

THEMENINFORMATION

Soll die Schule zu einem akzeptierenden Blick auf den eigenen Körper erziehen?

1. Begrifflichkeit

Eine »Schule« ist eine staatliche oder private Einrichtung, in der Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene unterrichtet werden. Gemeint sind hier insbesondere weiterführende, allgemeinbildende Schulen, an denen die Abschlüsse der Sekundarstufe I und II erworben werden können, wie etwa Haupt- und Realschulen, Gesamt-, Gemeinschafts- oder Stadtteilschulen sowie Gymnasien.

»Akzeptieren« bedeutet, eine zustimmende Haltung einzunehmen, die sich auf grundlegende Umstände, Verhältnisse und einzelne Situationen, auf Sachen oder auf Menschen und damit auch auf die eigene Person beziehen kann. Akzeptanz kann gegenüber anderen Menschen zum Ausdruck gebracht oder lediglich als innere Haltung angenommen werden. Wird etwas akzeptiert, geht damit der Befund einher, dass es keiner Veränderung bedarf.

Ein Blick »auf den eigenen Körper« bezieht sich auf das äußere, körperliche Erscheinungsbild, nicht jedoch auf grundsätzlich unsichtbare, innere Merkmale, wie z.B. Sensibilität, Wissen, soziale Kompetenz, Intelligenz oder Wertvorstellungen. Zum körperlichen Erscheinungsbild gehören der Körper sowie dessen Teile, deren Aussehen, Form und Proportionen, die Körpergröße und das -gewicht.

»Akzeptierender Blick auf den eigenen Körper« meint also die gutheiße Wahrnehmung des eigenen körperlichen Erscheinungsbildes samt allen darauf bezogenen Gefühlen, Gedanken und Bewertungen. Bedeutsam für diese Art der Selbstwahrnehmung ist, sich nicht ausschließlich auf das von sich selbst oder von anderen als positiv Empfundene zu fokussieren, sondern zudem vermeintliche Unvollkommenheiten in Bezug auf gesellschaftliche Ansprüche oder Abweichungen von gesundheitlichen Normen einzubeziehen, also mit dem körperlichen Erscheinungsbild als Ganzem einverstanden zu sein und eine Veränderung nicht für erforderlich zu halten. Insoweit konzentriert sich die Darstellung hier im Sinne des Ansatzes der *Body Positivity*-Bewegung auf äußerlich wahrnehmbare Merkmale, die einer Veränderung, etwa durch sportliche Aktivität, bewusste Ernährung oder auch durch plastisch-chirurgische Eingriffe, zugänglich sind.

Unter »Erziehung« wird die pädagogische Einflussnahme auf die Entwicklung und das Verhalten Heranwachsender verstanden. Dabei umfasst der Begriff sowohl den umfassenden Sozialisationsprozess, bei dem von Erwachsenen versucht wird, unter Berücksichtigung der Bedürfnisse und der persönlichen Eigenart von Kindern und Jugendlichen Einfluss auf deren Persönlichkeitsentwicklung von nehmen, um diese zu selbstständigen, leistungsfähigen und verantwortungsvollen Menschen zu bilden, als auch das Resultat dieser Einflussnahme.

2. Gegenwärtige Regelung

Derzeit gibt es an deutschen Schulen kein eigenes Fach und auch keine bundeseinheitlichen Vorgaben für die Erziehung zu einem akzeptierenden Blick auf den eigenen Körper. Ob ein solches Erziehungsziel verfolgt wird, hängt maßgeblich von den Eltern oder sonst sorgeberechtigten Personen ab, denn sie sind für die Erziehung zuständig.

Der elterliche und der staatliche Erziehungsauftrag

Nach Artikel 6 Absatz 2 des Grundgesetzes (GG) sind »Pflege und Erziehung der Kinder [...] das natürliche Recht der Eltern und [zugleich] die zuvörderst ihnen obliegende Pflicht.« Daneben besitzt auch der Staat gemäß Artikel 7 Absatz 1 GG einen Erziehungsauftrag gegenüber Minderjährigen sowie eine Schutzpflicht, die sich aus dem Grundrecht auf Leben und körperliche Unversehrtheit in Artikel 2 Absatz 2 Satz 1 GG ergibt. Die Eltern und der Staat teilen sich den Erziehungsauftrag. Der Staat muss deshalb in der Schule die elterliche Verantwortung für die Erziehung ihrer Kinder respektieren, darf aber auch eigene Ziele verfolgen, um Kinder zu selbstverantwortlichen Mitgliedern der Gesellschaft heranzubilden.

