“ in Verbindung gebracht. An dieser Stelle sollte auch dieser noch einmal genauer definiert werden, um die Zusammenhänge mit dem Begriff der Identität nachvollziehbar machen zu können und im Ganzen auf den Kontext Körperkult zu übertragen. Die Definition des sozialen Problems ist insofern von Bedeutung, als dass diese Art von Problematik essenziell in das Leben von Individuen eingreift und in Anlehnung an die Konzeption des Selbstbildes nachweisliche Auswirkungen auf den Identitätsbildungsprozess hat.

Definition von Identität

Identität genau zu erklären, erscheint erst einmal als ein sehr schwieriges Unterfangen. Dennoch soll der Identitätsbegriff im Folgenden genauer untersucht und mit dem Problem des Körperkults in Verbindung gebracht werden, um die Bedeutung der Identitätssuche und dem Streben nach Anerkennung des Selbst- und Fremdbildes ersichtlich zu machen und in Anlehnung an seelische Prozesse zu betrachten. Identität kann zum einen die Verbindung der einzelnen Menschen, geprägt von einzigartigen Werten, innerhalb einer Kultur und eines Volkes bedeuten, zum anderen die Entwicklung eines jeden Einzelnen meinen.

Identität wird in der vorliegenden Arbeit in Anlehnung an Erik H. Erikson als etwas im Kern des Individuums Angelegtes betrachtet und kann daher als ein wesentlicher Aspekt des inneren Zusammenhalts einer Gruppe gesehen werden.⁶³⁶ Erikson hat dem Begriff ‚Identität‘ in den Sozialwissenschaften Anerkennung verschafft, ist psychoanalytisch orientiert und differenziert zwischen der Ich-Identität und Gruppen-Identität. „Der Begriff *Identität* drückt also insofern eine wechselseitige Beziehung aus, als er sowohl ein dauerndes inneres Sich-Selbst-Gleichsein wie ein dauerndes Teilhaben an bestimmten gruppenspezifischen Charakterzügen umfaßt.“⁶³⁷ Erikson betrachtet ‚Identität‘ aus verschiedenen Blickwinkeln. Sie kann zum einen als „unbewusstes Streben nach einer Kontinuität des persönlichen Charakters“ verstanden werden, zum anderen als ein „stillschweigender Akt der Ich-Synthese.“⁶³⁸ Der Begriff hat aber vor allem im gesellschaftlichen Miteinander eine große Bedeutung und soll daher an dieser Stelle hervorgehoben werden.

Wie im obigen Fazit schon angedeutet, kann Identität das „Festhalten an einer inneren Solidarität mit den Idealen und der Identität einer Gruppe“ bedeuten.⁶³⁹ Schwierig ist, dass dieser Begriff nie ganz genau gefasst werden kann und in mehreren Zusammenhängen verwendet wird. Bereits Descartes hat „die Substanz als etwas dauerhaft Seiendes, das in jedem Ding als Träger seiner Eigenschaften fungiert“, definiert

⁶³⁶ Vgl. Erik H. Erikson, *Identität und Lebenszyklus*, Frankfurt am Main 1995, 124.

⁶³⁷ Ebd.

⁶³⁸ Vgl. ebd., 124f.

⁶³⁹ Vgl. ebd., 125.

und somit die Grundlage einer substantiellen Identitätskonzeption geschaffen.⁶⁴⁰ Daraus ergibt sich, dass jeder Mensch über einen festen Wesenskern verfügt. Das (äußere) Verhalten ist demnach identisch mit dem (inneren) Wesenskern.

Auch bei Erikson findet sich der Begriff eines „zusammengehörigen Ganzen“ wieder. Dennoch ist Identität hier ein Prozess, der die Wirklichkeit verarbeitet und somit immer wieder hergestellt wird. Identität fungiert bei Erikson außerdem als Synonym für den „Sinn des Lebens“ oder wird als Gegenbegriff zur Seele verstanden.⁶⁴¹ Geht man nun von Identität als Prozess aus, muss das Umfeld als Produktionsstätte betrachtet werden:

„Weil dabei das Umfeld als Produktionsstätte der potenziellen Identitätskategorien fungiert, in dem durch Normen, Rollenmuster, Praktiken, Gesetzmäßigkeiten, Sprache usw. die potentiellen Identitätskategorien überhaupt erst geformt werden, vollzieht sich die Herstellung der Identität im Spannungsfeld der Selbstwahrnehmung eines Individuums und den sozio-kulturellen Denkweisen und Kategorien seines Umfeldes.“⁶⁴²

Die Vorstellung von Identität als Prozess entstand bereits in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts und wurde in der Postmoderne um die Komponente einer permanenten Wandelbarkeit erweitert, beispielsweise 1950 durch Erik H. Erikson und seinem Entwurf des „achtstufigen Phasenmodell[s] der psychosozialen Entwicklung.“⁶⁴³ Das äußerlich Erlebte (Erfahrungen) wird gespeichert, und zusätzlich werden über individuelle Wahrnehmungen bestimmte Verhaltensweisen entwickelt. Identität wird kontinuierlich neu hergestellt, indem das „Ich“ die Wirklichkeit verarbeitet.⁶⁴⁴ Um sie von Grund auf nachvollziehbar zu machen, verfolgt Erikson einen genetischen Ansatz, indem er Identifikation und Identität verknüpft.

Identität und Selbstkonzept

In diesem Abschnitt erfolgt ein kurzer Abriss der Idee des Selbstkonzeptes in Anlehnung an den Identitätsbegriff, um die Bedeutung von Identität, Selbsteinschätzung und Selbstwertgefühl im Kontext des Körperkults als essenziell begreifen zu können. Wie bereits in den ersten drei Kapiteln der vorliegenden Arbeit ausdifferenziert werden

⁶⁴⁰ Vgl. Sascha Nicke, Der Begriff der Identität, in: *Bundeszentrale für politische Bildung* (Hrsg.), Dezember 2018. URL: <https://www.bpb.de/politik/extremismus/rechtspopulismus/241035/der-begriff-der-identitaet>, aufgerufen Dezember 2018.

⁶⁴¹ Vgl. ebd.

⁶⁴² Ebd.

⁶⁴³ Vgl. ebd.

⁶⁴⁴ Vgl. ebd.

konnte, folgt das Verhalten von Menschen einem bestimmten Muster. Sie entwickeln Aspekte ihres Seins, formen Bilder von sich und bewerten diese. Die Wissenschaft verwendet hier die Begriffe des Selbstbildes und des Selbstkonzeptes.⁶⁴⁵ Wie bereits festgestellt werden konnte, entstehen Selbstbilder unter Einfluss des aktuellen Körperkults in Anlehnung an Selbstoptimierungsprozesse sowie medial erzeugte Körperideale und Schönheitsbegriffe. Menschen werden aufgrund äußerer Merkmale Kompetenzen zu- oder abgesprochen, mit denen sie sich selbst nicht identifizieren können, da ihnen zu viel oder zu wenig zugetraut wird.

„So kann es dazu kommen, daß Menschen nur deshalb Erfolg haben, weil sie z.B. auf andere Menschen aufgrund ihres sehr positiven Selbstbildes so überzeugend wirken, daß man ihnen eine Menge zutraut und ihnen entsprechend viele Handlungsmöglichkeiten eröffnet. Die überzeugende Wirkung geht sogar oft so weit, daß die Fehler solcher Menschen eher übersehen oder fälschlicherweise anderen Menschen zugerechnet werden.“⁶⁴⁶

Der Aspekt der überzeugenden Wirkung lässt sich erneut auf den Körperkult anwenden. Er zeigt auf, dass äußerliche Merkmale durchaus prägend für die Zuschreibung bestimmter Kompetenzen und bestimmte optische Merkmale mit bestimmten charakteristischen Zuschreibungen verbunden sind und somit ein positives Selbstbild konstruieren. Die entwickelten Selbstkonzepte haben demnach essenziellen Einfluss auf die Selbstwahrnehmung. Dies bedeutet wiederum, dass Individuen, denen gewisse Kompetenzen infolge äußerlicher Merkmale abgesprochen werden, Defizite entwickeln sowie in ihrem Denken und Handeln erheblich beeinträchtigt werden. Schließlich entwickeln diese Menschen durch ständige Verunsicherungen ein negatives Selbstkonzept, unabhängig von ihrer Intelligenz.⁶⁴⁷ Das Selbstkonzept kann als Teil der Identität verstanden werden, jedoch gibt es diesbezüglich keine eindeutige wissenschaftliche Zuordnung.⁶⁴⁸

Obwohl die Klärung des Identitätsbegriffes in wissenschaftlicher Hinsicht allgemein gehalten wird, stützt sich die vorliegende Untersuchung auf die Erklärung von Haüßer,

⁶⁴⁵ Vgl. Annemarie Laskowski, *Was den Menschen antreibt. Entstehung und Beeinflussung des Selbstkonzeptes*, Frankfurt am Main 2000, 8.

⁶⁴⁶ Ebd.

⁶⁴⁷ Vgl. ebd., 9.

⁶⁴⁸ Vgl. ebd., 11.

da hier die Zugehörigkeit des Selbstkonzeptes zur Identität dem Kontext des Körperkults zugeordnet werden kann und somit einen aktuellen Zusammenhang darstellt.⁶⁴⁹

„Identität läßt sich nunmehr als *die Einheit aus Selbstkonzept, Selbstwertgefühl und Kontrollüberzeugung* eines Menschen verstehen, die er aus *subjektiv bedeutsamen und betroffen machenden Erfahrungen über Selbstwahrnehmung, Selbstbewertung und personale Kontrolle entwickelt und fortentwickelt* und die ihn *zur Verwirklichung von Selbstansprüchen zur Realitätsprüfung und zur Selbstwertherstellung im Verhalten motivieren*.“⁶⁵⁰

Selbsteinschätzungen lassen sich nach dem Psychologen Dieter Frey und der Unternehmerin Elke Benning folgendermaßen beschreiben:

„[Sie] bedeute[n] die zu den einzelnen Kognitionen gehörigen affektiven Komponenten, also die positive bzw. die negative Bewertung der einzelnen Kognitionen des Selbst. Die Kognition ‚ich bin intelligent‘ wird von den meisten Personen sehr wahrscheinlich positiv bewertet, während die Bewertung bei Zuschreibungen wie ‚ich bin zurückhaltend‘ (oder ‚ehrgeizig‘) je nach Person und Situation sehr unterschiedlich sein kann.“⁶⁵¹

Das Selbstwertgefühl ergibt sich dann aus der Summe der Selbsteinschätzungen. Das Selbstwertgefühl sowie die Selbsteinschätzung sind nach Frey und Benning sozial bedingt.⁶⁵²

In diesem Zusammenhang sei das Bild vom Selbst als Spiegel der Gesellschaft, kreiert von Charles Horton Cooley⁶⁵³, genannt, um den Bezug des gesellschaftlichen Einflusses auf die Identität sowie die daraus resultierende Beziehung zwischen Selbstkonzept und Selbsteinschätzung kenntlich zu machen.⁶⁵⁴ Cooley gilt als einer derjenigen, der Emotionen eine ausschlaggebende Bedeutung für die Ausführung sozialer Prozesse attestieren, was einen deutlichen Bezug zum Körperkult mit der einhergehenden Angst vor Ablehnung darstellt.⁶⁵⁵ Hinsichtlich des Bildes vom Selbst als Spiegel der

⁶⁴⁹ Karl Hauber, Diplompsychologe, veröffentlichte zahlreiche Forschungsberichte zu schulischer Differenzierung, Motivation und Interesse sowie Krisenbewältigung bei Arbeitslosen und Identitätspsychologie. Hauber erarbeite das Konzept der Identität nachvollziehbar und macht es somit gesellschaftlich relevant, so dass sich im Rahmen der vorliegenden Arbeit auf die Betrachtung der Identitätsentwicklung von Hauber gestützt werden soll.

⁶⁵⁰ Karl Hauber, *Identitätsentwicklung*, New York 1983, 103.

⁶⁵¹ Dieter Frey und Elke Benning, Das Selbstwertgefühl, in: Heinz Mandl und Günter L. Huber, *Emotion und Kognition*, München 1983, 149.

⁶⁵² Vgl. ebd.

⁶⁵³ US-amerikanischer Soziologe (1846-1929).

⁶⁵⁴ Vgl. Ingrid Jungwirth, *Zum Identitätsdiskurs in den Sozialwissenschaften. Eine postkolonial und queer informierte Kritik an George H. Mead, Erik H. Erikson und Erving Goffmann*, Bielefeld 2007, 89.

⁶⁵⁵ Vgl. Frithjof Nungesser, Charles Horton Cooley: Human Nature and the Social Order, in: Konstanze Senge, Rainer Schützeichel (Hrsg.), *Hauptwerke der Emotionssoziologie*, Wiesbaden 2013, 68.

Gesellschaft sei in Anlehnung an George Herbert Mead⁶⁵⁶ hier der Begriff des „gespaltenen Selbsts“ genannt.⁶⁵⁷ Individuen werden durch soziale Kontrolle zu Handelnden und bewegen sich dadurch in eine soziale Abhängigkeit von gesellschaftlichen Bedingungen. Ihnen ist es dennoch möglich, zu handeln.⁶⁵⁸

Der Gedanke Plessners, dass sich der Mensch gebrochen erlebe und immer im Konflikt mit sich selbst stehe, lässt sich an dieser Stelle anführen. Plessners Gesetz der natürlichen Künstlichkeit zeigt auf, dass sich der Mensch aus seiner Organisationsform heraus selbst inszenieren muss.⁶⁵⁹ Bezugnehmend auf diesen Gedanken, lässt sich zusätzlich Meads Definition von „Anpassung“ mit Plessners Gesetz der natürlichen Künstlichkeit verbinden, der in der Konzeption von Gesellschaftlichkeit Erwähnung findet und einen dauerhaften Prozess von sozialen Erwartungen und der Angst, diese nicht erfüllen zu können zu verdeutlichen versucht.

So geht Mead davon aus, dass der gesellschaftliche Prozess durch Anpassung entstehe, dadurch dass eine Reaktion (Anpassung) auf einen Reiz folge.⁶⁶⁰

Reiz und Reaktion lassen sich im Zusammenhang mit sozialer Kontrolle sehen und sich vor diesem Hintergrund auf *These 1 - Das moderne Verständnis von Schönheit führt zu einer Selbstinszenierung des Individuums, in der der Kampf zwischen Anpassung und Freiheit auf neue Weise seinen Ausdruck findet* - übertragen.

Der Kampf zwischen sozialen Erwartungen und den mit ihnen einhergehenden Verpflichtungen äußert sich durch den medial ausgelebten Körperkult in einem exzessiven Ausmaß und definiert somit die sozialen Erwartungen als Reiz und die Selbstinszenierung in den sozialen Netzwerken als Reaktion, was nach Mead als Anpassung verstanden werden kann und gleichzeitig den Aspekt der Zerrissenheit bei Plessner aufzeigt. Angesichts von Schminktipp, Fitnessübungen, Cremes für ein faltenfreies Gesicht, Definitionen zu der Frage, wie ein angesehener Körper auszusehen hat, und der täglichen Aufforderung, sich selbst zu verwirklichen, befindet sich das

⁶⁵⁶ US-amerikanischer Philosoph, Soziologe und Psychologe (1863-1931).

⁶⁵⁷ Vgl. dazu: George Herbert Mead, What Social Objects Must Psychology Presuppose?, in: *The Journal of Philosophy, Psychology and Scientific Methods*, Vol. VII, No.7, 1910, 174-180; George Herbert Mead, *The Philosophy of The Present*, Chicago 1980, 47.

⁶⁵⁸ Vgl. Ingrid Jungwirth, *Zum Identitätsdiskurs in den Sozialwissenschaften. Eine postkolonial und queer informierte Kritik an George H. Mead, Erik H. Erikson und Erving Goffmann*, Bielefeld 2007, 139.

⁶⁵⁹ Helmuth Plessner, *Die Stufen des Organischen und der Mensch. Einleitung in die philosophische Anthropologie*, Berlin 1965, 309f.

⁶⁶⁰ Vgl. Ingrid Jungwirth, *Zum Identitätsdiskurs in den Sozialwissenschaften. Eine postkolonial und queer informierte Kritik an George H. Mead, Erik H. Erikson und Erving Goffmann*, Bielefeld 2007, 127.

Individuum in einer ständigen Spirale der Anpassung und auf der Suche nach einem Selbstkonzept. Der bereits in den einleitenden Kapiteln genannte Aspekt der Anpassung und Nachahmung soll im vorliegenden Kapitel nun mit dem Begriff der Identität erweitert werden.

Iris Hauth⁶⁶¹ erklärt in dem Zusammenhang der Anpassung und Nachahmung, dass der Wille nach möglichst langanhaltender Leistungsfähigkeit und Schönheit Folgen für das Verhalten der Menschen nach sich ziehe.⁶⁶² „Ich würde nicht sagen, Lifestyle macht Erkrankungen. Aber Lifestyle bewirkt Verhaltensveränderungen und emotionale Veränderungen, die gegebenenfalls Risikofaktoren für eine Erkrankung werden können.“⁶⁶³ Hauth verweist exemplarisch auf Frauen, die nicht mehr nur Diäten probieren, sondern sich dauerhaft mit ihrem Aussehen beschäftigen und dadurch Körperschemastörungen entwickeln.⁶⁶⁴

Der Begriff der Dymorphophobie (Störung der Wahrnehmung des eigenen Körpers) wird vor allem unter Verweis auf Harrison Pope in Verbindung mit dem männlich geprägten Körperkult genannt, welcher ebenfalls in der vorliegen Arbeit behandelt wird (siehe Kapitel 2.4).

„Dem Druck der Selbstoptimierung setzten sich vor allem Menschen aus, denen an Selbstwertgefühl mangle [..]. Wenn ich dagegen genügend Selbstwertgefühl habe – was mit der eigenen Persönlichkeit, Vererbtem, aber auch Erfahrungen der ersten 15 bis 20 Lebensjahre zu tun hat – dann ist das ein wesentlicher Resilienzfaktor.“⁶⁶⁵

Ein mangelnder Selbstwert drückt sich an dieser Stelle unter anderem als soziales Problem aus und lässt sich als Ergebnis eines selbst erstellten negativen Selbstkonzeptes anerkennen, welches durch stets präsente Idealvorstellungen, medial dargestellte Selbstoptimierungsprozesse sowie Schönheitsprozesse entsteht.

So weist auch der Soziologe Herbert Blumer nachdrücklich darauf hin, dass soziale Probleme ihre Existenz, ihre Lebensgeschichte sowie ihr Schicksal haben und formuliert die These, dass sie hauptsächlich „Resultate eines Prozesses kollektiver Definitionen“

⁶⁶¹ Präsidentin der Deutschen Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde (DGPPN).

⁶⁶² Gisela Gross, Druck zur Selbstoptimierung. Macht unser Lebensstil krank?, in: *Spiegel Psychologie* (Hrsg.), 2016. URL: <https://www.spiegel.de/gesundheit/psychologie/druck-zur-selbstoptimierung-macht-unser-lebensstil-krank-a-1122919.html>, aufgerufen: Oktober 2020.

⁶⁶³ Vgl. ebd.

⁶⁶⁴ Vgl. ebd.

⁶⁶⁵ Ebd.

sein.⁶⁶⁶ Weiter heißt es, dass ein soziales Problem als eine „objektive Bedingung“ im gesellschaftlichen Kontext existiere und diese dann schädlich sei und im Gegensatz zu einer gesunden Gesellschaft stehe.⁶⁶⁷ Den Prozess eines sozialen Problems könne man nicht ignorieren, sonst hieße es zwangsläufig, dass ein unvollständiges Bild des sozialen Problems vorliege.⁶⁶⁸

Mead erstellte zudem mehrere Gesellschaftskonzeptionen, unter anderem mit Blick auf Persönlichkeitsentwicklungen und gesellschaftlicher Evolution, auf die im vorliegenden Kapitel nur bedingt eingegangen werden kann, da sich sonst der Schwerpunkt des vorliegenden Kapitels verschieben würde. Bezugnehmend auf die dargestellte These (*These 1*), sei an dieser Stelle Meads Entwurf einer Gesellschaft als „Organisationsform“ genannt, die sich auf funktionale und rationale Beziehungen stützt und in diesem Sinn den Begriff der „Überlegenheit“ einführt und einen evolutionstheoretischen Hintergrund aufweist.⁶⁶⁹ Überlegenheit – von Mead in eine „gesellschaftliche Organisationsform gegenüber anderen“ und „Überlegenheit als Form des Bewusstseins“ ausdifferenziert – entsteht (im gesellschaftlichen Sinne) aus der Konkurrenz zwischen Fähigkeit und Funktion.⁶⁷⁰ Im Kontext des Körperkults wird die Überlegenheit in der Überwindung von ‚Trägheit‘ gesehen, welche sich in der Ausübung von (exzessivem) Sport ausdrückt und somit Unterschiede zwischen zwei gesellschaftlichen Gruppen aufzeigt. Die Gruppe, die Sport macht, fit aussieht und somit optische Entwicklungsunterschiede aufweist und die Gruppe, die keinen Sport macht, keinem Schönheitsideal entspricht und somit hierarchisch ‚niedriger‘ zuzuordnen ist. Dieses Phänomen definiert unterschiedliche (optische) Entwicklungen zweier Gruppen, die in einem Machtverhältnis zueinander stehen und Meads Konzeption einer Gesellschaft, in der Unterschiede zwischen gesellschaftlichen Gruppen, aufgrund von Entwicklungsunterschieden begründet liegt, charakterisiert.

Das vorliegende Kapitel bezieht sich auf die „postkolonial und queer informierte Kritik“ von Ingrid Jungwirth, die den Identitätsdiskurs in den Sozialwissenschaften, unter

⁶⁶⁶ Vgl. Herbert Blumer, Soziale Probleme als kollektives Verhalten, in: Karl Otto Hondrich (Hrsg.), *Menschliche Bedürfnisse und soziale Steuerung. Eine Einführung in die Sozialwissenschaft*, Hamburg 1975, 102, 112.

⁶⁶⁷ Vgl. ebd., 102.

⁶⁶⁸ Vgl. ebd., 112.

⁶⁶⁹ Vgl. Ingrid Jungwirth, *Zum Identitätsdiskurs in den Sozialwissenschaften. Eine postkolonial und queer informierte Kritik an George H. Mead, Erik H. Erikson und Erving Goffmann*, Bielefeld 2007, 128.

⁶⁷⁰ Vgl. ebd.

anderem den von Mead eröffneten, reproduziert sowie sein Denken reduziert und greifbar rezipiert, so dass aus Verständnisgründen und aus Gründen des Umfangs auf ihr Werk verwiesen wird. So stellt Jungwirth in Anlehnung an Mead fest:

„Auch gesellschaftliche Gruppen oder Nationen entstehen [...] aus der funktionalen Überlegenheit, die sich aus Konkurrenz und Konflikten in Bezug zur höchsten Organisationsform der Universalgesellschaft ergibt. So erfolgt die Konstitution eines Begriffs des Selbst als individuelles und kollektives Bewusstsein im Sinne eines Wissens um die eigene Überlegenheit. In dieser Konzeption von Bewusstsein wird Überlegenheit in der Überwindung ‚niederer‘ Entwicklungsstufen und deren Beherrschung begründet. Damit geht eine Konzeption von Gesellschaft einher, in der Unterschiede zwischen gesellschaftlichen Gruppen und Gesellschaften Hierarchieunterschiede aufgrund von Entwicklungsunterschieden sind. Konflikte gelten als Ergebnis eines legitimen Strebens um Vorherrschaft der einen Gruppe über die andere.“⁶⁷¹

Angewendet auf den Körperkult, lässt sich erneut feststellen, dass der Besitz eines Körpers, der den medialen Idealen entspricht, und der damit einhergehende Selbstoptimierungsprozess einerseits zu einem Gefühl der Überlegenheit verhelfen und andererseits das Selbst positiv hervorheben. Infolgedessen wird zwischen Individuen, die einen solchen Körper besitzen und jenen, auf die das nicht zutrifft, in einem automatisierten Prozess differenziert und die eigene Überlegenheit als soziale Entwicklung begründet, da gesellschaftlichen Idealen Folge geleistet wird. Somit lässt sich der Körperkult auf eine objektive Be- und Verurteilung zurückführen und ist unter anderem als Grund einer sozialen Ausgrenzung zu definieren.

Im Folgenden wird die „soziale Identität“ näher eingegrenzt, um Aspekte dieser Theorie auf den Körperkult zu übertragen und diesen als soziales Problem zu erfassen, der eindeutige Rückschlüsse auf eine degradierende Haltung zulässt. Der Körperkult lässt sich aus sozialpsychologischer Sicht mit Aspekten der „sozialen Identität“ verbinden, da soziale Kategorien und die damit einhergehenden Bewertungen und Vergleiche deutlich werden.

⁶⁷¹ Ebd.

5.1 Soziale Identität

Die Theorie der Sozialen Identität (seit Mitte der siebziger Jahre), kurz SIT (Social Identity Theory), gilt als eine der bekanntesten Theorien im Bereich der Sozialpsychologie. Sie wird in vier psychologische Prozesse unterteilt: soziale Kategorisierung, soziale Identität, soziale Vergleiche und soziale Distinktheit. Das zentrale Konzept der SIT bilden die Kategorisierungsprozesse, mit denen versucht wird, die soziale Umwelt zu strukturieren, indem „die unter bestimmten Aspekten als zusammengehörig wahrgenommenen Personen unserer Umwelt zu Gruppen“ zusammengefasst werden.⁶⁷² Soziale Kategorisierung bedeutet jedoch nicht nur die Strukturierung der sozialen Umwelt, sondern auch eine Bewertung, damit eine Verknüpfung vollzogen werden kann. SIT wird in der Literatur als Teil des Selbstkonzeptes beschrieben, bedingt durch die Zugehörigkeit zu einer sozialen Gruppe.⁶⁷³ Menschen streben nach einem positiven Selbstbild, demzufolge nach einer positiven sozialen Identität, und versuchen so, sich voneinander abzuheben. Allein eine Zugehörigkeit zu einer bestimmten Gruppe reicht auch, diese zu favorisieren und andere Gruppen zu herabzusetzen. Besagtes Phänomen wird innerhalb der SIT als „minimales Gruppenparadigma“ dargestellt.⁶⁷⁴ Untersuchungen, beispielsweise referiert von Frey und Benning⁶⁷⁵, belegen in diesem Zusammenhang, dass man die eigene Gruppe immer positiver bewertet als eine andere Gruppe und dass es regelmäßig zu direkten Vergleichen kommt. Direkte Vergleiche können negativ ausfallen, was zu einer „negativen sozialen Identität“ und zu weiteren Vergleichen führen kann, so dass die eigene Gruppe wieder einen höheren Stellenwert einnimmt und die soziale Identität nicht gefährdet ist.⁶⁷⁶ Teilweise kann es auch zu einem Verlassen der eigenen Gruppe kommen, um die soziale Identität zu wahren und die wahrgenommene Benachteiligung verringern zu können. Mit dem Konzept der SIT wird der Bezug zwischen Intergruppendifferenzierung und

⁶⁷² Vgl. B.S., Art. soziale Identität, in: *Spektrum der Wissenschaft Verlagsgesellschaft mbH* (Hrsg.). URL: <https://www.spektrum.de/lexikon/psychologie/soziale-identitaet/14513>, aufgerufen Januar 2019.

⁶⁷³ Vgl. dazu: Dominic Abrams und Michael A. Hogg, *Social identity theory: constructive and critical advances*, New York 1990 und Henri Tajfel, *Social Identity and Intergroup Relations (European Studies in Social Psychology)*, Band 7, Cambridge 1982.

⁶⁷⁴ Vgl. B.S., Art. soziale Identität, *Spektrum der Wissenschaft Verlagsgesellschaft mbH* (Hrsg.). URL: <https://www.spektrum.de/lexikon/psychologie/soziale-identitaet/14513>, aufgerufen Januar 2019.

⁶⁷⁵ Vgl. dazu: Dieter Frey und Elke Benning, Das Selbstwertgefühl, in: Heinz Mandl und Günter L. Huber, *Emotion und Kognition*, München 1983.

⁶⁷⁶ Vgl. B.S., Art. soziale Identität, *Spektrum der Wissenschaft Verlagsgesellschaft mbH* (Hrsg.). URL: <https://www.spektrum.de/lexikon/psychologie/soziale-identitaet/14513>, aufgerufen Januar 2019.

Selbstwert nicht deutlich genug herausgestellt. Fakt ist, dass innerhalb des Prozesses der Gruppenbildung Teile der persönlichen Identität verloren gehen und sich eine Selbstentfremdung vollzieht, was schließlich die Grundlage von vielen Gruppenphänomenen darstellt.⁶⁷⁷ Untersuchungen zeigen zudem: Je mehr man sich mit einer Gruppe identifiziert, umso weniger Stress wird erlebt und umso einfacher ist es, eine gemeinsame soziale Identität aufzubauen.⁶⁷⁸

Mittels einer Untersuchung an 85 Sportstudenten, die einen eintägigen Aufnahmetest für das Sportstudium absolvierten, ließ sich nachvollziehen, wie hoch das Stresslevel ausfiel. Die Studie, die ein Forscherteam um Charlene Ketturat durchgeführt hat, wurde im „Personality and Social Psychology Bulletin“ veröffentlicht.⁶⁷⁹ Die Studenten wurden zu je zehn Personen bestehende Gruppen eingeteilt und sportlich geprüft (Schwimmen, Turnen, Basketball, Badminton, Kugelstoßen und Dreikilometerlauf). Zu Beginn wurde vermerkt, wie stark sich die Teilnehmer ihrer Gruppe zugehörig fühlten und wie stark ihr Stressempfinden ausgeprägt war. Die Gruppen bildeten sich erst am Tag der Prüfung und konnten im Laufe der Vorbereitungen ein Zusammengehörigkeitsgefühl entwickeln, wodurch das Stressempfinden sank. Der Studie zufolge fühlten sich die Teilnehmer umso weniger gestresst, je mehr sie sich als ganze Gruppe einfanden.⁶⁸⁰ Andreas Mojzisch beschreibt das Phänomen folgendermaßen: „Das Ausmaß, in dem wir uns mit Gruppen identifizieren, sei es am Arbeitsplatz oder in der Freizeit, ist ein Schlüssel für unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit.“⁶⁸¹

Die Organisation „IKUD Seminare“ stützt sich unter anderem auf den von Erik H. Erikson abgeleiteten Begriff von Identität, um „soziale Identität“ näher erläutern zu

⁶⁷⁷ Vgl. ebd.

⁶⁷⁸ Vgl. Wirtschaftspsychologie aktuell. Zeitschrift für Personal und Management (Hrsg.), *Gruppenzugehörigkeit entspannt*. URL: <https://www.wirtschaftspsychologie-aktuell.de/nachrichten/nachrichten-20160222-gruppenzugehoerigkeit-entspannt.html>, aufgerufen: Januar 2019.

⁶⁷⁹ Vgl. dazu: Charlene Ketturat, Johanna U. Frisch, Johannes Ullrich, Jan A. Häusser, Rolf van Dick, Andreas Mojzisch, *Disaggregating Within- and Between-Person Effects of Social Identification on Subjective and Endocrinological Stress Reactions in a Real-Life Stress Situation*, 42, 147-160.

⁶⁸⁰ Vgl. dazu: Charlene Ketturat, Johanna U. Frisch, Johannes Ullrich, Jan A. Häusser, Rolf van Dick, Andreas Mojzisch, *Disaggregating Within- and Between-Person Effects of Social Identification on Subjective and Endocrinological Stress Reactions in a Real-Life Stress Situation*, 42, 147-160.

⁶⁸¹ Vgl. Wirtschaftspsychologie aktuell. Zeitschrift für Personal und Management (Hrsg.), *Gruppenzugehörigkeit entspannt*. URL: <https://www.wirtschaftspsychologie-aktuell.de/nachrichten/nachrichten-20160222-gruppenzugehoerigkeit-entspannt.html>, aufgerufen: Januar 2019.

können.⁶⁸² Sie gibt an, dass Menschen ihre soziale Identität, durch die Zugehörigkeit zu einer von der Gesellschaft positiv bewerteten Gruppe, zu verdeutlichen versuchen.⁶⁸³

In dem Zusammenhang sollte bedacht werden, dass dieser Aspekt nicht ausschließlich positiv zu bewerten ist. So gibt auch Erikson zu Bedenken, dass die Ich-Identität durch die „Gesetzlosigkeit der Gruppenpsyche“ bedroht werde.⁶⁸⁴ Das bedeutet, dass die Gruppenpsyche eine Gefahr für die eigene Moral darstellt. Das Phänomen wird bereits bei Freud eingeführt, der das „Über-Ich“ als eine Art psychische Struktur bezeichnet, welche die Werte der Gesellschaft, insbesondere soziale Normen, Moral und Ideale, beispielsweise durch Erziehung, impliziert.⁶⁸⁵ Erikson verdeutlicht anhand des Freud'schen Modells, dass das „Über-Ich“ als eine Einschränkung anzuerkennen sei, der sich das „Ich“ unterwerfen müsse.⁶⁸⁶

„Es ist dem Kinde ‚von außen aufgenötigt‘, nämlich durch die belohnenden und strafenden Eltern und später durch die berufsmäßige Erzieher, und ferner ‚die unbestimmte Menge der Genossen‘ [...], die das ‚Milieu‘ und die ‚öffentliche Meinung‘ bilden.“⁶⁸⁷

Durch immer wiederkehrende negative Einflüsse könne keine Selbstliebe entstehen oder aufrechterhalten werden.⁶⁸⁸

In dem Drei-Instanzen-Modell von Freud (1923) werden das „Ich“, das „Es“ und das „Über-Ich“ als „Bewusstes“, „Vorbewusstes“ und „Unbewusstes“ beschrieben.⁶⁸⁹ An dieser Stelle soll es nicht tiefergehend weiter behandelt werden, da es hier grundsätzlich erst einmal um die soziale Identität gehen soll, die gleichwohl als Teil des Drei-Instanzen-Modells begriffen werden kann. Freud erklärt, dass das „Ich“ die eigentliche Lebensabsicht des Einzelnen ausdrücke. Er deklariert Teile des „Ichs“ als eine „besondere Organisation“, da es zwischen „Es“ und Außenwelt vermittele.⁶⁹⁰ Das „Ich“ hat außerdem

⁶⁸² „IKUD Seminare“ als Organisation für „Inter-Kultur und Didaktik“ bietet professionelle Seminare für Trainings, Coachings oder Beratung und unterstützt in diesem Zusammenhang Unternehmen, Organisationen sowie Einzelpersonen im Erwerb von inter- und transkulturellen Kompetenzen. Vgl. IKUD Seminare (Hrsg.), *Identität: Definition soziale, nationale, kulturelle & ethnische Identität*. URL: <https://www.ikud.de/glossar/identitaet-definition-soziale-nationale-kulturelle-ethnische-identitaet.html>, aufgerufen, Januar 2019.

⁶⁸³ Vgl. ebd.

⁶⁸⁴ Vgl. Erik H. Erikson, *Identität und Lebenszyklus*, Frankfurt am Main 1995, 13.

⁶⁸⁵ Vgl. ebd.

⁶⁸⁶ Vgl. ebd.

⁶⁸⁷ Ebd.

⁶⁸⁸ Vgl. ebd, 14.

⁶⁸⁹ Vgl. dazu: Sigmund Freud, Das Ich und das Es, in: *Lothar Bayer* (Hrsg.), Stuttgart 2013.

⁶⁹⁰ Vgl. Sigmund Freud, *Gesammelte Werke*, Bd. 17, Schriften aus dem Nachlass 1892-1938, London 1955, 68, 70.

die Aufgabe der Selbstbehauptung, speichert Erfahrungen und lernt Reize kennen, sodass es lernen kann, die Außenwelt zu seinem Vorteil zu nutzen, indem es die Herrschaft über das „Es“ gewinnt und Trieben nicht nachgibt beziehungsweise steuern kann, ob Triebe zur Befriedigung dienen oder nicht. Freud erklärt weiterhin, dass das „Ich“ nach Lust strebe und Unlust ausweise.⁶⁹¹ Im Zusammenhang mit dem Körperkult ist das „Unbewusste“ von besonderer Bedeutung. Es ist nämlich eine Folge der Verdrängung mit defensiver Funktion, also eine Art Abwehrverhalten. Das bewusste Verstehen der Verdrängung benötigt eine enorme Arbeit und ein Umdenken. An der Bildung des Über-Ichs ist außerdem der Todestrieb beteiligt, welcher die Ursache der Härte und Destruktivität bildet, die sich im Über-Ich wiederfinden.⁶⁹² Freud beschreibt das „Über-Ich“ als eine „besondere Instanz“, die sich in der Kindheitsperiode bildet und „in der sich der elterliche Einfluss fortsetzt“ sowie als „dritte Macht, der das *Ich* Rechnung tragen muss.“⁶⁹³ Folgendes Einsicht Freuds ist auch noch gegenwärtig für die individuelle Entwicklung der Persönlichkeit unter Berücksichtigung des Problems des Körperkults von ungebrochener Bedeutung:

„Im Elterneinfluß wirkt natürlich nicht nur das persönliche Wesen der Eltern, sondern auch der durch sie fortgepflanzte Einfluß von Familien-, Rassen- und Volkstradition sowie die von ihnen vertretenen Anforderungen des jeweiligen sozialen Milieus. Ebenso nimmt das Über-Ich im Laufe der individuellen Entwicklung Beiträge von seiten späterer Fortsetzer und Ersatzpersonen der Eltern auf, wie Erzieher, öffentlicher Vorbilder, in der Gesellschaft verehrte Ideale.“⁶⁹⁴

Diese Darlegung ist ein Beispiel dafür, dass ein bestimmtes Denken und Handeln als eine gewisse Tradition vertreten und über Generationen weitergegeben werden. Bezieht man diesen Aspekt nicht nur auf die Erziehung seitens der Eltern, sondern grundsätzlich auf die Gesellschaft, lässt sich feststellen, dass die Anforderungen innerhalb der Letzteren festgefahren sind, weil sie uns überall begegnen. Auch, wenn sich Eltern einem bestimmten Denken entziehen und dies nicht in die Erziehung integrieren, sind

⁶⁹¹ Vgl. ebd.

