

Saskia Geisler

# Guter Körper, schlechter Körper?

**Der Trend „Body Positivity“ spiegelt sich in zahlreichen Neuer-scheinungen. Diese öffnen den Blick und thematisieren Selbstliebe genauso wie Sexualität, Identität und persönliche Grenzen. Es geht nicht nur um Akzeptanz des eigenen Körpers und der eigenen Persönlichkeit, sondern auch um Toleranz**

Im Kinder- und Jugendbuchbereich tendieren wir dazu, auf die veränderte Medienlandschaft zu blicken und uns besorgt zu fragen: Wie viel Raum bleibt da noch für das Lesen? Tatsächlich ändert die verschobene Mediennutzung ganz generell unseren Blick auf die Welt. Gibt es von unseren Urgroßeltern, wenn überhaupt, nur vereinzelte Bilder aus der Kinderzeit, werden in Familienchats nun täglich Fotos von den Kleinen geteilt. In Zeiten von Corona sicherlich ein Gewinn. Aber wie beeinflusst es uns, wenn wir andauernd fotografiert werden? Und was bedeutet die ständige Präsenz von perfekt retuschierten Körpern von Models, Influencerinnen und Influencern?

## Body Positivity und soziale Medien

Extrem wird diese neue Präsenz von Körperlichkeit in den sozialen Medien. Allen voran die Plattform Instagram führt uns täglich vor, wie gutes Aussehen definiert ist. Eine gefilterte und gephotoshopte Welt blinkt uns entgegen und lässt die Frage aufkommen: Wie

passte ich da rein? Dass gerade Jugendliche so schon früh einem hohen Druck ausgesetzt sind, äußeren Anforderungen zu entsprechen, lässt sich nicht bestreiten. Gleichzeitig hat sich nicht zuletzt auf Instagram ein Gegentrend entwickelt. Body Positivity heißt das Schlagwort. Waren es zunächst vor allem Frauen, die nicht in das Schönheitsideal von „schlank-schlanker-am schlankesten“ passten und begannen, sich und ihre Körper mit Stolz zu präsentieren, gibt es mittlerweile immer mehr Akteurinnen und Akteure der sozialen Medien, die sich ungeschminkt präsentieren, ihre Zellulite nicht retuschieren oder bewusst auf Filter verzichten.

So positiv diese Bewegung insgesamt ist, hat sie doch ihre Schattenseiten. Die Soziologin Jessica Cwynar-Horta weist in einer Studie darauf hin, dass auch Teile der Body-Positivity-Bewegung der Kommerzialisierung anheimgefallen sind. Ist es beispielsweise wirklich sinnvoll, dass Instagram-Nutzer, die die Schönheit fülliger Körper feiern, Werbung für Tees machen, die einen flachen Bauch fördern sollen?<sup>1</sup> Andere finden schon den

Begriff „Body Positivity“ schwierig. Muss ich mich wirklich jederzeit und immer lieben? Ist es nicht mein gutes Recht, auch mal einen „Bad Hair Day“ zu haben? „Body Neutrality“ ist das Motto, das hier vorgeschlagen wird: Ich muss meinen Körper weder lieben noch hassen, kann aber üben, ihn einfach so zu akzeptieren wie er ist.<sup>2</sup>

Dahin zu kommen, ist jedoch leichter gesagt als getan. Nicht umsonst spielen etwa Essstörungen auch bei Jungen eine immer größere Rolle. Wie diese entstehen und was präventiv getan werden kann, erklärt Dr. Catherine Senécal niedrigschwellig für Eltern in *Du bist gut so wie du bist*. Auf der einen Seite ist es bedrückend, dass Kommentierungen unserer Körper derart allgegenwärtig sind, dass es ein Ding der Unmöglichkeit zu sein scheint, das eigene Kind vor diesen zu schützen. Auf der anderen Seite hilft das Buch bei der Reflexion auch eigener Körperbilder und unterstützt mit klaren Definitionen und Fragebögen zur Einschätzung der eigenen Situation informativ, konstruktiv und praxisnah.



Von wegen hübsch: Die Hexe teilt die Schönheitsideale der Waldtiere nicht

## Körperakzeptanz statt naiver Vollintegration

Gerade weil die Akzeptanz des eigenen Körpers nicht vom Himmel fällt und die Wahrscheinlichkeit hoch ist, dass wir bewertenden, abschätzigen Blicken und Kommentaren – wenn nicht durch andere, dann durch uns selbst – ausgesetzt sind, ist es erfreulich, dass aktuell so viele Kinder- und Jugendbücher erscheinen, die sich mit dem Thema auseinandersetzen. Erzählende Texte genauso wie Sachbücher sprießen wie Pilze aus dem Boden und für alle Altersgruppen ist etwas dabei. Natürlich ließe sich argumentieren, dass für die Jüngsten schon Klassiker wie der *Regenbogenfisch*, *Swimmy* oder der Elefant *Elmar* das Thema der Andersartigkeit gerade über den Körper thematisieren.<sup>3</sup> Hier wird danach gefragt, was eigentlich passiert, wenn jemand nicht hineinpasst. In der Regel wird über Akzeptanz der eigenen Besonderheiten argumentiert: Dank seiner Andersartigkeit kann der Außenseiter der Gruppe helfen und darüber ein Teil von ihr werden.

*Hübsch* von Canizales geht da einen ganz anderen Weg: Die Hexe ist unterwegs zu einem Date mit dem Oger. Unterwegs trifft sie allerlei Waldtiere, die ihr Tipps geben, wie sie sich verschönern könnte. Weggezaubert werden Warze, Strubbelhaar und Riesen-nase. Nur, dass der Oger eben mit der Hexe und nicht mit einer Schönheitskönigin ausgehen wollte ... Die Hexe zieht einen radikalen Schlussstrich und die Waldtiere hätten ihre Tipps wohl lieber für sich behalten. *Hübsch* bricht mit dem braven Einfügen in die Gruppe. Es müssen ja auch nicht immer alle gut befreundet sein. Vor allem lässt sich an diesem Buch aber zeigen: Nicht alle finden alles schön, es gibt Raum für unterschiedliche Wahrnehmungen – und für derben Humor!