Schule ist Ländersache, Allgemeine Vorgaben trifft die Kultusministerkonferenz

Nach den Regelungen des Grundgesetzes sind die Länder für das Schulwesen und die Festlegungen zuständig, was und wie in der Schule gelehrt wird. Dennoch gibt es bundeseinheitliche Vorgaben, die von der **Kultusministerkonferenz** (KMK) durch die für den Schulbereich zuständigen Ministerinnen und Minister aus allen 16 Bundesländern beschlossen werden. Mit ihrer **Empfehlung zur Gesundheitsförderung und Prävention** hat die KMK festgelegt, dass der Umgang mit der eigenen und mit der Gesundheit anderer zu den Kompetenzen gehört, die auch in der Schule erlernt werden. Schülerinnen und Schüler sollen »Kenntnisse und Fähigkeiten erwerben, um die äußeren Einflüsse auf ihre Gesundheit, wie familiäre, soziale, ökonomische sowie ökologische Bedingungen und Einstellungen aktiv zu gestalten.« Als Handlungsfelder werden dazu etwa Ernährungsbildung, Bewegungsförderung sowie die Prävention von Sucht und von Mobbing definiert. Zu einer Erziehung zu einem akzeptierenden Blick auf den eigenen Körper verpflichten die allgemeinen Vorgaben nicht.

Auseinandersetzung mit dem körperlichen Erscheinungsbild in der Schule

Alle Schülerinnen und Schüler beschäftigen sich in ihrer Schulzeit abstrakt mit dem menschlichen Körper, eine bewusste Auseinandersetzung mit dem eigenen körperlichen Erscheinungsbild erfolgt dabei aber nicht notwendigerweise. So werden im **Biologieunterricht** Aufbau, Funktionsweise und Entwicklung des menschlichen Körpers behandelt. Auch die Bedeutung von **gesunder Ernährung** und **sportlicher Aktivität** für den eigenen Körper spielt dabei eine Rolle. Durch **Sportunterricht** wird sichergestellt, dass tatsächlich ein Mindestmaß an körperlicher Aktivität stattfindet. Vermittelt werden durch Sport und Ernährung notwendige Fertigkeiten, die jedoch eher auf eine positive Beeinflussung des Körpers und auch seines Aussehens gerichtet sind, nicht aber auf eine Akzeptanz dessen gegenwärtiger Erscheinung. Wird das körperliche Erscheinungsbild in der Klassengemeinschaft thematisiert, hat dies meist zum Ziel, Unterschiede zu akzeptieren, gesellschaftliche Normen zu hinterfragen und einen tolerierenden Blick auf den Körper anderer junger Menschen einzunehmen.

Unterrichtseinheiten oder Projekte, bei denen es gerade um die Entwicklung ein positiven Verhältnisses zum eigenen Körper geht, gibt es nur vereinzelt. Bezug hierauf nimmt etwa eine für die Schulen in Baden-Württemberg definierte Entwicklungsaufgabe: »Schülerinnen und Schüler sollen [danach] einen positiven Selbstwert ihrem Körper gegenüber entwickeln.« Auch hier ist *Body Positivity* aber nur ein Aspekt neben auf Veränderung gerichteten Inhalten zu gesundheitsförderlicher Lebensführung, Ernährung und Bewegung.

3. Aktualität der Streitfrage

Das gesellschaftliche Schönheitsideal und die entsprechende Vorstellung davon, wie Menschen auszusehen haben unterliegen einer stetigen Veränderung. Eines bleibt dabei gleich: Obwohl die Mehrheit der Menschen der vermeintlichen Norm nicht entspricht, erzeugt diese eine entsprechende Erwartungshaltung und setzt damit insbesondere junge Menschen unter Druck. Verändert haben sich in den vergangenen Jahren nicht nur die Anforderungen an das äußere Erscheinungsbild, sondern vor allem die Häufigkeit und die Intensität der Konfrontation Jugendlicher mit der Notwendigkeit, dem vermeintlichen Ideal gerecht zu werden.