⁶⁹² Vgl. Margarete Mitscherlich, Sigmund Freud. Das Ich und das Es, *ZEIT ONLINE* (Hrsg.), 41/1982. URL: <https://www.zeit.de/1982/41/das-ich-und-das-es>, aufgerufen: Februar 2019.

⁶⁹³ Vgl. Sigmund Freud, *Gesammelte Werke*, Bd. 17, Schriften aus dem Nachlass 1892-1938, London 1955, 69.

⁶⁹⁴ Sigmund Freud, *Abriss der Psychoanalyse. Das Unbehagen in der Kultur*, Frankfurt am Main 1976, 10f.

Heranwachsende ihm aufgrund des Medieneinflusses und des Wunsches nach Zugehörigkeit sowie eigens geschaffener Vorbilder ausgeliefert.

5.2 Ich-Identität

Um die „Ich-Identität“ beschreiben zu können, sei auf den Begriff der „Ich-Synthese“ zurückgegriffen. Dieser Begriff meint die Verarbeitung von Erfahrungen in individueller Weise. Erikson nennt als Beispiel ein Kind, welches entdeckt hat, dass es laufen kann und somit einen neuen Status erreicht hat. Laufen bedeutet in diesem Zusammenhang nicht nur das Gehen an sich, sondern auch das Weiterkommen und Voranschreiten der körperlichen Entwicklung und somit der Anerkennung durch die Umwelt. Vor allem aber bildet der Aspekt des Laufens, im Sinne von ‚Vorwärtskommen‘, einen wesentlichen Schritt in eine „kollektive Zukunft“, in der sich das Ich innerhalb der „sozialen Realität“ entwickelt. Das Gefühl von einem definierten Ich wird von Erikson „Ich-Identität“ genannt.⁶⁹⁵ Er betont, dass es sich um eine „subjektive Erfahrung“ handle.⁶⁹⁶ Um den Begriff der Ich-Identität näher einzugrenzen, sei angemerkt, dass das Gefühl, eine „persönliche Identität“ zu besitzen, auf zwei Beobachtungen beruht: „der unmittelbaren Wahrnehmung der eigenen Gleichheit und Kontinuität in der Zeit und der damit verbundenen Wahrnehmung, dass auch andere diese Gleichheit und Kontinuität erkennen.“⁶⁹⁷ Ich-Identität bedeutet also nicht nur das Dasein eines Menschen, sondern darüber hinaus die „Ich-Qualität“ dieses Daseins.⁶⁹⁸ Ein Individuum kann sich frei fühlen, wenn es sich zwanglos mit seiner Ich-Identität als das identifizieren kann, das einen jeden Menschen zu dem macht, was er ist.⁶⁹⁹ Eine Identität, die stark genug ist, um sich gegen das zerstörerische „Über-Ich“ zur Wehr setzen zu können, zeigt dem Individuum, dass es sich von der Selbstverurteilung und dem „Hass auf Andersartiges“ befreien kann.⁷⁰⁰ Mit dem Freiheitsgewinn einhergehend kann das Individuum neue Kräfte in den Alltag integrieren. Eriksons Studie zeigt, dass bei vielen jungen PatientInnen, unter anderem durch dynamische Bedingungen, schwere Identitätskrisen entstanden sind.⁷⁰¹ Der Grund

⁶⁹⁵ Vgl. Erik H. Erikson, *Identität und Lebenszyklus*, Frankfurt am Main 1995, 17.

⁶⁹⁶ Vgl. ebd., 18.

⁶⁹⁷ Vgl. ebd.

⁶⁹⁸ Vgl. ebd.

⁶⁹⁹ Vgl. ebd., 54.

⁷⁰⁰ Vgl. ebd., 212.

⁷⁰¹ Vgl. ebd.

dafür, dass diese Begrifflichkeiten in der hier zugrunde liegenden Arbeit so eine große Bedeutung haben, erschließt sich im folgenden Kapitel, wenn der Forschungsstand auf die theoretische Beschreibung der Identität und der dazugehörigen Begrifflichkeiten angewendet und das daraus resultierende Problem für jeden Einzelnen in der Gesellschaft sichtbar gemacht wird.

5.3 Identifikation und Identität in Anlehnung an Erik H. Erikson

Erikson beschreibt das Phänomen der Identität am Beispiel von George Bernard Shaw, der als Siebzigjähriger über sein zwanzigjähriges Ich berichtet. Shaw bezeichnet sein jüngeres Ich als „äußerst unangenehm und unerfreulich [...]“.⁷⁰² Er habe oft boshafte Gedanken gehegt, die auszusprechen er sich gescheut habe. Shaw erklärt diese Haltung damit, dass jeder Mensch sich der Gesellschaft gegenüber in einer falschen Position befinde, solange er seine Möglichkeiten nicht erkenne. Dies führe zu einem andauernden Gefühl, nicht zu genügen, und einem gleichzeitig hohen Anspruch an andere. Deutlich wird durch Shaws Aufzeichnungen, dass ein permanentes Unwohlsein den Menschen verfolgt, solange er seinen Platz in der Welt nicht gefunden hat, was durch verschiedene äußere Einwirkungen verschärft wird und sich an dieser Stelle auf den Körperkult mit einhergehendem Drang nach Perfektion, Selbstinszenierung und Selbstobjektivierung übertragen lässt: „Dieses Seinen-Platz-Finden kann dadurch sehr erschwert sein, daß es in der normalen Gesellschaft für außergewöhnliche Menschen keinen Platz gibt.“⁷⁰³ Diese Gefühlslage führt laut Shaw schließlich zu einer „Identitäts-Krise.“⁷⁰⁴ Hier ist zu beachten, dass sie nicht aus mangelndem Erfolg resultiert, sondern aus einer Beschäftigung, der er nicht entfliehen konnte, obgleich er sie verabscheute. Die Geschäftswelt verstieß ihn nicht, wie erhofft, sondern nahm ihn dankend auf und war nicht bereit, ihn wieder gehen zu lassen.⁷⁰⁵ Shaw beschreibt den weiteren Verlauf mit einem „Ausbruch“, der das Verlassen von Familie, Freunde, Beruf und Heimatland meint. Acht Jahre begab er sich in die Einsamkeit, um ihm unliebsamen Dingen aus dem Weg zu gehen, die er nicht wollte. Das Stadium zwischen Jugend und Erwachsenwerden wird bei Erikson als „psychosoziales Moratorium“ bezeichnet.⁷⁰⁶ Gemeint ist der Übergang

⁷⁰² Vgl. ebd., 126.

⁷⁰³ Ebd.

⁷⁰⁴ Vgl. ebd.

⁷⁰⁵ Vgl. ebd., 125f.

⁷⁰⁶ Vgl. ebd., 127.

zum Erwachsenenwerden mit der Suche nach einer neuen Identität.⁷⁰⁷ Das Moratorium wurde im Laufe der Zeit durch berufliche Aspekte verstärkt, denn Shaw gewann die Erkenntnis, ihn nicht Interessierendes nicht lernen zu können. Die Auszeit führte seinen Angaben zufolge dazu, dass sich sein Gehirn mit der Zeit weigerte, bestimmte Inhalte aufzunehmen, indem es auswählte und verwarf. Im Resultat begann er zu studieren und nur das zu lernen, was ihn interessierte. Durch die Ausbildung habe er gelernt, inwieweit sich Fleiß und Faulheit unterscheiden und nutzte dieses Wissen, um binnen fünf Jahren fünf Romane zu schreiben. Letztlich war er selbst sein ständiger Lehrer.⁷⁰⁸ Im weiteren Verlauf wird beschrieben, wie die Rolle des Vaters (Alkoholiker) und die der Mutter (wenig umsorgend) Shaw schon in den Ursprüngen prägten. Durch verschiedene Einflüsse konnte er sich lange Zeit nur als Gast und nicht als Einheimischer seines eigenen Lebens empfinden. Nur seine Fantasie ermöglichte es ihm, frei zu sein. Shaw lernte über die Schauspielerei, verschiedene Rollen zu übernehmen und in diesen mit anderen Menschen zu verkehren.⁷⁰⁹ Dieses Phänomen des Gastes im eigenen Leben, das Erikson hier stellvertretend an der Schriftstellerpersönlichkeit Shaw festmacht, lässt wiederholt Rückschlüsse auf den Körperkult ziehen, da eigene Bedürfnisse zurückgestellt werden müssen, um Teil einer Gesellschaft sein zu dürfen und um Kategorien zu entsprechen.

Shaw in der Sicht Eriksons kommt in seinen Darlegungen zu folgendem Ergebnis:

„Um seinen Platz in der Gesellschaft einzunehmen, muß der Mensch zu einer konfliktfreien, gewohnheitsmäßigen Beherrschung seiner vornehmlichen Begabung kommen, die er zu seinem Beruf macht; in der unmittelbaren Ausübung dieses eines Berufes, in der menschlichen Gemeinschaft, die er dadurch findet, und in der Tradition dieses Berufes muß er quasi unerschöpflichen Hilfsquellen erkennen; schließlich braucht er noch eine verständliche Theorie der Lebensprozesse das, was der alte Atheist, erpicht darauf, bis zum letzten Augenblick Anstoß zu erregen, Religion nennt.“⁷¹⁰

⁷⁰⁷ Vgl. ebd.

⁷⁰⁸ Vgl. ebd., 128.

⁷⁰⁹ Vgl. ebd., 135.

⁷¹⁰ Ebd., 135f.

5.4 Individualisierung und Identitätssuche

„Der Individualisierungsprozess bildet die Freisetzung des Einzelwesens aus der Allgemeinheit ab und thematisiert Veränderungen, die sich in den Definitionen von Individuum, Individualität und Identität spiegeln. Die Bezeichnung des Menschen als Individuum, dessen Identität sich durch individuelle Eigenschaften auszeichnet, resultiert so gesehen im Individualisierungsprozess.“⁷¹¹

Individualität meint die Einzigartigkeit bestimmter Eigenschaften, während Identität das Bewusstsein seiner selbst auf Grundlage individueller Merkmale bedeutet. Erstere kann zudem als „Ergebnis der gesellschaftlichen Mobilisierung“ gesehen werden sowie als Resultat einer einzigartigen Lebensgestaltung.⁷¹² Grund für die Abnahme von Individualität ist laut der klassischen Individualisierungstheorie der Verlust von „handlungsleitender Wertorientierung.“⁷¹³ Individualisierung kann Chancen und Risiken zugleich beinhalten. Durch Individualität können Individuen auf unterschiedliche Weise integriert werden und mit der Gesellschaft in Verbindung stehen, jedoch frei im Denken und Handeln sein, was im Gegensatz zum aktuellen Körperkult steht. Außerdem bestehen Erfahrungen der Unterschiedlichkeit, was sowohl positiv als auch negativ gewertet werden kann. Durch das Kennenlernen von anderen Lebenseinstellungen und -formen, können die eigenen Lebensformen erweitert werden. Zudem sind ein Bruch mit traditionellen Wertesystemen und eine gesteigerte Offenheit gegenüber dem Unbekannten möglich. Der Aspekt der Vielfalt steht im Vordergrund, wodurch sich soziale Werte wie Akzeptanz positiv verschieben und Andersartigkeit gefördert werden kann. Obwohl Individualität etwas Bereicherndes darstellt, muss sie im Kontext des Körperkults als Risikofaktor im Zusammenhang mit Solidarität genannt werden. Es besteht die Gefahr des Verlustes von Gemeinsamkeiten der Menschen im Denken und Handeln. So wird immer nur eine Funktion innerhalb der Gesellschaft erfüllt, statt sich als ein großes Ganzes sehen zu können, was die Handlungsmoral beeinflussen kann.⁷¹⁴

Wie bereits im Vorfeld beschrieben wurde, wird der Körperkult als Grundlage sozialer Probleme definiert. Der folgende Abschnitt des Kapitels (5) beschäftigt sich mit der

⁷¹¹ Diana Lindner, *Das gesollte Wollen. Identitätskonstruktion zwischen Anspruchs- und Leistungsindividualismus*, Wiesbaden 2012, 19.

⁷¹² Vgl. ebd., 19f.

⁷¹³ Vgl. ebd., 33.

⁷¹⁴ Vgl. ebd., 33f.

Definition und Entstehung eines sozialen Problems, um schließlich das Problemmuster des Körperkults theoretisch begreifen zu können

5.5 Der Körperkult als Grundlage sozialer Probleme

Um die Frage nach einem sozialen Problem noch einmal differenziert aufzugreifen, sei an dieser Stelle ein Ausschnitt des Sechs-Phasen-Modells von dem Soziologen und Politologen Michael Schetsche angeführt.

„Ein Problem hat erst dann wirklich gesellschaftliche Anerkennung erlangt, wenn das ihm ideell zugrundeliegende Deutungsmuster in den aktiven Wissenskorpus einer großen Zahl von Individuen inkorporiert ist – und dort Wahrnehmungs- und Handlungspriorität erhalten hat.“⁷¹⁵

Erst durch entsprechende Deutungsmuster können soziale Probleme als solche definiert werden, so Schetsche. Sofern sie auf eine Problematik zutreffen, kann sie als eine gesellschaftliche anerkannt werden. Soziale Probleme müssen zum einen namentlich bekannt, und zum anderen muss ein Identifizierungsschema vorhanden sein.⁷¹⁶

„Das Identifizierungsschema stellt eine operationalisierte Kurzfassung der Problembeschreibung dar, die – in topischer Metapher – die ‚Oberfläche‘ des Problemmusters bildet. Wenn wir im Alltag mit einer handlungsrelevanten Situation konfrontiert werden, prüfen wir anhand solcher Schemata, ob der beobachtete Sachverhalt mit einem unserer Deutungsmuster interpretiert werden kann.“⁷¹⁷

Des Weiteren müssen genaue Beschreibungen, Bewertungen sowie Lösungen für das Problem existieren.⁷¹⁸ Im Zuge der Problembeschreibung geht es im Kern um die Erklärung der sozialen Dimension der Geschehnisse und deren Ursachen.⁷¹⁹ Das Schema der Problembewertung erkennt einen Sachverhalt als soziales Problem an, „wenn das Muster der Öffentlichkeit und den Instanzen des Wohlfahrtsstaates klarmacht, daß der geschilderte Zustand inakzeptabel ist.“⁷²⁰ Im Fokus der abstrakten Problemlösung eines Ereignisses steht allerdings die Vermeidung neuer Betroffener, die im Rahmen eines Problemmusters eine Opferrolle einnehmen.⁷²¹ Dies bedeutet vor allem das Bekämpfen

⁷¹⁵ Michael Schetsche, *Die Karriere sozialer Probleme. Soziologische Einführung*, München, Wien 1996, 87.

⁷¹⁶ Vgl. ebd., 68.

⁷¹⁷ Ebd., 70.

⁷¹⁸ Vgl. ebd., 68.

⁷¹⁹ Vgl. ebd., 74.

⁷²⁰ Vgl. ebd.

⁷²¹ Vgl. ebd., 76.

der Ursache eines sozialen Problems.⁷²² Die letzten zwei Elemente des Problemmusters bestehen aus einer konkreten Handlungsanleitung und affektiven Bestandteilen.⁷²³ Handlungsanleitungen regeln nach Schetsche die unmittelbare Reaktion der Individuen auf eine Situation oder auf ein Problem.⁷²⁴

„Je nach Ausdifferenzierung des Problemmusters kann es eine einheitliche oder mehrere unterschiedliche Typen von Handlungsanleitungen enthalten, die sich z.B. auf die Rolle des Verwenders (als Laie oder Experte) oder auf die basalen Umstände der Situation (wie öffentliche oder private Umgebung) beziehen.“⁷²⁵

Unter affektiven Bestandteilen verstehen sich die Aktivierung von Emotionen aufgrund eines Sachverhaltes und die dadurch entstehende Bewertung des Problems.⁷²⁶

Bei den dargestellten Mustern handelt es sich um einen Bestandteil des Sechs-Phasen-Modells, das sich mit der ideellen Grundlage der Problemwahrnehmungen beschäftigt.

Um den Körperkult als soziales Problem zu verstehen, sei noch einmal kurz auf die Rolle der Medien verwiesen, die vor allem für die Verbreitung entsprechender Handlungsmuster verantwortlich gemacht werden können. „Über den Erfolg oder Mißerfolg einer Problemwahrnehmung wird letztlich in der massenmedial beherrschten Öffentlichkeit entschieden.“⁷²⁷ Mit Hilfe der virtuellen Bühne scheint es sehr leicht zu sein, die eigene Person strategisch zu inszenieren, wenn auch die neuen technologischen Möglichkeiten nicht als Ursache für derartige Selbstinszenierung gewertet werden dürfen.⁷²⁸ Das menschliche Verlangen nach Aufmerksamkeit hat seine Ursprünge in der menschlichen Identität.

Der Sozialpsychologe Heiner Keupp bezeichnet Identität als „reflexives Scharnier zwischen der inneren und der äußeren Welt“, wobei die äußere Welt die Gesellschaft meint, welche das Grundbedürfnis nach Anerkennung und Zugehörigkeit beeinflusst.⁷²⁹ Keupp nimmt eine genau Analyse der eigenen Außenwirkung auf andere Menschen vor. Diesen taktischen Versuch, einen bestimmten, möglichst positiven Eindruck zu

⁷²² Vgl. ebd.

⁷²³ Vgl. ebd., 68.

⁷²⁴ Vgl. ebd., 77.

⁷²⁵ Ebd.

⁷²⁶ Vgl. ebd., 78.

⁷²⁷ Vgl. ebd., 107.

⁷²⁸ Vgl. Josefa Raschendorfer, Gefällt euch wer ich bin, in: *Zeit Wissen* (Hrsg.), 5/2016, August 2016. URL: <https://www.zeit.de/zeit-wissen/2016/05/soziale-netzwerke-internet-likes-verhaltenspsychologie/seite-2>, aufgerufen: März 2020.

⁷²⁹ Vgl. ebd.

vermitteln, bezeichnet er als „impression management.“⁷³⁰ Dabei werden gesellschaftlich geschätzte Eigenschaften flexibel präsentiert. Je nach Gesprächspartner, Situation und Erwartungen, werden verschiedene Eigenschaften hervorgehoben, intensiver präsentiert oder Rollen gewechselt. Ausgehend von den zusammengetragenen Befunden, der These, dass die Massenmedien die öffentliche Meinung bestimmen und der in der Einleitung formulierten *These 2 – Die sozialen Medien prägen maßgeblich das ästhetische Denken eines Individuums, was zu einer schematischen Kategorisierung führt und zudem das Verlangen nach Anerkennung fördert* – zeigt sich, dass der Körperkult, unterstützt durch die Medien, eine dauerhafte Konfrontation evoziert.⁷³¹ Die Anpassung wechselnder Identitäten mit medialer Unterstützung wird je nach Gesprächspartner gesellschaftlich anerkannt und als positiv sowie als authentisch bewertet. Die Identität wird dementsprechend auf das Publikum zugeschnitten, sowohl online als auch offline. Menschen, die ihre natürlichen Charakterzüge unverfälscht beibehalten, werden hingegen als „beschränkt“ bezeichnet.⁷³² Verschiedene soziale Medien eröffnen Zugang zu diversen privaten Informationen, je nachdem, wer der Ansprechpartner ist. Die Kontrolle, die von Ihnen ausgeht, ist greifbarer als im realen Leben und eröffnet neue Blickwinkel auf die eigene Identität. In den sozialen Medien können wir uns sicher, makellos und redegewandt präsentieren, da die soziale Interaktion eine ganze andere ist. Spontanität spielt keine Rolle, und Gefühle werden anhand von Emoticons ausgedrückt.⁷³³

5.6 Identitätssuche – ein Zwischenfazit

Der Aspekt der Selbstvergewisserung gilt als elementar wichtig innerhalb der Debatte um die Identitätssuche. Als Voraussetzung wird die Befreiung aus (patriarchalischer) Bevormundung und bestimmten Bewertungskonventionen erachtet. Das Erkennen einer festgefahrenen Gesellschaft, die in Kategorien denkt, geleitet von InfluencerInnen, ist der erste und wichtige Schritt hin zur Loslösung von sozialer Unterdrückung. Dabei ist es von besonderer Bedeutung, seinen eigenen kulturellen und privaten Anteil an der Gesellschaft deutlich zu machen und zu benennen. Ein aktuelles Problem stellt immer noch die Begrenztheit dar, mit welcher in Kategorien eingeteilt und somit systematisch

⁷³⁰ Vgl. ebd.

⁷³¹ Vgl. Michael Schetsche, *Die Karriere sozialer Probleme. Soziologische Einführung*, Berlin 1996, 107f.

⁷³² Vgl. ebd.

⁷³³ Vgl. ebd.

ausgegrenzt wird. Dabei kann diese Autorität sowohl von männlichen als auch von weiblichen Individuen ausgehen. Die postfeministische Identitätssuche befasst sich seit dem 19. Jahrhundert mit politisch-staatlichen Konflikten und öffentlichen Auseinandersetzungen, an denen Frauen zunächst nicht teilnehmen durften. Ihre Aufgaben beschränkten sich auf den Familienkontext. Verfechter dieser Sichtweisen schüren das Bild, dass Frauen noch vor 30 Jahren untergeordnet gelebt und keinerlei Bedeutung außer das Erfüllen der ehelichen Pflichten gehabt hätten. So scheint Emanzipation noch heute ein Problem dazustellen – jedoch nicht innerhalb der „feministischen“ Identitätssuche, sondern als grundlegendes Problem jedes Individuum auf der Suche nach Identität betreffend.⁷³⁴ Kritiker der feministischen Debatte erklären, dass über Jahrhunderte hinweg Rollen mit bestimmten Funktionen verteilt worden seien. Die Typisierung offenbart, dass die Eigenschaft der „Mütterlichkeit“ eine fixe Geschlechterrolle der Frau ist, was sich noch einmal in der Diskussion um den § 218⁷³⁵ gezeigt hat.⁷³⁶ Außerdem wird Männern eine Angst vor Machtverlust zugeschrieben.⁷³⁷ Auch, wenn letztere Aussage in der hier vorliegenden Arbeit kritisch gesehen wird, ist der wesentliche Aspekt der Identität von Interesse, da es in diesem Zusammenhang nicht um eine Geschlechterkonfrontation gehen soll, sondern um die Identitätssuche, gleichermaßen für Mann und Frau bestimmt, die den „verlorenen ganzheitlichen Menschen“ untersucht.⁷³⁸ Wesentlich ist dennoch, dass kein emanzipiertes Denken im Kontext der Selbstinszenierung und Objektivierung vorzufinden ist. Um als Teil der Gesellschaft akzeptiert werden zu können, erfolgt eine Adaption unterschiedlichster Handlungen, die den Körperkult als soziales Problem definieren und zugleich das emanzipierte Individuum in Frage stellt. Das Denken in Kategorien sowie die Zuordnung von Mann und Frau führen nicht nur teilweise zu Identitätsverlust, sowie -konflikten, sondern auch zu Gruppenideologien und Konkurrenzkampf zwischen den Geschlechtern. Letzterer bezieht sich dabei lediglich auf den Kampf um Anerkennung sowie einen Platz

⁷³⁴ Vgl. Karin Thomas, *Postfeministische Identitätssuche zwischen Körperkult und Mythen*, Hannover 1992, 1f.

⁷³⁵ Vgl. dazu: StGB § 218 Schwangerschaftsabbruch: (1) Wer eine Schwangerschaft abbricht, wird mit Freiheitsstrafe bis zu drei Jahren oder mit Geldstrafe bestraft. Handlungen, deren Wirkung vor Abschluß der Einnistung des befruchteten Eies in der Gebärmutter eintritt, gelten nicht als Schwangerschaftsabbruch im Sinne dieses Gesetzes. [...]. Urs Kindhäuser et al. (Hrsg.), *Strafgesetzbuch*, StGB § 218, Baden-Baden 2013.

⁷³⁶ Vgl. ebd., 3.

⁷³⁷ Vgl. ebd., 5.

⁷³⁸ Vgl. ebd., 7.

in der Gesellschaft. Jeder versucht den Anforderungen dieser neu geschaffenen Welt zu entsprechen, um Identitätskrisen und sozialer Benachteiligung auszuweichen. Die gesellschaftlichen Veränderungen, deren Auswirkungen die individuelle Lebensgestaltung derart betreffen, sodass Zugehörigkeit, Akzeptanz und Annahme keine Selbstverständlichkeit darstellen, sind aktueller denn je. Diana Lindner spricht in diesem Zusammenhang von „sozialer Kälte“ und einem „Normen- und Sittenverfall“ sowie einem „ausgeprägten Egoismus.“⁷³⁹ Ein wichtiger Aspekt bei der Suche nach Identität ist die Loslösung aus der Fremdbestimmung durch das Gefühl von Freiheit und innerer Unabhängigkeit und somit aus dem Pflichtgefühl gegenüber einer Gruppe. Das Individuum muss sich konkret mit dem Ich auseinandersetzen, sodass die Individualität der höchste Anspruch eines jeden Menschen ist. Voraussetzungen bilden natürlich Selbstverantwortung und Eigeninitiative.⁷⁴⁰ Anhand der zuvor beschriebenen Identitätsanpassung muss zuerst erst ein konkretes Umdenken einsetzen und eine identitätsbewusste Sicherheit erlangt werden, mit dem Ergebnis, dass eine ausgewählte und bewusste Profilnutzung im Alltag etabliert werden kann. Zudem muss ein klares Bewusstsein von Offline- und Online-Neid geschaffen werden, um Inspiration für ein gesellschaftliches Zusammenleben erlangen zu können. Die negativen Impulse, die mit Online-Vergleichen einhergehen, überwiegen gegenwärtig, da durch die Medien ein bestimmtes Bild von Schönheit und Perfektion vermittelt wird, das eine positive Reflexion erschwert. Beispielsweise vermittelt Instagram, dass es alltäglich sei, die Arbeitswoche im Urlaub und an exotischen Stränden zu verbringen, eine Überzahl an Markenkleidung zu besitzen und tagtäglich von Sonne umgeben zu sein. Eine Wertschätzung des eigenen Alltags kann kaum stattfinden, wenn der Online-Alltag eine ganz andere Realität widerspiegelt und die Medien die Kontrolle übernehmen.⁷⁴¹

In Anlehnung an Eriksons Auffassung, Ich-Identität beziehe sich auch auf die „Ich-Qualität“ des menschlichen Daseins, und den ausgearbeiteten Forschungsstand, den Körperkult als soziales Problem zu anzuerkennen, lässt sich *These 4 - Der Körperkult verleitet zu einem verzerrten Selbst- und Fremdbild und führt zu sozialer Ausgrenzung* – bestätigen. Dadurch, dass sich ein Individuum erst frei fühlen kann, wenn es sich

⁷³⁹ Vgl. Diana Lindner, *Das gesollte Wollen. Identitätskonstruktion zwischen Anspruchs- und Leistungsindividualismus*, Wiesbaden 2012, 11.

⁷⁴⁰ Vgl. ebd., 24, 33.

⁷⁴¹ Vgl. Nena Schink, *Unfollow. Wie Instagram unser Leben zerstört*, Hamburg 2020, 96.

zwanglos mit seiner Ich-Identität identifiziert, zeigt sich zusätzlich, dass es sich tagtäglich in einem Spannungsverhältnis zwischen der eigenen Identität und der gesellschaftlichen Lehre über das Schöne befindet.⁷⁴² *These 3 - Das Individuum sieht sich durch die Digitalisierung zunehmend in einem Spannungsverhältnis zwischen der eigenen Identität und einer gesellschaftlichen Lehre über das Schöne, in der moralische Werte sowie moralisches Handeln an Bedeutung verlieren* – konnte anhand der Forschungsergebnisse zum Identitätsbegriff aufgezeigt und belegt werden.

⁷⁴² Vgl. Erik H. Erikson, *Identität und Lebenszyklus*, Frankfurt am Main 1995, 54.

6 Body Positivity

Das vorliegende Kapitel verbindet das Problem des Körperkults in vielerlei Hinsicht mit identitätsbildenden Prozessen und zeigt auf, welche Dimensionen des Körperkults, abseits eines normativen Schönheitsbildes zu finden sind und welche Auswirkungen dies abermals auf ein körperbewusstes Denken hat.⁷⁴³ „Body Positivity“ (dt. Körper-Positivität), also die positive Einstellung zum eigenen Körper, bezeichnet eine Bewegung, die vor allem Frauen und Mädchen dazu verhelfen soll, ihren Körper so zu akzeptieren, wie er ist und sich wohl und schön in ihm zu fühlen, auch, wenn er nicht dem gesellschaftlichen Ideal entspricht. Das bedeutet, dass alle Körper als schön gelten, was vorerst nach einer gesunden Einstellung klingt. Genauer betrachtet, offenbart sich jedoch, dass dem nicht so ist. Positiv hervorgehoben werden kann zunächst, dass die Body-Positivity - Bewegung Diversität (Vielfalt) unterstützt und auch große Modeunternehmen wie „Asos“ („Curve und große Größen“), „H&M+“, „About you“ (große Größen) und „Only“ („Carmakoma“) teilweise dazu beitragen, Körperideale aufzubrechen und somit zur Verantwortung gezogen werden, indem sie große Größen sowie Plus-Size-Models präsentieren.⁷⁴⁴ Die Bewegung hat ihren Ursprung in den USA, was ihren globalen Charakter unterstreicht und die aufgezeigten Lösungsansätze für mehrere Kulturen greifbar macht. Näher betrachtet, werden Frauen auch innerhalb der Body-Positivity - Bewegung auf ihren Körper sowie ihr Erscheinungsbild reduziert. Das Wort „Selbstliebe“ wird immer wieder verwendet, um zu suggerieren, dass positiv mit dem Körperkult umgegangen wird.⁷⁴⁵ Man könnte sie als einen Prozess verstehen, der dazu führt, sich seiner Stärken und Schwächen bewusst zu werden. Es werden beispielsweise (Plus-Size-)Models wie Ashley Graham, Sarina Nowak und Angelina Kirsch als Vorbilder angeführt, weil sie ihren Körper präsentieren, obwohl sie scheinbar ‚untypische‘ Modelmaße vorweisen und nicht dem gängigen Bild einer fitten, sportlichen Frau entsprechen. Fakt ist, dass es letztendlich ebenfalls eine Reduktion auf den Körper erfolgt. Auffällig ist zudem, dass die Body-Positivity-Kampagne ausschließlich Frauen

⁷⁴³ Vgl. dazu: Sara Wendhack, *Wie komme ich mit meinem Körper klar?*, *WDR Doku* (Hrsg.), Dezember 2020. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=gZtYjdD9EB4>.

⁷⁴⁴ Vgl. Anuschka Rees, *Beyond Beautiful. Wie wir trotz Schönheitswahn zufrieden und selbstbewusst leben können*, Köln 2019, 52.

⁷⁴⁵ Vgl. dazu: Melodie Michelberger, *Body Politics*, Hamburg, 2021.

betrifft.⁷⁴⁶ Dieses Umdenken impliziert teilweise, dass Frauen und Mädchen ‚offensichtliche Makel‘ wie Cellulite, Speckröllchen über dem Hosensbund oder Narben in den sozialen Medien zeigen und mit dem Hashtag „#BodyPositivity“ versehen, um explizit darauf aufmerksam zu machen, dass eine Gegenbewegung zum Körperkult angestrebt wird.⁷⁴⁷ Eine weitere Komponente der Bewegung ist, dass offensichtliche Makel von Models in der Werbung partiell nicht mehr retuschiert werden, die dargestellten Frauen, dennoch oftmals über eine schlanke Silhouette verfügen und demnach Body-Positivity als Plakette für einen immer noch vorhandenen Körperkult fungiert.⁷⁴⁸ Dies lässt sich zum Beispiel bei dem Modeunternehmen „ASOS“ beobachten. Die Botschaft von Body-Positivity lautet, dass der Körper liebenswert ist und vor allem seine Makel zu schätzen sind. Dies kann tröstlich sein, allerdings liegt der Fokus des Individuums weiterhin auf dem äußerlichen Erscheinungsbild, dem Empfinden in der Auseinandersetzung und Betonung mit diesem, aber auch auf der Wahrnehmung durch die Mitmenschen.⁷⁴⁹ Wie im Vorfeld bereits festgestellt, gehen Selbstobjektivierung in den sozialen Medien und dem Gefühl, nicht ausreichend zu sein, einher. Ein aktives Ausbrechen aus normativen Schönheitsidealen durch Body-Positivity stellt nur mehr eine Ideologie dar, die einem Mantra zu folgen und somit Druck zu erzeugen intendiert. So zeigt sich, dass die Body-Positivity-Bewegung nicht langfristig ein gesundes „Body Image“ erzeugt.⁷⁵⁰ „Alles an sich zu lieben ist ein enormer Druck“, heißt es in einem Bericht der Dillenburg Zeitung (Dillenburg 2020).⁷⁵¹ Die Medien schüren Versagensängste, da immer wieder neue Anforderungen gestellt werden. Wie bereits zu Beginn angesprochen, ist die Body-Positivity - Bewegung als ein problematisches Konzept zu erachten, da der Fokus weiterhin auf dem Körper liegt. Der Zwang, alles an sich lieben zu müssen, erhöht unter Umständen den ‚Hass‘ auf sich selbst, statt sich

⁷⁴⁶ Vgl. Juliane Frisse, Body Positivity. *Das Ziel ist nicht, seine Pickel schön zu finden.* in: ZEIT ONLINE (Hrsg.), 08/2019, 1. URL: <https://www.zeit.de/die-antwort/2019-08/body-positivity-schoenheitswahn-body-neutrality-selbstbewusstsein>, aufgerufen: August 2019.

⁷⁴⁷ Vgl. Njema Drammeh, Body Positivity – warum es immer mehr Kritik gibt, in: FUNKE DIGITAL GmbH (Hrsg.), Juli 2020. URL: <https://www.wmn.de/love/selbstliebe/body-positivity-kritik-an-der-bewegung-und-ursprung-id10542>, aufgerufen: Januar 2021.

⁷⁴⁸ Vgl. Lana Lurch et al., Body Positivity Bewegung. Selbstliebe lernen, in: *Glamour.de* (Hrsg.), 5.5.20. URL: <https://www.glamour.de/beauty/beauty-news/body-positivity>, aufgerufen: September 2020.

⁷⁴⁹ Vgl. Anuschka Rees, *Beyond Beautiful. Wie wir trotz Schönheitswahn zufrieden und selbstbewusst leben können*, Köln 2019, 52.

⁷⁵⁰ Vgl. ebd.

⁷⁵¹ Vgl. Sabine Fischer, „Liebe deinen Körper!“, in: *Dillenburg Zeitung* (Hrsg.), vom 19.9.20, 1.

respektvoll betrachten zu können. Solange der Selbstwert vom äußerlichen Erscheinungsbild abhängig gemacht wird, kann das Individuum nicht frei sein.

