

Die Sendung *Germany's Next Topmodel* kann Essstörungen verstärken

Eine IZI-Studie untersuchte die Rolle von Fernsehsendungen im Kontext von Essstörungen wie Magersucht und Bulimie aus Sicht der Betroffenen. Die Befragung von 241 Menschen, die aktuell in Behandlung wegen einer Essstörung sind, zeigt: Besonders *Germany's Next Topmodel* kann die psychosomatische Krankheit verstärken. Für fast ein Drittel der Betroffenen war die Sendung entscheidend für die eigene Krankheitsentwicklung.

München, 23. April 2015 – Essstörungen gehören in den westlichen Industrieländern zu den häufigsten psychosomatischen Erkrankungen von Mädchen und jungen Frauen. Das Internationale Zentralinstitut für das Jugend- und Bildungsfernsehen (IZI) befragte in Kooperation mit dem Bundesfachverband Essstörungen e.V. (BFE) 241 Menschen mit Essstörungen (überwiegend Frauen mit Magersucht und Ess-Brechsucht) nach der Rolle von Fernsehsendungen bei der Entwicklung ihrer Krankheit.¹ Die jüngste Teilnehmerin war 11 Jahre, weit über die Hälfte war unter 21 Jahre alt.

Vereinzelt spielen Formate wie *Extrem Schön*, *Extrem Schwer* oder auch *Das perfekte Dinner* eine Rolle

Bei den für die Krankheit bedeutsamen Fernsehsendungen werden vereinzelt Sendungen wie *Extrem Schwer* oder *The Biggest Loser* genannt, die Tipps zum weiteren Abnehmen liefern und gleichzeitig das gute Gefühl geben, nicht ganz der/die Hässlichste zu sein. Eine ähnlichen Funktion übernahm auch *Extrem Schön*, wodurch das Gefühl vermittelt wurde, „zumindest schöner als die armen Würstchen in der Sendung zu sein“ (19-Jährige, Magersucht). Kochsendungen wie *Das perfekte Dinner* dienen einigen in Hochphasen der Anorexie dazu, sich zumindest „satt zu sehen“. In zwei Fällen ahmten junge Frauen das Verhalten einer an Bulimie erkrankten Person aus der Sendung *Gute Zeiten, schlechte Zeiten (GZSZ)* nach, wodurch sie ebenfalls eine Ess-Brechsucht entwickelten. Neben diesen Einzelfällen gab es aber eine Sendung, die in ihrer Bedeutung für die Krankheit qualitativ und quantitativ alle anderen bei Weitem übertraf: *Germany's Next Topmodel (GNTM)*.

Zwei Drittel sahen die eigene Krankheit durch *Germany's Next Topmodel* beeinflusst

Meist fand der Einstieg in die Sendung bereits vor der Pubertät statt, einige Befragte sahen sie seit der Grundschule. Fast ein Drittel der Befragten, vor allem die jüngeren Mädchen, geben an, *GNTM* hätte einen „sehr starken Einfluss“ auf ihre eigene Essstörung gehabt. Ein weiteres Drittel sieht zumindest einen „leichten Einfluss“ der Sendung auf ihre Krankheit. Ein Großteil der hier Antwortenden (85 %) stimmt der Aussage zu, dass *GNTM* Essstörungen verstärken kann. Anhand der qualitativen Aussagen werden die Hintergründe hierfür gut nachvollziehbar.

¹ Die Fragebogenerhebung mit vielen offenen und einigen standardisierten Fragen fand im Zeitraum vom November 2014 bis Februar 2015 in Kliniken und betreuten Wohngemeinschaften statt.

