

Body Positivity

Von Martina Wildfeuer

Stand 08. Juli 2021

Logline

Body Shaming kann zu psychischen und körperlichen Belastungen führen. Die *Body Positivity Bewegung* auf Instagram reagiert darauf, indem sie Schönheitsideale in Frage stellt und eine Vielfalt verschiedener Körper präsentiert.

Skript

Die Medien und Werbung sind voll von unrealistischen und diskriminierenden Schönheitsidealen. Von klein auf werden Mädchen wie Jungen damit konfrontiert, was alles nicht „perfekt“ an ihrem Körper ist. Also alles, was nicht in die gängigen Schönheitsideale passt.

Durch Medien, Werbung und Einzelpersonen finden solche Konfrontationen mit dem gängigen Schönheitsideal statt, die auch in Formen von Body-Shaming übergehen können.

Dadurch kann es zu Spannungen mit dem eigenen Körperbild kommen. Gegen diese Spannungen und ihre Ursachen möchte die Body-Positivity-Bewegung sich einsetzen.

In diesem Video möchte ich über die Body-Positivity-Bewegung reden und sie aus einer kommerziellen, feministischen und theologischen Perspektiven reflektieren.

Body-Shaming

Aber zunächst beginnen wir mit der Frage: Was ist Body-Shaming? Dazu habe ich meine Freundin Mara befragt:

Mara ist 24 Jahre alt, lebt aktuell in Berlin, sie studiert international Management und betreibt eine nachhaltige Filmproduktionsfirma. Sie ist selbst betroffen von Body-Shaming und setzt sich für Body-Positivity ein. Mara: „Unter Body Shaming verstehe ich, dass einfach Menschen sich heraus nehmen über Körper zu urteilen, die nicht dem klassischen Schönheitsideal entsprechen. Und das entweder wirklich direkt kritisieren oder auch unterschwellig durch Bemerkungen oder sie einfach suggerieren, dass es nur ein einziges Schönheitsideal gibt.“

Body Shaming kann sehr verletzend sein und führt oft zu ernsthaften Folgen bei den betroffenen Personen. Zum Beispiel kann es zu Depressionen, Angststörungen, Essstörungen und Beeinträchtigungen des Selbstbewusstseins und Selbstwertgefühls führen.

Laut einer Umfrage 2020¹ von YouGov, einem britischen Markt- und Medienforschungsinstitut, wurden 40% der Frauen unter 35 in Deutschland bereits Opfer von Body Shaming. Das ist ganz schön viel, findest du nicht?

¹ Berger-Dinkel, Melanie (2020), Body Shaming: Ein Viertel der Deutschen ist schon aufgrund des eigenen Körpers beleidigt worden, von *YouGov*, 08. Januar 2020, <https://yougov.de/news/2020/01/08/body-shaming-ein-viertel-der-deutschen-ist-schon-a/#:~:text=Nach%20eigenen%20Angaben%20haben%20schon%2025%20Prozent%20der,35-J%C3%A4hrigen%20geben%20an%2C%20bereits%20Body-Shaming-Opfer%20geworden%20zu%20sein.>

Body Positivity Bewegung und Kritik:

Eine Reaktion darauf ist die Body Positivity Bewegung!

Diese Bewegung hat sich in den letzten 10 Jahren entwickelt. Ursprünglich war es eine Bewegung gegen Fat-Shaming in den USA. Heute ist es eine inklusive Bewegung für alle Geschlechter. Sie ruft zu mehr Selbstliebe und der Akzeptanz aller Körper auf. Es geht um die Wertschätzung und Akzeptanz aller Körperformen, egal ob dünn, dick, kurvig, muskulös, Akne, Dehnungsstreifen, Narben, Körperbehaarung, Cellulite und vieles mehr.

Besonders auf Instagram ist sie sehr populär durch berühmte Vertreterinnen wie Tess Holliday, Ashley Graham und Lizzo. Aber auch bekannte Brands wie Calvin Klein und Gymshark werben für ihre Produkte mit Body positive Models.