6.1 Ein positives Körpergefühl durch Dove – Kampagnen gegen den Körperkult

Seit 2004 engagiert sich das Unternehmen „Dove“ mit Hilfe von „aufsehenerregenden Werbekampagnen“, wie beispielsweise „Keine Models aber straffe Kurven“, für eine gesunde Körperwahrnehmung, indem gezeigt wird, dass „echte“ Frauen selbst werben.⁷⁵² 2005 wurde die „Initiative für wahre Schönheit“ entwickelt, aus der beispielsweise 2006 die „Dove Aktion für mehr Selbstwertgefühl“ hervorging.⁷⁵³ Mithilfe der Pflegeserie „Dove pro age“ wurde das Konzept „Schönheit kennt kein Alter“ eingeführt.⁷⁵⁴ Parallel dazu wurde die Studie „Schönheit – keine Frage des Alters“ durchgeführt, der zufolge 93 % der befragten Frauen (im Alter von 50 bis 64 Jahren) glauben, dass „in der Gesellschaft eine falsche Vorstellung über Frauen über 50 herrscht [...]“.⁷⁵⁵ Einige Jahre später, 2012, startete die Kampagne „Ich sehe was, was du nicht siehst – und das ist schön“, mit dem Ziel, die eigene Schönheit sichtbar werden zu lassen.⁷⁵⁶ Ein Jahr später folgte die Online-Kampagne „Real Beauty Sketches“, die Unterschiede zwischen der Selbstwahrnehmung und der „Wahrnehmung anderer“ aufdeckte.⁷⁵⁷ Laut Unilever hat Dove bereits vier globale Studien zum Thema angestoßen, beispielsweise „The Real Truth about Beauty: A Global Report.“⁷⁵⁸ Hier wurde unter anderem erfasst wurde, dass nur 2 % der befragten Frauen sich selbst als schön beschreiben. Die zweite Studie trägt den Titel: „Jenseits von Stereotypen: Das neue Verständnis von Schönheit.“⁷⁵⁹ Deutlich wurde beispielsweise, dass 72 % der weltweit befragten Mädchen aufgrund ihres Aussehens an bestimmten Aktivitäten nicht teilnehmen. Die dritte Studie wurde bereits im Zusammenhang mit der „pro-age-Pflegeserie“ genannt und die vierte Studie mit dem Titel „Die ganze Wahrheit über Schönheit“ und erschien im Rahmen der Kampagne „Ich sehe was, was du nicht siehst – und das ist schön.“⁷⁶⁰ Sie verdeutlicht, dass sich auch einige Jahre nach der ersten

⁷⁵² Vgl. Unilever Deutschland Holding GmbH, *Dove- eine Marke für wahre Schönheit*. URL: <https://www.unilever.de/marken/koerperpflege/deutschland/dove.html>, aufgerufen: November 2019.

⁷⁵³ Vgl. ebd.

⁷⁵⁴ Vgl. ebd.

⁷⁵⁵ Vgl. ebd.

⁷⁵⁶ Vgl. ebd.

⁷⁵⁷ Vgl. ebd.

⁷⁵⁸ Vgl. ebd.

⁷⁵⁹ Vgl. ebd.

⁷⁶⁰ Vgl. ebd.

Studie nur 4 % der Frauen als schön bezeichnen.⁷⁶¹ Es scheint so, als ob „Unilever“ es sich zum Auftrag gemacht hat, den Menschen, genauer, den Frauen, ein gutes Körpergefühl zu vermitteln, was durch die Benutzung der hergestellten Produkte intensiviert werden soll. Das Unternehmen „Unilever“ präsentiert den „Unilever Sustainable Living Plan“ (USLP), der dazu verhelfen soll, „profitabel zu wachsen [...] sowie [den] positiven sozialen Einfluss zu verstärken.“⁷⁶² Dabei stehen drei große Ziele im Vordergrund: die Verbesserung der Gesundheit und des Wohlbefindens von mehr als einer Milliarde Menschen, die Halbierung der Umweltbelastung durch die angebotenen Produkte und eine hundertprozentig nachhaltige Beschaffung von landwirtschaftlichen Rohstoffen zur Verbesserung der Lebensbedingungen. Unilever betont in diesem Zusammenhang außerdem, dass 47 % der Managementpositionen von Frauen besetzt würden.⁷⁶³ Die Mission des Dove-Projekts „self esteem project“ basiert auf der Vision, „dass Schönheit eine Quelle des Selbstvertrauens und nicht des Selbstzweifels ist.“⁷⁶⁴ Auf der Homepage rufen die Entwickler dazu auf, die „ganze Welt von Dove“ zu entdecken und werben zusätzlich damit, dass „wahre Schönheit“ jetzt ein Zuhause habe.⁷⁶⁵ Des Weiteren wird betont, dass Frauen durch Dove seit über zehn Jahren darin unterstützt würden, das volle Potenzial ihrer individuellen Schönheit zu entfalten und sich mit ihrem Aussehen wohlfühlen. Die Entwickler der Kampagne erklären, dass Dove weltweit gängige Schönheitsideale in Frage stelle und sich für einen Schönheitsbegriff „abseits von Alter, Kleidergröße, Hautfarbe und anderen Äußerlichkeiten“ engagiere.⁷⁶⁶ Hervorgehoben wird außerdem, dass keines der Bilder auf der Homepage bearbeitet sei, sondern ausschließlich „echte“ Frauen „wie du und ich“ gezeigt würden.⁷⁶⁷ Im Anschluss wird dafür plädiert, die Pflegeprodukte von Dove zu verwenden, da alles, was auf der Homepage präsentiert werde, dazu diene, sich schön zu fühlen, was wiederum einen körperlichen Bezug birgt. „Denn nur wer sich schön und wohl in seiner Haut fühlt, kann

⁷⁶¹ Vgl. ebd.

⁷⁶² Vgl. Unilever Deutschland Holding GmbH, *Unilever im Überblick*. URL: <https://www.unilever.de/ueberuns/wer-wir-sind/unilever-im-ueberblick/>, aufgerufen: November 2019.

⁷⁶³ Vgl. ebd.

⁷⁶⁴ Vgl. Unilever Deutschland GmbH, *Dove self-esteem project. Unsere Mission*. URL: <https://www.dove.com/de/dove-self-esteem-project/our-mission.html>, aufgerufen: Oktober 2019.

⁷⁶⁵ Vgl. Unilever Deutschland GmbH, *Willkommen bei Dove*. URL: <https://www.dove.com/de/home.html>, aufgerufen: Oktober 2019.

⁷⁶⁶ Vgl. ebd.

⁷⁶⁷ Vgl. ebd.

dies auch ausstrahlen.“⁷⁶⁸ „Dove“ setzt das, was ‚Body-Positivity‘ erreichen möchte, um, ohne es explizit zu benennen. Das Unternehmen nutzt einen Schönheitsbegriff „abseits von Kleidergröße, Hautfarbe und anderen Äußerlichkeiten“ und setzt erstmals keine professionellen Models ein.⁷⁶⁹ Mit Workshop-Materialien zu Fragen wie „Wie realistisch sind Bilder in (sozialen) Medien“ und „Wie geht man mit Schönheitsdruck [...] um?“ wird ein wesentlicher Beitrag zu einem bewussteren Umgang mit Körpern geleistet.⁷⁷⁰ Durch das Infragestellen des gängigen Schönheitsbegriffs und die Präsentation von Frauen, die keine Models sind, wird der Werbeindustrie ein Stück Menschlichkeit verliehen. Zusätzlich ist Dove in diesem Jahr beispielsweise Kooperationen mit der Bilddatenbank „GettyImages“ und dem Frauennetzwerk „GirlGaze“ eingegangen und hat eine „für alle zugängliche Bilddatenbank“ unter dem Titel „#ShowUs“ ins Leben gerufen.⁷⁷¹

„Mit über 5.000 Bildern ist #ShowUs die weltweit größte Stock-Fotodatenbank, die von Frauen und nicht binären Menschen erstellt wurde, um verbreitete Schönheitsideale und Geschlechterstereotype zu hinterfragen und aufzulösen. [...] Das Ziel des Projektes ist es, die Darstellung von Frauen in Werbung und Medien authentischer und vielfältiger zu gestalten – und damit zum gesellschaftlichen Wandel beizutragen.“⁷⁷²

Wenngleich dieses Engagement positiv auffällt, wird deutlich, dass nur weibliche Darstellerinnen gezeigt und überwiegend junge Frauen angesprochen werden. Wie bereits zu Beginn dieses Kapitels in einem anderen Kontext festgestellt, gilt auch hier Body-Positivity scheinbar nur für Frauen. Die von „Dove“ kritisierten, den Körperkult befördernden Inhalte von (sozialen) Medien werden ausschließlich mittels Kampagnen, in denen Frauen zu sehen sind, aufgegriffen, obwohl sich „Dove“ für einen allumfassenden Schönheitsbegriff ausspricht. Zwar gibt es beispielsweise seit 2010 eine Pflegeserie speziell für Männer („Men+Care“), aber es gibt kaum Werbung für sie⁷⁷³ Dass

⁷⁶⁸ Ebd.

⁷⁶⁹ Vgl. ebd.

⁷⁷⁰ Vgl. ebd.

⁷⁷¹ Vgl. Unilever Deutschland Holding GmbH, *Happy Birthday, #RealBeauty!*. URL: <https://www.unilever.de/presseservice/news-and-features/2019/20190926.html>, aufgerufen: November 2019.

⁷⁷² Vgl. Unilever Deutschland GmbH, *Dove Getty Images Girlgaze #ShowUs – Behind the Scenes*, Dove offiziell (Hrsg.), 2019. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=X3BVwWOzuPY>, aufgerufen: November 2019.

⁷⁷³ Vgl. Unilever Deutschland Holding GmbH, *Willkommen bei Dove Men+Care*. URL: <https://www.dove.com/de/men-care.html>, aufgerufen: November 2019.

viele von ihnen unter Schönheitsdruck und einem marginalisierten Schönheitsbegriff leiden, wird jedoch nicht transparent.

Die Body-Positivity-Bewegung steht für einen positiven Ansatz, marginalisierte Körperbilder aufzulösen und ein Bewusstsein für verschiedene Körpertypen zu schaffen, die nicht dem gängigen Ideal entsprechen. „Dove“ schafft ein Gefühl von Verständnis und Fürsorge, indem Frauen, die oberflächlich betrachtet nicht perfekt zu sein scheinen, mit Akzeptanz und Annahme begegnet wird. Die realen Bilder, die durch das Unternehmen in der Werbung gezeigt werden, stehen für Menschlichkeit und Individualität. Negativ fällt auf, dass die ‚normalen‘ Frauen unbekleidet gezeigt werden. So wird noch einmal deutlich, dass sich die Dove-Kampagne zwar für einen allumfassenden Schönheitsbegriff ausspricht, Schönheit aber weiterhin verstärkt am Körper festgemacht wird. Es gibt keinerlei Informationen zu den dargestellten Frauen, sodass deren Einzigartigkeit aufgrund bestimmter Charaktereigenschaften oder eventueller besonderer Fähigkeiten in den Hintergrund gerät. Infolgedessen sei an dieser Stelle betont, dass auch die Kampagnen von Dove zu Vergleichen anstiften, die dem Körper ein Übermaß an Bedeutung zusprechen und ihn zum Objekt degradieren. Wie bereits angesprochen, ist zusätzlich die ausschließliche Darstellung von Frauen zu monieren, die bewirkt, dass zwangsläufig nur diese als Zielgruppen angesprochen werden. Weder Männer noch nicht-binäre Geschlechteridentitäten finden Erwähnung. So bleibt der Aspekt der Vielfalt verborgen, und der Fokus liegt weiterhin auf einem positiven Selbstwertgefühl, das an den Körper gebunden ist.

6.2 Body-Positivity versus Body-Neutrality

Das vorherige Kapitel zur Body-Positivity-Bewegung diente der Einführung in das Sujet und der Überleitung zu einem aktuellen Lösungsansatz: Body-Neutrality. Das vorliegende Kapitel soll einen Ausblick sowie einen Lösungsansatz präsentieren, dem Körper weniger Bedeutung beizumessen, sich weniger über ihn zu definieren und einen neutraleren Umgang mit ihm zu schaffen.

Die „ZEIT“ (2019) befasst sich in einem Artikel kritisch mit diesem Thema und zieht ein Resümee, welches hier unterstützend aufgegriffen wird, da es erlaubt, einen individuellen Alltag zu führen, der nicht nur von einem äußeren Erscheinungsbild geprägt

ist:⁷⁷⁴ In diesem Interview reagiert Anuschka Rees auf die Forderung der Body-Positivity-Bewegung, den eigenen Körper zu lieben, wie folgt: „Besser wäre, ihn [den eigenen Körper] egal zu finden.“ - Kann Body Neutrality gegen den Schönheitswahn helfen?⁷⁷⁵ Sophie Passmann, Autorin der Kolumne „Alles oder nichts“ im „ZEIT MAGAZIN“ (2020), bringt eine ähnliche Kritik gegenüber der Body-Positivity-Bewegung hervor:

„Statt wieder gesagt zu bekommen, wie man sich als Frau mit dem eigenen Körper zu fühlen hat, wäre es denkbar, einfach einen Mittelweg zwischen Selbstliebe und Selbsthass zu finden: freundliche Gleichgültigkeit. Es ist nämlich total okay, wenn so ein Körper einfach da ist und seinen verdammten Job macht.“⁷⁷⁶

Body-Positivity zeichnet sich vor allem dadurch aus, dass Dehnungsstreifen präsentiert werden, als handle es sich um Trophäen. Anuschka Rees erklärt, dass Body-Positivity nicht von den Schönheitsidealen inhärenten Druck befreie. Es gehe vielmehr darum, den Stellenwert von Schönheit zu hinterfragen.⁷⁷⁷ Mit der Body-Positivity-Bewegung werden Schönheit und Körper hingegen so viel Bedeutung zugesprochen, dass sie die Hauptaufmerksamkeit der Menschen auf sich ziehen und sie stark beeinflussen. Das wahre Ich eines Individuums tritt in den Hintergrund. Rees betrachtet die Bewegung skeptisch, räumt aber ein, dass ihr viel zu verdanken und durch Body-Positivity ein Bewusstsein für unrealistische Schönheitsideale geweckt worden sei. Letztlich müsse für mehr Diversität in den Medien gekämpft werden.⁷⁷⁸ Sie kritisiert, dass Body-Positivity nicht die Überzeugung infrage stelle, „sich schön fühlen [zu müssen], um glücklich zu sein im Leben.“⁷⁷⁹ Rees bevorzugt „Body Neutrality“ als einen Ansatz, den hohen Stellenwert des Aussehens zu reduzieren:⁷⁸⁰ „Anders als bei Body Positivity ist das Ziel also nicht, den eigenen Körper zu lieben oder seine Pickel schön zu finden. Das Ziel von Body Neutrality ist, das Selbstwertgefühl sehr viel weniger an die äußere Erscheinung zu

⁷⁷⁴ Vgl. Juliane Frisse, Body Positivity. „Das Ziel ist nicht, seine Pickel schön zu finden“, in: *ZEIT ONLINE* (Hrsg.), 08/2019, 1. URL: <https://www.zeit.de/die-antwort/2019-08/body-positivity-schoenheitswahn-body-neutrality-selbstbewusstsein>, aufgerufen: August 2019.

⁷⁷⁵ Ebd.

⁷⁷⁶ Sophie Passmann, Sophie Passmann, in: *ZEIT MAGAZIN* (Hrsg.), Alles oder nichts, 40/2020, September 20. URL: <https://www.zeit.de/zeit-magazin/2020/40/body-positivity-schoenheitsideale-hass-alles-oder-nichts>, aufgerufen: Oktober 2020.

⁷⁷⁷ Vgl. Juliane Frisse, Body Positivity. „Das Ziel ist nicht, seine Pickel schön zu finden“, in: *ZEIT ONLINE* (Hrsg.), 08/2019, 1. URL: <https://www.zeit.de/die-antwort/2019-08/body-positivity-schoenheitswahn-body-neutrality-selbstbewusstsein>, aufgerufen: August 2019.

⁷⁷⁸ Vgl. ebd.

⁷⁷⁹ Vgl. ebd.

⁷⁸⁰ Vgl. ebd.

koppeln.“⁷⁸¹ Es wird deutlich, dass die Liebe zum eigenen Körper nur eine Momentaufnahme darstellt. Gewichtszunahme, zeitlich bedingte Änderungen der Haut et cetera evozieren in dem Ringen um Selbstliebe jedes Mal wieder eine neue und intensive Auseinandersetzung mit dem Körper. Andere Qualitäten kommen zu kurz oder werden gar nicht erst berücksichtigt. Der Aspekt der Liebe wird vor allem von Passmann kritisch gesehen:

„Body Positivity ist wie viele vermeintlich progressive Social-Media-Aktivismen irre hinterhältig, weil das Hauptargument *die Liebe* ist, und welches kranke Schwein will schon gegen *Liebe* und vor allem *Selbstliebe* argumentieren. Dieser Trend nutzt keine wesentlich anderen Denkfiguren, als Körperhass oder Diätobsession es tun, es wird weiterhin eine Welt um einen Körper gebaut, es wird vermittelt, dass der Weg zum Glück über ein Verhältnis zum eigenen Aussehen gefunden wird. Man könnte durch einmaliges angestregtes Nachdenken drauf kommen, dass das Problem, dass Frauen zu viel Zeit mit ihrem Aussehen und ihrem Körper verbringen, nicht dadurch gelöst wird, dass Frauen in Zukunft in *Dankbarkeit* und *Liebe* zu ihren Körpern leben sollen. [...] Body-Positivity ist nur ein weiteres Ziel, das im echten Leben für normale Menschen kaum umzusetzen ist.“⁷⁸²

Anhand der dargestellten Überlegungen zeigt sich nachdrücklich, dass auch Body-Positivity nur eine Kategorie des Körperkults ist. Rees zeigt des Weiteren auf, dass beispielsweise Dehnungsstreifen Assoziationen mit dem Menschen als Ganzem erzeugten, weil suggeriert werde, dass man nur aufgrund ihres Vorhandenseins schön sei. Betrachtet man dieses Phänomen noch genauer, offenbart sich, dass auch hier vor allem Frauen als Objekte herangezogen werden. So wird eine scheinbare Gegenbewegung zum Körperkult zwangsläufig zu einem Mitläufer und eine Kritik zu einer nicht authentischen und widersprechenden Beurteilung. So merkt auch Passmann an:

„In gewisser Weise ähnelt Body-Positivity der Barbie-Welt mehr, als die Protagonistinnen es wahrhaben wollen: Sie ist für die meisten ein unerreichbares Ideal.“⁷⁸³ Rees betont zudem, dass es nicht darum gehe, keinen Spaß mehr an Mode und Make-up zu haben, sondern das Problem erst entstehe, sobald man sich ohne Make-up

⁷⁸¹ Ebd.

⁷⁸² Sophie Passmann, Sophie Passmann, Alles oder nichts, in: *ZEIT MAGAZIN* (Hrsg.), 40/2020, 23.9.20. URL: <https://www.zeit.de/zeit-magazin/2020/40/body-positivity-schoenheitsideale-hass-alles-oder-nichts>, aufgerufen: Oktober 2020.

⁷⁸³ Ebd.

nicht mehr aus dem Haus traue.⁷⁸⁴ Schönheit solle nicht als Voraussetzung für ein gutes Leben gelten. Es solle eher von Bedeutung sein, seinen Selbstwert neu zu bestimmen, also andere Faktoren zu stärken. Der Selbstwert ergebe sich beispielsweise aus eigenen Werten, Fähigkeiten und Beziehungen oder Freundschaften, weshalb an dieser Stelle noch einmal auf die seelischen Prozesse verwiesen sei. Ein Bewusstsein für das eigene Denken und Sprechen über das Aussehen anderer sei der erste Schritt hin zu einer konkreten Änderung. Das Äußere sollte also nach und nach nicht mehr Thema sein und keine Aufmerksamkeit auf sich ziehen. Der Fokus sollte auf dem beseelten Körper liegen, sowohl andere Menschen als auch das Selbst betreffend. Dazu gehöre auch das Hinterfragen eigener Fotos und Selfies, die auf öffentlichen Plattformen präsentiert werden. Ein bewusstes Auseinandersetzen kann laut Rees ein Umdenken fördern. Viele Menschen versäumten, zu erkennen, dass „gar nichts Schlimmes passiere“, wenn man beispielsweise ohne Make-up aus dem Haus gehe.⁷⁸⁵

Ein weiteres Phänomen von Body-Positivity scheint zu sein, dass zahlreiche Frauen sich über ihren eigenen Körper lustig zu machen, in dem sie sich betont locker und witzig gäben, Vorher-Nachher-Fotos posteten und offensiv ihre ‚Makel‘ zur Schau stellten, getarnt mit einem Witz oder einer übertriebenen Mimik. Dies wird durch einen Spruch unterstützt, der den Anschein erweckt, dass die abgebildete Person ein positives Körpergefühl besitzt und vollkommen im Reinen mit sich ist. Nicht wenige Menschen und vor allem Frauen vergleichen sich jedoch mit der abgebildeten Körperform und bewerten diese.⁷⁸⁶ Die gesellschaftliche Be- und Verurteilung in Anlehnung an das Gewicht besteht somit weiterhin. Der Kontrollmechanismus sowie die Schönheitsfixierung, welche mit dem Körperkult zu gängigen gesellschaftlichen Prinzipien geworden sind, werden durch Body-Positivity nur getarnt und nicht verringert. Werden körperliche Makel oder Übergewicht mit Einverständnis der Betroffenen öffentlich zur Schau gestellt, können andere dadurch aufgewühlt werden. Wie ein richtiger oder falscher Körper auszusehen hat, findet weiterhin Verbreitung in den

⁷⁸⁴ Vgl. Juliane Frisse, Body Positivity. „Das Ziel ist nicht, seine Pickel schön zu finden“, in: *ZEIT ONLINE* (Hrsg.), 08/ 2019, 2. URL: <https://www.zeit.de/die-antwort/2019-08/body-positivity-schoenheitswahn-body-neutrality-selbstbewusstsein/seite-2>, aufgerufen: August 2019.

⁷⁸⁵ Vgl. ebd.

⁷⁸⁶ Vgl. Melodie Michelberger, Mein Körper ist kein Meme, in: *ZEIT MAGAZIN* (Hrsg.), Mai 2020. URL: <https://www.zeit.de/zeit-magazin/2020-05/bodyshaming-fatshaming-coronavirus-after-corona-body-memes>, aufgerufen: Oktober 2020.

sozialen Netzwerken, indem deutlich darauf hingewiesen wird, was an dem abgebildeten Körper gesellschaftlich nicht anerkannt sei, mit der Betonung, dass dies vollkommen in Ordnung sei. Michelberger beschreibt die scheinbare Verharmlosung und die damit einhergehenden Witze über dicke Körper als „Bodyshaming“ und macht somit auf eine weitere Facette der Body-Positivity-Bewegung aufmerksam. An dieser Stelle gilt es, herauszustellen, dass Body-Positivity nicht zwangsläufig die Abbildung übergewichtiger Körper meint. Dies ist eine Form der Bewegung, die hier exemplarisch aufzeigen soll, dass der Körper weiterhin eine übergeordnete Rolle einnimmt und zahlreiche soziale Verhaltensweisen weiterhin ihn betreffend. Das meint in diesem Zusammenhang beispielsweise Optimierungsprozesse, Vergleiche und die Suche nach Anerkennung, Wertschätzung und Zuspruch seitens des Gegenübers.⁷⁸⁷ Dadurch, dass der Körper in gewisser Weise abgewertet wird, indem permanent auf seine Schwachstellen hingewiesen wird, werden andere Frauen unter Druck gesetzt. Da im Verlauf des vorliegenden Kapitels Frauen als Zielgruppen von Body-Positivity im Fokus stehen, gilt es zu verdeutlichen, dass Body-Positivity vor allem eine Bewegung von Frauen für Frauen darstellt. Michelberger macht eindringlich auf den Zusammenhang zwischen der vermeintlich witzigen Darstellung von Körpern und Bodyshaming aufmerksam und offenbart somit, in welchem Ausmaß die soziale Ausgrenzung besteht.⁷⁸⁸

„Ich würde mir wünschen, dass sich alle beim Scrollen durch die Social-Media-Streams immer wieder in Erinnerung rufen, dass diskriminierende Witze über dicke Körper keine Unterhaltung sind, sondern wie ein Spiegel auf den eigenen Selbstwert zurückstrahlen. [...] Das Letzte, was wir [...] brauchen, sind noch mehr Körperbeschämungen.“⁷⁸⁹

Die Marke „Dove“ entwickelte als Teil der Body-Positivity-Bewegung das „self-esteem project“, ein Projekt pro mehr Selbstwertgefühl.⁷⁹⁰ Die Marke ist überzeugt davon, dass Selbstzweifel und Ängste, die das eigene Aussehen betreffen, junge Menschen davon abhalten, ihr Potenzial voll auszuschöpfen. So haben es sich die Entwickler des Projekts zum Auftrag gemacht, Eltern, MentorInnen, Lehrkräfte und JugendgruppenleiterInnen zu unterstützen und ihnen Hilfestellung im Zuge der Vermittlung eines positiven

⁷⁸⁷ Vgl. ebd.

⁷⁸⁸ Vgl. ebd.

⁷⁸⁹ Ebd.

⁷⁹⁰ Vgl. dazu: Unilever Deutschland GmbH, *dove self-esteem project. Willkommen beim Dove Projekt für mehr Selbstwertgefühl.* URL: https://www.dove.com/de/dove-self-esteem-project.html?gclid=EAIaIQobChMIr8X3uYOI4AIVCzPTCh2cFAseEAAYASAAEgKXa_D_BwE&gclid=aw.ds, aufgerufen: Oktober 2019.

Selbstwertgefühls zu bieten. Auf der Homepage werden Materialien für Eltern und MentorInnen, Unterrichtsmaterialien und Dokumente für Jugendgruppen in Form von Workshops bereitgestellt, die dazu anleiten, das Selbstwertgefühl der Zielgruppe zu steigern, ein positives Körpergefühl zu entwickeln und das Selbstbewusstsein zu stärken. Außerdem sind auf der Homepage verschiedene Artikel verfügbar, beispielsweise über Frauen in den Medien. Sie sollen unter anderem Müttern dazu verhelfen, eine Checkliste zu erstellen, die Stereotypen zu hinterfragen oder den Unterschied zwischen Realität und Ideal zu erkennen.⁷⁹¹ Der von „Dove“ gewählte Ansatz stellt teilweise einen positiven Aspekt der Body-Positivity-Bewegung dar, da es hier unter anderem nicht darum geht, offensichtliche Makel zu vergleichen, sondern darum, Stereotype und Schönheitsideale grundsätzlich zu hinterfragen. Artikel wie „Wie du dein Selbstbewusstsein stärkst“, „Unterstütze dein Kind dabei, ein positives Körperbild zu entwickeln“, „Ist das Schönheitsverständnis deines Kindes durch die Medien verzerrt“ oder „Frauen in den Medien: Verpasse Stereotypen ein Make-over“, gerichtet an Eltern und Kinder verschiedener Altersgruppen, verweisen auf mehrere Möglichkeiten des Umgangs mit dem Körperkult.⁷⁹² Zugleich macht Dove es sich zur Aufgabe, eine positivere Einstellung der Zielgruppe zum eigenen Aussehen zu befördern, was, wie bereits kritisch aufgezeigt, eine hohe Anforderung an junge Mädchen und Frauen stellt. Diese kann Druck erzeugen und stellt den Körper erneut zum Mittelpunkt des sozialen Miteinanders machen. „Mein einzigartiges Ich, ein Leitfaden, damit dein Kind ein positives Körpergefühl aufbauen kann“ stellt einen Leitfaden dar, auf dessen Grundlage Eltern ihre Kindern Selbstliebe sowie ein positives Körperbild und -gefühl lehren können.⁷⁹³ Der Stellenwert von Schönheit und Körpern bleibt auch hier weiterhin übergeordnet.

⁷⁹¹ Vgl. Unilever Deutschland GmbH, *Frauen in den Medien: Verpasse Stereotypen ein Make-over*. URL: <https://www.dove.com/de/dove-self-esteem-project/help-for-parents/media-and-celebrities/women-in-the-media.html>, aufgerufen: Oktober 2019.

⁷⁹² Vgl. Unilever Deutschland GmbH, *dove self-esteem project. Willkommen beim Dove Projekt für mehr Selbstwertgefühl*. URL: https://www.dove.com/de/dove-self-esteem-project.html?gclid=EAIaIQobChMir8X3uYOI4AIVCzPTCh2cFAseEAAYASAAEgKXa_D_BwE&gclid=aw.ds, aufgerufen: Oktober 2020.

⁷⁹³ Unilever Deutschland GmbH, *Mein einzigartiges Ich: ein Leitfaden, damit dein Kind ein positives Körpergefühl aufbauen kann*. URL: <https://www.dove.com/de/dove-self-esteem-project/help-for-parents/uniquely-me-a-tool-to-help-build-positive-body-confidence.html>, aufgerufen: Oktober 2020.

6.3 Body Positivity als Beispiel für einen alltäglichen Selbstoptimierungsprozess

Um die Kritik an der Body-Positivity-Bewegung in Verbindung mit dem Vorschlag von Body-Neutrality exemplarisch zu vertiefen und kritisch zu hinterfragen, seien in diesem Zusammenhang zwei Beispiele aus den sozialen Medien aufgezeigt, die verdeutlichen, dass Body-Positivity einen adäquaten Ansatz darstellt, Idealvorstellungen zu durchbrechen, jedoch bei Weitem nicht genügt, um den Körperkult als Phänomen zu verringern und zusätzlich weiteren Druck ausübt, statt diesen zu minimieren. Der Körper nimmt trotz gelebter Body-Positivity-Bewegung eine übergeordnete Rolle ein und scheint im gesellschaftlichen Miteinander allgegenwärtig zu sein. Die Medien suggerieren zum einen, dass ein Umdenken bezüglich marginalisierter Schönheit und Körperideale stattgefunden habe. Zum anderen hat „Body Shaming“ eine grundlegende Rolle im gesellschaftlichen Miteinander inne. Es wird im Folgenden ersichtlich, dass trotz einer positiven Körpereinstellung, die Gespräche über den Körper aus einer kollektiven Unzufriedenheit herrühren.⁷⁹⁴

Die JournalistInnen des Y-Kollektivs haben sich ebenfalls des Gegenstands von Diskriminierung und Übergewicht angenommen und zeigen auf, dass Diskriminierung aufgrund des Gewichts eine der häufigsten Formen der Ausgrenzung sei. Übergewicht gelte heutzutage als ein selbstverschuldeter Fehler, was schon im Grundschulalter deutlich wird. In einem Beitrag (2019) werden zwei hochgewichtige Menschen vorgestellt, die die Einstellung vertreten, dass sie mit ihrem Übergewicht selbstbewusst sein dürften.⁷⁹⁵ Plus-Size-Bloggerin Jules⁷⁹⁶ mit Größe 48 lässt erkennen, dass es keine Regeln diesbezüglich gebe, was man als eigenständiger Mensch tragen dürfe und was nicht. Jules berichtet, dass sie ihr Leben lang habe schlank sein wollen, da sie am Beispiel ihrer Schwester gesehen habe, wie viel Erfolg schlanke Menschen hätten und „wie schnell sie geliebt werden.“ Diesen Zwang gebe es nun nicht mehr. Ihre Erfahrung war es lange Zeit, dass es für dicke Menschen keine Kleidung gebe, da immer alle kaschiert werden müsse. Reporterin Sarah Lehnert und Jules stellen fest, dass das Verhältnis zum Körper in Abhängigkeit vom Gewicht nicht besser oder schlechter sei. „Warum können dicke

⁷⁹⁴ Vgl. Anuschka Rees, *Beyond Beautiful. Wie wir trotz Schönheitswahn zufrieden und selbstbewusst leben können*, Köln 2019, 69.

⁷⁹⁵ Vgl. Sarah Lehnert (Y-Kollektiv), *übergewichtig und selbstbewusst – Wie Übergewichtige der Diskriminierung trotzen*, eine Produktion der sendefähig GmbH, 2019. URL: https://www.youtube.com/watch?v=b5k0SXg_xl4, aufgerufen: Oktober 2019.

⁷⁹⁶ Vgl. dazu: Julia Kremer, *schönwild*. URL: <https://schoenwild.de/>, aufgerufen: Oktober 2019.

Menschen nicht glücklich und selbstbewusst sein?“ – ist die Frage, die im Laufe der Dokumentation beantwortet wird. Fakt ist, dass Jules übergewichtig ist. Dennoch muss dies kein Grund sein, sich dem eigenen Ich zu entfremden, wie sie zu erklären versucht. Es sei ein langer Weg, sich selbst zu lieben. Sie habe ihr Übergewicht zum Beruf gemacht, indem sie über „Plus-Size-Fashion“ berichtet. Jules erzählt, nicht mehr maßlos zu essen, sondern bewusst. Dazu gehöre aber auch eine Tüte Chips, wie sie offen zugibt. Sie könne sich heute ihren Essenswünschen viel besser hingeben, aber auch nur, weil diese nicht mehr unter Zwang und Druck geschehe.⁷⁹⁷ Ein Problem stelle aber das Kennenlernen von Männern dar, da sie oftmals kategorisiert und nicht als Mensch wahrgenommen werde. Jules zeigt einige Textnachrichten aus einer Dating-App, aus denen klar hervorgeht, dass sie aufgrund ihrer Körperfülle ausgegrenzt und auf sexueller Ebene gedemütigt wird. Sie müsse dankbar sein, dass sich jemand mit ihr treffen wolle, bringt eine der Nachrichten zum Ausdruck. Außerdem wurde ihr mehrmals bestätigt, dass sich manche Männer ungern mit einer „dicken“ Partnerin in der Öffentlichkeit sehen lassen.⁷⁹⁸ Die intensiven Gespräche über die eigene Figur oder über die von Mitmenschen, wird von PsychologInnen als „Body Talk“ bezeichnet.⁷⁹⁹ Diese positiven als auch negativen Dialoge, Vergleiche und Auf- und Abwertungen über den Körper, können vor allem für Frauen als soziale Norm verstanden werden und nehmen täglich Zeit in Anspruch. Internationale Studien⁸⁰⁰ zeigen beispielsweise, dass es geradezu „unnormal“ sei, wenn Frauen sich nicht an dieser Art von Gesprächen beteiligen.⁸⁰¹

Choreograph Chris aus Ratingen gibt „Plus-Minus-Hundert“-Tanzkurse, also Kurse explizit für hochgewichtige TeilnehmerInnen.⁸⁰² Der Weg dorthin sei hart gewesen, dennoch lebe er nun seinen Traum. Er glaubt, wenn er „von Anfang an dünn gewesen wäre“, wäre er als Tänzer erfolgreicher.⁸⁰³ Als Jugendlicher sei er ausgegrenzt worden,

⁷⁹⁷ Vgl. Sarah Lehnert (Y-Kollektiv), *übergewichtig und selbstbewusst – Wie Übergewichtige der Diskriminierung trotzen*, eine Produktion der sendefähig GmbH, 2019. URL: https://www.youtube.com/watch?v=b5k0SXg_xl4, aufgerufen: Oktober 2019.

⁷⁹⁸ Vgl. ebd.

⁷⁹⁹ Vgl. ebd.

⁸⁰⁰ Vgl. dazu: Jacqueline Mills und Matthew Fuller-Tyszkiewicz, Nature and Consequences of Positively-Intended Fat Talk in Daily Life, in: *Body Image*.

⁸⁰¹ Vgl. Anuschka Rees, *Beyond Beautiful. Wie wir trotz Schönheitswahn zufrieden und selbstbewusst leben können*, Köln 2019, 68.

⁸⁰² Vgl. Sarah Lehnert (Y-Kollektiv), *übergewichtig und selbstbewusst – Wie Übergewichtige der Diskriminierung trotzen*, eine Produktion der sendefähig GmbH, 2019. URL: https://www.youtube.com/watch?v=b5k0SXg_xl4, aufgerufen: Oktober 2019.

⁸⁰³ Vgl. ebd.

habe Diäten ausprobiert und den Eindruck gehabt, dass man nur gut tanzen könne, wenn man dem gegenwärtigen körperlichen Ideal entspreche. Er habe nie genügend Disziplin gehabt, abzunehmen und sich demnach immer „falsch“ gefühlt, weil ihm das von der Gesellschaft so auferlegt worden sei.⁸⁰⁴ Seine Selbstzweifel schiebt er nicht auf sein Gewicht, sondern eher darauf, dass „es vielen Tänzern so geht.“⁸⁰⁵ Chris hat bereits seine dritte Tanzshow aufgeführt und sieht dies als persönliche Errungenschaft und als Beweis dafür an, dass er als dicker Mensch ebenso viel Erfolg haben kann wie ein dünner Mensch.

Explizit zu diesem Gedanken hat die Zeitschrift „Brigitte“ in Zusammenarbeit mit „YouGov Deutschland GmbH“ eine Umfrage gestartet, in der es um das Körperbewusstsein von Frauen geht (2019). Das Ergebnis zeigt unter anderem, dass 71% der Befragten denken, immer mehr Frauen stünden zu ihrem Gewicht, während sich 39% mit zunehmendem Alter immer wohler fühlen.⁸⁰⁶ Die Präsenz hochgewichtiger Frauen im Rahmen von Body Positivity nimmt in den Medien zu, was sich durch die Umfrageergebnisse bestätigen lässt. 52% der befragten Frauen fühlen sich in ihrem eigenen Körper wohler, je mehr kurvigere Frauen sie in den Medien sehen. Trotz dieser positiven Veränderungen geben immer noch 84% der Frauen zu, dass sie das Wort „dick“ als Beleidigung empfinden.⁸⁰⁷ 69% sind der Ansicht, dass kurvige Frauen heutzutage ein höheres Selbstwertgefühl haben als beispielsweise noch vor ein paar Jahren.⁸⁰⁸ Diese Aussagen sollten kritisch beurteilt werden, da nur Frauen selbstbewusst agieren, die sich öffentlich als übergewichtig beschreiben und sich aufgrund dessen als Marke verkaufen. Sobald das eigene Gewicht zum Thema gemacht wird, ist die damit einhergehende Haltung als Gegenbewegung zum „Fitnesswahn“ zu verstehen und kann genauso als körperfixiert betrachtet werden, da der eigene Körper permanent als Begründung für ein bestimmtes Verhalten be- und genutzt wird.⁸⁰⁹

Die Zeitschrift Brigitte, die sich mit der Frage „Wie normal ist Dicksein heute?“ beschäftigt, möchte mit diesem geradezu provozierenden Titel zeigen, dass sich jede Frau mit Kurven wohl fühlen darf. Wie bereits deutlich wurde, darf Body-Positivity als eine

⁸⁰⁴ Vgl. ebd.

