



Worum es geht:

Body Shaming kann jeden Körper treffen. Eine besondere Dimension erfährt es in den sozialen Netzwerken. Abwertende Äußerungen über das Aussehen anderer füllen die Kommentarzeilen bei Instagram. Welches Körper- und Menschenbild kursiert in den sozialen Medien? Welche Folgen haben vermeintliche Schönheitsideale, die von außen vorgegeben werden? Die Unterrichtseinheit geht diesen Themen nach und fragt nach dem kritischen Potential eines christlichen Menschenbildes, das dem gesellschaftlich anerkannten Trend eines „perfekten Körpers“ gegenübersteht.

Autorin:

Anke Trömper
Studienleiterin, RPI Kassel
anke.troemper@rpi-ekkw-ekhn.de



Klassenstufe:

Jahrgänge 8-10

Stundenumfang:

ca. 8 Stunden

Kompetenzen:

Die Schüler*innen können

- Selbstinszenierungen in sozialen Medien wahrnehmen und kritisch hinterfragen,
- Formen von Body Shaming erkennen und mögliche Bewältigungsstrategien andeuten und beschreiben,
- das christliche Menschenbild aus biblischen Texten erschließen und dessen kritisches Potential herausarbeiten,
- eigene Perspektiven im Blick auf alternative Denk- und Handlungsoptionen formulieren und auf ihre Plausibilität prüfen.

Material:

- M1** Der schöne Schein
- M2** Schönheitsideale im Wandel
- M3** Zu groß, zu klein, zu dick, zu dünn
- M4** Aufgaben zum Buch von Mia Sophie Oberländer
- M5** Body Shaming und christliches Menschenbild
- M6** Regeln gegen Body Shaming

Die Materialien sind auf unserer Webseite verfügbar. Zu den Materialseiten gibt es ein Differenzierungsangebot, das ebenfalls auf unserer Webseite verfügbar ist.



www.rpi-impulse.de

BODY SHAMING

Anke Trömper

Zu groß, zu klein, zu dick, zu dünn

Soziale Medien transportieren häufig fragwürdige und besorgniserregende Schönheitsideale (vgl. z. B. Bikini Bridge; Thigh Gap). Dieser Trend vermittelt ein Körper- und Menschenbild, das fatale Folgen haben kann. Die Selbstinszenierung in den sozialen Netzwerken, vor allem bei Instagram, folgen den Gesetzmäßigkeiten des schönen Scheins. Wer dabei nicht in das „perfekte“ Körperbild passt, erlebt häufig Abwertung, Diskriminierung und Beschämung im Netz.

Body Shaming ist in den digitalen Lebenswelten Jugendlicher sehr präsent, wie die Studie „Bodyshaming und Social Media“¹ des Instituts für Jugendkulturforschung in Wien aus dem Jahr 2017 zeigt. Die Studie ist u.a. auch deshalb lesenswert, weil sie wichtige Anhaltspunkte dafür gibt, was zum Wohlbefinden 15–19-Jähriger (weiblicher) Jugendlicher beiträgt und den Blick auf Ambivalenzen richtet, die mit der Botschaft (Erwachsener an Jugendliche) einhergeht, sie mögen doch einfach sie selbst sein. In der vorliegenden Unterrichtseinheit wird der Begriff Body Shaming nicht nur im Bereich soziale Medien verortet, sondern weiter gefasst auf ganz alltägliche Situationen, in denen Menschen vermittelt wird: zu klein, zu groß, zu dick, zu dünn. Als Kontrast dazu wird in der Einheit das biblische Menschenbild herausgestellt. Aus christlicher Perspektive ist jeder Mensch Gottes Ebenbild: Von Gott bedingungslos geliebt und angenommen.

Es ist keine leichte Herausforderung, das kritische Potential dieser Annahme gegenüber einem gesellschaftlich anerkannten Menschenbild, das einem anderen Trend folgt, herauszuarbeiten und wirksam werden zu lassen. Die Gegenbewegung *Body Positivity* könnte dabei hilfreich sein. Denn ihre Botschaft lautet, jedem Körper mit Respekt zu begegnen und den eigenen Körper freundlich anzunehmen. Die Erkenntnis der *Body Positivity*-Bewegung, dass alle Körper gleich wertvoll sind, bietet in diesem Sinne für den Religionsunterricht einen guten Anknüpfungspunkt.

Für diese Einheit ist wichtig, dass sich die Lehrkraft, bevor sie dieses Thema im Unterricht behandelt, selbst hinterfragt, erkennt und reflektiert, wo sie selbst die Körper anderer bewertet oder gar verurteilt. Neben dieser wichtigen Voraussetzung sollte auch in den Blick genommen werden, dass in einer Lerngruppe sowohl die Schüler*innen sitzen, die beschämt werden als auch die, die beschämen.