Verzernte Körperbilder, Verstärkte Konfrontation in sozialen Medien

Auch vor 20 Jahren haben Jugendliche darunter gelitten, dass Werbung, Fernsehen und Modeindustrie ein bestimmtes Bild davon vermittelt haben, wie menschliche Körper aussehen sollen. Maßgeblich waren das die Körper von Stars in Musikvideos, Zeitschriften und Boulevardnachrichten. Heute werden Anforderungen an das körperliche Erscheinungsbild junger Menschen maßgeblich über soziale Netzwerke in die Lebensrealität von Kindern und Jugendlichen getragen, die meist schon ab etwa zehn ein Smartphone besitzen.

Schön und erfolgreich zu sein, scheint jetzt wie **Normalität**: Perfekte Haut, große Muskeln oder einen flachen Bauch haben nicht mehr nur Prominente, sondern der Großteil der Nutzerinnen und Nutzer, die sich als ganz normale Menschen präsentieren. Auf *Instagram* und *TikTok* sind Kinder und Jugendliche rund um die Uhr mit der visuellen Präsenz anderer Nutzerinnen und Nutzer konfrontiert und dabei meist allein. Dabei findet jedenfalls unterbewusst ein **permanenter Abgleich** der eigenen Person mit den anderen statt, der in Bezug auf die vermeintlich erreichbaren Schönheitsideale die Akzeptanz steigert und hinsichtlich des eigenen Körpers immer weiter verringert. Dabei sind sozialen Medien für einen realistischen Abgleich mit anderen völlig ungeeignet, denn Alltag, Ernährung, sportliche Aktivitäten, Erfolge und auch der Körper selbst werden stark idealisiert dargestellt und negative Aspekte verschwiegen. Neue Möglichkeiten der Bildbearbeitung sorgen dafür, dass tatsächlich alle mitmachen und mit **Beauty-Filtern** die eigene Erscheinung in einer Weise verändern können, die nicht mehr nur überdurchschnittlich, sondern auf natürlichem Wege unerreichbar ist.

Eine Minderung des Selbstwertgefühls erfolgt dabei im Sinne der Funktionsweise sozialer Netzwerke nicht mehr nur im Privaten, sondern in der **Öffentlichkeit**, was die Plattformbetreiber jedenfalls billigen und andere sich gezielt zu Nutze machen. **Bodyshaming** in Form beleidigender **Hasskommentare** unter Bezugnahme auf das Aussehen haben die

allermeisten jungen Menschen schon einmal miterlebt oder eigene Erfahrungen damit gemacht. Im Jahr 2021 durch das *Wall Street Journal* veröffentlichte Dokumente zeigten, dass *Meta*, der Mutterkonzern von *Facebook*, *Instagram* und *WhatsApp*, sich der schädlichen Wirkung seiner Dienste vor allem auf junge Mädchen durchaus bewusst ist, dagegen aber nur wenig unternimmt. Bis heute verherrlichen bestimmte Hashtags Essstörungen wie Anorexie (Magersucht) und Bulimie (Ess-Brech-Sucht). In *Skinny Challenges* fordern sich Mädchen und junge Frauen gegenseitig zur Arbeit an einer Wespentaille auf. **Influencer** mit persönlichem Geschäftsinteresse preisen nicht nur passende Kosmetik-, Abnehm- oder Muskelzuwachsprodukte und berichten in Stories über die Einfachheit und den Erfolg plastisch-chirurgischer Eingriffe, sie bieten auch aktiv ihre Dienste als Abnehm-Coaches, Beauty-Adviser oder Ernährungsberater an. Dabei werden junge Menschen dann nicht mehr in einer Gruppe erreicht, sondern ganz persönlich per Direktnachricht mit angehängtem Motivationsvideo.

Mögliche Folgen: Essstörungen, Sportsucht, Schönheitsoperationen

Laut einer 2019 veröffentlichten Studie der DAK-Krankenkasse zeigen etwa 25 % der 10- bis 17-Jährigen **psychische Auffälligkeiten**, jeweils 2 % der Kinder und Jugendlichen leiden unter diagnostizierten Depressionen oder Angststörungen, Tendenz zunehmend. Neben Leistungsdruck sind Mobbing und ungesunde Social-Media-Nutzung häufig angenommene Ursachen. In der Corona-Pandemie sind die Zahlen nochmal stark angestiegen. Nach einer Studie des Robert-Koch-Instituts (RKI) zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen aus dem Jahr 2019 liegt der Anteil unter den 11- bis 17-Jährigen mit **Essstörungen** bei etwa 20 %, bei Mädchen ist der Anteil mit 27,9 % deutlich höher als bei Jungen mit 12,1 %. Auch die Berichte über **Sportsucht und Fitnesswahn** mehren sich, bei noch unbefriedigender Studienlage für Jugendliche in Deutschland. Klar ist: Auch hier leisten bildbasierte soziale Netzwerke ihren Beitrag. Nicht immer bleibt die Sucht frei von einer Substanzeinnahme.