⁸⁰⁵ Vgl. ebd.

⁸⁰⁶ Vgl. Brigitte (Hrsg.), *Neue Umfrage zu Body Positivity: Frauen stehen immer mehr zu ihren Pfunden*, in: stern (Hrsg.), 2019. URL: <https://www.stern.de/lifestyle/body-positivity--frauen-stehen-immer-mehr-zu-ihren-pfunden--8720080.html>, aufgerufen: Oktober 2019.

⁸⁰⁷ Vgl. ebd.

⁸⁰⁸ Vgl. ebd.

⁸⁰⁹ Vgl. ebd.

positive Entwicklung verstanden werden, dennoch ist nicht geklärt, was genau mit ‚kurvig‘ oder ‚dick‘ gemeint ist, wie sich diese Attribute voneinander unterscheiden und in welchem Kontext sie genannt werden. Es müsse zudem deutlich werden, dass der Druck, der auch im Rahmen von Body-Positivity ausgelöst wird, von außen komme, so Rees.⁸¹⁰ Der Stellenwert von Schönheit müsse grundsätzlich auf gesellschaftlicher Ebene infrage gestellt werden. Diese gilt für Frauen und Männer gleichermaßen, betont sie. Das Körperbild bezieht also auch das Thema Gleichberechtigung mit ein. Ausdrücklich erwähnt sei an dieser Stelle, dass Body-Positivity teilweise nur einen Vorwand darstellt, scheinbare, oberflächliche Perfektion von Unvollkommenheit zu trennen und dies für gut zu befinden, jedoch bei weitem nicht die Verbindung zwischen Körper und Seele berücksichtigt und somit den individuellen Charakter nicht hervorhebt.

⁸¹⁰ Vgl. Juliane Frisse, Body Positivity. „Das Ziel ist nicht, seine Pickel schön zu finden“, in: *ZEIT ONLINE* (Hrsg.), 08/ 2019, 3. URL: <https://www.zeit.de/die-antwort/2019-08/body-positivity-schoenheitswahn-body-neutrality-selbstbewusstsein/seite-3>, aufgerufen: August 2019.

7 Lösungsansätze

Im folgenden Kapitel wird es um einen lösungsorientierten Ansatz gehen, Schönheit nicht mehr als Macht- und Differenzverhältnis anzuerkennen und dem damit einhergehenden Einfluss auf gesellschaftliche Grundwerte Bewusstsein zu verschaffen. Zusätzlich wird ein Lösungsansatz geboten, der das Interesse hin zur Body-Neutrality-Bewegung lenkt.⁸¹¹

Die Bertelsmann-Stiftung fordert mehr starke Stimmen der Zivilgesellschaft.

Stiftungen, Vereine und Non-Profit-Organisationen stehen vor der Aufgabe digitale Lösungen umfassend zur Anwendung zu bringen. Gleichzeitig wird älteren Menschen die digitale Welt erklärt, und Schulklassen werden für den Datenschutz sensibilisiert. Engagement sei grundsätzlich von großer Bedeutung.

Die „Bertelsmann-Stiftung“, die in Zusammenarbeit mit der „Robert Bosch Stiftung“, „Phineo“ und der Stiftung „Neue Verantwortung“ einen Report zu diesem Thema erarbeitet hat, erachtet folgende Bereiche als besonders wichtig:

- „Zugang zu Netz und Technik schaffen“
- „Digitale Kompetenzen vermitteln“
- „Datenbasierte Innovationen für die Gesellschaft ermöglichen“
- „Schutz der Persönlichkeit im Digitalen Raum gewährleisten“
- „digitale Zukunft durch Vision und Position voranbringen“⁸¹²

Wie die Kritik an der Body-Positivity-Bewegung deutlich machte, wird durch die jahrelange Konfrontation mit Schönheitsidealen der Selbstwert häufig an dem eigenen Aussehen festgemacht. Die Bewertung des Selbsts impliziert eine Bewertung des Aussehens, was sich auf die gesamte (innere) Einstellung auswirkt.

Anuschka Rees kreiert mit einer „Beyond Beautiful Toolbox“ einen Leitfaden, der dazu verhilft, den eigenen Wert nicht mehr an Schönheit festzumachen. In Anlehnung an die gerade angeführte Toolbox soll im Folgenden ein Umdenken zugunsten des individuellen Charakters im Fokus stehen, um das Selbstbewusstsein eben nicht mehr an der Optik festzumachen, hin zu einer Body-Neutrality-Bewegung.

⁸¹¹ Vgl. Anuschka Rees, *Beyond Beautiful. Wie wir trotz Schönheitswahn zufrieden und selbstbewusst leben können*, Köln 2019, 118.

⁸¹² Ralph Müller-Eiselt, *Digitalisierung braucht mehr Zivilgesellschaft*, BertelsmannStiftung (Hrsg.), 2019. URL: <https://www.bertelsmann-stiftung.de/de/themen/aktuelle-meldungen/2019/januar/digitalisierung-braucht-mehr-zivilgesellschaft/>, aufgerufen: März 2019.

Es geht an dieser Stelle nicht darum, dass wir uns nicht über ein neues Kleidungsstück oder eine neue Frisur freuen dürfen, sondern vielmehr um eine bewusste Auseinandersetzung mit dem, was die Einzigartigkeit jedes Menschen betont, abseits eines normativen Schönheitsbegriffs. Bereits in der Einleitung wurden die je nach Epoche wechselnden Schönheitsideale aufgezeigt, was mutmaßen lässt, dass auch in der aktuellen Gesellschaft ein Wandel von Idealvorstellungen besteht. Anuschka Rees bezeichnet es daher als „riskant“, das Selbstwertgefühl mit Äußerlichkeiten zu verknüpfen.⁸¹³

Sie charakterisiert Schönheit als „fremdbestimmt“ und „instabil“ und folgert, dass sie kein Fundament für den Selbstwert darstellen sollte.⁸¹⁴ Rees appelliert an die Vergegenwärtigung von positiven Erinnerungen, Leistungen oder Eigenschaften, die durch Schönheitsideale aufgelöst wurden und die an dieser Stelle ebenfalls als Lösungsansatz fungieren. In der bewussten Auseinandersetzung mit positiven Eigenschaften, Stärken, Talenten, besonderen Leistungen sowie Herausforderungen wird eine konkrete Form der individuellen Rückbesinnung auf das Selbst praktiziert.⁸¹⁵ Es sei weiterhin von Bedeutung, diese Liste regelmäßig zu erweitern und in Reichweite zu behalten, so Rees.⁸¹⁶ Die Toolbox rät außerdem, positive Eigenschaften, welche zuvor vermerkt wurden, beispielsweise mit einem Schulterklopfen zu belohnen, sofern diese im Alltag angewendet werden. So soll sich das Individuum bewusst machen, dass beispielsweise Eigenschaften wie Fleiß und Empathie als ein Teil des Charakters hervorzuheben und nicht als Teil einer sportlichen Leistung zu bewerten sind. Rees rät, sich selbst zu loben, wenn etwas gut geklappt hat, um so einen Ausgleich zu den Selbstwert beeinträchtigenden Impulsen zu schaffen. Das Ziel dieser Übung ist es, Einzigartigkeit und positive Charaktereigenschaften abseits des äußeren Erscheinungsbilds zu erkennen und zu benennen, somit die innere positive Stimme herauszufordern.⁸¹⁷ Weiterhin rät Rees, Instagram-Fotos aus verschiedenen Blickwinkeln heraus zu betrachten, um weniger Vergleiche zu schaffen oder unrealistische Wünsche zu formulieren. Es geht hier um die Frage nach dem Zweck des Instagram-Posts, der

⁸¹³ Vgl. Anuschka Rees, *Beyond Beautiful. Wie wir trotz Schönheitswahn zufrieden und selbstbewusst leben können*, Köln 2019, 119.

⁸¹⁴ Vgl. ebd.

⁸¹⁵ Vgl. ebd., 120.

⁸¹⁶ Vgl. ebd., 121.

⁸¹⁷ Vgl. ebd., 123.

Botschaft, der Produktion, der Bedeutung und der Relevanz.⁸¹⁸ Eine genaue Betrachtung macht deutlich, dass es sich meist um oberflächliche Botschaften handelt, die wiederum unterschwellige Aspekte enthalten, wie in etwa, dass teure Reisen und vieles Weiteres möglich seien. Stellt man sich die Frage nach der Produktion der Fotos, also dem Urheber, und danach, ob die abgebildete Person natürlich dargestellt wird oder ob es sich tatsächlich nur um einen Schnappschuss handelt, zeigt sich schnell, dass eine komplexe Vorbereitung hinter vielen Posts steckt.⁸¹⁹ Im Zusammenhang mit der Frage nach der Bedeutung eines jeweiligen Posts, wird offensichtlich, dass der/die BetrachterIn keinesfalls die Eigenschaften oder besondere Interessen der abgebildeten Person vorhersehen kann. Es ließe sich höchstens erahnen, dass sie gerne Sport treibt, wenn sich vermehrt Fotos in Fitnessstudios finden lassen.

Nach Platon blieben die Tugenden der Seele sowie die Idee des Guten verborgen, was sich im Kontext des kritisierten Körperkults auf gesellschaftlich relevante Eigenschaften, wie Höflichkeit, Respekt oder Rücksichtnahme beziehen soll.

Um auf die Relevanz zu sprechen zu kommen, betont Rees, dass es immer Attribute geben werde, die man selbst gerne hätte. Jedoch verfüge jeder über ganz eigene Kompetenzen, sodass derlei bedeutungslos für den individuellen Charakter sei.⁸²⁰ Im Rahmen einer differenzierten Auseinandersetzung mit den verschiedenen Punkten, offenbart sich, dass eine Vielzahl der Instagram-Posts eine oberflächliche, inszenierte Bühne bietet. So ermutigt Rees dazu, diese inszenierte Welt zu verlassen, indem man bestimmten Accounts nicht mehr folgt, die dem/der Betrachter/in beispielsweise ein schlechtes Gefühl mit Blick auf das eigene Leben vermitteln oder denen nur gefolgt wird, um sich selbst zu motivieren, etwas am eigenen Aussehen zu verändern oder bestimmte Diäten oder Methoden anzuwenden, mit dem Ziel, sich als schöner zu empfinden. Außerdem sollte Accounts, die dazu auffordern, (sich oder andere) zu vergleichen, zu bewerten oder andere Körperformen negativ darzustellen, nicht mehr gefolgt werden.⁸²¹ Wichtig sei es außerdem, Mode-Tipps für den eigenen Körpertyp zu ignorieren.⁸²² Die Mode-Industrie lockt mit dem Schlagwort der Einzigartigkeit, um eine individuelle Figur hervorzuheben. Zugleich wird vor allem Frauen vorgeschrieben, wie sie sich möglichst

⁸¹⁸ Vgl. ebd., 142f.

⁸¹⁹ Vgl. ebd., 142.

⁸²⁰ Vgl. ebd., 143.

⁸²¹ Vgl. ebd., 146f.

⁸²² Vgl. ebd., 163.

schmeichelnd zu kleiden haben, was nur eine weitere Form des aktuellen Körperkults bildet. Unterschwellig wird appelliert, dem Schönheitsideal mit der passenden Kleidung möglichst nahe zu kommen.⁸²³ Rees hat in die „Beyond-Beauty-Toolbox“ eine „Beauty-Reset-Challenge“ integriert, die dabei helfen soll, sich selbst und den Begriff „normal“ für sich (neu) zu definieren.⁸²⁴ Sie erinnert daran, dass vor allem Frauen ihr ungeschminktes Gesicht erst nach einem langen Tag sähen und sich dementsprechend häufig müde und fahl fühlten. Es sei demnach verständlich, dass der Gedanke aufkomme, Make-up sei von Nöten, um im Alltag gut auszusehen. Wichtig sei außerdem, wie schon erwähnt, zu bemerken, dass keine Veränderung eintrete, sobald das Make-up oder andere Kosmetik weggelassen werde.⁸²⁵ Dieser Aspekt sollte an dieser Stelle weiter ausgeführt werden: Make-up kann verändern oder dazu verhelfen, eine andere Rolle einzunehmen oder als jemand anderes aufzutreten. Vermeintlich schützt Schminke oder Make-up sogar. Diese Betrachtungsweise beinhaltet jedoch einen Trugschluss, da ein geschminktes Gesicht nicht schützt oder bewahrt und auch nicht zwangsläufig Authentizität aufweist. Rees‘ Gedanken bezüglich mehr Vertrauen dem ungeschminkten Selbst gegenüber, beinhalten den Versuch dem puren und ungeschminkten Ich Glauben zu schenken und der eigenen Verlässlichkeit zu vertrauen. Mit der Beantwortung der Frage nach dem eigenen Wohlbefinden beim Weglassen von Make-up, dem Erforschen eventueller Unsicherheiten, aber auch Sicherheiten in verschiedenen Situationen soll nicht nur aufgezeigt werden, dass es keinen Unterschied macht, ob Make-up im Alltag aufgelegt wird oder nicht. Zugleich soll das eigene Wohlbefinden an die individuellen Bedürfnisse angepasst werden.

Durch die Vergegenwärtigung von Ritualen, auf die man eigentlich keine Lust hat oder die zu viel Zeit in Anspruch nehmen, können eigene, neue Rituale formuliert werden. Auch kann das Gefühl der Verpflichtung zum Tragen von Make-up reduziert werden.⁸²⁶ Wie bereits angesprochen, ist es von enormer Bedeutung, verschiedene Kompetenzen durch Bildung zu fördern.⁸²⁷ Es gilt, die aktuelle Rückentwicklung des aufgeklärten

⁸²³ Vgl. ebd., 165.

⁸²⁴ Vgl. ebd., 179.

⁸²⁵ Vgl. ebd.

⁸²⁶ Vgl. ebd., 180f.

⁸²⁷ Vgl. Georg Lind, Moralerziehung als demokratische Bildung, in: *Deutsche Vereinigung für Politische Bildung – NW e.V.* (Hrsg.), Politisches Lernen. Politische Bildung (2/1993), 1992, 2. URL: https://www.uni-konstanz.de/ag-moral/pdf/Lind-1993_Moralerziehung-demokratische%20Bildung.pdf, aufgerufen: Oktober 2020.

Denkens zu verhindern, statt sie hinzunehmen. Die Fähigkeit sich seines Verstandes zu bedienen, dürfte heutzutage als elementar gesehen werden. Soziale, demokratische und moralische Kompetenzen werden kaum noch gelehrt, weil die Ergebnisse für nicht so nachweisbar gehalten werden wie jene von beispielsweise naturwissenschaftlichen Fachrichtungen.⁸²⁸ Schulen müssen demnach zwingend ihren Schwerpunkt in diesem Zusammenhang gleichermaßen auf moralische Kompetenzen legen sowie auf die Aufklärung digitaler Verantwortlichkeiten und inszenierter Schönheit, um unter anderem demokratische Werte und moralische Einstellungen im Hinblick auf das gesellschaftliche Miteinander zu verstehen und zu fördern.

Als Grundlage sollte Kohlbergs Ansatz, „Interessenskonflikte durch eine vernünftige Argumentation auf der Basis moralischer Prinzipien“ zu bereinigen, gelten.⁸²⁹ Lawrence Kohlbergs Ansatz dient in diesem Forschungsprojekt als Grundlage für die Forderung, dass Schulen zwingend ihren Schwerpunkt auf moralische Kompetenzen, wie auch auf die Aufklärung digitaler Verantwortlichkeiten legen müssen. Kohlberg⁸³⁰, als Nachfolger von Jean Piaget und als Begründer der modernen entwicklungspsychologischen Moralforschung, trägt mit der Erweiterung der Theorie zur moralischen Entwicklung (von Piaget) zu einem eigenen Forschungsgebiet bei. Im Mittelpunkt des Kohlberg'schen Modells steht der denkende und interpretierende Mensch. Kohlberg nimmt die Perspektive ein, dass jeder Mensch ein „gleichwertiges Subjekt mit moralischen Ansprüchen“ sei und dass weder einzelne Personen noch Gruppen ausgegrenzt werden dürfen.⁸³¹ Kohlbergs Haltung nimmt Einfluss auf das vorliegende Kapitel, in dem für ein gutes Verhältnis zwischen der Gesellschaft als Ganzer und dem Einzelnen als Individuum plädiert wird. Diese Haltung entspricht einer individuellen Meinungsfreiheit und individuellen optischen Interessen.

Moraltheorien müssten deutlicher formuliert werden, indem gute Absichten und Vorstellungen von Moral in der Praxis greifbarer werden.⁸³² In der Theorie wird es zudem ermöglicht, Aspekte aus einer anderen Perspektive heraus zu begreifen.⁸³³

⁸²⁸ Vgl. Ebd., 3.

⁸²⁹ Vgl. Ebd., 4.

⁸³⁰ 1927- 1987.

⁸³¹ Vgl. Monika Keller, Moralentwicklung und moralische Sozialisation, in: Detlef Horster und Jürgen Oelkers (Hrsg.), *Pädagogik und Ethik*, Wiesbaden 2005, 149.

⁸³² Vgl. Martha C. Nussbaum, *Vom Nutzen der Moraltheorie für das Leben*, Wien 2000, 66.

⁸³³ Vgl. Ebd., 67.

Martha Nussbaum rät dazu, Bindeglieder zwischen den Theorien und den Urteilen zu erstellen und zudem das Vorgefundene kritisch zu hinterfragen. In diesem Zusammenhang ist es wichtig, sich seines Verstandes zu bedienen und die Theorien als Vorschlag zu begreifen. Das heißt, dass eine Begeisterung für eine Moraltheorie letztendlich der eigenen Vernunft entspringen sollte.⁸³⁴ Der Rückgriff auf Martha Nussbaum und ihre Ansätze zu den eigenen Emotionen liegt darin begründet, dass sie sich mit der therapeutischen und pädagogischen Wirkung von Literatur und Philosophie sowie dem Einfluss von Emotionen in der Politik beschäftigt. Sie entwirft Gedanken zu einer globalen Gerechtigkeit und dem guten Leben, was ebenfalls den Anspruch dieser Arbeit zugrundeliegt. Für Nussbaum geht es zudem in der Philosophie darum, bescheiden zu agieren und das Gegenüber als gleichberechtigten Partner anzuerkennen.⁸³⁵ Eine gute Theorie maskiert laut Nussbaum den Beginn eines Prozesses, der Gesetze und Institutionen zu formen vermag. Sie weist hier auf die hinderliche Angewohnheit hin, der Vernunft zu misstrauen.⁸³⁶ Eine andere nach wie vor aktuelle Problemlösungsvariante bildet die Theorie Nussbaums, dass die Mitglieder einer Gesellschaft nicht in einem hierarchischen Verhältnis zueinanderstehen, sondern ein respektvolles und auf Liebe basierendes Miteinander leben sollten.

In diesem Kontext sei noch einmal an den Schönheitsbegriff von Platon verwiesen, der vereinfacht ausgedrückt erklärt, dass Schönheit eine objektive Eigenschaft sei. Die angeborene Idee des Guten und die angeborene Idee des Schönen gehen miteinander einher und offenbaren sich im jeweils anderen. Demnach lässt sich die Seele nach Platon als ‚schöner‘ definieren, als ein Körper, also die sinnliche Wahrnehmung.⁸³⁷ Allgemein wird in Platons Werken vor allem der Unterschied zwischen körperlicher und seelischer Schönheit deutlich, wie insbesondere Kapitel 4 zeigen konnte. Wie bereits angedeutet, stellt Mitgefühl ein wichtiges Mittel dar, um emotionale Anteilnahme zu zeigen und ein Gefühl für das Gegenüber zu entwickeln.⁸³⁸ Es ist ebenfalls von enormer Bedeutung, das

⁸³⁴ Vgl. Ebd., 70.

⁸³⁵ Vgl. Merle Gerdes, Martha Nussbaum, in: Niklas Angebauer, Institut für Philosophie (Hrsg.), *Politische Philosophinnen der Gegenwart. Ergebnissicherung zum gleichnamigen Seminar im SoSe 2020 an der Carl von Ossietzky Universität Oldenburg*, 2020. URL: <https://wp.uni-oldenburg.de/politische-philosophinnen/martha-nussbaum/>.

⁸³⁶ Vgl. Ebd., 76.

⁸³⁷ Vgl. dazu: Platon, *sämtliche Werke. Lysis, Symposion, Phaidon, Kleitophon, Politeia, Phaidros*, Band 2, Hamburg ³⁴2013, 85f.

⁸³⁸ Vgl. Martha C. Nussbaum, *Politische Emotionen*, Berlin 2014, 174f.

Konkurrenzverhalten zu minimieren und zudem von Nöten, um ein bestimmtes Bild von einer Gesellschaft formen und immer wieder aufrufen zu können. Dies kann nur geschehen, wenn gemeinsame Ziele und Wünsche akzeptiert und Emotionen gefördert werden.⁸³⁹

Jeder Mensch ist „in sich ein Zweck“ und nicht ein „Mittel für die Ziele und Zwecke anderer“, sodass „menschliche Gleichheit“ als höchstes Ziel im gesellschaftlichen Miteinander gesehen werden kann, so Nussbaum.⁸⁴⁰ Um noch einmal den Aspekt des Miteinanders zu betonen, geht es hier nicht um politische Ziele, um Bedürfnisbefriedigung im finanziellen Sinne oder darum ein, sorgloses Leben zu führen, sondern um ein Miteinander auf menschlicher Ebene auf Basis des akzeptierenden Respekts für das Fremde. Das Fehlen der gerade genannten Aspekte des menschlichen Miteinanders wird im Kontext des Körperkults von der Verfasserin erheblich kritisiert.

7.1 Aktive Selbstakzeptanz und Freiheit

Oftmals wird die Jugend als eine Zeit der „maximalen Freiheit“ betrachtet.⁸⁴¹ Aufgrund der Problematik des Körperkults ist diese Freiheit äußerlich und innerlich stark eingeschränkt. Wenngleich unendlich viele Möglichkeiten der Selbstverwirklichung bestehen, sind zugleich zahlreiche (selbst auferlegte) Begrenzungen wirksam, die uns daran hindern, das individuelle Glück zu finden oder das eigene Aussehen nach dem persönlichen Wohlgefühl zu gestalten. Freiheit spielt in diesem Kapitel bewusst eine große Rolle, da ein entsprechendes Empfinden entscheidend für ein gesundes Lebensgefühl ist. Ideale begrenzen diese Freiheit beträchtlich.

Carlo Strenger verbindet das Konzept der Freiheit mit „aktiver Selbstakzeptanz.“⁸⁴² Der Psychoanalytiker und Philosoph Carlo Strenger (1958-2019) beschäftigte sich in den vergangenen Jahren mit Fragen der Globalisierung und wie sich diese auf die Psyche des Menschen auswirken.⁸⁴³ Das Gefühl der fehlenden

⁸³⁹ Vgl. ebd., 180f.

⁸⁴⁰ Vgl. ebd., 184.

⁸⁴¹ Vgl. Carlo Strenger, *Die Angst vor der Bedeutungslosigkeit. Das Leben in der globalisierten Welt sinnvoll gestalten*, Gießen 2016, 137.

⁸⁴² Vgl. ebd.

⁸⁴³ Vgl. Catherine Newmark im Gespräch mit Britta Bürger, Zum Tod von Carlo Strenger. Der Psychoanalytiker der Globalisierung, in: *Deutschlandfunk Kultur*, 2019. URL: <https://www.deutschlandfunkkultur.de/zum-tod-von-carlo-strenger-der-psychoanalytiker-der-100.html>, aufgerufen: Dezember 2021.

Zugehörigkeit zu einer Gesellschaft, mangelnde Selbstakzeptanz, das Denken in Kategorien sowie das Verschwinden zwischenmenschlicher Werte gelten in der vorliegenden Arbeit als Grenzsituationen des menschlichen Seins und des gesellschaftlichen Zusammenlebens in Form sozialer Ausgrenzung. Wir stellen uns ihnen aufgrund fehlender Selbstakzeptanz nicht, was das Freiheitgefühl erheblich limitiert. In uns gibt es also einen unveränderlichen Kern, der mit einer unverwechselbaren Individualität einhergeht. Die Beziehung zu diesem inneren Kern kann negativ und auch positiv besetzt sein. Von oberster Priorität ist stets die Selbsterkenntnis, was bedeutet, dass uns klar werden muss, wer wir sind, worin unsere Grenzen sowie Fähigkeiten liegen und welche Kompetenzen eher schwächer ausgeprägt sind.⁸⁴⁴ Rückblickend auf Kapitel 4 und 5, lässt sich erkennen, wie sehr diese Selbsterkenntnis von den medial auferlegten Idealen beeinflusst ist und wie weit sich diese von der Individualität entfernen. In der heutigen Welt neigen viele Menschen unterstützt durch die Medien dazu, nicht zu ihnen passende Vorstellungen zu verfolgen und sich dementsprechend darzustellen. Alle Individuen weisen unterschiedliche körperliche Voraussetzungen auf, beispielsweise einen spezifischen Stoffwechsel und eine Statur, die sich nicht grundlegend ändern lässt. Der Wunsch nach Zugehörigkeit treibt den Menschen dazu, illusionäre Ziele zu verfolgen, die in der Realität kaum bis gar nicht umsetzbar sind. Das Anerkennen der eigenen Grenzen kann den Selbsthass nie ganz in Selbstakzeptanz verwandeln, so Strenger.⁸⁴⁵ Freiheit kann in einem Prozess der Selbstwahrnehmung und Selbsterkenntnis gewonnen werden, was nicht bedeutet, dass man die Realität verschleiert, sondern, dass man sie als „aktive[n] Ausdruck der Fähigkeit des menschlichen Geistes“ versteht.⁸⁴⁶ Aktive Selbstakzeptanz bedeutet also auch ‚verstehen.‘ Der Mensch lernt, nicht einfach hinzunehmen, sondern, den „existenziellen Ruf, das zu sein, was wir sein können“, zu akzeptieren und setzt ein Zeichen für den „Beginn der Selbst-Transformation.“⁸⁴⁷ Dieser Prozess ist mit harter Arbeit verknüpft, doch letztendlich lässt er einen individuellen Charakter mit klar erkennbaren Stärken und Schwächen heranreifen.⁸⁴⁸

⁸⁴⁴ Vgl. Carlo Strenger, *Die Angst vor der Bedeutungslosigkeit. Das Leben in der globalisierten Welt sinnvoll gestalten*, Gießen 2016, 137.

⁸⁴⁵ Vgl. ebd., 139.

⁸⁴⁶ Vgl. ebd., 141.

⁸⁴⁷ Vgl. ebd.

⁸⁴⁸ Vgl. ebd.

Der Aspekt der Freiheit findet sich auch bei Thomas Schramme, der in Anlehnung an John Stuart Mill (1859) die Entfaltungsmöglichkeiten des Individuums folgendermaßen zusammenfasst:⁸⁴⁹

„Der Mensch kann sich selbst in der Welt verwirklichen, aber er kann sich auch – in gewissen Grenzen – selbst formen. Freiheit ist somit für Mill nicht nur ein klassisch liberales Ideal der Abwesenheit von Zwang, sondern immer auch Entwicklungsziel, ein Ideal der individuellen Selbstbestimmung.“⁸⁵⁰

Es tritt also zutage, dass ein individuelles Ziel von Nöten ist, um sich selbst formen zu können. Und dieses individuelle Ziel kann erst in individuellen Grenzsituationen entstehen. Sie und vor allem auch das Scheitern an ihnen werden teilweise benötigt, um die eigenen Grenzen erfassen, sich diesen stellen und sie überwinden zu können. Üblicherweise werden Krankheiten und sogar der Tod als Grenzsituation beschrieben. In der vorliegenden Arbeit sollen die soziale Ausgrenzung und der damit einhergehende Identitätsverlust in Form des Körperkults als Grenzsituationen betrachtet werden. Die Konfrontation mit einer unüberwindbaren Grenze ist mit dem Aspekt des Scheiterns und der ihm inhärenten Bedrohung der eigenen Existenz aufgrund eines Identitätsverlusts oder der Beeinflussung seelischer Prozesse zu verbinden. Aber gerade Grenzsituationen bahnen den Weg zur Freiheit, da der Mensch sich in ihnen entscheiden kann, auf welche Weise er Probleme lösen möchte. Das bedeutet, dass das Individuum im Falle einer Grenzsituation aktiv entscheiden kann, ob es sich der Realität stellen wird oder nicht, was teilweise mit Schmerz einhergeht, der dann bewusst gewählt wird.⁸⁵¹ Angewendet auf die dargestellte Problematik bedeutet dies, dass sich der Mensch aktiv entscheiden kann, ob er sich vom Körperkult lösen möchte oder nicht. Ein Ergebnis könnten Freiheit in Form eines freien Identitätsbildungsprozesses und das Erkennen des wahren Ichs sein. Von zentraler Bedeutung ist es, den eigenen Grenzsituationen einen Sinn zu verleihen, da sie vor allem als unveränderlich verstanden werden müssen.⁸⁵² In der aktuellen Debatte impliziert dies eine Akzeptanz der individuellen Schönheit. Zusammengefasst bedeutet das Ausgeführte, dass sich der Mensch mit „der Frage seiner Existenz“ auseinandersetzen

⁸⁴⁹ Vgl. dazu: John Stuart Mill, *über die Freiheit*, Leipzig 1986.

⁸⁵⁰ Thomas Schramme, Das Ideal der Individualität und seine Begründung, in: Michael Schefczyk und Thomas Schramme (Hrsg.), *John Stuart Mill: Über die Freiheit*, Berlin 2015, 55.

⁸⁵¹ Vgl. Carlo Strenger, *Die Angst vor der Bedeutungslosigkeit. Das Leben in der globalisierten Welt sinnvoll gestalten*, Gießen 2016, 143f.

⁸⁵² Vgl. ebd., 157.

muss, um frei zu sein.⁸⁵³ Dazu gehört auch die Frage nach einer „guten Gesellschaft.“⁸⁵⁴ Bei John Stuart Mill begegnet dem Interessierten ebenfalls der Begriff der „individuelle[n] Freiheit“, welcher sich hier ebenso gut anwenden lässt.⁸⁵⁵ „Der Wert der Freiheit ist für Mill unmittelbar mit dem Wert der Individualität verbunden.“⁸⁵⁶ Dieser Aspekt lässt sich mit dem soeben dargelegten Grundgedanken in Einklang bringen. Verknüpft man die Grenzsituation mit dem der individuellen Freiheit, zeigt sich, dass Letztere aus der Ersteren resultiert. Und erst dann kann eine individuelle Freiheit entstehen, und erst dann ist eine funktionsfähige Gesellschaft möglich. Der von Mill angesprochene Freiraum ist aktuell in der Gesellschaft nicht sichtbar, da er weder geschützt noch sicher vor Eingriffen ist.⁸⁵⁷ Die Medien und der technische Fortschritt dringen permanent in den Schutzraum des Menschen ein, verhindern eine Entwicklung des eigenen Ichs und veranlassen somit eine Unterdrückung der Seele und damit zugleich eine Unterdrückung der Idee des Guten. Mill sieht die Freiheit als notwendige Bedingung von Selbstverwirklichung an, was ebenfalls ein Beleg dafür ist, dass Freiheit sich aktuell nur bedingt umsetzen lässt, da keine Selbstverwirklichung erfolgen kann.⁸⁵⁸ Die Kritik, dass eine entfesselte Individualität in einem Gegensatz zum moralisch geforderten Handeln oder zu gesellschaftlichen Wertvorstellungen stehen könne, kann an dieser Stelle nicht bestätigt werden, da es grundsätzlich erst einmal um ein Kennenlernen der eigenen Position inklusive einer Loslösung vom gesellschaftlichen Körperkult geht.⁸⁵⁹ Dazu gehört natürlich auch der Prozess des Authentizitätserwerbs. Sobald die Menschen einander zunehmend ähneln und Individualität zu einem Fremdwort wird, schwindet auch die Authentizität. Dies bestätigt wiederum das oben genannte Modell der Freiheit, welches durch individuelle Fähigkeiten sichtbar wird.⁸⁶⁰

Ein Ergebnis der aktiven Selbstakzeptanz und der damit verbundenen Auseinandersetzung mit den eigenen Grenzen kann zudem die Toleranz sein. Hier gilt es,

⁸⁵³ Vgl. ebd., 10.

⁸⁵⁴ Vgl. ebd.

⁸⁵⁵ Vgl. Thomas Schramme, Das Ideal der Individualität und seine Begründung, in: Michael Schefczyk und Thomas Schramme (Hrsg.), *John Stuart Mill: Über die Freiheit*, Berlin 2015, 55.

⁸⁵⁶ Ebd.

⁸⁵⁷ Vgl. ebd.

⁸⁵⁸ Vgl. ebd.

⁸⁵⁹ Vgl. ebd., 56.

⁸⁶⁰ Vgl. ebd., 60.

zwischen den Begriffen „Toleranz“ und „Tolerierung“ zu unterscheiden.⁸⁶¹ Toleranz meint beispielsweise, eine Meinung zu akzeptieren, während Tolerierung bedeutet, eine Haltung zu dulden, obwohl sie verachtet wird.

„Die Fähigkeit zur Tolerierung verlangt nicht mehr von uns, als dass wir das Gefühl entwickeln, dass wir mit einer bestimmten Lebensform oder Weltsicht in unserer Gesellschaft leben können, auch wenn wir sie primitiv, unmoralisch und verwerflich finden.“⁸⁶²

An dieser Stelle wird außerdem noch einmal deutlich, dass sich die hier genannte Selbstakzeptanz nicht auf den Körper bezieht. Selbstakzeptanz meint vor allem die Akzeptanz des individuellen Ichs unter Berücksichtigung des individuellen Charakters und die Akzeptanz des Gegenübers ohne Stigmatisierung und Betonung des Körpers. In Anlehnung an Body-Neutrality lässt sich aufzeigen, dass der Körper im Zusammenhang mit der hier dargestellten Selbstakzeptanz und Freiheit eine untergeordnete Rolle einnehmen muss. Weiterhin ist eine Akzeptanz unterschiedlicher Lebensformen gemeint, ohne den Druck zu verspüren, diese nachzuahmen, ohne die Gefahr sozialer Ausgrenzung zu erfahren und unter Einhaltung der eigenen Grenzen. Dies könnte auch die Möglichkeit eröffnen, sein Mitgefühl zu erweitern oder sogar neu zu entdecken. Durch ein Aufbrechen des Selbsts werden viele ‚neue‘ Gefühle deutlich, die zuvor unterdrückt wurden, da der Fokus überwiegend auf exzessiven Sportstunden im Rahmen von Selbstobjektivierungsprozessen zu liegen hatte.

Der Terminus des Mitgefühls wird in den nachfolgenden Kapiteln noch einmal aufgegriffen. Hier sei auf Martha Nussbaum verwiesen, die Mitgefühl als wichtiges Mittel dafür erachtet, ein Gefühl für das Gegenüber zu verspüren.⁸⁶³

Das ehrliche Entwickeln von realen Gefühlen ist ein erster Schritt hin zu einem guten Miteinander, zu einem realistischen Zusammenleben und letztendlich zu Freiheit und Selbstakzeptanz.

⁸⁶¹ Vgl. Carlo Strenger, *Die Angst vor der Bedeutungslosigkeit. Das Leben in der globalisierten Welt sinnvoll gestalten*, Gießen 2016, 239.

⁸⁶² Ebd.

⁸⁶³ Vgl. Martha C. Nussbaum, *Politische Emotionen*, Berlin 2014, 174f.

