

Plötzlich sehen die Schlanken ungesund aus

Bauchrollen überm Slip,
Arm fett unterm BH...
Solche Fotos verändern
nicht nur unsere
Sehgewohnheiten,
sie stürzen auch
Modekonzerne in
schwere Krisen. Doch
BRIGITTE-Redakteurin
Alexandra Zykunov fragt
sich: Verändert Body
Positivity wirklich den
Umgang mit uns selbst?

Ich habe ein Problem. Ich bin 1,72 Meter groß und wiege 74 Kilogramm. Damit habe ich kein Problem, aber damit, dass ich mich immer schlanker einschätze, als ich bin. Wenn ich im Laden nach einer Hose greife, denke ich: Da passe ich doch locker rein. Um sie in der Umkleidekabine nicht mal über meine zusammengepressten Oberschenkel zu kriegen. Meine Freundinnen sagen: „Freu dich doch, du hast eben ein positives Bild von dir.“ Ja, man könnte es auch realitätsfremd nennen. Zumindest weiß ich genau, woher diese Fremdwahrnehmung kommt. Von

überall da, wo ich schlanke Menschen sehe. Sie stöckeln durch meine Serien und durch die Werbepausen dazwischen, sie kämpfen gegen Zombies in den Daddelspielen meines Mannes, tragen Hipsterkleidung in meinen Lieblingsshops und grinsen mich aus meinem Instagram-Feed fröhlich an. Sie sind 24/7 in meiner Realität, folglich sind sie meine Realität – und die Realität von uns allen. Das ist ein Problem.

Doch nun ändert sich etwas. Denn in eben dieser Realität macht sich eine Gegenbewegung breit, die vor wenigen Jahren nur in einschlägigen Blogs in den hintersten Ecken des Internets ihre Gefolgschaft fand. Eine Bewegung, die auffällt, aufstößt und, ganz ehrlich, fürs Auge kaum zu ertragen ist. Weil sie uns zwingt, kurvige, delige, hängende – ja, fette Frauenkörperteile zu sehen. Körper, die nicht als schön gelten, deshalb seit Generationen unsichtbar gemacht und für unnormal erklärt werden – obwohl, und das ist das Perfide daran, sie der ganz normale Durchschnitt unserer Gesellschaft sind.

„Es ist längst belegt, dass das in den Medien vorgelebte Körperbild großen Einfluss auf unsere Körperwahrnehmung hat“, sagt Ada Borkenhagen von der Otto-von-Guericke-Universität Magdeburg, die den Zusammenhang zwischen Essstörungen und Medienkonsum erforscht. Bisher konnte man die Studien vereinfacht so zusammenfassen: Junge, dünne, weiße Frauen der Social-Media- und Popkultur treiben ihre Fans zu Hunderttausenden dazu, sich delig, fett und hässlich zu fühlen. Die neue Entwicklung aber ist: Im Jahr 2019 erreichen plötzlich auch die Dicken eine Gefolgschaft von Hunderttausenden. Was die These nahelegt, dass füllige Frauen denselben Einfluss auf unsere Körperwahrnehmung haben könnten, aber umgekehrt, sagt Borkenhagen. Das wurde bisher nur noch nicht erforscht – weil der Trend so jung ist. In einer aktuellen Umfrage von BRIGITTE und YouGov sagt aber schon jede zweite Frau, dass sie sich wohler in ihrem Körper fühlt, je mehr kurvige Frauen sie in den Medien sieht (mehr dazu lesen Sie im Kasten auf Seite 94).

107 000, 411 000, 1,8 Millionen – die Follower von Fat-Aktivistinnen wie

der deutschen Visagistin Charlotte Kuhrt, der US-amerikanischen Yoga-Lehrerin Jessamyn Stanley oder dem britischen Plus-Size-Model Tess Holliday sprechen auch so Bände. Sie nennen sich selbstverständlich „dick“ und kämpfen dafür, die Bezeichnung wieder zu dem zu machen, was es mal war: einfach einem Wort, das eine von vielen Körperformen beschreibt. Wertfrei und ohne vorgehaltene Hand.

„Zwei Mädchen haben mir vergangenen Sommer geschrieben, dass sie zum ersten Mal im Leben einen Bikini getragen haben. Wegen mir“, sagt Melanie Jeske, besser bekannt als Melodie Michelberger (das Interview mit ihr lesen Sie auf Seite 98). Die deutsche „Body-Image-Aktivistin“ poset bei Instagram selbstverständlich Fotos von sich in Unterwäsche, im Schneidersitz, auf einem Hocker, in Größe 4-4. Sie grinst in die Kamera, während sich ihr Bauchfett übers Schlüppibündchen legt und ihre „Armpit Vulvas“ zum Vorschein kommen. Achsel-Vaginas – dieser unsägliche Name für die Fettspalte zwischen BH-Träger und Oberarm.

Ein ganz normaler Frauenkörper eben. Nur dass er für unser Auge ganz und gar nicht normal ist. „Wir alle haben exakt dieselben Sehgewohnheiten“, sagt Michelberger, „was dazu führt, dass Milliarden Frauen weltweit diese eine Minderheit der weißen, dünnen, jungen Frau anbeten. Das ist doch nicht normal!“ Ihre Fotos sind radikal, sie stören und, seien wir ehrlich, sie sind nicht das, was man als schön bezeichnen würde. Zuerst.

Denn sie machen etwas mit mir. Weil ich Melodies Bilder jetzt täglich auf meinem Smartphone sehe, passieren zwei Dinge. Plötzlich schauen die sonst so „normal“ dünnen Influencerinnen erschreckend ungesund aus – das überrascht und irritiert zugleich. Und zweitens: Die eigenen Körperbau- stellen im heimischen Badezimmerspiegel erscheinen erstmalig irgendwie normaler.

Auch Corinna Mühlhausen, Gastprofessorin für Trend- und Zukunftsforschung an der Technischen Hochschule Lübeck, beobachtet dieses ▶