Anforderungen an den eigenen Körper beziehen sich nicht nur auf Gewicht und Körperbau, sondern zunehmend auch auf Äußerlichkeiten, die nicht ohne Weiteres verändert werden können. Schönheits-OPs, die stets mit einem gesundheitlichen Risiko und hohen Kosten verbunden sind, kommen für immer mehr junge Menschen in Betracht. Im Jahr 2020 wurde daher die Werbung für **plastisch-chirurgische Eingriffe**, die sich überwiegend oder ausschließlich an Kinder und Jugendliche richtet, gesetzlich untersagt – verboten sind derartige Operationen allerdings nicht, wenn die Eltern zustimmen. Als Zielvorgabe dienen dann häufig nicht mehr Bilder anderer Menschen, sondern volle Lippen, ein spitzes Kinn oder markante Wangenknochen auf mit Filtern bearbeiteten Selbstporträts. Laut der Deutschen Gesellschaft für Ästhetisch-Plastische Chirurgie nehmen 85 % der darin organisierten Medizinerinnen und Mediziner an, dass bearbeitete Selfies die Ansprüche von Patientinnen und auch von Patienten an ihren Körper verändern. Derartige **Selfie-Dysmorphia** wird als ein Grund dafür erachtet, dass etwa in den USA die Zahl der Lippenunterspritzungen im letzten Jahrzehnt um 70 % gestiegen ist. Auch in Deutschland nehmen solche minimalinvasiven Eingriffe zu.

Body Positivity und Body Neutrality

Schon seit etwa 20 Jahren wird öffentlichkeitswirksam versucht, dem Schönheitswahn entgegenzutreten. Magermodels wurden von einigen Laufstegen verbannt. Norwegen verlangt

bei (Werbe-)Fotos eine Kenntlichmachung nachträglicher Veränderungen. In der Werbung und bei TV-Formaten wie *Germany's next Topmodel* sind auch kurvige Frauen zu sehen.

Letzteres ist ein Beispiel für die **Body Positivity**-Bewegung, die auf ein Bekenntnis zum eigenen Körper setzt, trotz Abweichungen vom verbreiteten Schönheitsideal: »Jeder Körper ist individuell, jeder Körper ist schön.« So soll dafür gesorgt werden, dass gesellschaftlich konstruierte Vorstellungen von Schönheit das Selbstwertgefühl nicht mehr verringern, sondern mehr Menschen lernen, sich in ihrem Körper wohlfühlen.

Weniger aufgrund der Zielsetzung, mehr aufgrund der gewählten Methode wird *Body Positivity* immer wieder kritisiert. Uneingeschränktes Schönheitsempfinden könne Übergewicht normalisieren, einen ungesunden Lebensstil fördern und auch ins Gegenteil verkehren: Dann müsse sich rechtfertigen, wer trotzdem mit einer Diät oder mit Sport auf sein Äußeres einzuwirken versucht. Hauptpunkt der Kritik: Weiterhin stehen Attraktivität und Körperkult im Vordergrund. Formiert hat sich eine entsprechende Gegenbewegung, die **Body Neutrality** fordert, eine Bewertung von Äußerlichkeiten ablehnt, das Selbstwertgefühl von der äußerlichen Erscheinung abkoppeln will und zur Konzentration auf innere Werte auffordert.

4. Relevanz der Streitfrage

Die Relevanz der Streitfrage ergibt sich aufgrund des hinter beiden Positionen stehenden Antriebs zum Schutz der Gesundheit und Persönlichkeitsentwicklung junger Menschen.

