

Heinrike Paulus: Unrealistische Körperbilder im Netz

Jugendliche suchen sich häufig Vorbilder wie Influencer*innen, um ihre Identität oder das eigene Körperbild zu festigen. Vermeintlich perfekte Körper prägen so ihr Verständnis von Schönheit und beeinflussen Körpergefühl und -wahrnehmung. Die zehneitige Broschüre *Schönheitsideale im Internet. Tipps für selbstbewussten Umgang mit Schönheitsidealen in virtuellen Welten* von Internet Service Providers Austria (ISPA) klärt über unrealistische Körperbilder auf und gibt praktische Hinweise zu Selbstwahrnehmung und -akzeptanz.

Niedrigschwellig werden der Schönheitsbegriff, Filteralgorithmen, sexualisierte Darstellungen und gesundheitsgefährdende Körperbilder reflektiert. „Besonders in der vulnerablen Phase des Erwachsenwerdens sollte die Stärkung des Selbstbewusstseins Priorität haben“, heißt es in einem Erklärtext. Zudem enthält die Broschüre für Familien, Lehrer*innen oder Pädagog*innen Tipps und Informationen, wie sie Jugendliche unterstützen können.

Obwohl vielen Heranwachsenden bewusst ist, dass die unrealistischen, idealisierten Körperbilder von beispielsweise Influencer*innen auch durch den Einsatz von Bildbearbeitungssoftware und Filter entstehen, eifern viele diesem Ideal nach. Dazu kommen von KI erzeugte Fotografien. Oft lastet auf Heranwachsenden ein großer Druck, den sie zu kompensieren versuchen, indem sie selbst Videos und Bilder durch Filter idealisieren. Vor diesem Hintergrund erhalten Jugendliche in der Handreichung wertvolle Hinweise, wie sich die Selbstakzeptanz fördern lässt. Die Handreichung basiert auf einer Studie zu Schönheitsidealen, die 2024 vom Institut für Jugendkulturforschung und Kulturvermittlung im Auftrag des Österreichischen Institut für angewandte Telekommunikation (ÖIAT) und der ISPA im Rahmen der EU-Initiative Saferinternet.at durchgeführt wurde (siehe merz 24-2).

<https://ispa.at/wissenspool/broschueren>