7.2 Selbstliebe

Selbstliebe scheint ein Mangel in unserer Gesellschaft zu sein. Sie ist sowohl Gefühl als auch Haltung.⁸⁶⁴ Die Haltung bilde die Basis dafür, sich zu entscheiden, für sich einzustehen und für sich zu sorgen. Darauf folgend entwickle sich eine Zufriedenheit, die es ermögliche, Zeit mit sich selbst genießen zu können. Die Grenzen zwischen Selbstliebe und Egoismus scheinen zu verschwimmen. Dennoch kann Egoismus als Grundüberzeugung definiert werden, die bewirkt, dass das Individuum sich nie zufriedengeben könne. Der/Die sich Liebende könne seine/ihre Bedürfnisse nennen, aber auch die seines/ihres Gegenübers anerkennen und akzeptieren. Egoistisches Verhalten rühre meist daher, dass das Individuum von der Meinung anderer abhängig sei und Bestätigung für das eigene Wirken und Handeln benötige. Durch Selbstliebe sei es möglich, Phasen zu überstehen, in denen man keine Bestätigung oder positive Rückmeldung von anderen erfahre. Sich selbst etwas Gutes zu tun, kann ein Ausdruck von Selbstliebe sein, dennoch sei es genauso wichtig, Entscheidungen zu treffen, die weniger bequem sind. Selbstliebe könne sich nur entwickeln, sofern von Geburt an zwei Formen der Liebe gegeben seien: die bedingungslose Liebe der Eltern, also Liebe für die bloße Existenz, aber auch die Liebe für Leistung. Kinder werden für jeden Entwicklungsschritt gelobt und geliebt. Aus dieser Liebe kann Selbstliebe erwachsen. Die Liebe von Beginn an entfalte die Selbstüberzeugung, und durch die positiven Rückmeldungen ergebe sich das Bewusstsein dafür, dass man zu etwas fähig sei. Angesichts dieser Aussagen könnte man annehmen, dass aufgrund einer Prioritätenverschiebung, ausgelöst durch den Körperkult samt dem mit ihm einhergehenden Drang zur Selbstoptimierung, Entwicklungsschritte oder andere kindliche Erfolge nicht mehr den Stellenwert erhalten, wie bisher. Diese Annahme löst die Vermutung aus, dass auch die Selbstliebe als Prozess beeinflusst wird. Selbstliebe steigt, wenn Menschen bereits von der Kindheit an mit dem Gefühl der Liebe aufwachsen. Unkelbach reflektiert, dass die heutige Elterngeneration Schwierigkeiten habe, klare Grenzen und Strukturen zu schaffen. Eltern griffen heutzutage eher auf materielle Güter zurück statt auf Emotionen. Dennoch sei es gerade gegenwärtig möglich, an sich zu arbeiten und Defizite auszugleichen. So könne beispielsweise mangelnde Liebe mit

⁸⁶⁴ Vgl dazu: Bodo Karsten Unkelbach, *Heute liebe ich mich selbst! In 7 Schritten zur Resilienz*, München 2019.

seelischen Erkrankungen verknüpft werden, was die Selbstliebe einschließt.⁸⁶⁵ „Seelische Krankheiten sind der zweithäufigste Grund für Krankschreibungen. Und seelische Krankheiten haben sehr oft etwas damit zu tun, dass Menschen sich nicht selbst ernst nehmen und lieben.“⁸⁶⁶ Sich in jeder Beziehung zu akzeptieren, sich selbst zuzuhören, sich selbst zu verzeihen und sich selbst Zuspruch zu geben, ist hier essenziell. Durch die vielen äußeren Einflüsse, verbunden mit dem Streben nach Attraktivität und einem begehrenswerten Äußeren, ist es sehr leicht, den Kontakt zu sich selbst zu verlieren. Mit dem Körper als Projektionsfläche und dem Bedürfnis, gesellschaftliche Ansprüche zu erfüllen, wird es immer schwieriger, eine positive Grundhaltung zu sich selbst zu wahren und zu stärken. Eine grundsätzliche Akzeptanz seiner selbst sollte immer vorhanden sein, auch, wenn man sich, objektiv betrachtet, nicht in eine Kategorie einordnen lässt. Das Bewusstmachen der eigenen Stärken ist in der aktuellen Gesellschaft eine Herausforderung, die zum Teil die bedingungslose Elternliebe fortführt, sofern sie denn existierte, aber auch ein Bejahen seiner selbst und seiner positiven Eigenschaften enthalten sollte, was vor allem für die aufwachsende Generation eine Gefahr innehat.⁸⁶⁷ Dass das Aussehen eine übergeordnete Rolle spielt, zeigt sich schon in Rückmeldungen an Kinder und Jugendliche, die als „hübsch“ oder „süß“ bezeichnet werden. Kinder sind täglich mit ‚perfekten‘ Menschen konfrontiert und werden aufgrund von gesellschaftlichen Idealen dazu angehalten, sich ordentlich anzuziehen oder die Haare ansprechend zu frisieren. Demzufolge entstehen unrealistische Ansprüche und die Überzeugung, nie schön genug zu sein, was sich auf das Selbstbewusstsein und die Selbstakzeptanz, bereits in jungen Jahren auswirkt.

Mit diesem Kapitel zur Selbstliebe ist nicht der Body-Positivity-Ansatz gemeint, den eigenen Körper zu akzeptieren, der den Fokus immer noch zu sehr auf das äußerlich Sichtbare lenkt und erneut Druck entstehen lässt, jenen Druck, seinen Körper zu lieben und sich mit ihm auseinanderzusetzen. Den Kern des menschlichen Seins auf individuelle Eigenschaften zu beziehen, bewirkt eine ganz neue Definition des Selbsts. Selbstliebe meint in diesem Kontext, Liebe zu den eigenen Emotionen herstellen zu können. Diese Haltung entwickelt sich erst durch eine konsequente Distanzierung von Bewertungen und Vergleichen, mitunter von sozialen Netzwerken sowie einer Loslösung der medialen

⁸⁶⁵ Vgl. Alverde, Ja zu mir! (ein Special zum Thema Selbstliebe), *Dm-Magazin* (Hrsg.), Mai 2020, 68.

⁸⁶⁶ Ebd.

⁸⁶⁷ Vgl. ebd., 69.

Abhängigkeiten.⁸⁶⁸ Um den Ansatz zu verdeutlichen, sei an dieser Stelle der Fokus auf ein moralisches Handeln gesetzt, was an dieser Stelle zusätzlich als Lösungsansatz und somit als Ziel für eine gesellschaftliche Grundhaltung im Rahmen von menschlichen Interaktionen gelten soll.

7.3 Moral als Ziel menschlicher Interaktion

Zunächst sollte zu erkennen sein, dass Moral beziehungsweise die moralischen Strukturen den Grundstein für das menschliche Miteinander bilden. Aus diesem Ansatz heraus erwachsen Werte wie Respekt, Toleranz und Mitgefühl, welche ebenfalls unabdingbar für eine funktionierende Gesellschaft sind. Dennoch sollte an dieser Stelle noch einmal betont werden, dass sich derlei Werte nicht ausbilden lassen und insbesondere ein tiefes Verständnis für das Gegenüber nicht entwickelt werden kann, wenn die moralischen Strukturen nicht gefestigt sind. Die Gefahr, der die Gesellschaft im Kontext des Körperkults unterliegt, ist, dass genau diese moralischen Strukturen ins Wanken geraten und eine auf Werten basierende Gesellschaft nicht mehr lebensfähig ist, da sich die Prioritäten verschieben.

Wie schon angedeutet, ist die Förderung von Bildung ein wichtiger Schritt dahin, einen dauerhaft erfolgreichen Prozess innerhalb der Zivilisation herbeizuführen.

Das vorliegende Kapitel stellt eine Einführung in das moralische Verständnis füreinander, als Ziel menschlicher Interaktion dar, um moralisches Handeln im gesellschaftlichen Kontext als elementar betrachten zu können.

Der Begriff der Moral (engl. morals oder morality) wird in dieser Arbeit im philosophischen und gesellschaftstheoretischen Sinne verwendet und erklärt. Er beschreibt vor allem im soziologischen Kontext „Handlungsregeln“ und „Ziele“ und gilt in einer Gesellschaft als richtungsweisend.⁸⁶⁹ Moral impliziert streng genommen ein spezifisches Verhalten.⁸⁷⁰ Dass bestimmte Handlungen oder Denkweisen als moralisch gelten, bedeutet nicht, dass sie auch von jedem Menschen als solche anerkannt werden.

⁸⁶⁸ Vgl. ebd., 71.

⁸⁶⁹ Vgl. Jürgen Mittelstraß (Hrsg.), *Enzyklopädie Philosophie und Wissenschaftstheorie*, Stuttgart – Weimar 2013, Bd 5, 457.

⁸⁷⁰ Vgl. Georg Lind, Was ist moralische Kompetenz. Einblicke in experimentelle Moralpsychologie, in: *Uni Konstanz* (Hrsg.), 2015. URL: http://www.uni-konstanz.de/ag-moral/moral/demokratie/2015_03_Zeppelin_Uni_Friedrichshafen/Lind-2015_was%20ist%20moralkompetenz.pdf, aufgerufen: April 2019.

Im Falle einer moralischen Rechtfertigung geht es vor allem um einen zweckgebundenen Nachweis. Dennoch werden moralisches Handeln und die Orientierung an moralischen Richtlinien als „Anleitung zu einem vernünftigen individuellen oder gemeinsamen Leben“ anerkannt.⁸⁷¹

Descartes hat beispielsweise den Begriff „provisorische Moral“⁸⁷² eingeführt (1637), welcher moralische Grundsätze beschreibt, die nur vorübergehend für ein bestimmtes Handeln gelten.⁸⁷³ Dem Philosophen zufolge sollten moralische Maßstäbe und Moralvorstellungen wissenschaftlich überprüft werden. Sich vor allem auf das „richtige“ Handeln beziehend, bedürfen sie einer Bewährungsprobe „vor dem methodischen Zweifel“ und vor allem einer „vernunftmäßigen“ Begründung, sofern sie verbindlich sein sollen.⁸⁷⁴ Da eine Garantie des richtigen Handelns nicht gegeben sei, müsse man sie als „provisorisch“ bezeichnen.⁸⁷⁵

Im gesellschaftlichen Kontext wird moralisches Handeln als etwas beschrieben, das viele Menschen als gut und richtig einstufen. Aber wer oder was legt gutes und richtiges Handeln fest, und wonach richtet sich dies? Scheinbar prägen soziale Erwartungen heutzutage moralisches Verhalten. Aber bedeutet dies, dass Menschen, die sich beispielsweise an das Gesetz halten, auch moralisch sind? So denke man an vormalige Wahlgesetze in den USA, die dunkelhäutige Menschen von den Wahlen ausschlossen. Die bloße Einhaltung von Gesetzen bedeutet also nicht zugleich, dass ein Mensch moralisch denkt und fühlt.⁸⁷⁶

Der lateinische Begriff „moralis“ lässt sich mit „die Sitten betreffend“ übersetzen.⁸⁷⁷ Die „zehn Gebote“ legen zudem die wichtigsten Grundregeln für ein christliches Zusammenleben fest. Der Begriff „Ethik“ wird oft als Synonym für „Moral“ verwendet. Dennoch sollte man diese beiden Termini trennen. Wichtig zu wissen ist, dass die Ethik

⁸⁷¹ Vgl. Jürgen Mittelstraß (Hrsg.), *Enzyklopädie Philosophie und Wissenschaftstheorie*, Stuttgart – Weimar 2013, Bd 5, 457.

⁸⁷² Vgl. dazu: Rene Descartes, *Discours de la methode*, in: Christian Wohlers (Hrsg.), Hamburg 2011.

⁸⁷³ Vgl. Jürgen Mittelstraß (Hrsg.), *Enzyklopädie Philosophie und Wissenschaftstheorie*, Stuttgart – Weimar 2013, Bd 5, 457.

⁸⁷⁴ Vgl. ebd.

⁸⁷⁵ Vgl. ebd.

⁸⁷⁶ Vgl. Georg Lind, *Moral ist lehrbar. Wie man moralisch-demokratische Kompetenz fördern und damit Gewalt, Betrug und Macht mindern kann*, Berlin 2015, 35.

⁸⁷⁷ Vgl. Gerd Schneider und Christiane Toyka-Seid, Art. Moral, in: *Bundeszentrale für politische Bildung* (Hrsg.), 2019. URL: <https://www.hanisauland.de/lexikon/m/moral.html>, aufgerufen: Dezember 2019.

die Wissenschaft von der Moral ist. Eine genauere Definition zu ‚Ethik‘ findet sich in der Einleitung (siehe dazu Seite 2).

Kohlberg bezeichnet die Moral als eine Fähigkeit, was laut Georg Lind eine neue Möglichkeit der Moralerziehung eröffnet. Letzterer hat daraufhin das „Zwei-Aspekte-Modell des moralischen Verhaltens und der Moralentwicklung“ sowie die „Bildungstheorie der Moralkompetenz“ erstellt.⁸⁷⁸ Moral impliziert demnach einen „affektiven“ und einen „kognitiven“ Aspekt, betrifft also die „Orientierung“ und die „Kompetenz“, welche sich in verschiedenerlei Weise auf das Verhalten (Entscheidungen) auswirken und nicht voneinander getrennt werden können.⁸⁷⁹

Lind definiert moralische Kompetenz folgendermaßen: „Moralische Kompetenz ist die Fähigkeit, innere und äußere Konflikte auf der Grundlage universeller Moralprinzipien durch Denken und Diskussion zu lösen, statt durch Gewalt, Betrug und Macht.“⁸⁸⁰ Den Überlegungen zufolge sollte Moral zusammengefasst werden können, indem sie als „Übereinstimmung des Verhaltens mit sozial vorgegebenen Erwartungen und Normen“ und mit den „eigenen moralischen Idealen und Prinzipien“ beschrieben wird; außerdem kann Moral als eine Fähigkeit anerkannt werden, die Konflikte nicht mit Gewalt, sondern auf der Grundlage von geteilten Moralprinzipien (Denken und Diskutieren) löst.⁸⁸¹ Dieser Aspekt soll ebenfalls als Lösungsansatz für den kritisierten Körperkult vorgeschlagen werden, da die hier genannten, geteilten Moralprinzipien ein Fundament für eine funktionierende Gesellschaft bieten können, abseits von Diskriminierung und Ausgrenzung. Die theoretische Definition von Moral macht nur ansatzweise deutlich, was sie ist und wie sie gelebt wird. Bisher scheint unklar zu sein, ob jeder Mensch die Empfindungen, die ein moralisches Verhalten beschreiben, von Geburt an in sich trägt oder ob sich diese erst im Rahmen des gesellschaftlichen Zusammenlebens entwickeln oder gar verändern. Dennoch lässt Linds Theorie darauf schließen, dass Moral als eine Fähigkeit angesehen und somit von jedem Menschen

⁸⁷⁸ Vgl. Georg Lind, *Moral ist lehrbar. Wie man moralisch-demokratische Kompetenz fördern und damit Gewalt, Betrug und Macht mindern kann*, Berlin ³2015, 35, 45.

⁸⁷⁹ Vgl. Georg Lind, Was ist moralische Kompetenz. Einblicke in experimentelle Moralpsychologie, in: *Uni Konstanz* (Hrsg.), 2015, 6ff. URL: http://www.uni-konstanz.de/ag-moral/moral/demokratie/2015_03_Zeppelin_Uni_Friedrichshafen/Lind-2015_was%20ist%20moralkompetenz.pdf, aufgerufen: April 2019.

⁸⁸⁰ Ebd., 9.

⁸⁸¹ Vgl. Georg Lind, *Moral ist lehrbar. Wie man moralisch-demokratische Kompetenz fördern und damit Gewalt, Betrug und Macht mindern kann*, Berlin ³2015, 40.

erlangt werden kann. Zum Verständnis: In dem hier vorliegenden Text geht es grundsätzlich um Moral in der Theorie und nicht um eine bestimmte Moraltheorie. Dies ist von enormer Bedeutung, da sich in den verschiedenen vorherigen Kapiteln feststellen lassen konnte, dass der Körperkult eine Veränderung des Identitätsprozesses mit sich bringt und somit moralisches Handeln wie auch die damit einhergehende Entwicklung der Persönlichkeit aufgehalten werden, was zunehmend als ein soziales Problem definiert werden kann. Neben der Verzerrung des Selbst- und Fremdbildes lässt sich feststellen, dass zwischenmenschliche Interaktionen von Vorurteilen und Kategorisierungen geprägt sind. Eine „ideale Demokratie“ wird oft mit den Grundprinzipien „Gerechtigkeit“ und „Frieden“ assoziiert. Dennoch ist dieser Wunsch in der Realität kaum umsetzbar.⁸⁸² Die Theorie der Moral umfasst erst einmal eine ethische Grundüberzeugung und die Suche nach allgemeinen Erklärungen für sie.⁸⁸³

Martha Nussbaum nennt Beispiele für Moraltheorien sowie exemplarische Merkmale. Wie bereits erwähnt, beinhaltet die Theorie von Moral keine Festlegung von richtigem Handeln. Sie formuliert Empfehlungen im Hinblick auf praktische Probleme.⁸⁸⁴ An dieser Stelle geht es generell um eine Sensibilisierung für den Umgang mit (äußerer) Schönheit und Perfektionismus sowie den Stellenwert von innerer Schönheit. Im Hinblick auf praktische Probleme wird zum einen an Verantwortung und Bildung appelliert, vor allem im Bereich der InfluencerInnen, die nun einmal maßgeblich beeinflussen, und zum anderen geht es um eine Sensibilisierung derer, die sich den Meinungen und Einflüssen von außen nicht entziehen können und denen die Tugend des Reflektierens fehlt.

Die Inhalte der vorliegenden Arbeit sollen im Gesamten so aufbereitet werden, dass die LeserInnen diese nicht als Überzeugung verstehen, sondern als Anstoß nehmen können zur Sensibilisierung und für eine Reflexion des eigenen Verhaltens. Zusätzlich ist durch bestimmte theoretische Ansätze (beispielsweise Kapitel 5 – 5.6 und 7.1 – 7.3) die Möglichkeit gegeben, das Zutreffen von Überzeugungen sowie Prinzipien zu überprüfen. Überzeugungen können des Weiteren systematisiert und übertragen werden, was bedeutet, dass auf Basis der Theorie aufgezeigt werden kann, wie sich bestimmte

⁸⁸² Vgl. Georg Lind, Moralerziehung als demokratische Bildung, in: *Deutsche Vereinigung für Politische Bildung – NW e.V.* (Hrsg.), Politisches Lernen. Politische Bildung (Heft 2/1993), 1992, 2. URL: https://www.uni-konstanz.de/ag-moral/pdf/Lind-1993_Moralerziehung-demokratische%20Bildung.pdf, aufgerufen: März 2019.

⁸⁸³ Vgl. Martha C. Nussbaum, *Vom Nutzen der Moraltheorie für das Leben*, Wien 2000, 26.

⁸⁸⁴ Vgl. ebd., 27.

Gegebenheiten zueinander verhalten. Zudem können spezifische Einstellungen oder Sichtweisen erweitert werden.⁸⁸⁵ Eine Moraltheorie kann nur dann eine anwendungsbezogene Theorie sein, wenn sie als Leitfaden für die Zukunft fungiert und nicht aus einer Aneinanderreihung von Einzelurteilen oder einzelnen Geschehnissen besteht. Das bedeutet aber auch, dass sie in gewisser Weise abstrakt sein muss. Zugleich ist es von Bedeutung, dass eine Moraltheorie verallgemeinerungsfähig, also auf alle handelnden Menschen und nicht beispielsweise nur auf religiöse Gruppen übertragbar ist. Das soll nicht bedeuten, dass eine Moraltheorie lediglich auf Menschen zutrifft, die sich in einer ähnlichen Situation befinden oder die gleichen Ansichten vertreten. Bezugnehmend auf die Abstraktheit einer Moraltheorie, ist anzumerken, dass jede Theorie Auskunft über Ähnlichkeiten und Unterschiede gibt.⁸⁸⁶ Martha Nussbaum ist auch darin zuzustimmen, dass Moraltheorien keine starrem Regelsysteme sind.⁸⁸⁷

Es wurde bereits deutlich, dass für die Entwicklung der moralischen Verhaltensstufen „kognitive Konflikte“ von Nöten sind, damit ein „konstruktives Lernen“ initiiert wird. Zudem zeigte sich anhand der Forschungsergebnisse, dass moralisches Verhalten in Verbindungen mit Emotionen eine bewusstere Ich-Identität bewirken kann und zudem maßgeblich zu einem gesellschaftlichen Miteinander weg von einer sozialen Ausgrenzung beiträgt, in dem sich der Schwerpunkt vom Körper als Zeichen der Gesellschaft, hin zu moralischen Werten verschiebt. Dieser Vorgang ist allerdings als Prozess zu verstehen und beinhaltet eine systematische Schulung in der Sensibilisierung für Medienkompetenz sowie die Förderung sozialer Kompetenzen und die Prävention von Mobbing.

Auch die Psychologin Sarah Naomi Back beobachtet den Zusammenhang zwischen jugendlichen Medienkonsum und Mobbing und erklärt Cybermobbing als ein zunehmend relevant werdendes Gesundheitsproblem, da sich Mobbing vor allem in digitalen Medien als Mittel zur Kommunikation verorten lasse.⁸⁸⁸ „Das Internet sowie die zunehmende

⁸⁸⁵ Vgl. ebd., 28f.

⁸⁸⁶ Vgl. ebd., 29.

⁸⁸⁷ Vgl. ebd., 33.

⁸⁸⁸ Vgl. Sarah Naomi Back, Exkurs: Mediale Inszenierung von Mobbing – Zusammenhänge zwischen jugendlichem Medienkonsum, Mobbing und Suizid, in: Matthias Böhmer und Georg Steffgen (Hrsg.), *Mobbing an Schulen. Maßnahmen zur Prävention, Intervention und Nachsorge*, Wiesbaden 2020, 61.

Verfügbarkeit und Nutzung internetfähiger Geräte bedingen sowohl Gesundheitsrisiken als auch gesundheitsförderliche Möglichkeiten in der jugendlichen Entwicklung.“⁸⁸⁹

Das Problem der Moral

Moralisches Verhalten bedeutet nicht zugleich, zu helfen, wie der Psychologe Georg Lind treffend beschreibt. Er nennt das Beispiel einer Krisensituation in Form eines Erdbebens, in deren Kontext es als selbstverständlich erscheint, Notunterkünfte, Medikamente und Nahrungsmittel zu stellen. Letztendlich deklariert Lind diese Maßnahmen als „destruktiv“, da kostenlose Lebensmittel ab einem bestimmten Punkt unter anderem zu einer Abhängigkeit der Bevölkerung führten.⁸⁹⁰

Ein anderes Beispiel stellt eine Hilfeleistung in Form des Abschreibens von Hausaufgaben oder im Rahmen von Klassenarbeiten dar, was noch einmal zeigt, dass sich „klassifiziertes Verhalten“ nicht immer mit Moral gleichsetzen lässt, wie auch bei Georg Simmel (1989) zu lesen ist.⁸⁹¹ Beachtet werden sollte, ob moralisches Handeln aus egoistischen oder altruistischen Motiven herrührt. Simmel erklärt, dass auch die „egoistischsten Absichten“ nicht anders realisiert werden könnten, als in den Worten und Taten, die „sozial vorgeschrieben“ seien.⁸⁹² Er appelliert an die Kultur, deren Aufgabe es sei, sich so zu bilden, dass unsittliches Verhalten vermieden werden könne, da sich ein jeder Mensch an ihr bediene, um seine Zwecke zu erreichen, und der Egoismus schwinde. Simmel sieht den Egoismus als „natürliches Fundament“ unserer Handlungen an.⁸⁹³

Auch bei Lind finden sich ähnliche Gedanken:

„Jeder gebildete Laie [...] ist der Überzeugung, jemand sei nur dann moralisch, wenn er in Übereinstimmung mit seinem Gewissen handelt. Eine Handlung ist weder gut noch schlecht, wenn ihr kein Urteil über richtig oder falsch vorausgegangen ist.“⁸⁹⁴ Lind erläutert, dass es nicht wichtig sei, eine einzige moralische Überzeugung zu vertreten, da es normal sei, mehrere Überzeugungen oder, wie er es nennt, „Gesinnungen“ zu

⁸⁸⁹ Ebd., 60.

⁸⁹⁰ Vgl. Georg Lind, *Moral ist lehrbar. Wie man moralisch-demokratische Kompetenz fördern und damit Gewalt, Betrug und Macht mindern kann*, Berlin ³2015, 36.

⁸⁹¹ Vgl. Georg Simmel, *Einleitung in die Moralwissenschaft. Eine Kritik der ethischen Grundbegriffe*, in: Klaus Christian Köhnke (Hrsg.), Frankfurt am Main 1989, 95.

⁸⁹² Vgl. ebd.

⁸⁹³ Vgl. ebd., 96.

⁸⁹⁴ Vgl. ebd.

verfolgen, um moralisch richtig handeln zu können.⁸⁹⁵ Es liegt im eigenen Ermessen, „welcher Gesinnung wir folgen sollen.“⁸⁹⁶ In diesem Zusammenhang kommt Lind auf eines der obigen Beispiele zu sprechen. Im Falle des Abschreibens werden zwei moralische Aspekte wirksam. Wird ein Prinzip eingehalten, wird gegen ein anderes verstoßen, indem zwar einem Freund geholfen wird, aber das Prinzip des Täuschens zur Anwendung kommt. Lind betont, dass die richtige moralische Einstellung oftmals ins Gegenteil ver falle, da eine gute Absicht negative Auswirkungen zeitigen könne. Er verweist in diesem Zusammenhang auf das Gerechtigkeitsmotiv in religiösen Kriegen.⁸⁹⁷ Die Darstellung und Feststellung einer moralischen Überzeugung genügt nicht im Hinblick auf eine umfassende Erklärung von Moral. Der Titel des Werks von Lind, „Moral ist lehrbar“, lässt Rückschlüsse darauf zu, dass Moral eine Fähigkeit sein könnte. Laut Darwin macht genau diese Fähigkeit den Menschen aus und stellt somit ein Alleinstellungsmerkmal dar. Die Tatsache, dass es sich bei Moral um eine Fähigkeit handelt, zeigt sich in den großen Unterschieden zwischen moralischer Überzeugung und moralischem Handeln.⁸⁹⁸ Lind selbst sieht die Theorie der moralischen Fähigkeit genau deshalb als am nachvollziehbarsten an. In den anderen Theorien fehle meist das Verständnis für die „moralische Veranlagung“, wie es auch bei Sokrates zu finden sei.⁸⁹⁹ Lind ist der Meinung, dass die Förderung von Bildung eine breitere „moralische Kompetenz“ herbeiführe und somit Einfluss auf den Zivilisierungsprozess nehmen könne.⁹⁰⁰

Er verweist auf den Soziologen Ralf Dahrendorf, der schon vor einem halben Jahrhundert in seinem Werk „Gesellschaft und Demokratie in Deutschland“ die Auffassung vertritt, dass Bildung zu jeder Gesellschaft dazu gehöre und somit ein wichtiger Schritt hin zur Stärkung von Selbstverantwortlichkeit sei.⁹⁰¹ Bildung müsse als „fundamentales Bürgerrecht“ gesehen werden, was ebenfalls die Voraussetzung für die entsprechende Ausübung beinhalte.⁹⁰² In diesem Zusammenhang ist der Verweis auf eine

⁸⁹⁵ Vgl. ebd.

⁸⁹⁶ Vgl. ebd.

⁸⁹⁷ Vgl. ebd., 35ff.

⁸⁹⁸ Vgl. ebd., 38.

⁸⁹⁹ Vgl. ebd.

⁹⁰⁰ Vgl. ebd., 39.

⁹⁰¹ Vgl. Ralf Dahrendorf, *Gesellschaft und Demokratie in Deutschland*, München³1974, 78f.

⁹⁰² Vgl. ebd.

Änderung der „kognitiv-moralischen Strukturen“ von Bedeutung.⁹⁰³ Denn ohne sie ist eine Modifikation der gesellschaftlichen Strukturen nicht möglich. In Anlehnung an die obige Definition von Moral ist es also immens wichtig, Konflikte auf der Grundlage von universellen Moralprinzipien lösen zu können. Lind veranschaulicht dies folgendermaßen:

„Je größer die Probleme sind, desto besser muss diese Fähigkeit [der Moralkompetenz] entwickelt sein. Wenn uns die Probleme über den Kopf wachsen, weil der gesellschaftliche Wandel groß ist, aber unsere Bildungsinstitutionen [...] uns nicht ausreichend Gelegenheit zur Entwicklung von Moralkompetenz gegeben haben, dann fallen wir zurück auf niedrigere Formen der Konfliktlösung wie Gewalt, Betrug und Macht. Wenn auch das nicht weiterhilft, rufen wir nach einer starken Macht, die unsere Probleme und Konflikte für uns löst – was der Abschaffung des demokratischen Zusammenlebens zugunsten einer Diktatur gleichkommt.“⁹⁰⁴

Diese Gedanken lassen sich gut mit der Philosophie Martha Nussbaums verbinden, wie sogleich deutlicher werden wird.

Warum das vorliegende Kapitel zur Moral so eine große Bedeutung für die Lösungsansätze innehat und welche Gefahr in der momentanen Entwicklung des Körperkults für das gesellschaftliche Miteinander gesehen wird, zeigt sich im abschließenden Kapitel (siehe dazu Fazit).

Martha Nussbaum bearbeitet grundsätzlich Fragen, die vor allem für das gesellschaftliche Miteinander bereichernd und gleichzeitig revolutionär sind, Fragen bezüglich Herkunft, Religion und Sexualität, die heutzutage eigentlich keinen Anlass mehr zu diskriminierendem Verhalten stiften dürfen. Doch auch in der aktuellen Debatte kommt zum Ausdruck, wie nah Diskriminierung und Ausgrenzung aufgrund von äußeren Merkmalen immer noch beieinander liegen. Martha Nussbaum nutzt Emotionen als zentrales Mittel, um neue Perspektiven zu eröffnen und ein begrenztes Denken zu erweitern. Hier sollte angesetzt werden, um Emotionen, vor allem Mitgefühl, als lösungsorientierten und moralischen Denkansatz anzuerkennen. An dieser Stelle sei erneut Nussbaums Ansatz, der Mensch als Zweck in sich sowie das Konzept menschlicher Gleichheit, noch einmal erwähnt.⁹⁰⁵ Dies beinhaltet zugleich, dass

⁹⁰³ Georg Lind, *Moral ist lehrbar. Wie man moralisch-demokratische Kompetenz fördern und damit Gewalt, Betrug und Macht mindern kann*, Berlin ³2015, 39.

⁹⁰⁴ Ebd.

⁹⁰⁵ Vgl. Martha Nussbaum, *Politische Emotionen*, Berlin 2014, 184.

Verletzbarkeit als Teil einer moralischen Gesellschaft vorhanden sein darf.⁹⁰⁶ Sie scheint auf den ersten Blick das Gegenteil von einem starken, fitten Individuum zu sein, welches unzerstörbar und perfektionistisch positioniert ist. Martha Nussbaum warnt gleichermaßen davor, den Begriff der „gleichen Menschenwürde“ inflationär zu benutzen und weist darauf hin, dass er nicht von selbst zu verstehen sei, sondern Teil eines ganzen Konzepts sei, eben jenes der Verletzbarkeit und des Respektes.⁹⁰⁷

„Um ein gutes Leben zu führen, brauchen die Menschen Nahrung, Fürsorge, Schutz und vielerlei Unterstützung. Sie benötigen auch geschützte Handlungsräume wie Religionsfreiheit und Meinungsfreiheit. Es ist mithin nicht unwichtig, sondern sehr schädlich, Menschen diese Unterstützung zu verweigern. Haben Menschen diese Unterstützung nicht, behalten sie zwar ihre Würde, weil diese unveräußerlich ist, aber sie sind nicht in der Lage, ein Leben zu führen, das ihrer Menschenwürde entspricht.“⁹⁰⁸

Der eben genannte Schutzraum lässt sich gleichermaßen auf den medialen Raum übertragen, was zusätzlich Schutz und Bildung im Umgang mit den sozialen Netzwerken meint. Individuen wird Unterstützung in ihrem Identitätsbildungsprozess verwehrt, da individuelle Lebenskonzepte, die Schönheit nicht als oberstes Ziel erachten, nicht respektiert oder gar wahrgenommen werden. In Anlehnung an Martha Nussbaum sei an dieser Stelle noch einmal auf das Gefühl der Verletzbarkeit verwiesen. Gegenreaktionen wie Mitgefühl und Anteilnahme beziehen sich meist nur auf einen kleinen, familiären Kreis.⁹⁰⁹ An dieser Stelle ist nun ein Umdenken erforderlich, was zum einen (seelische) Verletzbarkeit meint und sich zum anderen auf menschliche Grenzen bezieht.⁹¹⁰ Nussbaum bezeichnet Angst, Neid und Scham als Feinde des Mitgefühls, was sich durch die vorliegende Untersuchung bestätigen lässt, indem auf die Angst vor der Zurückweisung im gesellschaftlichen Kontext verwiesen wird.⁹¹¹ Die Angst davor, nicht in eine positive Kategorie zu passen, scheint positive Gefühle zu verdrängen.

Bereits bei Platon lässt sich die Bedeutung der Tugenden erfassen, die zudem auch mit moralischen Verhaltensweisen gleichzusetzen ist (siehe Kapitel 4 – 4.3, 7.3). An dieser Stelle sei erneut die Leib-Seele-Einheit betont. So bezieht sich der Gedanke

⁹⁰⁶ Vgl. ebd., 186.

⁹⁰⁷ Vgl. ebd., 185f.

⁹⁰⁸ Ebd., 186.

⁹⁰⁹ Vgl. ebd., 399.

⁹¹⁰ Vgl. ebd., 400.

⁹¹¹ Vgl. ebd., 471.

gleichermaßen auf das Gefühl der Empathie, was die Fähigkeit meint, die Perspektive eines anderen Individuums einzunehmen.⁹¹²

Mitgefühl und Empathie haben nach Nussbaum nicht die gleiche Bedeutung, dennoch lässt sich Mitgefühl als Ergebnis von Empathie verstehen.⁹¹³

„Wir sollten auch davon ausgehen, daß Empathie an sich etwas moralisch Wertvolles enthält: nämlich die Erkenntnis, daß der andere ein Zentrum des Erlebens ist. Der empathische Folterer ist etwas sehr Schlimmes, aber vielleicht ist es noch schlimmer, den anderen nicht als Zentrum des Erlebens wahrnehmen zu können.“⁹¹⁴

⁹¹² Vgl. ebd., 223.

⁹¹³ Vgl. ebd., 224.

⁹¹⁴ Ebd., 225.

8 Fazit

In dem hier vorliegenden abschließenden Kapitel werden wesentliche Ergebnisse der Ausarbeitung zusammengefasst und einem gesellschaftlichen Verständigungsprozess bereitgestellt. Dies erfolgt auf Basis einer detaillierten Betrachtungsweise der einzelnen Thesen und einer sich anschließenden Betrachtung des Gesamtzusammenhangs mit dem Ziel, die Forschungsfrage *Welchen Einfluss hat der Körperkult auf die menschliche Identität sowie auf das Selbst- und Fremdbild?* zu beantworten. Frühere Forschungen zeigen, dass die Frage nach Schönheit im Kontext des Körperkults eine übergeordnete Rolle spielt.⁹¹⁵ Bis dato ist jedoch kaum bekannt, wie sich der postmoderne Selbstoptimierungsprozess und der Wunsch nach Zugehörigkeit in Form obsessiver Fitness und Selbstinszenierung auf die (Ich-)Identität, also auf seelische Prozesse und somit auf zwischenmenschliche Interaktionen auswirken. Des Weiteren liegen nur wenige Untersuchungen zu der Bedeutung von Körper, Seele und Geist im Rahmen von Schönheitsdebatten rund um Fitness, Ästhetik sowie Selbstobjektivierung und Vergleiche in der Postmoderne vor. Nachstehend werden daher die untersuchungsleitenden Thesen (*These 1-4*) samt den zusammengetragenen Ergebnissen erläutert und die Befunde zusammengefasst.

Die vorliegende Arbeit hatte zum Ziel, sich mit einer modernen und einer antiken Darstellung von theoretischen Ansätzen, die sowohl den postmodernen Körperkult als auch antike Leib-Seele-Vorstellungen aufgreifen, auseinanderzusetzen und spezifische gesellschaftliche Phänomene wie auch Handlungen auf Identitätsprozesse zu übertragen. Die Medien als einflussreicher Akteur konnten in der aktuellen Debatte als in einem permanenten Spannungsfeld zwischen Objektivierung und starren Geschlechterrollen befindlich identifiziert und als Antreiber des permanenten Drangs nach Perfektion demaskiert werden. Die geleistete Untersuchung bezieht sich im Kern auf die Evidenz der Bedeutung von Schönheit im gesellschaftlichen Miteinander sowie auf den Einfluss des Selbst- und Fremdbildes für Identitätsbildungsprozesse sowie Reaktionen der Seele auf Fremdbestimmung und soziale Ausgrenzung. Unter Berücksichtigung verschiedener

⁹¹⁵ Vgl dazu: Peter Leusch, Perfektion als Schönheitsideal. Die neue Lust am Körper, in: *Deutschlandradio (Körperschaft des öffentlichen Rechts)* (Hrsg.), August 2013. URL: https://www.deutschlandfunk.de/perfektion-als-schoenheitsideal-die-neue-lust-am-koerperkult.1148.de.html?dram:article_id=258874, aufgerufen: Dezember 2020 und Jürgen Martschukat, *Das Zeitalter der Fitness. Wie der Körper zum Zeichen für Erfolg und Leistung wurde*, Frankfurt am Main 2019.