Gesundheitsschutz: Hohe Bedeutung für den Einzelnen und die Gesellschaft

Wer *Body Positivity* oder *Body Neutrality* fordert, will einen Weg zum besseren Umgang mit gesellschaftlichem Druck zur Selbstoptimierung des Äußeren aufzeigen und damit einen Beitrag zum Schutz der Gesundheit junger Menschen leisten. Die wird für Jugendliche immer wichtiger. So zeigte die *Shell*-Jugendstudie aus dem Jahr 2019 als deutlichste Veränderung im Wertekanon der 12- bis 25-Jährigen, dass **Gesundheitsbewusstsein** und eine bewusste Lebensführung für 80 % der jungen Menschen von Bedeutung sind, etwa gleichbedeutend mit dem Wunsch nach Unabhängigkeit, der Bedeutung von Fleiß und Ehrgeiz oder dem Lebensgenuss. Dabei geht die Streitfrage aber über das Interesse des Einzelnen an seiner Gesundheit hinaus. Den Staat trifft in Bezug auf die Gesundheit der Bürgerinnen und Bürger eine **Schutzpflicht**. Gesundheit ist keine reine Privatsache, da es nicht nur um die Verfassung des Einzelnen geht, sondern zugleich um die Leistungsfähigkeit der Gesellschaft. Auch unabhängig vom Schicksal des Einzelnen haben wir alle ein Interesse daran, dass nicht zu viele Menschen unter körperlichen oder psychischen Erkrankungen leiden, unser Gesundheitssystem belasten und für die Erfüllung ihrer familiären, beruflichen und gesellschaftlichen Verpflichtungen auf Unterstützung angewiesen sind.

Dabei ist klar: Es gibt einen Zusammenhang nicht nur zwischen Unter- sondern auch zwischen **Übergewicht** und der Gesundheit – in Form eines erhöhten Risikos von Krebs, Diabetes und Herz-Kreislauferkrankungen. Laut RKI sind gut 15 % der 3- bis 17-Jährigen übergewichtig, davon fast 6 % stark (adipös). Mit dem Alter nehmen auch die Werte zu – 67 % der Männer und 53 % der Frauen haben Übergewicht, etwa ein Viertel der Erwachsenen ist adipös. Wenn trotz Übergewicht, ungesunder Ernährung und mehr Zeit mit sozialen Medien als mit körperlicher Bewegung der Eindruck vermittelt wird, dass alles stimme, weil auch alles „schön“ sei, besteht die Gefahr, dass notwendiges Engagement

zugunsten der Gesundheit ausbleibt. Das gilt nicht nur individuell, sondern auch gesamtgesellschaftlich, denn anders als Hasskommentare suggerieren, hat Übergewicht vielfach mit Faktoren zu tun, auf die Betroffene allein keinen Einfluss nehmen können – etwa die Gestaltung des Arbeitsalltags oder die Zusammensetzung preisgünstiger Produkte durch die Lebensmittelindustrie. RKI-Präsident Lothar Wieler etwa fordert seit langem einen Ausbau sogenannter *Public Health*-Maßnahmen, die in Deutschland bisher nur unzureichend umgesetzt werden.

Körpergefühl als Teil des Erziehungsauftrages

Der Erziehungsauftrag liegt nicht bei sozialen Medien, sondern bei den Eltern und der Schule. Der Staat darf mitentscheiden, welche Botschaften Kinder und Jugendliche auf ihrem Weg in die Gesellschaft der Erwachsenen erfahren. Eine Antwort auf die Streitfrage erfordert so neben einer klaren Problemanalyse einen Ausgleich der grundrechtlich verankerten Aufsicht des Staates über das Schulwesen mit dem elterlichen Erziehungsrecht: Wo endet die notwendige Förderung einer gesundheitsbewussten Lebensweise? Wo beginnt gesellschaftlich erzwungene Selbstoptimierung? Kann ein akzeptierender Blick auf den *eigenen* Körper dabei helfen, dass sich auch der Blick auf *andere* ändert? Ist eine auf Äußerlichkeiten bezogene Betrachtungsweise überhaupt wünschenswert und sollen insoweit die Eltern oder die Schule zuständig sein? All diese Fragen bedürfen der Debatte.