GNTM setzt unerreichbare Normen

GNTM stellt Aussehen und Körper in den Mittelpunkt der Aufmerksamkeit. Die meist sehr schlanken Kandidatinnen mit einer Mindestgröße von 1,72 m bei maximaler Kleidergröße von 36 werden nicht nur zum Ideal von Schönheit und Erfolg erhoben, sie scheinen als Normalfall, wie ein Mädchen heute auszusehen hat. Es entsteht „das Gefühl, es gibt so viele tolle, dünne, disziplinierte Mädchen, die damit etwas erreichen und vor allem toll aussehen!“ (17-Jährige, Magersucht). Es kommt zu Vergleichsprozessen, bei denen völlig übersehen wird, dass es sich hier um absolute Ausnahmeerscheinungen in Körperstatur und Gesichtszügen handelt. Werden die Kandidatinnen in GNTM wegen ihres Körpers kritisiert, fühlen sich die Mädchen vor dem Fernseher in ihrer überkritischen Haltung zum eigenen Körper bestärkt und versuchen, ihr Gewicht weiter zu reduzieren. Einige Mädchen beschreiben explizit, wie sie sich immer wieder mit diesen Ausnahmekörpern verglichen haben „und so hat auch ein Teil meiner Krankheit angefangen.“ (14-Jährige mit Magersucht).

Das Krankmachende in der Logik von GNTM:

Bedingungslose Anpassung und Verdrängung der eigentlichen Gefühle

Die besondere Wirksamkeit der Sendung für Mädchen mit Prädisposition für Essstörungen liegt noch auf einer tieferen Ebene. Denn die Hintergründe für die Krankheit sind ausgesprochen komplex. Zumeist sind es tiefe Identitätskrisen, denen sich die Betroffenen nicht gewachsen fühlen. Um das Gefühl der Handlungsfähigkeit aufrechtzuerhalten, wird die Wahrnehmung von den inneren Welten auf den äußeren Körper und die „Essensbühne“ verlagert. Es entsteht ein Teufelskreis, aus dem sich die Betroffenen selbst nicht mehr befreien können.

GNTM folgt einem ganz ähnlichen Grundprinzip: der Trennung von Gefühlen, Körperwahrnehmung und Handeln. Jede neue „Challenge“, jede Gestaltung des eigenen Körpers durch Fremde ist voller Begeisterung anzugehen. Die Kandidatinnen müssen alles „für den Kunden“ bzw. Heidi Klum geben. Empfindungen wie Müdigkeit und Kälte oder Gefühle wie Scham, Ekel, Wut oder Angst müssen unterdrückt werden.

Bei mindestens 70 der befragten 241 Mädchen und jungen Frauen führte dieses Zusammenspiel aus für sie unerreichbaren Normen, Vergleichsprozessen, der propagierten Idealisierung der bedingungslosen Anpassung und notwendigen Distanzierung von den eigenen Gefühlen in die Mager- oder Ess-Brech-Sucht.

Konsequenzen gefordert: Mindest-BMI, mehr Vielfalt und höhere Sensibilität im Umgang mit dem Thema

Als Konsequenzen fordern die Betroffenen selbst eine Erweiterung des Körperbildes in den Medien, die Einführung eines Mindest-BMI für Models und SchauspielerInnen sowie die Abschaffung von „Size Zero“. Das Wichtigste bringt eine 18-Jährige, die an Magersucht erkrankt ist, auf den Punkt: „Hört auf zu propagieren, dass es ‚normal‘ sei, wie Models aussehen, und jeder mit mehr Gewicht nicht den gesellschaftlichen Normen entspricht, denn es sollte andersherum sein.“

Sigrid Borse und Andreas Schnebel vom Bundesfachverband Essstörungen e.V. fordern mehr Aufklärung über die Krankheit. Studienleiterin Dr. Maya Götz betont die Wichtigkeit der Sensibilisierung von Medienschaffenden: „Wir brauchen dringend eine Erweiterung der medialen Bilderwelten und mehr Achtsamkeit beim Umgang mit jungen Frauen vor der Kamera. Werden sie auf ihren Körper reduziert und in diesem hochsensiblen Bereich kritisiert, kann es nicht nur für die Akteurinnen, sondern auch für junge Frauen vor dem Fernseher fatale Folgen haben.“

Die Studie wird zum ersten Mal auf der Mitgliederversammlung des Bundesfachverbands Essstörungen e.V. (BFE) am 8. Mai in München vorgestellt.