¹ <https://jugendkultur.at/bodyshaming-social-media/>

Lernarrangement

Lernschritt 1: Der schöne Schein

In diesem ersten Lernschritt geht es darum, über den YouTube-Clip „Wie Fake ist Instagram?“² (10 Min.) der Entzauberung des vermeintlich Perfekten zuzusehen. Die Bloggerin Hanna probiert in diesem Clip aus, was sie machen muss, um annähernd den üblichen Instagram Bildern zu entsprechen. Zunächst wird sie von einer Stylistin drei Stunden geschminkt, ihre Haare werden gestylt und anschließend werden ihre Fotos von einem Profi bearbeitet, bis alles „perfekt“ ist. Hanna sieht dabei zu und staunt, was alles möglich ist, um ein „perfektes“ Foto von sich zu bekommen. Trotzdem ist ihr Fazit am Ende: „Das ist einfach null ich!“.

Zunächst werden spontane Reaktionen gesammelt. In einer Einzelarbeit tragen die Schüler*innen anschließend zusammen, welcher Aufwand nötig war, um aus Hanna ein Insta-Model zu machen. In Kleingruppen führen die Schüler*innen ihre Ergebnisse zusammen und gehen mithilfe von **M1** der Frage nach, was die Bloggerin mit ihrem Film zeigen und erreichen möchte und welche Motive möglicherweise hinter einer perfekten Selbstinszenierung stecken. Als Abschluss bietet sich eine Diskussion in der Lerngruppe zu dem Zitat aus dem Film „Das ist einfach null ich!“ an. Dabei kann das Statement der Bloggerin am Ende ihres Clips mit einbezogen werden: „Dieser Drang zum oberflächlichen Perfektionismus sorgt dafür, dass wir alle gleich aussehen!“ Die Schüler*innen überlegen dabei, wie es wäre, würden alle gleich aussehen und reflektieren was aus ihrer Sicht zur Individualität eines Menschen dazugehört.

Lernschritt 2: Schönheitsideale im Wandel

Im zweiten Lernschritt setzen sich die Schüler*innen mit Schönheitsidealen im Wandel der Zeit und in unterschiedlichen Kulturen auseinander und gehen der Frage nach, wovon gängige Schönheitsideale abhängig sind und welche Folgen sie für Mädchen und Jungen, Frauen und Männer haben können. Die Lerngruppe erarbeitet sich mithilfe von **M2** wesentliche Informationen zu der Fragestellung. In Partner*innenarbeit erörtern die Schüler*innen, welche Informationen neu für sie sind und was sie am meisten überrascht. Zusammengefasst wird dieser Lernschritt mit einer Diskussion in der Lerngruppe, welche Folgen Schönheitsideale in der Vergangenheit für die Betroffenen hatten.

Lernschritt 3: Zu groß, zu klein, zu dick, zu dünn

Mit dem dritten Lernschritt werden die Erkenntnisse aus dem vorherigen vertieft und weitergeführt. In Erinnerung gerufen wird das Statement von Hanna aus dem Videoclip verbunden mit der Frage, welche Folgen heute „Dieser Drang zum oberflächlichen Perfektionismus ...“ für Mädchen und Jungen haben kann. Vermutlich wird

den Schüler*innen dazu viel einfallen, auch aus eigener Betroffenheit. Deshalb ist es sinnvoll, wenn zunächst ein Austausch in Partner*innenarbeit stattfindet und anschließend eine vertiefte Auseinandersetzung mit Hilfe einer fremden Biografie ermöglicht wird. Dafür eignet sich die Geschichte der Graphic Novel Zeichnerin Mia Oberländer und ihrer Comicfigur Anna.

Mia Oberländer erzählt die Geschichte von Anna 1,2 und 3: Großmutter, Mutter, Kind. Alle drei leiden an ihrer Körpergröße, die durch die Kommentare von außen überproportional erscheint, obwohl sie es in Wirklichkeit nicht ist. Mia Oberländer zeichnet sich, Anna 3, so überdimensional, dass sie sogar Berggipfel überragt. Es gelingt ihr der Befreiungsschlag und sie blickt am Ende des Comics von oben auf die Dinge: „Da sitzt sie nun, die große Anna 3, auf dem großen Gipfel ... und sieht hinab ins Tal auf jene, die auf sie hinabgesehen haben.“ In dieser Vertiefung kann am Beispiel von Mia Oberländer und Anna 3 herausgearbeitet werden, wie der Blick und die Kommentare von außen das eigene Selbstbild prägen. Ausgehend von den Befreiungsschlägen von Anna 2 und Anna 3 nehmen die Schüler*innen Möglichkeiten in den Blick, sich aus Festlegungen zu lösen.

Das Buch kann im Unterricht vorgestellt werden³. Die Geschichte ist auch als Videoclip nachzuerleben⁴. Empfehlenswert ist auf jeden Fall, den Beitrag von Mareike Weller, in dem das Buch vorgestellt wird (**M3**), mit den Schüler*innen zu besprechen. Auf der Grundlage von diesem Material können die Aufgaben (**M4**) bearbeitet werden.