5. Argumente Pro & Contra (Beispiele)

Pro	Contra
Die Unzufriedenheit junger Menschen mit ihrem Körper ist ein Problem. Schönheits- oder Muskelwahn, Magersucht und andere Essstörungen als deren Folgen gefährden Jugendliche, die in ihrer Lebensphase einen gesunden Umgang mit dem eigenen Körper erst erlernen müssen. Eine krankhafte Fokussierung auf vermeintlich erforderliche körperliche Veränderungen kann zu psychischen Erkrankungen, finanzieller Belastung, Drogenkonsum oder Selbstverletzungen führen.	Dass Jugendliche mit ihrem Körper hadern, ist für sich noch kein Problem, sondern völlig normal im Entwicklungsprozess. Das Problem liegt vielmehr an einer Umgebung, die falsche Ideale und unrealistische Normen vorgibt. Es ist okay, etwas an sich verändern oder kaschieren zu wollen, nicht jedoch, andere zu kritisieren und zu einer Veränderung zu drängen. Wer sich bewusst ernährt, Sport treibt oder auf Kosmetik setzt, tut damit nichts Falsches oder Gefährliches.
Werbung und Modeindustrie, Filterfotos und Influencer erzeugen Erwartungen an den eigenen Körper, die niemals realisiert werden können und gefährden die Persönlichkeitsentwicklung junger Menschen. Jugendliche sollten sich damit auseinandersetzen und lernen, sich in ihrem eigenen Körper auch ohne aufgezwungene Veränderungen wohlfühlen können, so wie dieser ist, statt auf die Bedeutung ihrer inneren Werte vertröstet zu werden, wenn sie vom vermeintlichen Ideal abweichen.	Für eine Unterstützung der Persönlichkeitsentwicklung ist es falsch, ausgerechnet den Körper und dessen Aussehen in den Mittelpunkt zu stellen. Wer lernen muss, sich trotz Abweichung von vermeintlichen Idealen schön zu finden, reproduziert damit nur die überhöhten Erwartungen an das körperliche Erscheinungsbild, die in sozialen Medien erzeugt werden. Die Erziehung zu einem akzeptierenden Blick auf den eigenen Körper ist ein Rückschritt zu einer überholten, körperzentrierten Betrachtungsweise.
Selbst wenn Jugendliche bereits mit ihrem Körper zufrieden sind, profitieren sie von einem Schulklima, in dem auch andere lernen, den eigenen Körper zu akzeptieren. Das Einlassen auf die Bedürfnisse anderer fördert die Sozialkompetenz und lässt Jugendliche profitieren, die tatsächlich Hilfe benötigen, sich aber allein nicht trauen würden, in der Schule danach zu fragen.	Eine Erziehung zu einem akzeptierenden Blick auf den eigenen Körper ist nicht für alle Jugendlichen wichtig. Wer sich nichts aus Äußerlichkeiten macht oder sich mit dem eigenen Körper erkennbar zufrieden zeigt, benötigt keinen derartigen Input. Die Schule sollte lieber individuell vorgehen, um denjenigen, die es wirklich brauchen, etwa mit spezieller Beratung, wirksam zu helfen.
Die Schule kann eine derartige Erziehungsaufgabe erfüllen. Begleitet durch fachlich ausgearbeitete Unterrichtsmaterialien können erfahrene Lehrkräfte mit ausreichend Fingerspitzengefühl, die ihre Schülerinnen und Schüler kennen, positiven Einfluss auf die Selbstwahrnehmung Jugendlicher nehmen. Der Klassenverband kann dabei eine geschützte Umgebung darstellen, in dem eine persönliche Öffnung möglich ist.	Die Klassengemeinschaft, angeführt durch eine inhaltlich überforderte Lehrkraft, stellt keinen geeigneten Raum zur ernsthaften Thematisierung hochsensibler Empfindungen dar. Es ist sogar zu befürchten, dass im Unterricht bekannte gewordene Gefühle und Wahrnehmungen noch mehr Stoff für Bodyshaming liefern, ein solcher Unterricht das Problem eines negativen Selbstbildes also noch verstärken könnte.