Aber signalisieren gerade diese großen Brands dadurch auch authentische Unterstützung? Oder handelt es sich um „Body-Positivity-Washing“, also nur das Vortäuschen einer Unterstützung für eigenen Profit? Und sind die Bilder, die wir in der Werbung sehen, dann tatsächlich auch body-positive? Um sich dabei sicher zu sein, muss man sich jede Brand einzeln ansehen.

Man sollte sich dafür zum Beispiel folgende Fragen stellen:

- Nach welchen Kriterien werden die Models ausgewählt?
- Sind sie tatsächlich plussize (44+) oder haben sie nur größere Konfektionsgrößen als „normale“ Models?
- Wurden die Bilder bearbeitet hinsichtlich der Körperform des Models? Also ihre Taille schmaler gemacht, die Hüften breiter oder der Hals schmaler?
- Wird Cellulite, Narben, Dehnungsstreifen oder Körperbehaarung gezeigt?
- Bis zu welcher Konfektionsgröße vertreibt die Brand ihre Kollektionen?

Neben der Kritik einer kommerziellen Verwendung mit dieser Bewegung, gibt es auch Kritik von Feminist*innen. Ihre Argumente sind einerseits die Sexualisierung der Körper, andererseits das Zurückdrängen der Persönlichkeit hinter das äußere Erscheinungsbild einer Person. Aus dieser Kritik heraus hat sich die Body-Neutrality-Bewegung entwickelt. Sie setzt den Fokus auf die Persönlichkeit und stellt das Äußerliche in den Hintergrund. Dadurch ergänzt sie die Body-Positivity-Bewegung gut, sollte sie jedoch nicht ablösen. Der Körper sollte eine wichtige Komponente bleiben.

Theologische Perspektive:

Als Theologiestudentin möchte ich die Body-Positivity-Bewegung auch aus einer theologischen Perspektive beleuchten. Das heißt ich frage mich, welche Perspektiven ich aus einem christlichen Welt- und Menschenbild gewinnen kann. Oder persönlicher formuliert: Welche Ressourcen kann mein Glaube mir geben, um meinen Körper und den Körper Anderer wertzuschätzen?

Zwei Aspekte scheinen mir aus christlich-theologischer Sicht wichtig: Und zwar einerseits der Wohlgefallen Gottes an seiner Schöpfung und damit auch an der Schöpfung des menschlichen Körpers wie er von Natur aus ist. Andererseits ist Gott in Christus Mensch geworden und hat dabei selbst den menschlichen Körper angenommen, so wie er ihn selbst geschaffen hat. Ich denke, wenn ein Körper gut genug für Gott ist, dann ist er es auch für mich.

Eigene Meinung

Bleibt die Frage: Erreicht die Body Positivity Bewegung trotz Kritik ihre Ziele? Wertschätzung und Akzeptanz aller Körper im Öffentlichen Raum, weniger Body Shaming und mehr Selbstliebe?

Mara: „Ich denke schon, dass es dabei einfach hilft, wie gesagt, über das Thema offener zu reden und einen Dialog anzustoßen. Auf der anderen Seite muss ich auch sagen, dass ich es oft kritisch sehe.“

Zusammenfassend bin auch ich der Meinung, dass die Body Positivity Bewegung durch offenen Dialog und Diskurs helfen kann alle Körper wertzuschätzen und zu akzeptieren. Man sollte kritische Aspekte, wie kommerzielle Fake-Unterstützung und Sexualisierung von Körpern nicht vergessen. Ebenso wie die Erfolge der Body-Positivity-Bewegung nicht übersehen werden sollten: zum Beispiel, dass heute schon viel öfter diversere Körper in den Medien und der Werbung gezeigt werden, als noch vor zehn Jahren. Ich finde, auch aus christlicher Perspektive ist die Body-Positivity-Bewegung positiv zu bewerten, da sie uns an unsere Leiblichkeit und Geschöpflichkeit auf eine gute und schätzenswerte Weise erinnert.