Lernschritt 4: Body Shaming und christliches Menschenbild

An dieser Stelle wird in der Lerngruppe zusammgetragen, was die Schüler*innen über Body Shaming wissen bzw. was ihnen dazu einfallen würde. Dies kann über eine Wortcloud mit dem digitalen Abstimmungstool „Mentimeter“ geschehen, um das Vorwissen sichtbar zu machen. Anschließend arbeiten die Schüler*innen in Kleingruppen mit Hilfe einer Internetrecherche⁵ heraus, was sich hinter den Begriffen *Body Shaming*, *Body Positivity* und *Body Neutrality* verbirgt und wie sie sich voneinander unterscheiden. Die Ergebnisse werden im Plenum zusammetragen, überprüft und in Form einer Tabelle festgehalten.

Zur Vertiefung dieses Lernschritts setzen die Schüler*innen ihre bisherigen Erkenntnisse in Beziehung zu wesentlichen Aussagen christlicher Anthropologie. Dazu erarbeiten sich die Schüler*innen mit Hilfe biblischer Texte das christliche Menschenbild. Sie arbeiten dabei das kritische Potential dieses Menschenbildes gegenüber





Foto: stock.adobe.de / oneinchpunch

gesellschaftlich anerkannten Meinungen heraus und setzen sich dazu in Beziehung. Dabei soll deutlich werden, was den Menschen aus biblischer Perspektive wertvoll und einzigartig macht und welche Konsequenzen diese Erkenntnis im Blick auf Body Shaming hat (M5).

Als Abschluss dieses Lernschritts und der Einheit gestalten die Schüler*innen in Kleingruppen ihre Regeln gegen *Body Shaming*. Jeder Regel soll eine kurze Erläuterung/Begründung angefügt werden (M6). Die Schüler*innen können „Ihr Regelwerk“ vor dem Hintergrund der Unterrichtseinheit kreativ gestalten. Je nach Neigung können Plakate entstehen, Fotos, eine Mindmap, ein Lied, ein Slam. Den Schüler*innen sollten verschiedene Ausdrucksmöglichkeiten vorgestellt und entsprechende Materialien zur Verfügung gestellt werden. Die Ergebnisse werden in der Lerngruppe präsentiert.

Mögliche Weiterarbeit

Mit folgenden Filmen und Videos kann das Thema vertiefend weiterbehandelt werden:

In dem Dokumentarfilm **#bodypositivity – Wir sind mehr als unser Körper**⁶ aus dem Jahr 2021 werden verschiedene Menschen aus der Body Positivity-Bewegung vorgestellt. Dabei wird deutlich, dass nicht nur Frauen betroffen sind, sondern auch Männer und dass Body Shaming alle Menschen treffen kann, einfach deshalb, weil sie anders aussehen.

In dem Dokumentarfilm **Embrace – Du bist schön**⁷ aus dem Jahr 2016 möchte die Protagonistin allen, die unter vermeintlichen Schönheitsidealen leiden, einen Gegenentwurf vorstellen. Ihre Botschaft: Liebe deinen Körper, wie er ist, du hast nur den einen! Hier bietet sich eine gute Anknüpfungsmöglichkeit zum christlichen Doppelgebot der Liebe.



Foto: stock.adobe.de / Jacob Lund

Das Video und der Text von **Billie Eilish: Not my responsibility**⁸ richtet sich gegen Body Shaming und könnte im Unterrichtsentwurf alternativ zur Graphic Novel „Anna“ herangezogen werden.

Interessant ist auch die Auseinandersetzung mit der Entwicklung der **Influencerin Sophia Thiel**⁹, wobei hier darauf zu achten ist, dass Sophia Thiel ihre Essstörungen thematisiert. Je nachdem, wie sich die Lerngruppe zusammensetzt, ist hier, wie überhaupt in der gesamten Einheit, eine hohe Sensibilität gefragt.

² https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=tT-_Vudvjwo&feature=youtu.be

³ Mia Oberländer, Anna, Edition Moderne, Zürich 2021 (ISBN: 978-3-03731-222-3), EUR 25.
Das Buch ist in den Regionalstellen des RPI verfügbar.

⁴ <https://www.arte.tv/de/videos/105525-000-A/comic-anna-eine-geschichte-vom-gross-und-anderssein/4> (2:02 Min.), nur bis September 2022 verfügbar

⁵ Folgende Webseiten bieten sich an: a) <https://marshmallow-maedchen.de/blog/was-ist-body-shaming-definition/>;
b) <https://de.wikipedia.org/wiki/Bodyshaming>;
c) <https://www.zdf.de/kinder/app-und-on/bodyshaming-102.html>

⁶ <https://medienzentralen.de/medium46855/bodypositivity>

⁷ <https://medienzentralen.de/medium41740/Embrace>

⁸ <https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=ZlvfYmfefSI>

⁹ <https://www.youtube.com/watch?v=41tSfOEZIGc>