<p><i>Body Positivity</i> hilft, sich mit körperlichen Unzulänglichkeiten anzufreunden, die meist nur einen selbst verunsichern. Fiese Sprüche und Mobbing mag das nicht endgültig beseitigen. Wenn Jugendliche lernen, mit ihrem Körper zufrieden zu sein, können sie aber auch mit negativem Feedback von anderen konstruktiv und selbstbewusst umgehen.</p>	<p>Von <i>Body Positivity</i> profitiert, wer von anderen ohnehin als nicht veränderungsbedürftig empfunden wird und nur mit sich selbst hadert. Mit dem eigenen Körper zufrieden zu sein, bringt nichts, wenn andere sich weiterhin darüber lustig machen. Die Schule sollte lieber zu einer Akzeptanz anderer Menschen erziehen und gegen Mobbing ankämpfen.</p>
<p>Ein akzeptierender Blick auf den eigenen Körper ist nicht nur aufgrund der positiven Auswirkungen auf die Psyche förderlich für die Gesundheit. Körperliche Unzulänglichkeiten sind meist nicht von Dauer und nur selten so gesundheitsgefährdend wie die Folgen einer Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper. Die wird in der Schule durch BMI-Berechnung, Ernährungspyramide und benoteten sportlichen Drill schon genug befördert.</p>	<p>Die Erziehung zu einem akzeptierenden Blick auf den eigenen Körper ist nicht förderlich für die Gesundheit. Viele Jugendliche leiden aus Mangel an Bewegung, Sport und gesunder Ernährung tatsächlich unter Übergewicht, Rückenproblemen oder Mangelerscheinungen. Derartige Volkskrankheiten haben ihren Ursprung in jungem Alter. Sie sollten in der Schule thematisiert und nicht verschwiegen werden.</p>
<p>Viele äußerliche Merkmale, mit denen junge Menschen in belastender Weise konfrontiert werden, sind nicht veränderbar. Wer mit Brust- oder Bartwachstum hadert, kann nicht einfach mehr Sport treiben. Dem Anschein von Schönheitsoperationen als naheliegender Lösung sollte entgegengetreten werden. Auch hier hilft nur, zu lernen, sich selbst so zu akzeptieren, wie man ist.</p>	<p>Heutzutage werden immer mehr Veränderungen des Körpers unter einfacheren Bedingungen möglich. Davon profitieren viele Menschen, die weit über ihre Schulzeit hinaus erheblich unter ihrem äußeren Erscheinungsbild leiden. Ihnen sollte in jungen Jahren in einer aufgeklärten Gesellschaft nicht durch eine Tabuisierung begegnet und eine völlige Ausweglosigkeit vermittelt werden.</p>
<p>Dass Äußerlichkeiten in unserer Gesellschaft immer noch so bedeutsam sind, lässt sich nicht einfach verändern. Die Schule hat keinen Einfluss auf soziale Medien und Modeindustrie. Man kann aber lernen, den eigenen Körper aus voller Überzeugung schön zu finden. Nur so kann ein richtiger Umgang mit zwar überhöhten, aber vorhandenen Schönheitsidealen gelingen.</p>	<p>Statt zu einem akzeptierenden Blick auf den eigenen Körper sollte die Schule junge Menschen zu kritischem Denken und zum Hinterfragen von Schönheitsidealen anregen. Statt zu lernen, sich selbst schön zu finden, sollten Schülerinnen und Schüler etwa zu einem selbstbestimmten Umgang mit sozialen Medien befähigt werden, zumal dort für sie noch viele andere Gefahren lauern.</p>
<p>Zum Erziehungsauftrag der Schule gehört die Persönlichkeitsentwicklung und so auch die Auseinandersetzung mit sensiblen Themen wie etwa im Sexualkundeunterricht. Nicht alle Jugendlichen können offen mit ihren Eltern über ihre körperliche Entwicklung reden, manche wollen es nicht. Ein akzeptierender Blick auf den eigenen Körper sollte daher lieber in der Schule vermittelt werden, als dies dem Elternhaus zu überlassen.</p>	<p>Die Förderung einer gesunden psychischen Entwicklung ihrer Kinder ist Kern des elterlichen Erziehungsrechts. Sensible Themen wie der Umgang mit dem eigenen Körper gehören in die private Sphäre der Familie. Eltern kennen die physische und psychische Verfassung ihres Kindes und können besser entscheiden, ob und wie ein akzeptierender Blick auf den eigenen Körper gefördert oder stattdessen zur Veränderung motiviert wird.</p>

6. Weiterführende Hinweise

Allgemeine Informationen, Online-Angebote für Jugendliche und Erziehungsrechtigte

- Essstörungen, Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA).
<https://www.bzga-essstoerungen.de/>
- „Schau Hin“, Initiative zur Unterstützung von Eltern und Erziehenden zur Stärkung der Medienkompetenz von Kindern und Jugendlichen.
<https://www.schau-hin.info/sicherheit-risiken/medialer-koerperkult-gefaehrliche-ideale>
- „Lass mal reden“, Kampagne der DAK-Krankenkasse mit Informationen zu den Gefahren von *Body Modifications*, unrealistischen Schönheitsidealen und Sportsucht sowie Tipps gegen Bodyshaming.
<https://www.dak.de/dak/gegen-bodyshaming-2129258.html#/>
- Souverän mit sozialen Medien umgehen, Analyse und Tipps der AOK-Krankenkasse, 2021.
<https://www.aok.de/pk/magazin/koerper-psyche/psychologie/der-einfluss-sozialer-medien-auf-die-psyche/>