Weitere Informationen und eine Zusammenfassung der Ergebnisse: Dr. Maya Götz, Leiterin, Internationales Zentralinstitut für das Jugend- und Bildungsfernsehen, Tel.: 089/5900 42264, Internet: www.izi.de, E-Mail: Maya.Goetz@br.de

Allgemeine Informationen zum Krankheitsbild

Essstörungen sind eine Verhaltensstörung mit gravierenden und weitreichenden gesundheitlichen Schäden an der schätzungsweise 700.000 Menschen in Deutschland leiden. Die Dunkelziffer dieser Erkrankung liegt weitaus höher. Essstörungen zählen zu den psychischen Krankheiten, an denen die meisten jungen Menschen sterben. Oft ist dieses Krankheitsbild gepaart mit weiteren psychischen Störungen wie z. B. Depression, Zwangsstörungen, Borderline-Störungen und Persönlichkeitsstörungen. Nach Angaben einer seit 2003 laufenden Studie des Robert-Koch-Institutes zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland, leidet jedes fünfte Kind zwischen 11 und 17 Jahren an Symptomen einer Essstörung.¹ Nach Aussage der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) lässt sich für alle Formen der Essstörung eine Steigerung der Krankheitshäufigkeit in den letzten Jahren feststellen. Ein Grund für diesen Anstieg scheinen gesellschaftliche Einflüsse, wie beispielsweise das westliche Schönheitsideal, zu sein.² Bei Magersucht liegt die größte Gruppe von Betroffenen in der Altersgruppe von 12 bis 23 Jahren und bei Bulimie in der Altersgruppe von 20 bis 30 Jahren.

// Merkmal einer Essstörung

Das signifikanteste Merkmal aller Essstörung ist der ständige Gedanke und die emotionale Beschäftigung mit dem Thema »Essen« und die daraus resultierenden Auswirkungen auf den eigenen Körper.

// Beispiele für Folgen einer Essstörung

Hormonspiegel sinkt, die Folgen: Frauen haben keinen funktionierenden Zyklus und Männer müssen mit Potenzproblemen rechnen. Der gesamte Körper läuft im »Sparmodus« kalte Hände und Füße werden oft begleitet von trockener, spröder Haut sowie Haarausfall und brüchigen Nägeln. An verschiedenen Körperstellen (Armen, Rücken, Gesicht) bildet sich ein feiner Haarflaum (Lanugobehaarung). Durch die Reduzierung des Unterhautfettgewebes wirkt die Haut oft gläsern, Füße und Hände schimmern bläulich. Gerade im Jugendalter führt eine Mangelernährung zu einem Entwicklungs- und Wachstumsstopp. Die bestehende Muskelmasse baut sich rapide ab und der Mangel an Phosphat, Kalzium und Vitamin D führt zu brüchigen Knochen – also Osteoporose, Herzrhythmus- Störungen und Nierenversagen – Todesgefahr!

// Die unterschiedlichen Krankheitsbilder von Essstörungen

/ Magersucht (Anorexia nervosa) starker und bewusst herbei geführtem Gewichtsverlust. Manche Erkrankte greifen zusätzlich zu Appetitzüglern, Abführmitteln oder entwässernden Medikamenten.

/ Bulimie wird gekennzeichnet durch häufige Essattacken, bei denen in kurzer Zeit große Nahrungsmengen gegessen werden. Um die große Kalorienzufuhr »rückgängig« zu machen und nicht zuzunehmen, lösen die Betroffenen entweder selbst Erbrechen aus, fasten oder missbrauchen Abführmittel.

/ Binge-Eating ist eine Essanfallstörung oder periodische Essanfälle mit einem Kontrollverlust. Dieses Essverhalten ist eine weit verbreitete Essstörung und tritt bei Frauen und Männern auf. Übergewicht und starke Körperunzufriedenheit sind Begleitsymptome.

/ Übergewicht (Adipositas) in der Bevölkerung stark verbreitet. Etwa jeder dritte erwachsene Deutsche ist deutlich übergewichtig und sollte aus medizinischen Gründen Gewicht abnehmen.

// FUSSNOTEN

¹. Hölling/Schlack 2007, S. 795. ² <http://www.bzga-essstoerungen.de/index.php?id=57>.