Studien im Rahmen der Diskursanalyse zeigte sich, welche übergeordnete Rolle Schönheit und ein sportlicher Körper einnehmen und welcher Druck somit auf KonsumentInnen ausgeübt wird. Der schöne Körper als Mittel zum Erlangen von Zugehörigkeit zeichnet sich durch eine kategorische Bestimmung von ästhetischen Merkmalen aus und stellt somit ein Kernelement des Forschungsprozesses dar. Dieses Kernelement zeichnet sich zudem durch seine Eignung für (ästhetische) Vergleiche aus, was zum einen eine Vergewisserung von Rang und Status innehat und zum anderen einen „kompetitiven Modus der Vergesellschaftung“ meint. Dieser Aspekt kann als postmoderne soziale Praktik verstanden werden, was das Vergleichen noch nie so einfach gemacht hat, wie bisher.⁹¹⁶ Mau nennt dieses Phänomen „investive Statusarbeit“, was an dieser Stelle als präzisierender Gedanke des dargelegten Ergebnisses gelten soll.⁹¹⁷ Auch der zu Beginn angesprochene „gesellschaftliche Verständigungsprozess“ findet sich in diesem Zusammenhang bei Mau wieder und impliziert die Voraussetzung von Vergleichbarkeit im Kontext des Vergleichens.⁹¹⁸ So erlebt der Körper im Kontext des sozialen Wandels eine gesellschaftliche Aufwertung. Konsum, Digitalisierung, Inszenierung des Alltags und das damit verbundene neue Berufsbild des Influencers/der Influencerin definieren ihn als Teil eines postmodernen und sozialen Konstrukts, was zunehmend als ein rivalisierender Prozess zu verstehen ist. Die Neigung zu Vergleichen fällt größer aus, je unsicherer sich ein Individuum in der eigenen sozialen Position fühlt (siehe Kapitel 5 – 5.5). Die Entstehung dieses Prozesses wird von Mau treffend als „Statuspanik“ definiert.⁹¹⁹ Medial verbreitete Optimierungstechniken, Fitness als Bestandteil von Identitätsbildungsprozessen und der Stellenwert von Schönheit rücken den Körper als ein komplexes Gebilde in das Zentrum von Aktivitäten der Postmoderne, insbesondere in den Bereichen Freizeit und Konsum.⁹²⁰ Dieser Aspekt zeigte sich besonders für die Bearbeitung der These, das Individuum sehe sich durch die Digitalisierung zunehmend in einem Spannungsverhältnis zwischen der eigenen Identität

⁹¹⁶ Vgl. Steffen Mau, *Das metrische Wir. Über die Quantifizierung des Sozialen*, Bonn 2018, 65.

⁹¹⁷ Vgl. ebd.

⁹¹⁸ Vgl. ebd., 56.

⁹¹⁹ Vgl., 65f.

⁹²⁰ Vgl. Minas Dimitriou, Zur Einführung: Der postmoderne Körper als ambivalenter Topos, in: Minas Dimitriou und Susanne Ring-Dimitriou (Hrsg.), *Der Körper in der Postmoderne. Zwischen Entkörperlichung und Körperwahn*, Wiesbaden 2019, 1f.

und der gesellschaftlichen Lehre über das Schöne, die moralische Werte sowie moralisches Handeln an Bedeutung verlieren lässt, als maßgeblicher Ausgangspunkt.

Minas Dimitriou vertritt in Anlehnung an Giesen sowie Rosa den Gedanken⁹²¹, dass „die Gesellschaft aus postmoderner Sicht“ ihr Gesicht verliere und sich die Entwicklung des Körperkults in dem Spannungsfeld aus Staat, Kultur und Öffentlichkeit auf die persönliche Identitätssuche auswirke. So werde der „Übergang von einer zeitstabilen zur situativen (Körper-)Identität“ verstärkt.⁹²² Die Auffassung Dimitriou wird in der vorliegenden Arbeit geteilt und sollte daher auch hier im Resümee noch einmal unterstrichen worden sein.

Mit Blick auf die Quintessenzen der Kapitel 2, 4 und 5 lässt sich feststellen, welchen nachweislichen Einfluss der Körperkult auf die menschliche Identität sowie auf das Selbst- und Fremdbild hat. Ein wesentliches Augenmerk dieser Arbeit lag auf der These, dass die Medien das ästhetische Denken prägen und somit eine schematische Kategorisierung stattfindet, infolge derer das Verlangen nach Anerkennung permanent zugegen ist. Das zugrunde liegende Material verdeutlicht, dass Körperbilder, die zunehmend in einer postmodernen Medienkultur verankert sind, in signifikanter Weise die subjektive und kollektive Wahrnehmung verändern (siehe Kapitel 2, 3, 6.2). Körper werden durch die Medien produziert, öffentlich inszeniert und sozial positioniert.⁹²³ So betont Dimitriou: „Über das Fremdbild, das vom eigenen Körper vorerst abgekoppelte Ideal, werden soziale und kulturelle Regeln sowie Ordnungen transportiert, die der Imitation des somatischen Idealbildes einverleibt werden.“⁹²⁴ Anhand der vorgestellten Beispiele für Selbstinszenierung in sozialen Netzwerken lässt sich ableiten, dass Körper Gesellschaft produzieren und somit das soziale Miteinander beeinflussen, was den Verfall von moralischen Grundwerten offenbart und soziale Ausgrenzung fördert.⁹²⁵ Zusätzlich dienen Körper als „Bindungselement zwischen dem (reflexiven) Selbst und der Welt“ und weisen auf „performative Veränderungen der vorherrschenden Körperbilder“ durch

⁹²¹ Vgl. dazu: Bernhard Giesen, *Die Entdinglichung des Sozialen. Eine evolutionstheoretische Perspektive auf die Postmoderne*, Frankfurt am Main 1991 und Hartmut Rosa, *Resonanz. Eine Soziologie der Weltbeziehung*, Berlin 2016.

⁹²² Vgl. Minas Dimitriou, Zur Einführung: Der postmoderne Körper als ambivalenter Topos, in: Minas Dimitriou und Susanne Ring-Dimitriou (Hrsg.), *Der Körper in der Postmoderne. Zwischen Entkörperlichung und Körperwahn*, Wiesbaden 2019, 4.

⁹²³ Vgl. ebd.

⁹²⁴ Ebd.

⁹²⁵ Vgl. ebd., 5.

zunehmende Selbstdarstellung in sozialen Netzwerken hin, was als ein komplexes und postmodernes Phänomen sowie Problem betrachtet werden kann.⁹²⁶ Zudem ließ sich vermehrt eine unmittelbare Auswirkung von Bewertungen auf das Selbstbild feststellen, was im Hinblick auf Selbststeuerung und Eigenwertschätzung eine erhöhte Orientierung an anderen aufweist.⁹²⁷ „Der seelische Kreiselkompass innerer Gleichgewichtsbildung wird durch das soziale Radargerät der Registrierung der Signale anderer ersetzt.“⁹²⁸

Von besonderer Bedeutung ist im Rahmen des Forschungsprozesses der Zusammenhang zwischen psychischen und körperlichen Phänomenen, die sich zum einen in einer starken körperlichen Belastung mit dem Ziel eines fitten und schönen Körpers und zum anderen als „Ausdruck totalen leiblichen Seins“ zeigen.⁹²⁹ Die ständige Konfrontation mit Körpern und die mit ihr einhergehende Zerrissenheit verdeutlichen das Leiberleben in einem ganz anderen Sinne und nehmen Formen struktureller Gewalt an. Die Medien lassen uns glauben, dass wir nur äußerer Mensch seien, jedoch sind wir mehr – Seele. „Gedankliche Schönheit übertrifft an Wert alles Materielle, so daß ein Mensch mit sanfter Seele trotz sonstiger Unscheinbarkeit die Liebe auf sich zieht, mehr geliebt wird als körperliche Perfektion.“⁹³⁰ Zwar ging die vorliegende Studie vornehmlich auf die antiken platonischen Schriften zurück, um die Unterscheidung von innerem und äußerem Mensch darzulegen, aber die Reihe der Rückgriffe auf die Platon verpflichtete Tradition, die zu ähnlichen Ergebnissen führt, ließe sich fortsetzen, wie etwa im Falle von Gregor von Nyssa (um 335-394), bei dem sich ein christlich-platonisches Denken findet. Gregor von Nyssa vertritt eine christlich-platonische Lehre und sieht in der Seele die moralische Handlungsfähigkeit des Menschen begründet. Diese Gedanken lassen an der platonischen Philosophie anknüpfen. Hier wird vor allem Platons Bild des Körpers als Instrument des Geistes genutzt, um das Zusammenwirken von Körper und Geist zu verdeutlichen. Gregors moralische Appelle an die menschliche Verantwortung nehmen die Gedanken des ethischen Anspruchs an ein Miteinander auf. Konkret fragt Gregor nach dem Wesen der Seele und ihrem Verhältnis zum Menschen als Ganzem, welcher Gedanke

⁹²⁶ Ebd.

⁹²⁷ Vgl. Steffen Mau, *Das metrische Wir. Über die Quantifizierung des Sozialen*, Bonn 2018, 66.

⁹²⁸ Heinz Bude, *Gesellschaft der Angst*, Hamburg 2014, 24.

⁹²⁹ Vgl. Günter Amesberger, Körper als Domäne impliziten und emotionalen Ausdrucks sportlichen Handelns, in: Minas Dimitriou, Susanne Ring-Dimitriou (Hrsg.), *Der Körper in der Postmoderne. Zwischen Entkörperlichung und Körperwahn*, Wiesbaden 2019, 25.

⁹³⁰ Peter Gardeya, *Platons Symposion. Interpretation und Bibliographie*, Würzburg 2005, 18.

in der vorliegenden Arbeit als empathischer Grundsatz formuliert wird.⁹³¹ Gregors Lehre verweist ebenfalls auf die Bedeutung der Einheit von Körper und Geist. Für Gregor hat die Seele eine grundlegende Bedeutung, wenn es um die Unterscheidung von Gut und Böse geht, „da in der Seele die moralische Handlungsfähigkeit des Menschen begründet liegt“, was vorliegend als Lösungsansatz fungiert und ein Rückbesinnen auf moralisches Verhalten im gesellschaftlichen Kontext beinhaltet.⁹³² Auch hier zeigt sich der göttliche Schöpfungsplan in der Einheit und in dem Zusammenwirken von Körper, Seele und Geist, wie treffend von Sandra Leutenberger-Wenger herausgearbeitet worden ist.⁹³³

„Von Beginn an seien im Menschen Körper und Seele inklusive Geist aufgrund des göttlichen Schöpfungsplans vereinigt worden, um zusammen agieren zu können und die irrational-körperliche Dimension an der Güte Gottes teilnehmen zu lassen, welche vom Geist an den Körper weiter gegeben würden. Beide Dimensionen seien im göttlichen Schöpfungsakt verbunden worden und zeigten sich im Embryo darin, dass beide gleichzeitig entstünden, auch wenn die rationale Fähigkeit vorerst noch unsichtbar bleibe. Erst mit dem Wachstum zeigt sich die rationale Kraft der Seele, entsprechend den Fähigkeiten, welche der Körper aufzunehmen und zu verwirklichen vermöge. Wie schon in einem Samenkorn alles angelegt sei, um zu einer großen Pflanze zu wachsen, so sei auch im Menschen von Anfang an alles vorhanden. Die in der Seele angelegten Kräfte steuerten die Entwicklung und verschafften der Seele ein ihren Bedürfnissen entsprechende Gefäß und Instrument.“⁹³⁴

Gregor nutzt Platons Bild des „Körpers als [...] Instrument des Geistes“, um das Zusammenwirken von Körper und Geist deutlich zu machen.⁹³⁵

„Wie ein Musiker sein Instrument beherrschen müsse, so gelte es auch für den Geist, den Körper als Instrument zur Verwirklichung der im Geist gefassten Beschlüsse zu benutzen. Der Körper kann die Schönheit des Geistes widerspiegeln und sichtbar machen, er ist aber auf den Impuls des Geistes angewiesen, er ist nicht selbst Ursache der gottebenbildlichen Güte und Schönheit.“⁹³⁶

⁹³¹ Vgl. Johannes Zachhuber, *Die Seele als Dynamis in Gregor von Nyssa. Überlegungen zur Schrift De Anima et Resurrectione*, in: ACADEMIA, 2016, 1ff. URL: https://www.academia.edu/966344/Die_Seele_als_Dynamis_in_Gregor_von_Nyssa, aufgerufen: Dezember 2021.

⁹³² Vgl. Sandra Leutenberger-Wenger, *Ethik und christliche Identität bei Gregor von Nyssa*, Tübingen 2008, 257.

⁹³³ Vgl. ebd., 252.

⁹³⁴ Ebd.

⁹³⁵ Vgl. ebd., 253.

⁹³⁶ Ebd.

Der Mensch hat dem Bischof von Nyssa zufolge eine Aufgabe, und zwar die der Teilhabe „am geistigen und am körperlich-sinnlichen Bereich.“⁹³⁷ „Mit dem Körper nimmt der Mensch teil an der irdisch-materiellen, irrationalen und sich wandelnden Natur der Welt und der ewigen Natur Gottes und der Engel.“⁹³⁸ Gregor appelliert an die menschliche Verantwortung und fordert auf, ein vollendetes Leben als Zeichen der göttlichen Schönheit zu verstehen, nicht die äußere Schönheit.⁹³⁹ In diesem Zusammenhang sei an das Stichwort der Gottesebenbildlichkeit des Menschen erinnert. Gregor sieht diese als „Auszeichnung und ethischen Anspruch“ an.⁹⁴⁰ Letzteres wird in Anlehnung an antike ethische Lösungsansätze ersichtlich, die das Ziel der vorliegenden Arbeit auf eine befürwortete Art untermauern sollen. (siehe Kapitel 4 – 4.3). Die Frage nach der Selbsterkenntnis hat auch bei Gregor einen übergeordneten Stellenwert. Sie basiert auf der Devise „Erkenne dich selbst.“⁹⁴¹ Das Thema der Selbsterkenntnis zeigt sich vor allem in der Philosophie als durchgehenden Leitgedanken sowie als durchgehende Forderung, von unter anderem Augustinus über Descartes und Kant bis hin zu Freud. Gregors Gedanken im Kontext der Selbsterkenntnis weisen Übereinstimmungen mit den hier bearbeiteten Thesen im Zusammenhang mit identitätsbildenden Prozessen auf. Die Frage nach einem erfüllten Leben ist auch nach seiner Ansicht mit der Frage nach der eigenen Identität gleichzusetzen, wobei er den Fokus auf die christliche Identität richtet. „Wer aus dem Wissen um die eigene Bestimmung heraus gut handeln will, muss zuerst herausfinden, wer er oder sie ist und was seine Bestimmung ist. Damit ist die Frage nach dem guten Leben untrennbar mit der Frage nach Identität verknüpft [...]“⁹⁴² An dieser Stelle sei erneut betont, dass identitätsbildende oder auch seelische Prozesse von der Außenwelt, präziser, der medialen Außenwelt, beeinflusst werden und somit die moralische Handlungsfähigkeit lenken.

In Kapitel 5 konnte bereits resümiert werden, dass soziale Interaktionen und ihre Auswirkungen für die Einstellungen gegenüber der eigenen Person verantwortlich

⁹³⁷ Vgl. ebd., 238.

⁹³⁸ Ebd.

⁹³⁹ Vgl. ebd., 240.

⁹⁴⁰ Vgl. ebd.

⁹⁴¹ „Erkenne dich selbst“ (altgriechisch: Gnothi seauton) ist die Inschrift über dem Apollo-Tempel in Delphi und stellt für Gregor die Frage „nach dem richtigen christlichen Leben“ dar. Vgl. Sandra Leuenberger-Wenger, *Ethik und christliche Identität bei Gregor von Nyssa*, Tübingen 2008, 1.

⁹⁴² Vgl. Sandra Leuenberger-Wenger, *Ethik und christliche Identität bei Gregor von Nyssa*, Tübingen 2008, 2.

sind.⁹⁴³ Das so entstehende Selbstkonzept reguliert Verhaltensweisen und schürt Erwartungen hinsichtlich der Reaktionen des Gegenübers in sozialen Kontexten.

Deutlich wird außerdem, dass eine Ich-bezogene oder gar egoistische Haltung das postmoderne Zeitalter prägt. Das Gegenüber findet im eigenen Handeln kaum Berücksichtigung. Bei Herbert Schneider heißt es, dass Frieden erreicht werden könne, sofern sich der Handlungsfokus auf den anderen erweitere und er als Freund und nicht als Feind gesehen werde.⁹⁴⁴ Dies beinhaltet das solidarische Denken, wie es auch bei Nussbaum zu finden ist, weshalb unter anderem auf Schneiders Solidaritätskonzept zurück gegriffen wurde. Es außer Acht zu lassen, kann als das Selbstkonzept beeinflussender Faktor gesehen werden (siehe Kapitel 7.3).⁹⁴⁵ Selbst, wenn Fitness und Schönheit als ‚ein‘ Ziel gelten könnten, wäre diese ‚moderne Verpflichtung‘ als Wettbewerbsphänomen zu betrachten, zumal Stereotypisierung Vorurteile und Konkurrenzdenken schürt. Schneider appelliert an eine gesellschaftliche Kooperation mit dem Ziel einer solidarischen und friedlichen Gemeinschaft samt der Chance, die eigene Entwicklung voranzutreiben – mit Blick auf Gemeinsamkeit und Zusammenhalt. So könne beispielsweise auch „strukturelle Gewalt“ abgebaut werden, die sich in der vorliegenden Arbeit anteilmäßig im Körperkult verorten lässt.⁹⁴⁶ Mit Blick auf die Selbstkonzepte sei an dieser Stelle zusammenfassend erwähnt, dass die Umwelt, in diesem Fall die Gesellschaft, maßgeblichen Einfluss auf die Ich-Identität hat, angefangen mit der Erwartungshaltung in der Interaktion mit dem Gegenüber und letztlich fortgeführt in Konkurrenzdenken sowie in einem andauernden „Citius, altius, fortius“-Bewusstsein (siehe u. a. Kapitel 2, 3, 4.2, 5.6).⁹⁴⁷ Je nach Umwelt werden demnach unterschiedliche Selbstkonzepte entwickelt, die zu einem entsprechenden Selbstwertgefühl führen.⁹⁴⁸ Folgendes Zitat von Frey und Benning sei an dieser Stelle in Anlehnung an Kapitel 5 zusammenfassend angeführt:

⁹⁴³ Vgl. dazu: Frithjof Nungesser und Patrick Wöhrle, Die sozialtheoretische Relevanz des Pragmatismus – Dewey, Cooley, Mead: in: Frithjof Nungesser und Franz Ofner (Hrsg.), *Potentiale einer pragmatischen Sozialtheorie*, Wiesbaden 2013.

⁹⁴⁴ Vgl. Herbert Schneider, *Solidarische Gesellschaft als Zukunft*, Köln 1980, 80.

⁹⁴⁵ Vgl. dazu: Martha Nussbaum, *Politische Emotionen*, Berlin 2014.

⁹⁴⁶ Vgl. Herbert Schneider, *Solidarische Gesellschaft als Zukunft*, Köln 1980, 80.

⁹⁴⁷ Citius, altius, fortius (lat.) bedeutet: Schneller, höher, stärker und definiert das olympische Motto.

⁹⁴⁸ Vgl. Dieter Frey und Elke Benning, Das Selbstwertgefühl, in: Heinz Mandl und Günter L. Huber, *Emotion und Kognition*, München 1983, 150.

„Bereits latente Einstellungen und Meinungen einer Person über sich beeinflussen die Wahrnehmung und Interpretation der Umweltstimuli und so auch der Verhaltensweisen anderer. [...] Selbstbezogene Einstellungen lassen sich auch durch die Übernahme bestimmter Rollen verfestigen, wobei bereits bestehende selbstbezogene Einstellungen die Wahrnehmung beeinflussen. Somit werden Stimuli der Umwelt kanalisiert, und das Selbstkonzept und Selbstwertgefühl einer Person können als Ergebnis einer sozialen Wechselwirkung verstanden werden.“⁹⁴⁹

Hier ist der Ort, an dem sich nun zusammenfassend die Auswirkungen des Körperkults auf Selbstkonzepte und damit einhergehend auf das Selbstwertgefühl bewerten lassen.

Individuen mit einem niedrigen Selbstwertgefühl erinnern vermehrt negative Informationen über sich selbst. Im Kontext des Körperkults lässt sich feststellen, dass klassen- und geschlechterspezifische Schönheitsideale Auswirkungen auf soziale Beziehungen haben und als Auslöser für soziale Ausgrenzung gesehen werden können.⁹⁵⁰ Da durch die Medien eine Vielzahl von Vergleichen zu der Frage, wie Schönheit funktionieren oder aussehen soll, vermittelt wird, ist eine Abhängigkeit des Individuums von seiner sozialen Umwelt zu verzeichnen. Kognitionen über das Selbst werden durch das Gegenüber beeinflusst, mit dem Ergebnis, dass Menschen Selbsteinschätzungen vornehmen, „wie sie sich im Vergleich zu dem jeweiligen Gegenüber beurteilen.“⁹⁵¹

Aus dem Forschungsstand ergab sich zudem die Vermutung, dass Schönheitspraktiken in der spätmodernen westlichen Gesellschaft immer noch als „natürliche Eigenschaft“ eines Individuums gelten.⁹⁵² Auf dieser Grundlage ließ sich anhand des vorliegenden Materials feststellen, dass Erwartungen, die Schönheit betreffend, im sozialen Kontext eine übergeordnete Rolle spielen und somit die Persönlichkeit in entscheidender Weise prägen (siehe Kapitel 2 – 2.2, 2.4, 2.5). Es wird beispielsweise explizit diskutiert, dass körperliche Mängel als beschämend erachtet werden, mit der Wirkung, dass gesellschaftliche Strukturen die Selbstwahrnehmung verändern (siehe Kapitel 6, 6.3).⁹⁵³ Die vorliegende Arbeit bearbeitete mehrere soziale Felder, die mit dem Körperkult in Verbindung stehen, etwa unterschiedlichste Formen von Ernährung und Fitness sowie gezielte Schönheitspraktiken von Männern und Frauen (beispielsweise plastische

⁹⁴⁹ Ebd., 151.

⁹⁵⁰ Vgl. ebd., 155.

⁹⁵¹ Vgl. ebd., 157.

⁹⁵² Vgl. Otto Penz, *Schönheit als Praxis. Über klassen- und geschlechtsspezifische Körperlichkeit*, Frankfurt am Main 2010, 8.

⁹⁵³ Vgl. ebd.

Chirurgie, Einnahme von Nahrungsergänzungs- sowie leistungssteigernde Mittel), die in den sozialen Medien verbreitet und als Lebensstil dargeboten werden. Anhand verschiedener Studien (siehe Kapitel 2.4, 3 – 3.4) konnte zudem aufgezeigt werden, welche Geschlechterdarstellung sich in den Medien manifestiert hat, indem Frauen „dem Diktat der Schönheit“ wesentlich stärker ausgesetzt sind.⁹⁵⁴ Auffassungen davon, wie Männer oder Frauen auszusehen haben oder vielmehr eine strikte Vorstellung davon, was weiblich und was männlich ist, haben religiösen Charakter.

In Anlehnung an Otto Penz, der sich auf Bourdieus „Konzeption der symbolischen Gewalt“⁹⁵⁵ beruft und dieses auf das Gebiet der Schönheit anwendet, soll folgende Anregung resümierend festgehalten werden.⁹⁵⁶ Bourdieus Konzept bezieht sich auf eine strukturierte Herrschaft im Kontext aller sozialen Felder. Es beinhaltet den Gedanken, dass sich in Symbolsystemen (hier: Schönheit) Herrschaft manifestiere, beispielsweise bezogen auf die Geschlechterdarstellung oder die weibliche Schönheit aus der männlichen Perspektive.⁹⁵⁷ Die Schönheitsanforderungen, unter denen Frauen und Männer leiden, lassen sich auf kulturelle Bereiche ausweiten.

„Geringes ökonomisches und kulturelles Kapital haben zur Folge, dass dem körperlichen Erscheinungsbild hohe Bedeutung zukommt und sich soziale Ohnmacht in einer relativ aufwändigen Schönheitspraxis zeigt. [...] Die Schönheitsanforderungen, die auf den Frauen der unteren Klasse lasten, bleiben weitestgehend unreflektiert und stellen insofern ein Paradebeispiel für die Mechanismen symbolischer Gewalt in der Gegenwartsgesellschaft dar. Die Schönheitshandlungen der Frauen zeugen von der praktischen Anerkennung einer symbolischen Ordnung, in der sie als Objekt der Wahrnehmung anderer – indem sie den Körper-für-andere gestalten – gefangen und beherrscht sind.“⁹⁵⁸

Die Rolle der Medien soll im vorliegenden Kapitel noch einmal präzise herausgearbeitet werden, um sie in das zuvor genannte Machtgefüge einzubeziehen. Der Aspekt eines Machtgefüges findet sich wiederholt in der aufgestellten Thesen wieder, dass der Körperkult zu einem verzerrten Selbst- und Fremdbild verleite, was soziale Ausgrenzung schüre. Durch die sozialen Netzwerke baut sich eine Art Kollektivität auf (siehe Kapitel

⁹⁵⁴ Vgl. ebd., 9.

⁹⁵⁵ Vgl. dazu: Pierre Bourdieu, *Die feinen Unterschiede. Kritik der gesellschaftlichen Urteilskraft*, Frankfurt am Main, 1987.

⁹⁵⁶ Vgl. Otto Penz, *Schönheit als Praxis. Über klassen- und geschlechtsspezifische Körperlichkeit*, Frankfurt am Main 2010, 9.

⁹⁵⁷ Vgl. ebd., 9.

⁹⁵⁸ Ebd., 200.

2 – 2.3), die zum einen kontrollierend agiert und zum anderen ein offenes Bewertungssystem darstellt, indem die eigene Identität geleugnet wird.⁹⁵⁹

Carolin Wiedemann bezeichnet Anonymität als Taktik, die dazu dient, Spuren im Internet zu verwischen, und nennt in diesem Zusammenhang den Begriff „Kollektivitäts- und Politikform“, der das oben aufgeführte Leugnen der Identität und die Strategie, keine Daten zu hinterlassen, meint.⁹⁶⁰ Wiedemann bezieht sich in diesem Kontext auf „Anonymous“, ein Phänomen, das erstmalig auf einer „Anti-Facebook“-Plattform entdeckt wurde und keine Profilbildung beinhaltet, jedoch einen anonymen Austausch.⁹⁶¹ Der Aspekt der Anonymität soll an dieser Stelle jedoch explizit erwähnt sein, da bereits in den ersten Kapiteln (siehe Kapitel 1, 1.2 und 2 – 2.5) deutlich geworden sein dürfte, dass Individuen sich hinter der Selbstinszenierung verstecken und Objektivierung zu einem medialen Spiel wird, in dem jede/r sein kann, was er/sie will. Dieser Blickwinkel ist in der Hinsicht nennenswert, dass der Aspekt der Identität in den sozialen Netzwerken demnach eine untergeordnete Rolle spielt. Vor allem das Phänomen der Selbstdarstellung (siehe Kapitel 2.2 und 2.3), „möglichst sichtbar und attraktiv“ zu sein, kann gesellschaftlich eingeordnet werden.⁹⁶² Allein die ständige Aufforderung, ein Profilbild hochzuladen, birgt den Appell, sich in den sozialen Netzwerken zu präsentieren und somit seine ‚Persönlichkeit‘ zu offenbaren, da anhand des Bildes zwangsläufig ein Zusammenhang mit dem Charakter hergestellt wird.⁹⁶³ „Schönheit und Körperlichkeit sind omnipräsent, gerade weil sie zu geronnenen, festen Bildern werden, die den Körper zum Teil eines konkurrenzorientierten Marktes machen.“⁹⁶⁴

Ziel der vorliegenden Arbeit war es ferner, gesellschaftliche Anforderungen an den menschlichen Körper zu filtern und den selbstoptimierten Körper als gesellschaftliche Instanz zu entlarven. Die Beziehung zwischen Sport beziehungsweise Fitness und Körpern ist allgegenwärtig und formt gesellschaftliche Strukturen. Zudem fungiert der Körper als Präsentationsfläche für Stärke und Ausdauer.⁹⁶⁵ Neben dem religiösen Effekt

⁹⁵⁹ Vgl. Carolin Wiedemann, *Kritische Kollektivität im Netz. Anonymous, Facebook und die Kraft der Affizierung in der Kontrollgesellschaft*, Bielefeld 2017, 37.

⁹⁶⁰ Vgl. ebd., 37f.

⁹⁶¹ Vgl. ebd., 133.

⁹⁶² Vgl. ebd., 77.

⁹⁶³ Vgl. ebd., 85.

⁹⁶⁴ Ebd.

⁹⁶⁵ Vgl. Minas Dimitriou, *Der postmoderne Körper im Wandel: Sport, Fitness und Wellness zwischen Gesundheitsorientierung, performativem Zwang und Optimierungslogik*, in: Minas Dimitriou und Susanne

steht der Körper für das „Subjekt der Moderne“ und vermittelt so zwischen Menschen und gesellschaftlichen Werten.⁹⁶⁶ Wie anhand der Kapitel 2.1.1 – 2.1.7 deutlich wurde, wird Sport gegenwärtig kaum noch als leistungsorientiertes Handeln gesehen, sondern vielmehr als ein der Perfektionierung des Menschen und des eigenen Lebensstils dienenden Prozesses. „Im 21. Jahrhundert ist Fitness also nichts, was man hat, sondern etwas, das man sich erarbeiten und erhalten muss, um als ein produktives Mitglied freiheitlicher Gesellschaften gelten zu können.“⁹⁶⁷ Fitness als Handlung definiert somit die Bereitschaft, den Körper immer wieder auf den Lebensstil zu übertragen und das Hauptaugenmerk auf ästhetische Prozesse und Aufmerksamkeit zu legen.⁹⁶⁸ Dieser Aspekt zeigt sich beispielsweise auch bei Dimitriou:

„Fitness stellt aus naturwissenschaftlicher Sicht ‚a set of attributes that people have or achieve‘ dar und wird u. a. durch gesundheitsrelevante Faktoren wie ‚cardiorespiratory endurance, muscular endurance, muscular strength, body composition, and flexibility‘⁹⁶⁹ definiert. Fitness bildet darüber hinaus einen mess- und quantifizierbaren ‚Zustand der Gesundheit und körperlichen Leistungsfähigkeit‘ ab. Im postmodernen Kontext soll der fitte Körper fähig sein, nicht nur als Empfänger von Empfindungen und als Sammel- und Verarbeitungsort von Erfahrungen, sondern auch als Stimulationsobjekt zu agieren.“⁹⁷⁰

Im Rahmen der „Selbstsorge“ scheint Fitness als „Ausdrucksmittel in der gegenwärtigen Codierung von Gesundheit“ zu fungieren und eine übergeordnete Rolle einzunehmen.⁹⁷¹ Mit Blick auf Selbstoptimierungsprozesse zeigt sich vermehrt, dass „Fitness als Bestandteil erfolgreichen Selbstmanagement“ auftritt und somit als „Zustandsbeschreibung“ der Postmoderne mit „prozessbezogenem Charakter“ agiert.⁹⁷² Essstörungen und körperdysmorphe Störungen (siehe Kapitel 2.4 und 4.3) lassen erkennen, in welcher permanenten Gefahr sich der postmoderne Körper befindet und

Ring-Dimitriou (Hrsg.), *Der Körper in der Postmoderne. Zwischen Entkörperlichung und Körperwahn*, Wiesbaden 2019, 64.

⁹⁶⁶ Vgl. ebd.

⁹⁶⁷ Jürgen Martschukat, *Das Zeitalter der Fitness. Wie der Körper zum Zeichen für Erfolg und Leistung wurde*, Bonn 2020, 63.

⁹⁶⁸ Vgl. Minas Dimitriou, Der postmoderne Körper im Wandel: Sport, Fitness und Wellness zwischen Gesundheitsorientierung, performativem Zwang und Optimierungslogik, in: Minas Dimitriou und Susanne Ring-Dimitriou (Hrsg.), *Der Körper in der Postmoderne. Zwischen Entkörperlichung und Körperwahn*, Wiesbaden 2019, 65.

⁹⁶⁹ Dt: kardiorespiratorische Ausdauer, muskuläre Ausdauer, Muskelkraft, Körperzusammensetzung und Flexibilität.

⁹⁷⁰ Ebd., 71.

⁹⁷¹ Vgl. ebd., 71.

⁹⁷² Vgl. ebd., 73.

definieren ihn als „Trainingscamp“, da er so angepasst wird, wie es die Medien gerade vorgeben und jederzeit als Ressource oder „Gegenstand der Gestaltung“ genutzt werden kann.⁹⁷³ In Anlehnung an den männlich konnotierten Körperkult (siehe Kapitel 4.3) wird vermehrt eine Tendenz zu sexualisierten Körpern ersichtlich.

Es manifestiert sich demnach der Gedanke, dass durch „Modellierung und Performance des Körpers“ Anerkennung gesichert sei, was zunehmend „Kollektivstrukturen“ zutage fördert.⁹⁷⁴ Medien und die gesellschaftlichen Strukturen, geprägt durch Selbstoptimierungsprozesse und Selbstinszenierung, verfügen über die Mittel, eine Reichweite herzustellen und über ‚schön‘/‘nicht schön‘ zu entscheiden. Die Medien als Bühne betrachtet, stellen damit nur ein weiteres Mittel bereit, um den Körper als „Träger von Rollenverhalten“ zu bestimmen.⁹⁷⁵

Goffmann bezeichnet die Darstellung eines Einzelnen, welche in Gegenwart einer bestimmten Zuschauergruppe vorgeführt wird und Einfluss auf diese ZuschauerInnen hat, als Fassade.⁹⁷⁶ „Unter Fassade verstehe ich also das standardisierte Ausdrucksrepertoire, das der Einzelne im Verlauf seiner Vorstellung bewußt oder unbewußt anwendet.“⁹⁷⁷ Goffman nennt an dieser Stelle das „Bühnenbild“ als Beispiel, was gegenwärtig die mediale Inszenierung in sozialen Netzwerken meint, vorzugsweise vor schönen Kulissen oder im Fitnessstudio und durch Kleidung und Gestik einen bestimmten Eindruck vermittelt.⁹⁷⁸ Anhand der Kapitel 2 –2.5 zeigte sich wiederholt, dass der Körper instrumentalisiert wird.⁹⁷⁹

Dimitriou vertritt in dem Zusammenhang des instrumentalisierenden Körpers folgende Position:

„In diesem Kontext lassen sich auch zeitstrukturelle Übergänge erkennen: vom funktionalen und rationalen Körper der Moderne zum individuellen, flexiblen, prozessorientierten Körper der Postmoderne. Dieser Entwicklungszusammenhang wird deutlich bei der Betrachtung des

⁹⁷³ Vgl. ebd., 74.

⁹⁷⁴ Vgl. ebd., 78.

⁹⁷⁵ Vgl. ebd., 80.

⁹⁷⁶ Vgl. Erving Goffmann, *Wir alle spielen Theater. Die Selbstdarstellung im Alltag*, München 2003, 23.

⁹⁷⁷ Ebd.

⁹⁷⁸ Vgl. ebd.

⁹⁷⁹ Vgl. Minas Dimitriou, *Der postmoderne Körper im Wandel: Sport, Fitness und Wellness zwischen Gesundheitsorientierung, performativem Zwang und Optimierungslogik*, in: Minas Dimitriou und Susanne Ring-Dimitriou (Hrsg.), *Der Körper in der Postmoderne. Zwischen Entkörperlichung und Körperwahn*, Wiesbaden 2019, 82.

Körpers als Objekt sowohl von Fitness- und Wellnesskulturen als auch von Selbststeigerung.“⁹⁸⁰

Den Körper als „Produkt der Gesellschaft“ auffassend, wird mit Dimitriou erkennbar, wie eng Persönlichkeitsentwicklung und kollektiver Diskurs verbunden sind (siehe Kapitel 5.1 – 5.6).⁹⁸¹

Die Professoren für Amerikanistik Helmbrecht Breinig und Klaus Lösch heben in diesem Kontext hervor:

„Persönliche Identitätsbildung, und sei sie noch so sehr selbst konstruiert, und kollektiver Diskurs in seiner je historischen Formation sind untrennbar miteinander verbunden. Die scheinbar gelungene Schwellenüberschreitung wird durch die gesellschaftliche Wiedereinschreibung von Differenz als transdifferenz entlarvt.“⁹⁸²

Mit Verweis auf die Kapitel 4 – 4.3 lässt sich Transdifferenz in Anlehnung an die leibphänomenologische Überlegung von Gugutzer erklären. Zugleich wird die „grundsätzliche Zweiheit von Leib und Körper“ betont.⁹⁸³ Transdifferenz ist demnach auf die leibliche Existenz des Menschen anzuwenden und impliziert die „Verschränkung von Leib und Körper.“⁹⁸⁴

„Gemeint ist damit, ‚dass der Mensch sowohl in der Differenz von Leib und Körper als auch in der Überschreitung dieser Differenz lebt‘ [...]. Es geht somit – phänomenologisch gesprochen – um die im menschlichen Selbstverhältnis immer wieder zu bewältigende Aufgabe der Vermittlung zwischen den Perspektiven, einerseits einen Körper *haben* und andererseits ein Leib zu *sein*.“⁹⁸⁵

An dieser Stelle sei an die „leibliche Empfindung“ und die „Wahrnehmung des Körpers“ erinnert, die unter Rückgriff auf Plessners exzentrische Positionalität aufzeigen, in welcher Zerrissenheit sich das Individuum befindet.⁹⁸⁶ „Aus der Unvereinbarkeit von leiblichen Selbsterleben“ und dem (sozial) anerkannten Körper folgt eine transdifferente Erfahrung, da im gesellschaftlichen Kontext oftmals nur eine Körperform/ein Körper akzeptiert wird.