Journalistische Artikel und TV-Sendungen

- Den eigenen Körper wie einen Freund behandeln, ZDFtivi – logo!, 16.06.2022.
<https://www.zdf.de/kinder/logo/body-positivity-100.html>
- Body-Positivity: Du bist schön, so wie du bist – aber ganz so einfach ist es eben auch wieder nicht, nzz.ch, 11.06.2022.
<https://www.nzz.ch/feuilleton/body-positivity-auch-dick-ist-schoen-nur-duenn-ist-krank-ld.1688002>
- Süchtig nach Muskeln? Junge Männer und ihr Körperkult, Spiegel TV, 22.05.2022.
<https://www.spiegel.de/panorama/gesellschaft/suechtig-nach-muskeln-junge-maenner-und-ihr-koerperkult-arte-re-reportage-von-spiegel-tv-a-469581fc-7089-4f88-b620-01ef27139591>
- Body Neutrality – Neuer Trend gegen Schönheitswahn im Netz, WELT, 12.04.2022.
<https://www.welt.de/kmpkt/article238021915/Body-Neutrality-Besser-als-Body-Positivity.html>
- Body-Positivity: Allen Körpern gebührt Respekt – trotzdem lassen sich die gesundheitlichen Nachteile von Übergewicht nicht schönreden, nzz.ch, 05.03.2022.
<https://www.nzz.ch/wissenschaft/body-positivity-uebergewicht-schadet-trotzdem-der-gesundheit-ld.1671419>
- MAITHINK X mit Dr. Mai Thi Nguyen-Kim, Thema: Übergewicht, FAZ, 28.11.2021.
<https://www.zdf.de/show/mai-think-x-die-show/maithink-x-folge-06-100.html>
- Studie unter Verschluss: Instagram schadet jungen Mädchen, tagesschau.de, 16.09.2021.
<https://www.tagesschau.de/wirtschaft/unternehmen/instagram-131.html>
- Instagram: Gefiltert sind wir alle gleich, ZEIT CAMPUS, 03.01.2021.
<https://www.zeit.de/campus/2020-12/instagram-beauty-filter-schoenheitsideal-selbst-bild-diversitaet-psychologie/komplettansicht>
- Body Positivity und Rapperin Lizzo: Her Body, Her Choice, taz, 18.12.2020.
<https://taz.de/Body-Positivity-und-Rapperin-Lizzo/!5733928/>
- Auf TikTok wetteifern junge Frauen miteinander, wie dünn ihre Körper sind, ZEIT – ze.tt, 13.12.2019.
<https://www.zeit.de/zett/politik/2019-12/auf-tiktok-wetteifern-junge-frauen-miteinander-wie-duenn-ihre-koerper-sind>

Studien, Forschungsprojekte und wissenschaftliche Publikationen

- Kinder- und Jugendgesundheit: Psychische Erkrankungen vor und nach der Corona-Pandemie, DAK.
<https://www.dak.de/dak/bundesthemen/kinder--und-jugendgesundheit-2091020.html#/>
- Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland – Essstörungen, Robert-Koch-Institut, 2019.
https://www.rki.de/DE/Content/GesundAZ/E/Essstoerungen/Essstoerungen_node.html
- Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland – Übergewicht, Robert-Koch-Institut, 2018.
https://www.rki.de/DE/Content/GesundAZ/A/Adipositas/Adipositas_inhalt.html

Letzter Zugriff bei allen Quellen: Juli 2022

7. Verwandte Streitfragen

- Sollen retuschierte Model-Fotos wie in Frankreich gekennzeichnet werden müssen?
- Soll ein Mindestalter für Körpermodifikationen eingeführt werden?
- Soll das Tragen von Hotpants an unserer Schule verboten werden?
- Soll ein Mindestgewicht für Models festgelegt werden?
- Soll die Schule Kompetenzen für das familiäre Zusammenleben unterrichten?
- Soll in [Land] die Akzeptanz sexueller Vielfalt im Bildungsplan verankert werden?
- Soll die Schule Kompetenzen für das familiäre Zusammenleben unterrichten?