⁹⁸⁰ Ebd.

⁹⁸¹ Vgl. ebd.

⁹⁸² Helmbrecht Breinig und Klaus Lösch, Forschungsfelder der Transdifferenz: Identität, Leiblichkeit und Repräsentation, in: Christian Alvarado Leyton, Philipp Erchinger (Hrsg.), *Identität und Unterschied. Zur Theorie von Kultur, Differenz und Transdifferenz*, Bielefeld 2010, 44.

⁹⁸³ Vgl. ebd., 47.

⁹⁸⁴ Vgl. ebd.

⁹⁸⁵ Ebd.

⁹⁸⁶ Vgl. ebd., 51.

Gesa Lindemann beschreibt den Aspekt der Transdifferenz in Anlehnung an Transsexualität⁹⁸⁷, zumal „in vielen sozialen Kontexten eine eindeutige, mit dem biologischen Geschlecht kongruente Zuordnung zu einem Pol der binären kontradistinktorischen Geschlechterdifferenz gefordert wird.“⁹⁸⁸ Diese Überlegung ist insofern von Bedeutung, als dass auch hier die Integration von Leib und Körper als unmöglich erscheint und die Pathologisierung des Körpers sowie der damit einhergehende „Normierungs- und Disziplinierungsdruck“ auf verschiedene körperliche Prozesse übertragbar sind.⁹⁸⁹ Der Disziplinierungsdruck lässt sich auch in identitätsbildenden Prozessen verorten (siehe Kapitel 5). In keiner Epoche war die Beschäftigung mit dem „Ich“ so rege ausgeprägt wie in der Moderne.⁹⁹⁰

Wie bereits in Kapitel 7 an mehreren Stellen deutlich wurde, bedarf es einer Aufklärung im Umgang mit der schnelllebigen Technik und deren enormen Möglichkeiten wie auch die Folgen erhöhten Medienkonsums durch Kinder im Hinblick auf Selbstoptimierung und Körperkult betreffend. Diese Aufklärung sollte in einem rechtlichen Rahmen erfolgen, der die menschlichen Grundrechte achtet und den Punkt kontrolliert, von dem an mediale Inhalte Physis und Psyche (negativ) beeinflussen. Da sich InfluencerInnen zunehmend perfekt präsentieren statt authentisch und mit eventuellem Makel behaftet, muss eine Kontrolle realitätsferner sowie realitätsgetreuer Inszenierungen durch die medialen Netzwerke erfolgen. Zudem existieren analog zu diesem Aspekt zahlreiche Menschen auf der Bühne oder in Realityshows, die immer plakativer werden. Es zeichnet sich ab, dass natürliche Bewegungen verloren gehen und Effekte gefordert werden, die durch das Publikum bestimmt werden. Selbstoptimierungsprozesse im Zeichen von Perfektionismus müssen demnach einen anderen Stellenwert erlangen, was sich schließlich nur mit einem Durchbrechen der willenslosen Entfremdung des Eigenen zugunsten der Sucht nach Schönheit bewerkstelligen lässt. Dies geschieht beispielsweise durch Aufklärung und Bildung bereits im Grundschulalter. Es sollte vor allem ein Bewusstsein für Diversität geschaffen

⁹⁸⁷ Vgl. dazu: Gesa Lindemann, *Das paradoxe Geschlecht. Transsexualität im Spannungsfeld von Körper, Leib und Gefühl*, Wiesbaden 2011.

⁹⁸⁸ Vgl. Helmbrecht Breinig und Klaus Lösch, Forschungsfelder der Transdifferenz: Identität, Leiblichkeit und Repräsentation, in: Christian Alvarado Leyton, Philipp Erchinger (Hrsg.), *Identität und Unterschied. Zur Theorie von Kultur, Differenz und Transdifferenz*, Bielefeld 2010, 51.

⁹⁸⁹ Vgl. ebd.

⁹⁹⁰ Vgl. Gerd Nollmann und Hermann Strasser (Hrsg.), Individualisierung als Programm und Problem der modernen Gesellschaft, in: *Das individualisierte Ich in der modernen Gesellschaft*, Frankfurt 2004, 18.

werden, sodass die zwischenmenschliche Begegnung unter anderen Voraussetzungen erfolgen kann, weg von der Entfremdung, hin zu einem ausgeglicheneren Selbst sowie einer positiveren Ich-Identität und schließlich zu einer Minimierung des sozialen Problems. Es dürfte die antike Auffassung Senecas (ca. 1 – 65 n. Chr.) auch im digitalen Zeitalter nichts an Aktualität eingebüßt haben, wenn er die Seelenruhe anführt, die mit dem Zustand des Glücks gleichzusetzen ist und durch tugendhaftes Leben, Freundschaft und Bescheidenheit zu erreichen sei und zusätzlich als Dienst an der Allgemeinheit gezählt werden könne.⁹⁹¹ Es geht hier nicht einmal um so hohe Ziele wie Selbstliebe und Selbstakzeptanz, sondern schlichtweg um einen anderen Stellenwert von Schönheit und dessen Einfluss auf das gesellschaftliche Miteinander. In diesem Zuge erscheint es sinnvoll, dass bereits Grundschulen Sport und Fitness eine andere Bedeutung beimessen und sie nicht nur als ‚harte Arbeit‘ deklarieren, sondern als Freizeitbeschäftigung, die Spaß machen darf. Der Zwang, der mit sportlichen Aktivitäten einhergeht, bezieht sich gleichermaßen auf die Modeindustrie, die Kleidung so entwirft, wie die Gesellschaft es als schön empfindet oder so, dass der Körper zur Geltung kommt, dem Schönheitsideal Rechnung getragen wird. Hier sollte ebenfalls ein Umdenken einsetzen, zum einen auf Mode als Trend, zum anderen auf Mode als Aspekt der Nachahmung und als Anpassung gesellschaftlicher Gegebenheiten bezogen.

9 Ausblick

Zukünftiger Forschungsbedarf ergibt sich mit Blick auf die Corona-Pandemie und den Stellenwert von Fitness und Schönheit in Krisensituationen sowie einem durch die Pandemie bedingten gesellschaftlichen Lockdown und Massenquarantäne.⁹⁹² Die COVID-19-Pandemie hat massive Veränderungen sowie anknüpfende Spannungsverhältnisse verursacht, wodurch sowohl berufliche als auch private Existenzen bedroht sind und das gesellschaftliche Leben zwangsläufig pausiert. Aktuell lassen sich signifikante Unsicherheiten feststellen, ausgelöst von dem Corona-Virus und alle existenziellen Bereiche des Lebens, aber vor allem der Wirtschaft und Demokratie betreffend. Pandemie („Pan-Demie“, altgr. für „das ganze Volk“) betrifft alle Menschen

⁹⁹¹ Vgl. dazu: Lucius Annaeus Seneca, *Von der Seelenruhe. Vom glücklichen Leben*, Köln 2010.

⁹⁹² Vgl. dazu: Robert Koch Institut (Hrsg.), *COVID-19: Fallzahlen in Deutschland und weltweit.*

Fallzahlen in Deutschland, Februar 2021. URL:

https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Fallzahlen.html, aufgerufen: Februar 2021.

und verbindet sie gleichermaßen.⁹⁹³ Deutlich wird auch, dass die Pandemie im Kontext des Körperkults neue Lösungen erfordert, um den Körper immer noch als Mittelpunkt des gesellschaftlichen Miteinanders zu klassifizieren. Es ist also als Missverständnis zu verstehen, dass die Themengebiete ‚Körper‘ und ‚Schönheit‘ in einer Pandemie unwichtig seien. In diesem Zusammenhang gilt es weitere soziale Probleme, wie die „neue Einsamkeit“ zu nennen, welche in den Zeiten einer Pandemie vor allem als Rückzug vor Überforderung und Komplexität gesehen werden muss.⁹⁹⁴ Diana Kinnert beschäftigt sich mit dem Thema Einsamkeit und stellt fest, dass „sämtliche jungen Generationen extrem einsam sind, obwohl wir ja eigentlich die erreichbarste und vernetzteste Generation aller Zeiten sind.“⁹⁹⁵ Durch die Corona-Krise werde dieser „globale Trend“ beschleunigt und ein Zeitalter eröffnet, in dem sich keiner mehr zugehörig fühle. Das soziale Problem ‚Körperkult‘ und Aspekte der Einsamkeit lassen Parallelen erkennen und sich unweigerlich verbinden.

„Gerade die Jungen haben das Gefühl, dass soziale Netzwerke etwas mit ihnen machen. Auf Instagram ist alles pastellig, die Menschen sind alle erfolgreicher, fitter, schöner als ich. Deswegen hat diese neue Einsamkeit auch etwas mit einem Rückzug in sich selbst zu tun.“⁹⁹⁶ Mit Blick auf die Corona-Pandemie lässt sich somit ein neues Forschungsfeld eröffnen. Kinnert schreibt, dass das Bedürfnis nach Nähe systemrelevant sei und die Notwendigkeit in der Solidarität und dem Zusammenhalt liegen.⁹⁹⁷ Erfolg wird an Leistung und sichtbaren Erfolgen gemessen, so dass eine kulturelle Transformation wichtig ist.⁹⁹⁸ Um auf den Kontext ‚Körperkult‘ zurückzukommen, werden digital neue Sport-Programme, Live-Kurse und ‚Home-Workouts‘ konzipiert und etliche Sportgeräte und Hanteln für zu

⁹⁹³ Vgl. Markus Gabriel, „Wir brauchen eine metaphysische Pandemie“, in: *Rheinische Friedrich Universität Bonn* (Hrsg.), März 2020. URL: <https://www.uni-bonn.de/neues/201ewir-brauchen-eine-metaphysische-pandemie201c>, aufgerufen: Februar 2021.

⁹⁹⁴ Vgl. Rayk Wieland, Die neue Einsamkeit – über die Gesellschaft und die *Conditio Humana*, in: *Bayrischer Rundfunk, Anstalt des öffentlichen Rechts* (Hrsg.), März 2021. URL: <https://www.daserste.de/information/wissen-kultur/ttt/sendung/br/diana-kinnert-die-neue-einsamkeit-gesellschaft-und-conditio-humana-100.html>, aufgerufen: März 2021.

⁹⁹⁵ Vgl. ebd.

⁹⁹⁶ Deutschlandfunk, Diana Kinnert im Deutschlandfunk über Ursachen sozialer Einsamkeit, in: *Facebook Ireland Limited* (Hrsg.), 2.4.21. URL: <https://www.instagram.com/p/CNKQVu2ib8q/>, aufgerufen: April 2021.

⁹⁹⁷ Vgl. dazu: Diana Kinnert, *Die neue Einsamkeit und wie wir sie als Gesellschaft überwinden können*, Hamburg 2021.

⁹⁹⁸ Vgl. dazu: Noreena Hertz, Das Zeitalter der Einsamkeit, in: *Bayrischer Rundfunk, Anstalt des öffentlichen Rechts* (Hrsg.), März 2021. URL: <https://www.daserste.de/information/wissen-kultur/ttt/videos/sendung-vom-28032021-video-102.html>, aufgerufen: März 2021.

Hause in Online-Geschäften verkauft.⁹⁹⁹ Die Fitnessstudios betonen in den sozialen Netzwerken weiterhin die Bedeutung von Fitness und straffen Kurven sowie Stärke, auch im Zeitalter von Homeoffice und Zukunftsängsten.¹⁰⁰⁰ Die Bedeutung von Fitness im Kontext der Corona-Pandemie zeigt sich des Weiteren in einem offenen Brief des Gründers und Inhabers von McFit/RSG Group Rainer Schaller an Frau Merkel und an die MinisterpräsidentInnen, in dem er fordert, dass Sport im Freien, unter Einhaltung fester Funktions- und Organisationsabläufe wieder zugelassen werde.¹⁰⁰¹ Schaller appelliert daran, dass Fitnessstudios für Millionen Menschen systemrelevant seien und wünscht eine Öffnung der Studios unter Hygieneauflagen. Er begründet dies mit seiner persönlichen Überzeugung, dass „die Gesundheit und Fitness von 12 Millionen Menschen und Wählern“ den PolitikerInnen am Herzen liegen müsse.¹⁰⁰² Außerdem schreibt Schaller:

„Fitness ist über alle Landesgrenzen hinweg die unangefochtene Sportart Nr.1 auf der Welt. Fast 12 Millionen Bundesbürger – potentielle Wähler – trainieren im Fitnessstudio und wollen gerade jetzt in der Krise alles dafür tun, um ihre körperliche und geistige Gesundheit und Fitness zu erhalten und zu stärken.“¹⁰⁰³

Ebenso der Aspekt der Mode als Anpassung gesellschaftlicher Gegebenheiten zeigt sich an dieser Stelle, da bequeme Leggings und Jogginghose sowie Kapuzenpullover, ursprünglich als Sportkleidung konzipiert, weiterhin der Eigenschaft eines Trends zugeschrieben werden. Da auch Dienstleistungsbetriebe wie Frisörsalons und Kosmetikstudios geschlossen wurden, entwickelt sich der Trend zur Langhaarfrisur, genauer: ‚Corona-Frisur‘. Dieses neue Forschungsfeld lässt sich erneut mit dem Aspekt sozialer Probleme verbinden. Markus Gabriel schreibt in diesem Zusammenhang treffend, dass ohne moralische Fortschritte auch keine naturwissenschaftlich-technologischen Fortschritte erfolgen können und betont somit noch einmal die soziale

⁹⁹⁹ Vgl. Fabian Scheler, Sport ist nicht das Problem, sondern die Lösung, in: *ZEIT ONLINE* (Hrsg.), Februar 2021. URL: <https://www.zeit.de/sport/2021-02/corona-lockdown-sport-keine-lockerungen-breitensport-verbot-gesundheit>, aufgerufen: Februar 2021.

¹⁰⁰⁰ Vgl. dazu: McFit, Geschäftsführung Rainer Schaller, *RSG Group GmbH* (Hrsg.). URL: <https://www.mcfi.com/de/>, aufgerufen: November 2020.

¹⁰⁰¹ Vgl. McFit, Offener Brief an Bundeskanzlerin Merkel, Geschäftsführung Rainer Schaller, *RSG Group GmbH* (Hrsg.). URL: https://www.mcfi.com/fileadmin/user_upload/PDF-Files/Dont-forget-Fitness/McFIT_offener_Brief_Hochformat_NEU_PDF.pdf, aufgerufen: März 2021.

¹⁰⁰² Vgl. ebd.

¹⁰⁰³ Ebd.

Ungleichheit durch fehlende moralische Interaktion.¹⁰⁰⁴ Denn selbst in der derzeitigen Pandemie sind Stereotype und Vorurteile maßgeblich für soziale Probleme verantwortlich.¹⁰⁰⁵ Soziale Verwundbarkeit, Benachteiligung, „social distancing“ sowie die konsequente Umstellung auf digitale Kommunikation und die Angst vor dem sozialen Abstieg sind nur einige Faktoren, die das soziale Miteinander in der aktuellen Pandemie erschweren.¹⁰⁰⁶ Hier öffnet sich zusätzlich das Feld des ‚Online-Datings‘, eine digitale Methode Menschen kennenzulernen und ebenso ein Teil der digitalen Manipulation und Inszenierung.

Auf dem Gebiet der Epigenetik (dt. „zusätzlich zur Genetik“) lässt sich ebenfalls ein neues Forschungsfeld eröffnen, da sich vor allem in diesem Bereich keine wissenschaftliche Einigkeit feststellen lässt und in diesem Kontext ein Forschungsprojekt vom Umweltbundesamt initiiert wurde.¹⁰⁰⁷ In der Epigenetik geht es grundsätzlich um die Frage, inwieweit der Mensch durch Gene vorprogrammiert ist und inwiefern die Umwelt Einfluss darauf hat.¹⁰⁰⁸ Genauer wird die Frage nach Umwelteinflüssen auf die Zelleigenschaften und die Aktivitätszustand von Genen erforscht und dabei das Zusammenspiel von Umwelt und Genom betrachtet.¹⁰⁰⁹ Epigenetische Prozesse können durch Umwelteinflüsse (Ernährung, Krankheit, Lebensstil) verändert werden und können somit das Erbgut steuern, in dem Gene verändert werden. Das Max-Planck-Institut Freiburg beschäftigt sich im Rahmen der Immunbiologie und Epigenetik mit vererbten epigenetischen „Instruktionen“, die zur „Regulierung der Genexpression der

¹⁰⁰⁴ Vgl. Markus Gabriel, „Wir brauchen eine metaphysische Pandemie“, in: *Rheinische Friedrich Universität Bonn* (Hrsg.), März 2020. URL: <https://www.uni-bonn.de/neues/201ewir-brauchen-eine-metaphysische-pandemie201c>, aufgerufen: Februar 2021.

¹⁰⁰⁵ Vgl. ebd.

¹⁰⁰⁶ Vgl. Klaus Dörre, Die Corona-Pandemie – eine Katastrophe mit Sprengkraft, in: *Berliner Journal für Soziologie*, 2020, 176ff. URL: <https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/s11609-020-00416-4.pdf>, aufgerufen: März 2021.

¹⁰⁰⁷ Vgl. Bundesrepublik Deutschland, vertreten durch das Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz und nukleare Sicherheit (Hrsg.), *Epigenetik*, März 2018. URL: <https://www.umweltbundesamt.de/themen/gesundheit/belastung-des-menschen-ermitteln/epigenetik>, aufgerufen: Februar 2021.

¹⁰⁰⁸ Vgl. Spektrum der Wissenschaft Verlagsgesellschaft mbH (Hrsg.), Art. *Epigenetik*. URL: <https://www.spektrum.de/thema/epigenetik/1191602>, aufgerufen: Januar 2021.

¹⁰⁰⁹ Vgl. Bundesrepublik Deutschland, vertreten durch das Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz und nukleare Sicherheit (Hrsg.), *Epigenetik*, März 2018. URL: <https://www.umweltbundesamt.de/themen/gesundheit/belastung-des-menschen-ermitteln/epigenetik>, aufgerufen: Februar 2021.

Nachkommen“ beitragen, neben der vererbten DNA selbst.¹⁰¹⁰ Das Forschungsfeld der Epigenetik lässt sich mit dem umfangreichen Themengebiet des Körperkults verbinden, da sich hier Sport und Ernährung als Lebensstil und demnach als Umwelteinfluss erkennen lassen. Auch die Corona-Pandemie ist als Umwelteinfluss kenntlich zu machen, so dass durch zwei Forschungsgebiete mit Blick auf den Körperkult als zentrales Feld, ein neues Wissenschaftsgebiet eröffnet werden kann, das sowohl dem Handeln des Individuums (Sport, Ernährung) als auch dem verübten Einfluss auf dessen Körper Rechnung trägt.

¹⁰¹⁰ Vgl. Dr. Nicola Iovino und Marcus Rockoff, Epigenetik zwischen den Generationen, *Max-Planck-Gesellschaft* (Hrsg.), Juli 2017. URL: <https://www.mpg.de/11396064/epigenetik-vererbung>, aufgerufen: Januar 2012.

Literaturverzeichnis

Alt, Karin, *Zur Auffassung von Seele und Geist bei Platon, Mittelplatonikern und Plotin*, in: Hyperboreus (Hrsg.,), Band 11, Fasc.1, München 2005, 32-36, 48-50

Alverde, Ja zu mir! (ein Special zum Thema Selbstliebe), *Dm-Magazin* (Hrsg.) Mai 2020, 68-69, 71

Amesberger, Günter, Körper als Domäne impliziten und emotionalen Ausdrucks sportlichen Handelns, in: Minas Dimitriou, Susanne Ring,-Dimitriou (Hrsg.), *Der Körper in der Postmoderne. Zwischen Entkörperlichung und Körperwahn*, Wiesbaden 2019, 25

Aristoteles, *Über die Seele*, Stuttgart 2017, 59

Back, Sarah Naomi, Exkurs: Mediale Inszenierung von Mobbing – Zusammenhänge zwischen jugendlichem Medienkonsum, Mobbing und Suizid, in: Matthias Böhmer und Georg Steffgen (Hrsg.), *Mobbing an Schulen. Maßnahmen zur Prävention, Intervention und Nachsorge*, Wiesbaden 2020, 60-61

Barkhoff, Jürgen, Dietrich von Engelhardt (Hrsg.), *Körperkult. Körperzwang. Körperstörung im Spiegel von Psychopathologie, Literatur und Kultur*, (Einleitung) IX-X, Heidelberg 2010

Becker, Günter, *Kohlberg und seine Kritiker*, Wiesbaden 2011, 16, 19-23

Beckermann, Ansgar, *Analytische Einführung in die Philosophie des Geistes*, Berlin ³2008, 20

Beckermann, Ansgar, *Das Leib-Seele-Problem. Eine Einführung in die Philosophie des Geistes*, Paderborn ²2011, 20

Bieger, Laura, schöner Körper, hungriges Selbst – Über die moderne Wunschökonomie der Anerkennung, in: Annette Geiger (Hrsg.), *Der schöne Körper. Mode und Kosmetik in Kunst und Gesellschaft*, Köln 2008, 53-59

Blumer, Herbert, Soziale Probleme als kollektives Verhalten, in: Karl Otto Hondrich (Hrsg.), *Menschliche Bedürfnisse und soziale Steuerung. Eine Einführung in die Sozialwissenschaft*, Hamburg 1975, 102, 112

Borg-Laufs, Michael, Die Befriedigung psychischer Grundbedürfnisse als Weg und Ziel der Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie, in: *Forum für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie*, Mainz, 1/2012, 6

Borsche, Tilman, Designer-Self. Von der Lust, dem Wahn und der Verzweiflung an der Machbarkeit des Selbst, in: Kirstin Zeyer (Hrsg.), *Werte – Bilder – Erkennen. Festschrift für August Herbst*, Regensburg 2019, 141-142

Bude, Heinz, *Gesellschaft der Angst*, Hamburg 2014, 24

Bublitz, Hannelore, *Das Archiv des Körpers. Konstruktionsapparate, Materialitäten und Phantasmen*, Bielefeld 2018, Vorwort

Butler, Judith, *Raster des Krieges. Wenn wir nicht jedes Leid beklagen*, Frankfurt am Main 2010, 28

Breinig, Helmbrecht und Lösch, Klaus, Forschungsfelder der Transdifferenz: Identität, Leiblichkeit und Repräsentation, in: Christian Alvarado Leyton, Philipp Erchinger (Hrsg.), *Identität und Unterschied. Zur Theorie von Kultur, Differenz und Transdifferenz*, Bielefeld 2010, 44, 47, 51

Brugger, Walter, *Philosophisches Wörterbuch*, Art. Schönheit, Freiburg im Breisgau 1976, 337

Brunner, Karl, *Was ist Schönheit? Anmerkungen über Ästhetik und Augenblick*, Wien 2015, 81.

Dahrendorf, Ralf, *Gesellschaft und Demokratie in Deutschland*, München³1974, 78-79

Degele, Nina, Normale Exklusivitäten – Schönheitshandeln, Schmerznormalisieren, Körper inszenieren, in: Paula-Irene Villa (Hrsg.), *schön normal. Manipulation am Körper als Technologie des Selbst*, Bielefeld 2008, 69-70,80-81

Degele, Nina, Schönheit – Erfolg – Macht, in: APuZ, *Körperkult und Schönheitswahn*, Bonn, 18/2007, 27

Dierkes, Hans (Hrsg.), *Arbeitstexte für den Unterricht. Philosophische Anthropologie*, 1999 Stuttgart, 35

Dimitriou, Minas, Zur Einführung: Der postmoderne Körper als ambivalenter Topos, in: Minas Dimitriou und Susanne Ring,-Dimitriou (Hrsg.), *Der Körper in der Postmoderne. Zwischen Entkörperlichung und Körperwahn*, Wiesbaden 2019, 1-2, 4-5

Dimitriou, Minas, Der postmoderne Körper im Wandel: Sport, Fitness und Wellness zwischen Gesundheitsorientierung, performativem Zwang und Optimierungslogik, in: Minas Dimitriou und Susanne Ring,-Dimitriou (Hrsg.), *Der Körper in der Postmoderne. Zwischen Entkörperlichung und Körperwahn*, Wiesbaden 2019, 64-65, 67-71, 73-74, 78, 80, 82

Drolshagen, Ebba D., *Des Körpers neue Kleider. Die Herstellung weiblicher Schönheit*, Frankfurt am Main 1997, 9

Duttweiler, Stefanie, Nicht neu, aber bestmöglich: Alltägliche Selbstopтимierung in neoliberalen Gesellschaften, in: AZuP, *Der neue Mensch*, Bonn 2018, 107-108, 110, 113, 116

Erikson, Erik H., *Identität und Lebenszyklus*, Frankfurt am Main 1995, 13-14, 17-18, 54, 124-128, 135-136, 212

Feichtinger, Barbara, Überlegung zu Aspekten radikaler Arbeit am Körper in Spätantike und (Post-)Moderne, in: Barbara Feichtinger, Stephen Lake und Helmut Seng, *Körper und Seele. Aspekte spätantiker Anthropologie*, Leipzig 2006, 238-242, 244-245, 248-249

Fischer, Joachim, Helmuth Plessner, Die Stufen des Organischen und der Mensch, in: Claus Leggewie et. al. (Hrsg.), *Schlüsselwerke der Kulturwissenschaften*, Band 7, Bielefeld 2012, 253-254

Fischer, Sabine, „Liebe deinen Körper!“, in: *Dillenburg Zeitung* (Hrsg.), vom 19.9.20, 1

Freud, Sigmund, *Abriss der Psychoanalyse. Das Unbehagen in der Kultur*, Frankfurt am Main 1976, 10-11

Freud, Sigmund, *Gesammelte Werke*, Bd. 17, Schriften aus dem Nachlass 1892-1938, London 1955, 68-70

Frey, Dieter und Benning, Elke, Das Selbstwertgefühl, in: Heinz Mandl und Günter L. Huber, *Emotion und Kognition*, München 1983, 149-151, 155, 157

Fröhlich, Günter, *Platon und die Grundfragen der Philosophie*, Göttingen 2015, 21, 53, 59, 97, 101, 107, 123,

Gardeya, Peter, *Platons Symposion. Interpretation und Bibliographie*, Würzburg 2005, 18

Gerstmeyer, Maria-Antonia, Eitelkeit und Eigenfett, in: *Welt am Sonntag* (Hrsg.), 7.6.2020, 56

Goffmann, Erving, *Wir alle spielen Theater. Die Selbstdarstellung im Alltag*, München 2003, 23

Geyer, Oliver, Immer ich. Ein Interview mit Wolfgang Engler, Leiter der Berliner Hochschule für Schauspielkunst „Ernst Busch“, Soziologe und Philosoph, in: fluter (Hrsg.), *Kann ich nicht mal ich sein? Identität*, 2016-2017/Nr. 61, 8-9

Gugutzer, Robert, Die Sakralisierung des Profanen. Der Körperkult als individualisierte Sozialform des Religiösen, in: Robert Gugutzer und Moritz Böttcher (Hrsg.), *Körper, Sport und Religion. Zur Sozialisierung religiöser Verkörperungen*, Frankfurt am Main 2012, 286-289

Gugutzer, Robert, *Soziologie des Körpers*, Bielefeld ⁵2015, 54

Hammer, Felix, *Die exzentrische Position des Menschen. Helmuth Plessners philosophische Anthropologie*, Bonn 1967, 2-4, 8-9, 21

Haußer, Karl, *Identitätsentwicklung*, New York 1983, 103

Hemetsberger, Andrea, Pirker, Clemens und Pretterhofer, Herbert, Medienbilder von Schönheit in der Werbung, in: Andrea Gröppel-Klein, Claas Christian Germelmann (Hrsg.), *Medien im Marketing: Optionen der Unternehmenskommunikation*, Wiesbaden 2009, 133

Hoff, Johannes, *Verteidigung des Heiligen. Anthropologie der digitalen Transformation*, Freiburg im Breisgau 2021, 7-8

Hofstetter, Yvonne, Neue Welt. Neue Menschen. Wie die Digitalisierung das Menschenbild verändert, in: APuZ, *Der Neue Mensch*, Bonn 2018, 135-140, 142-145, 147-149

Jungwirth, Ingrid, *Zum Identitätsdiskurs in den Sozialwissenschaften. Eine postkolonial und queer informierte Kritik an George H. Mead, Erik H. Erikson und Erving Goffmann*, Bielefeld 2007, 89, 127-128, 139

Kaufmann, Jean-Claude, *Die Erfindung des Ich. Eine Theorie der Identität*, Konstanz 2005, 87-88, 150

Keller, Monika, Moralentwicklung und moralische Sozialisation, in: Detlef Horster und Jürgen Oelkers (Hrsg.), *Pädagogik und Ethik*, Wiesbaden 2005, 149

Kindhäuser, Urs et al. (Hrsg.), *Strafgesetzbuch*, StGB § 218, Baden-Baden 2013

Laskowski, Annemarie, *Was den Menschen antreibt. Entstehung und Beeinflussung des Selbstkonzepts*, Frankfurt am Main 2000, 8-9,11

Leuenberger-Wenger, Sandra, *Ethik und christliche Identität bei Gregor von Nyssa*, Tübingen 2008, 1, 2, 252-253, 238, 240, 257

Liessmann, Konrad Paul, *Schönheit*, Regensburg 2009, 29

Lind, Georg, *Moral ist lehrbar. Wie man moralisch-demokratische Kompetenz fördern und damit Gewalt, Betrug und Macht mindern kann*, Berlin ³2015, 35-40, 45

Lindemann, Gesa, Der menschliche Leib von der Mitwelt her gedacht, in: *Deutsche Zeitschrift für Philosophie*, 59 (2011), 1, 9

Lindner, Diana, *Das gesollte Wollen. Identitätskonstruktion zwischen Anspruchs- und Leistungsindividualismus*, Wiesbaden 2012, 11, 19-20, 24, 33-34

Martschukat, Jürgen, *Das Zeitalter der Fitness. Wie der Körper zum Zeichen für Erfolg und Leistung wurde*, Bonn 2020, 63

Mau, Steffen, *Das metrische Wir. Über die Quantifizierung des Sozialen*, Bonn 2018, 56, 65-66

Walter Mesch, Seele und Körper bei Platon. Zur Psychologie im *Phaidon* und *Timaios*, in: Michele Abbate, Julia Pfefferkorn und Antonino Spinelli (Hrsg.), *Selbstbewegung und Lebendigkeit. Die Seele in Platons Spätwerk*, Berlin/Boston 2016, 57

Meyer, Martin F., *Illustrierte Geschichte der Philosophie*, Stuttgart 2016, 24

Mittelstraß, Georg (Hrsg.), *Enzyklopädie Philosophie und Wissenschaftstheorie*, Stuttgart – Weimar 2013, Bd 5, 457

Mokosch, Tanja, Mach dich weg, in: fluter (Hrsg.), *Körper*, 2018/Nr.66, 11

Mundlos, Christina, *Schönheit, Liebe, Körperscham. Schönheitsideale in Zeitschriften und ihre Wirkung auf Mädchen und Frauen*, Marburg 2011, 9, 14-15, 56-59, 68-69, 87, 125

Nollmann, Gerd und Strasser, Hermann (Hrsg.), Individualisierung als Programm und Problem der modernen Gesellschaft, in: *Das individualisierte Ich in der modernen Gesellschaft*, Frankfurt 2004, 18

Nungesser, Frithjof, Charles Horton Cooley: Human Nature and the Social Order, in: Konstanze Senge, Rainer Schützeichel (Hrsg.), *Hauptwerke der Emotionssoziologie*, Wiesbaden 2013, 68

Nussbaum, Martha C., *Vom Nutzen der Moraltheorie für das Leben*, Wien 2000, 26-29, 33, 66-67, 70, 76

Nussbaum, Martha C., *Politische Emotionen*, Berlin 2014, 173-175, 180-181, 184, 185-186, 223-225, 399-400, 471

Penz, Otto, *Schönheit als Praxis. Über klassen- und geschlechtsspezifische Körperlichkeit*, Frankfurt am Main 2010, 8-9, 200

Pfannkuch, Katharina, Schönheit ist eine Momentaufnahme, in: *Maxi* (Hrsg.), München, Juli 2020, 63

Pieper, Annemarie, Philosophie und Empirie. Philosophische Kontroverse über den Stellenwert von Erfahrung, in: *Praktische Theologie. Zeitschrift für Praxis in Kirche, Gesellschaft und Kultur* (Hrsg.), Band 54, Heft 1, Gütersloh 2019, 18-19, 21-22

Platon, *Der Staat*, Gernot Krapinger (Hrsg.), Stuttgart 2017, 437

Platon, *sämtliche Werke. Lysis, Symposion, Phaidon, Kleitophon, Politeia, Phaidros*. Ursula Wolf (Hrsg.), übersetzt von Friedrich Schleiermacher, Band 2, Hamburg ³⁴2013, 243, 338, 340-344, 346-348

Platon. *Werke in acht Bänden. Griechisch und Deutsch*, Gunther Eigler (Hrsg.), übersetzt von Friedrich Schleiermacher, zweiter Band, Darmstadt 1973

Platon. *Werke in acht Bänden. Griechisch und Deutsch*, Gunther Eigler (Hrsg.), übersetzt von Friedrich Schleiermacher, dritter Band, Darmstadt 1974

Platon. *Werke in acht Bänden. Griechisch und Deutsch*, Gunther Eigler (Hrsg.), übersetzt von Friedrich Schleiermacher, vierter Band, Darmstadt 1971

Platon. *Werke in acht Bänden. Griechisch und Deutsch*, Gunther Eigler (Hrsg.), übersetzt von Friedrich Schleiermacher, fünfter Band, Darmstadt 1981

Platon. *Werke in acht Bänden. Griechisch und Deutsch*, Gunther Eigler (Hrsg.), siebter Band, Darmstadt 1972

Plessner, Helmuth, *Die Stufen des organischen und der Mensch. Einleitung in die philosophische Anthropologie*, Berlin⁴1975, 288, 291-292, 309-310, 321

Plessner, Helmuth, *Mit anderen Augen. Aspekte einer philosophischen Anthropologie*, Stuttgart 1982, 9-14

Pope, Harrison G., Phillips, Katharine A. und Olivardia, Roberto, *Der Adonis-Komplex. Schönheitswahn und Körperkult bei Männern*, München 2001, 10, 14-16, 18, 24-27, 49-50, 230, 259, 318

Posch, Waltraud, *Projekt Körper. Wie der Kult um die Schönheit unser Leben prägt*, Frankfurt am Main 2009, 11,13, 19-21, 24, 26, 29, 33

Recki, Birgit, Art. Ästhetik, philosophische in: Hans Jörg Sandkühler (Hrsg.), *Enzyklopädie Philosophie*, Hamburg 2002, 1031

Rees, Anuschka, *Beyond Beautiful. Wie wir trotz Schönheitswahn zufrieden und selbstbewusst leben können*, Köln 2019, 68-69, 52, 86-90, 92-94, 118-121, 123, 136-137, 139, 142-143, 146f, 163, 165, 179, 180-181

Reinhard, Wolfgang, *Lebensformen Europas. Eine historische Kulturanthropologie*, München 2004, 43

Romberg, Reinhard, Pieper, Annemarie und Redaktion, Art. Ethik, in: Joachim Ritter, Karlfried Gründer und Gottfried Gabriel (Hrsg.), *Historisches Wörterbuch der Philosophie*, Basel 1972, Band 2, 759, 763, 766

Roshani, Natascha, „Es geht nicht darum fit zu sein, sondern fit auszusehen.“ Ein Gespräch mit Psychoanalytikerin Ada Borkenhagen über Körperbilder, Idealfiguren und Gelassenheit, in: fluter (Hrsg.), *Körper*, 2018/Nr.66, 7-9

Schetsche, Michael, *Die Karriere sozialer Probleme. Soziologische Einführung*, Berlin 1996, 68, 70, 74, 76-78, 87, 107-108

Schink, Nina, *Unfollow. Wie Instagram unser Leben zerstört*, Hamburg 2020, 96

Schmitz, Hermann, *Der Leib*, Berlin/Boston 2011, V, 4, 137, 143

Schneider, Herbert, *Solidarische Gesellschaft als Zukunft*, Köln 1980, 80

Schramme, Thomas, Das Ideal der Individualität und seine Begründung, in: Micheal Schefczyk und Thomas Schramme (Hrsg.), *John Stuart Mill: Über die Freiheit*, Berlin 2015, 55-56, 60

Seier, Andrea und Surma, Hanna, Schnitt-Stellen – Mediale Subjektivierungsprozesse in THE SWAN, in: Paula-Irene Villa (Hrsg.), *schön normal. Manipulation am Körper als Technologien des Selbst*, Bielefeld 2008, 173-175, 178-179, 181

Sennholz, Jessica, Die Entscheidungsassistenten als Lösung moderner Entscheidungszwänge? Anthropologische Reflexion der Moderne, in: Johannes F. Burow et al. (Hrsg.), *Mensch und Welt im Zeichen der Digitalisierung. Perspektiven der Philosophischen Anthropologie Plessners*, Baden-Baden 2019, 115

Seneca, Lucius Annaeus, *Von der Seelenruhe. Vom glücklichen Leben*, Köln 2010, 64

Seywald, Aline, Problemzone Schönheit. Die Rolle von Schönheit in der Welt der Jugendlichen, in: *Initiative für wertorientierte Jugendforschung* (Hrsg.), Nr. 19, Gießen 2013, 3-5, 7

Simchen, Helga, *Essstörungen und Persönlichkeit, Magersucht, Bulimie und Übergewicht. Warum Essen und Hungern zur Sucht werden*, Vorwort, 1-2

Simmel, Simmel, *Aufsätze 1887 bis 1890. Über sociale Differenzierung. Die Probleme der Geschichtsphilosophie (1892)*, in: Heinz-Jürgen Dahme (Hrsg.), Band 2, Frankfurt am Main 1989, 169

Simmel, Georg, *Einleitung in die Moralwissenschaft. Eine Kritik der ethischen Grundbegriffe*, in: Klaus Christian Köhnke (Hrsg.), Frankfurt am Main 1989, 95-96

Simmel, Georg, Philosophie der Mode, in: Hans Landsberg (Hrsg.), *Moderne Zeitfragen*, Nr. 11, Berlin 1905, 5-8

Spren, Dierk, *Upgradekultur. Der Körper in der Enhancement-Gesellschaft*, Bielefeld 2015, 1, 39, 105-110

Steger, Florian, der ideale Männerkörper, in: Jürgen Barkhoff, Dietrich von Engelhardt (Hrsg.), *Körperkult. Körperzwang. Körperstörung im Spiegel von Psychopathologie, Literatur und Kultur*, Heidelberg 2010, 143-14, 146-147, 150-152

Stockmeyer, Anne-Christin, *Identität und Körper in der (post)modernen Gesellschaft. Zum Stellenwert der Körper/Leib Thematik in Identitätstheorien*, Marburg 2004, 75-76

Storck, Dominik Christopher, Schwitzen für die Likes, VRM Medien, *Dill-Zeitung* (Hrsg.), 11.4.2020, 4

Strenger, Carlo, *Die Angst vor der Bedeutungslosigkeit. Das Leben in der globalisierten Welt sinnvoll gestalten*, Gießen 2016, 10, 137-139,141, 143-144, 157, 239

Thies, Christian, *Einführung in die philosophische Anthropologie*, Darmstadt ²2009, 43, 45

Thomas, Karin, *Postfeministische Identitätssuche zwischen Körperkult und Mythen*, Hannover 1992, 1-3, 5, 7

Villa, Paula-Irene, *Sexy Bodies: Eine soziologische Reise durch den Geschlechtskörper*, Wiesbaden ⁴2011, 23

Wiedemann, Carolin, *Kritische Kollektivität im Netz. Anonymous, Facebook und die Kraft der Affizierung in der Kontrollgesellschaft*, Bielefeld 2017, 37-38, 77, 85, 133

Online-Quellen

Ambs, Jan-Malte, „Was bin ich hässlich“ – wenn der kritische Blick auf den Körper zur Dysmorphophobie wird, in: *Ärzte Zeitung Online*, Mai 2008. URL: https://www.aerztezeitung.de/medizin/krankheiten/neuro-psychiatrische_krankheiten/article/496352/haesslich-wenn-kritische-blick-koerper-dysmorphophobie.html

Arte (Hrsg.), *Im Muskel-Wahn*, Mai 2020. URL: https://www.youtube.com/watch?v=amN78_1dbSo

Artikel der Homepage Centered Learning Karrierefaktor Wissen, Die Maslowsche Bedürfnispyramide. Motivation und Bedürfnisse des Menschen, in: *Landeszentrale für politische Bildung Baden-Württemberg* (Hrsg.). URL: https://www.lpb-bw.de/fileadmin/Abteilung_III/jugend/pdf/ws_beteiligung_dings/2017/ws6_17/maslowsche_beduerfnispyramide.pdf

Belwe, Katharina, Editorial, in: *APuZ, Körperkult und Schönheitswahn*, 18/2007. URL: <http://www.bpb.de/apuz/30502/Editorial>

BENEDIKT PICTURES, „Schönheit ist Wahrheit und Wahrheit ist Schönheit“, *Interview mit Regisseur Julian Benedikt über die Sehnsucht nach Schönheit*, 2011. URL in: http://www.benediktpictures.com/wp-content/uploads/2011/12/Interview_SNS.pdf

Bendel, Oliver, *Soziale Medien. Definition, Gabler Wirtschaftslexikon. Das Wissen der Experten* (Hrsg.). URL: <https://wirtschaftslexikon.gabler.de/definition/soziale-medien-52673>

Borsche, Tilman, Kaulbach, Friedrich, Art. Leib, Körper, in: Joachim Ritter, Karlfried Gründer und Gottfried Gabriel (Hrsg.), *Historisches Wörterbuch der Philosophie online*, HWP.H.5238. URL: https://www.schwabeonline.ch/schwabe-xaveropp/elibrary/start.xav?start=%2F%2F%2A%5B%40attr_id%3D%27hwph_produc

tpage%27%5D#__elibrary__%2F%2F*%5B%40attr_id%3D%27verw.leib.korper%27%5D__1599501085340

Borsche, Tilman, Specht, Rainer, Rentsch, Thomas, Art. Leib-Seele-Verhältnis, in: Joachim Ritter, Karlfried Gründer und Gottfried Gabriel (Hrsg.), *Historisches Wörterbuch der Philosophie online*, HWPB.5239. URL: https://www.schwabeonline.ch/schwabe-xaveropp/elibrary/start.xav?start=%2F%2F%2A%5B%40attr_id%3D%27hwph_produc tpage%27%5D#__elibrary__%2F%2F*%5B%40attr_id%3D%27verw.leib-seele-verhaeltnis%27%5D__1599668554952

Brigitte (Hrsg.), *Neue Umfrage zu Body Positivity: Frauen stehen immer mehr zu ihren Pfunden*, in: stern, Mai 2019. URL: <https://www.stern.de/lifestyle/body-positivity--frauen-stehen-immer-mehr-zu-ihren-pfunden--8720080.html>

Bundesrepublik Deutschland, vertreten durch das Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz und nukleare Sicherheit (Hrsg.), *Epigenetik*, März 2018. URL: <https://www.umweltbundesamt.de/themen/gesundheitsbelastung-des-menschen-ermitteln/epigenetik>

Bundeszentrale für politische Bildung (Hrsg.), *Empirie/empirisch/Empirismus*, in: *das Politiklexikon*, Bonn 2020. URL: <https://www.bpb.de/kurzknapp/lexika/politiklexikon/17400/empirie-empirisch-empirismus/>

Bundesärztekammer (Arbeitsgemeinschaft der deutschen Ärztekammern) und Kassenärztliche Bundesvereinigung (Hrsg.), *Zahl der Schönheitsoperationen nimmt zu*, 17.5.2019. URL: <https://www.aerzteblatt.de/nachrichten/103179/Zahl-der-Schoenheitsoperationen-nimmt-zu>

Catherine Newmark im Gespräch mit Britta Bürger, Zum Tod von Carlo Strenger. Der Psychoanalytiker der Globalisierung, in: *Deutschlandfunk Kultur*, 2019. URL:

<https://www.deutschlandfunkkultur.de/zum-tod-von-carlo-strenger-der-psychoanalytiker-der-100.html>

Carius, Laura et al., Jeder Dritte kann sich ein Leben ohne Social Media nicht mehr vorstellen, in: *Bitkom – Bundesverband Informationswirtschaft, Telekommunikation und neue Medien e.V.* (Hrsg.), 2018. URL: <https://www.bitkom.org/Presse/Presseinformation/Jeder-Dritte-kann-sich-ein-Leben-ohne-Social-Media-nicht-mehr-vorstellen.html#item-close-575,2/2018>

Community Editions, *Der Verlag für Social Media Influencer*, Köln. URL: <https://www.community-editions.de/>

Claßen, Julian und Heinicke, Bianca GbR, Beauty Hack der die Beine dünner macht ?!..., *BibisBeautyPalace* (Hrsg.), 18.01.2018. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=vU4-pqp5lyI>

Deutschlandfunk, Diana Kinnert im Deutschlandfunk über Ursachen sozialer Einsamkeit, in: *Facebook Ireland Limited* (Hrsg.), 2.4.21. URL: <https://www.instagram.com/p/CNKQVu2ib8q/>

Dörre, Klaus, Die Corona-Pandemie – eine Katastrophe mit Sprengkraft, in: *Berliner Journal für Soziologie*, 2020, 176-178. URL: <https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/s11609-020-00416-4.pdf>

Doku Fox Ger (Hrsg.), *Generation Instagram – Alles tun für Likes und Follower*, März 2018. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=T9j9sPqLjto>

Drammeh, Njema, Body Positivity – warum es immer mehr Kritik gibt, in: *FUNKE DIGITAL GmbH* (Hrsg.), Juli 2020. URL: <https://www.wmn.de/love/selbstliebe/body-positivity-kritik-an-der-bewegung-und-ursprung-id10542>

DUDEN (Hrsg.), Art. *Geist, der.* URL: https://www.duden.de/rechtschreibung/Geist_Verstand_Destillat

ESTEE LAUDER COMPANIES GMBH, CliniqueFit. Das Leben ist ein Marathon. Mit Clinique strahlend schön dabei, in: *Clinique* (Hrsg.). URL: <https://www.clinique.de/cliniquefit>

Euronews (Hrsg.), *Saatchi Gallery. Vom Selfie zur Selbstdarstellung*, 2017. URL: <https://de.euronews.com/2017/07/07/vom-selfie-zur-selbstdarstellung>

Euronews (Hrsg.), *Vom Selfie zur Selbstdarstellung*, 2017. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=Mw8EKm7CPzQ>

Evangelischer Presseverband für Bayern e.V. (Hrsg.), *Bodo Karsten Unkelbach*, München. URL: <https://shop.claudius.de/autoren/bodo-karsten-unkelbach.html>

Faj, Ruth, Snapchat-Filter haben dafür gesorgt, dass ich mich hässlich fühle. Wie Apps unsere Sicht darauf verändern, was wir als schön wahrnehmen, in: *VICE Media GmbH* (Hrsg.), 2017. URL: <https://www.vice.com/de/article/8x5jm5/snapchat-filter-haben-dafur-gesorgt-dass-ich-mich-hasslich-fuhle>

Fieldfischer (Germany) LLP, *Snapchat*. URL: <https://www.snapchat.com/l/de-de/>

Frankfurter Allgemeine Zeitung GmbH (Hrsg.), *Moderne Arbeitswelt, Digitalisierung? Nicht mein Ding!*, 10.7.2015. URL: <https://www.faz.net/aktuell/beruf-chance/beruf/digitalisierung-industrie-4-0-in-der-modernen-arbeitswelt-13694605.html>

Frisse, Juliane, Body Positivity. „Das Ziel ist nicht, seine Pickel schön zu finden“, in: *ZEIT ONLINE* (Hrsg.), 08/2019, 1. URL: <https://www.zeit.de/die-antwort/2019-08/body-positivity-schoenheitswahn-body-neutrality-selbstbewusstsein>

Frisse, Juliane, Body Positivity. „Das Ziel ist nicht, seine Pickel schön zu finden“, in: *ZEIT ONLINE* (Hrsg.), 08/2019, 2. URL: <https://www.zeit.de/die-antwort/2019-08/body-positivity-schoenheitswahn-body-neutrality-selbstbewusstsein/seite-2>

Frisse, Juliane, Body Positivity. „Das Ziel ist nicht, seine Pickel schön zu finden“, in: *ZEIT ONLINE* (Hrsg.), 08/2019, 3. URL: <https://www.zeit.de/die-antwort/2019-08/body-positivity-schoenheitswahn-body-neutrality-selbstbewusstsein/seite-3>

Furtwängler, Maria und Elisabeth, Geschlechterdarstellungen auf YouTube, Instagram und in Musikvideos. Weibliche (Selbst-)Inszenierung in den neuen Medien, in: *MaLisa Stiftung* (Hrsg.), 2019. URL: <https://malisastiftung.org/geschlechterdarstellung-neue-medien/>

Furtwängler, Maria und Elisabeth, Geschlechterdarstellung in Film und Fernsehen. „Audiovisuelle Diversität“, in: *MaLisa Stiftung* (Hrsg.), 2017. URL: <https://malisastiftung.org/studie-audiovisuelle-diversitaet/>

Furtwängler, Maria und Elisabeth, Studien, in: *MaLisa Stiftung* (Hrsg.). URL: <https://malisastiftung.org/studien/>

Furtwängler, Maria und Elisabeth, Audiovisuelle Diversität, in: *MaLisa Stiftung* (Hrsg.), 2017. URL: <https://malisastiftung.org/studie-audiovisuelle-diversitaet/>

Furtwängler, Maria und Elisabeth, Über die Stiftung, in: *MaLisa Stiftung* (Hrsg.), 2016. URL: <https://malisastiftung.org/ueber-die-stiftung/>

Furtwängler, Maria und Elisabeth, Über die Stiftung. Das Team, in: *MaLisa Stiftung* (Hrsg.), 2016. URL: <https://malisastiftung.org/ueber-die-stiftung/#team-mfurtwaengler>

Furtwängler, Maria und Elisabeth, weibliche Selbstinszenierung in den neuen Medien, in: *MaLisa Stiftung* (Hrsg.), 2019. URL: <https://malisastiftung.org/wp-content/uploads/Selbstinszenierung-in-den-neuen-Medien.pdf>

Gabriel, Markus, „Wir brauchen eine metaphysische Pandemie“, in: *Rheinische Friedrich Universität Bonn* (Hrsg.), März 2020. URL: <https://www.uni-bonn.de/neues/201ewir-brauchen-eine-metaphysische-pandemie201c>

Gardt, Martin, Instagram-Gewinner 2019: Diese deutschen Influencer sind die großen Wachstums-Champions, *ramp 106 GmbH* (Hrsg.), Januar 2020. URL: <https://omr.com/de/instagram-champions-2019-influencer/>

Gender Institut Bremen. Diversität in Bildung und Wissenschaft e.V. (Hrsg.), Art. *Heteronormativität*. URL: <http://www.genderinstitut-bremen.de/glossar/heteronormativitaet.html>

Geppert, Melanie, Die Rolle von Bedürfnissen für das menschliche Handeln, in: *Verlag Herder GmbH* (Hrsg.), September 2019. URL: <https://www.herder.de/leben/lebensberatung-und-psychologie/maslowsche-beduerfnispyramide/>

Gerdes, Merle, Martha Nussbaum, in: Niklas Angebauer, Institut für Philosophie (Hrsg.), *Politische Philosophinnen der Gegenwart. Ergebnissicherung zum gleichnamigen Seminar im SoSe 2020 an der Carl von Ossietzky Universität Oldenburg*, 2020. URL: <https://wp.uni-oldenburg.de/politische-philosophinnen/martha-nussbaum/>

Gross, Gisela, Druck zur Selbstoptimierung. Macht unser Lebensstil krank?, in: *Spiegel Psychologie* (Hrsg.), 2016. URL: <https://www.spiegel.de/gesundheit/psychologie/druck-zur-selbstoptimierung-macht-unser-lebensstil-krank-a-1122919.html>

Gymondo GmbH, *Sophia Thiel. Schlank und Fit in 12 Wochen*. URL: <http://www.sophia-thiel.com/sot/>

Götz, Maya, „Man braucht ein perfektes Bild. Die Selbstinszenierung von Mädchen auf Instagram“, in: *TELEVIZION digital*, 2019/1, URL: http://www.br-online.de/jugend/izi/deutsch/publikation/television/Digital/Goetz-Perfektes_Bild.pdf

Hackober, Julia, *Allein das Wort „Influencer“ ist schon gefährlich!*, in: WeLT, 2017. URL: <https://www.welt.de/icon/mode/article160963232/Allein-das-Wort-Influencer-ist-schon-gefaehrlich.html>

Handelsblatt (Hrsg.), *Zahl der Fitnessstudios steigt weiter an*, 19.3.2019. URL: <https://www.handelsblatt.com/unternehmen/dienstleister/fitnessbranche-zahl-der-fitnessstudios-steigt-weiter/24120118.html?ticket=ST-1559086-IsdJHXe6F4TL2Aw6tiLa-ap1>

Halfwassen, Jens, Art. Seelenwagen, in: Joachim Ritter, Karlfried Gründer und Gottfried Gabriel (Hrsg.), *Historisches Wörterbuch der Philosophie online*, HWPH.3760. URL: https://www.schwabeonline.ch/schwabe-xaveropp/elibrary/start.xav?start=%2F%2F*%5B%40attr_id%3D%27verw.seelenwagen%27%20and%20%40outline_id%3D%27hwph_verw.seelenwagen%27%5D

Havlat, Oliver, (Chefredaktion), Nahrungsergänzungsmittel für Sportler – Mit Pillen als Erster durch das Ziel?, in: *Verbraucherzentrale NRW e.V.* (Hrsg.). URL: <https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/lebensmittel/nahrungsergaenzungsmittel/nahrungsergaenzungsmittel-fuer-sportler-mit-pillen-als-erster-durch-das-ziel-13317>

Hauschild, Jana, Wie Lästern verbindet, in: *Spiegel Wissenschaft*, Mai 2017. URL: <https://www.spiegel.de/wissenschaft/mensch/laestern-schmierstoff-zwischen-menschen-a-1147818.html>

Homepage Centered Learning Karrierefaktor Wissen, Die Maslowsche Bedürfnispyramide. Motivation und Bedürfnisse des Menschen, *Landeszentrale für politische Bildung Baden-Württemberg* (Hrsg.). URL: <https://www.lpb->

bw.de/fileadmin/Abteilung_III/jugend/pdf/ws_beteiligung_dings/2017/ws6_17/maslowsche_beduerfnispyramide.pdf

Interviewgespräch zwischen Meghan Murphy und Lindsay Kite: Frauenkörper sind keine Konsumtionsgegenstände. Interview zu den Begriffen Objektivierung und Selbstobjektivierung mit Lindsay Kite, in: Kritische Perspektive. (Hrsg.) *Nachrichten und Kritik zu Kapitalismus und Patriarchat*, Theorie, 2016. URL: <https://kritischeperspektive.com/kp/2016-19-frauenkoerper-sind-keine-konsumtionsgegenstaende-interview-zu-den-begriffen-objektivierung-und-selbstobjektivierung-mit-lindsay-kite/>)

Internationales Zentralinstitut für Jugend- und Bildungsfernsehen, Naiv und Sexy auf TikTok unterwegs. Mehr Medienkompetenz für den Umgang mit der Video-App nötig. Neue Studie zur Bedeutung von TikTok für Kinder und Jugendliche, in: *Bayrischer Rundfunk (Anstalt öffentlichen Rechts)* (Hrsg.), 9.7.20. URL: http://www.br-online.de/jugend/izi/deutsch/presse/Pressemitteilungen/PM_TikTok.pdf

IKUD Seminare (Hrsg.), *Identität: Definition soziale, nationale, kulturelle & ethnische Identität*. URL: <https://www.ikud.de/glossar/identitaet-definition-soziale-nationale-kulturelle-ethnische-identitaet.html>

Iovino, Nicola, und Rockoff, Marcus, Epigenetik zwischen den Generationen, *Max-Planck-Gesellschaft* (Hrsg.), Juli 2017. URL: <https://www.mpg.de/11396064/epigenetik-vererbung>

Jacobsen, Nils, Ex-Facebook-Manger erneuert Kritik: „Social Media kreiert Gesellschaft, die Wahrheit mit Beliebtheit verwechselt“, in: *MEEDIA GmbH*, Dezember 2017. URL: <https://meedia.de/2017/12/12/ex-facebook-manager-legt-nach-social-media-kreiert-gesellschaft-die-popularitaet-mit-der-wahrheit-verwechselt/>

Johannes-Gutenberg-Universität Mainz, *Unser Team. Abteilung Sportmedizin, Prävention und Rehabilitation am Institut der Sportwissenschaft*, 2020. URL: <https://www.sportmedizin.uni-mainz.de/unser-team/>

Kölner Stadt-Anzeiger (Hrsg.), *Russenschaukel und stärkster Mann der Welt*, 13.4.2006. URL: <https://www.ksta.de/russenschaukel-und-staerkster-mann-der-welt-13297310>

Kovacs, Peter und Blüher, Matthias, Übergewicht: Wenn Gene dick machen, *Norddeutscher Rundfunk. Anstalt des öffentlichen Rechts* (Hrsg.), August 2019. URL: <https://www.ndr.de/ratgeber/gesundheit/uebergewicht-Wenn-Gene-dick-machen,uebergewicht174.html#:~:text=Fettverteilung%20ist%20abh%C3%A4ngig%20von%20den%20Genen&text=Es%20gibt%20sie%20also%2C%20die,Einfluss%20auf%20das%20Gewicht%20haben>

Krone Multimedia GmbH & Co KG (Hrsg.), *Dysmorphophobie. Falsche Wahrnehmung durch Snapchat-Filter*, 2018. URL: <https://www.krone.at/1648856,2/2018>

Lehnert, Sarah (Y-Kollektiv), *übergewichtig und selbstbewusst – Wie Übergewichtige der Diskriminierung trotzen*, eine Produktion der sendefähig GmbH, 2019. URL: https://www.youtube.com/watch?v=b5k0SXg_xl4

Lehrbuch für den christlichen Glaubensunterricht, Art. *Katechismus, der*, in: *DUDEN* (Hrsg.), URL: <https://www.duden.de/rechtschreibung/Katechismus>

Leiffels, Dennis (Y-Kollektiv), *Influencer und ihr #Instalife- Werbung oder Realität?*, eine Produktion der sendefähig GmbH, 2018. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=ogja5YT7Wfc>

Lieder, Marianna, Helmuth Plessner und die Gemeinschaft, in: *Philosophie Magazin* (Hrsg.), 2/2019. URL: <https://philomag.de/helmuth-plessner-gemeinschaft/>

Lind, Georg, Moralerziehung als demokratische Bildung, in: *Deutsche Vereinigung für Politische Bildung – NW e.V.* (Hrsg.), Politisches Lernen. Politische Bildung (2/1993), Duisburg 1992, 2-4, 6-8 URL: https://www.uni-konstanz.de/ag-moral/pdf/Lind-1993_Moralerziehung-demokratische%20Bildung.pdf

Lind, Georg, Was ist moralische Kompetenz. Einblicke in experimentelle Moralphysikologie, in: *Uni Konstanz* (Hrsg.), 2015, 6-9. URL: http://www.uni-konstanz.de/ag-moral/moral/demokratie/2015_03_Zeppelin_Uni_Friedrichshafen/Lind-2015_was%20ist%20moralkompetenz.pdf

Lurch, Lana, Pfau et al., Body Positivity Bewegung. Selbstliebe lernen, in: *Glamour.de* (Hrsg.), 5.5.20. URL: <https://www.glamour.de/beauty/beauty-news/body-positivity>

Mallach, Karl, Über uns, in: *Bitkom – Bundesverband Informationswirtschaft, Telekommunikation und neue Medien e.V.* (Hrsg.). URL: <https://www.bitkom.org/Bitkom/Ueber-uns>

McFit, Geschäftsführung Rainer Schaller, *RSG Group GmbH* (Hrsg.). URL: <https://www.mcfite.com/de/>

McFit, Offener Brief an Bundeskanzlerin Merkel, Geschäftsführung Rainer Schaller, *RSG Group GmbH* (Hrsg.). URL: https://www.mcfite.com/fileadmin/user_upload/PDF-Files/Dont-forget-Fitness/McFIT_offener_Brief_Hochformat_NEU_PDF.pdf

Meiner. Verlag für Philosophie (Hrsg.), *Platon. Timaios*. URL: <https://meiner.de/timaios-12274.html>

Merkle, Rolf, Psychologie Lexikon, Art. Selbsthass, in: *Psychologie Lexikon* (Hrsg.) <https://www.palverlag.de/lebenshilfe-abc/selbsthass.html>

Michelberger, Melodie, Mein Körper ist kein Meme, in: *ZEIT MAGAZIN* (Hrsg.), 18.5.2020. URL: <https://www.zeit.de/zeit-magazin/2020-05/bodyshaming-fatshaming-coronavirus-after-corona-body-memes>

Mitscherlich, Margarete, *Sigmund Freud. Das Ich und das Es*, ZEIT ONLINE (Hrsg.), 41/1982. URL: <https://www.zeit.de/1982/41/das-ich-und-das-es>

Müller-Eiselt, Ralph, Digitalisierung braucht mehr Zivilgesellschaft, in: *BertelsmannStiftung* (Hrsg.), 21.1.2019. URL: <https://www.bertelsmann-stiftung.de/de/themen/aktuelle-meldungen/2019/januar/digitalisierung-braucht-mehr-zivilgesellschaft/>

Nicke, Sascha, Der Begriff der Identität, in: *Bundeszentrale für politische Bildung* (Hrsg.), Dezember 2018. URL: <https://www.bpb.de/politik/extremismus/rechtspopulismus/241035/der-begriff-der-identitaet>

Niehuss, Jens, *Nicht ohne mein Smartphone. Ein Leben für Likes*, MDR Mitteldeutscher Rundfunk (Hrsg.), Nah dran, Juli 2019. URL: https://www.mdr.de/mediathek/suche/video-318738_zc-f24cd3d3_zs-20a70875.html

Nike, *our mission*. URL: <https://about.nike.com/>

Nikisch, Vanessa, „Generation Selfie“ – Was steckt hinter der Selbstinszenierung im Netz, *SRF Doku* (Hrsg.), Februar 2019. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=BxBNPpsWKh8>

Passmann, Sophie, Sophie Passmann, in: *ZEIT MAGAZIN* (Hrsg.), Alles oder nichts, 40/2020, 23.920. URL: <https://www.zeit.de/zeit-magazin/2020/40/body-positivity-schoenheitsideale-hass-alles-oder-nichts>

Pfreundschuh, Wolfram, Art. Konsum, in: *Kulturkritik* (Hrsg.). URL: https://kulturkritik.net/begriffe/begr_txt.php?lex=konsum

Philosophie Magazin (Hrsg.), Empirismus, in: *Begriffslexikon*. URL: <https://www.philomag.de/lexikon/empirismus>

Prommer, Elizabeth et al., Selbstermächtigung oder Normierung? Frauenbilder auf YouTube. Ziel und Forschungsmethode der Studie – Zusammenfassung, in: *MaLisa Stiftung* (Hrsg.), 2019. URL: https://malisastiftung.org/wp-content/uploads/YouTube_Prommer_Wegener_Methodenbeschreibung-Final_3-4.pdf

Prommer, Elizabeth et al., Weibliche Selbstinszenierung auf YouTube, Selbstermächtigung oder Normierung, in: *MaLisa Stiftung* (Hrsg.), 2019. URL: <https://malisastiftung.org/wp-content/uploads/YouTube-Studie.pdf>

Raschendorfer, Josefa, Gefällt euch wer ich bin?, in: *ZEIT Wissen* (Hrsg.), 5/2016, August 2016. URL: <https://www.zeit.de/zeit-wissen/2016/05/soziale-netzwerke-internet-likes-verhaltenspsychologie>

Rasmussen, Wiebke, Dr. (PHINEO gAG), Digitalisierung braucht Zivilgesellschaft, in: *Robert Bosch Stiftung* (Hrsg.), *BertelsmannStiftung* (Hrsg.), *Stiftung Neue Verantwortung* (Hrsg.), *Phineo* (Hrsg.), 2019, 84. URL: https://www.bosch-stiftung.de/sites/default/files/publications/pdf/2019-01/Report_Digitalisierung_braucht_Zivilgesellschaft_2019.pdf

Redaktion „MensHealth.de“ unter der Leitung von Ulrich Dehne, *Men's Health*, Hamburg, August 2019, URL: <https://www.menshealth.de/>

Rest, Tanja, Die Skelett-Schwestern. Abmagern für Jeans der Größe zero – wer in Bollywood hip sein will, braucht Beine wie Mikados und offenbar nichts zu essen, in: *Süddeutsche Zeitung* (Hrsg.), 12/2008. URL:

<https://www.sueddeutsche.de/panorama/schlankheitswahn-die-skelett-schwestern-1.857796>

Rückert, Sabine, *Vom Wesen der Seele*, ZEIT MAGAZIN (Hrsg.), 53/2017. URL: <https://www.zeit.de/zeit-magazin/2017/53/seele-psychologie-existenz-suche>

S.B, Art. soziale Identität, in: *Spektrum der Wissenschaft Verlagsgesellschaft mbH* (Hrsg.). URL: <https://www.spektrum.de/lexikon/psychologie/soziale-identitaet/14513>

Scheler, Fabian, Sport ist nicht das Problem, sondern die Lösung, in: *ZEIT ONLINE* (Hrsg.), Februar 2021. URL: <https://www.zeit.de/sport/2021-02/corona-lockdown-sport-keine-lockerungen-breitensport-verbot-gesundheit>

Schink, Nina, Von dieser erfolgreichen Digital-Firma weiß kaum jemand etwas, in: *Orange by Handelsblatt GmbH*, September 2019. URL: <https://orange.handelsblatt.com/artikel/49864>

Schink, Nina, Warum mich die Influencer-Welt anekelt, in: *Orange by Handelsblatt GmbH*, Juni 2019. URL: <https://orange.handelsblatt.com/artikel/61544>

Schneider, Gerd, und Toyka-Seid, Christiane, Das junge Politik-Lexikon, Art. Moral, in: *Bundeszentrale für politische Bildung* (Hrsg.), 2019. URL: <https://www.hanisauland.de/lexikon/m/moral.html>

Schuhmacher-Chilla, Doris, Körper – Leiblichkeit, in: *Kubi-online: Wissenstransfer für Kulturelle Bildung* (Hrsg.), 2012/2013. URL: <https://www.kubi-online.de/artikel/koerper-leiblichkeit>

Schwab, Irmela, Influencer Marketing mit Abnutzungserscheinungen, in: *W&V (Verlag Werben & Verkaufen GmbH)* (Hrsg.), Oktober 2019. URL: https://www.wuv.de/tech/influencer_marketing_mit_abnutzungserscheinungen

Specht, Rainer, Art. Influxus physicus, Influxionismus, in: *Historisches Wörterbuch der Philosophie online* (Hrsg.), HWPB. 1766. URL: https://www.schwabeonline.ch/schwabe-xaveropp/elibrary/start.xav?start=%2F%2F*%5B%40attr_id%3D%27verw.influxus.physicus.influxionismus%27%5D

Spektrum der Wissenschaft Verlagsgesellschaft mbH (Hrsg.), Art. *Epigenetik*, Heidelberg. URL: <https://www.spektrum.de/thema/epigenetik/1191602>

SPIEGEL ONLINE (Hrsg.), „*Depression ist Wut, Wut gegen sich selbst*“, 51/1978. URL: <http://www.spiegel.de/spiegel/print/d-40606014.html>

Stracke, Christian, *Schöner neuer Mann – Körperkult, Fitnesswahn und tödliche Trends*, ZDFinfo (Hrsg.), Juli 2015. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=GYiBYYTusHk>

Textbroker – Sario Marketing GmbH (Hrsg.), *Influencer Marketing*, Mainz. URL: <https://www.textbroker.de/influencer-marketing>

Unilever Deutschland GmbH (Hrsg.), *Dove- eine Marke für wahre Schönheit*. URL: <https://www.unilever.de/marken/koerperpflege/deutschland/dove.html>

Unilever Deutschland GmbH, *Dove Getty Images Girlgaze #ShowUs – Behind the Scenes*, Dove offiziell (Hrsg.), 2019. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=X3BVwWOzuPY>

Unilever Deutschland GmbH, *Dove self-esteem project. Unsere Mission*. URL: <https://www.dove.com/de/dove-self-esteem-project/our-mission.html>

Unilever Deutschland GmbH, *Frauen in den Medien: Verpasse Stereotypen ein Make-over*. URL: <https://www.dove.com/de/dove-self-esteem-project/help-for-parents/media-and-celebrities/women-in-the-media.html>

Unilever Deutschland GmbH, *Happy Birthday, #RealBeauty!*, 2019. URL: <https://www.unilever.de/presseservice/news-and-features/2019/20190926.html>

Unilever Deutschland Holding GmbH, *Willkommen bei Dove Men+Care*. URL: <https://www.dove.com/de/men-care.html>

Unilever Deutschland Holding GmbH, *Mein einzigartiges Ich: ein Leitfaden, damit dein Kind ein positives Körpergefühl aufbauen kann*. URL: <https://www.dove.com/de/dove-self-esteem-project/help-for-parents/uniquely-me-a-tool-to-help-build-positive-body-confidence.html>

Unilever Deutschland Holding GmbH, *Unilever im Überblick*. URL: <https://www.unilever.de/ueberuns/wer-wir-sind/unilever-im-ueberblick/>

Unilever Deutschland Holding GmbH, *Willkommen bei Dove*. URL: <https://www.dove.com/de/home.html>

Villa, Paula-Irene, *Der Körper als kulturelle Inszenierung und Statussymbol*, in: APuZ, *Körperkult und Schönheitswahn*, 18/2007. URL: <http://www.bpb.de/apuz/30508/der-koerper-als-kulturelle-inszenierung-und-statussymbol?p=0>

Von Bargen, Henning, *Von Welle zu Welle*, in: *Heinrich-Böll-Stiftung e.V.* (Hrsg.), Juli 2018. URL: <https://www.boell.de/de/2018/07/03/von-welle-zu-welle>

Weltgesundheitsorganisation, Regionalbüro für Europa (Hrsg.), *Definition einer Depression*, URL: <http://www.euro.who.int/de/health-topics/noncommunicable-diseases/pages/news/news/2012/10/depression-in-europe/depression-definition>

Wesseling, Antonia C., „Die Scheinwelt auf Instagram kotzt mich an. Ich spiele trotzdem mit“, in: *Orange by Handelsblatt GmbH* (Hrsg.), August 2017. URL: <https://orange.handelsblatt.com/artikel/31670>

Wieland, Rayk, Die neue Einsamkeit – über die Gesellschaft und die *Conditio Humana*, in: *Bayrischer Rundfunk, Anstalt des öffentlichen Rechts* (Hrsg.), März 2021. URL: <https://www.daserste.de/information/wissen-kultur/ttt/sendung/br/diana-kinnert-die-neue-einsamkeit-gesellschaft-und-conditio-humana-100.html>

Witte, Wilhlem, in: Joachim Ritter, Karlfried Gründer und Gottfried Gabriel (Hrsg.), *Historisches Wörterbuch der Philosophie online*, HWPH.3272. URL: https://www.schwabeonline.ch/schwabe-xaveropp/elibrary/start.xav?start=%2F%2F%2A%5B%40attr_id%3D%27hwph_produc%27%5D#__elibrary__%2F%2F%5B%40attr_id%3D%27verw.problem.psychophysisches%27%5D__1599507054222

Wirtschaftspsychologie aktuell. Zeitschrift für Personal und Management (Hrsg.), *Gruppenzugehörigkeit entspannt*. URL: <https://www.wirtschaftspsychologie-aktuell.de/nachrichten/nachrichten-20160222-gruppenzugehoerigkeit-entspannt.html>

Y-Kollektiv, produziert von funk, einem Gemeinschaftsangebot der Arbeitsgemeinschaft der Rundfunkanstalten der Bundesrepublik Deutschland (ARD) und des Zweiten Deutschen Fernsehens (ZDF). URL: https://www.youtube.com/channel/UCLoWcRy-ZjA-Erh0p_VDLjQ

Zachhuber, Johannes, *Die Seele als Dynamis in Gregor von Nyssa. Überlegungen zur Schrift De Anima et Resurrectione*, in: ACADEMIA, 2016, 1ff. URL: https://www.academia.edu/966344/Die_Seele_als_Dynamis_in_Gregor_von_Nyssa

Wissenschaftlicher Bildungsgang der Doktorandin

10/2013-09/2016: Zwei-Fächer-Bachelor Ev. Theologie/Religionspädagogik und Philosophie an der Carl von Ossietzky Universität Oldenburg

10/2016-09/2018: Fachmaster Philosophie an der Carl von Ossietzky Universität Oldenburg

10/2018-2022: Promotion im Fach Philosophie an der Carl von Ossietzky Universität Oldenburg