

Evangelische Hochschule Nürnberg

#Thinstagram- Wie soziale Medien Magersucht bei Jugendlichen begünstigen können

Sheila Bärwolff, Sarah Sponsel, Susanna Zottmann

Betreuung: Prof. Dr. Karl Titze



#Thinstagram- Wie soziale Medien Magersucht bei Jugendlichen begünstigen können

Gliederung

1. **Diagnostik: Anorexia nervosa (ICD 10: F50.0)**
 - 1.1 **Merkmale/ Symptome**
 - 1.2 **Mögliche Folgen**
2. **Auslösende Faktoren von Magersucht**
 - 2.1 **Pubertät**
 - 2.2 **Soziale Medien**
3. **Prävention und Hilfen – Das Wichtigste im Überblick**
4. **Quellen- und Literaturverzeichnis**

Inhalt:

1. **Diagnostik: Anorexia nervosa (ICD 10: F50.0) (vgl. Teufel, M.& Zipfel, S., 2008)**
 - Körpergewicht 15 % unter dem erwarteten, BMI: >17.5
 - große Angst vor Gewichtszunahme
 - selbst herbeigeführter Gewichtsverlust (durch selbstinduziertes Erbrechen o. Abführen, übertriebene körperliche Aktivität, Appetitzügler)
- 1.1 Merkmale und Symptome**
 - Leistungsorientierung
 - Versagensängste
 - gedankliche Beschäftigung mit Kalorienzählen
 - Weigerung an der Teilnahme am gemeinsamen Essen
 - Verdrängung der Körpersignale
- 1.2 Mögliche Folgen (vgl. Franke, 2004)**
 - Störungen der Fruchtbarkeit, Ausbleiben der Menstruation
 - Haarausfall, Zahnschäden
 - Nierenschäden
 - Herz-Kreislaufstörungen, Störungen im Magen-Darm-Bereich
 - Depressionen, weitere psychische Veränderung, bis hin zu Suizid

2. Auslösende Faktoren von Magersucht

2.1 Die Zeit der Pubertät = viele Veränderungen und Überforderung (vgl. BZgA o.J.)

- Vergleiche mit anderen nehmen zu
- Sozialer und gesellschaftlicher Status wird wichtig
- Erlebnisse wie die erste Liebe können zu Verunsicherung führen

2.2 Soziale Medien „bestimmen“ das Schönheitsideal (vgl. BZgA 2022)

- unnatürlich schlanke Körper liegen im Trend → Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper wächst
- dauerhafte Präsenz dieser Bilder, da durchgehend online
- Selbstinszenierung → digitale Aufmerksamkeit wächst
- Fitness, Ernährung, Aussehen, Schönheit und Körperwichtig sind dauerhaft Thema

3. Prävention und Hilfen – Das Wichtigste im Überblick (vgl. Dietrich 2022; Schräer 2010)

- Offenheit und Verständnis
- Mittelpunkt von Gesprächen nicht nur Gewicht, Figur und Essverhalten
- Unterlassen von Vorwürfen, Schuldzuweisungen, Warnungen oder Drohungen
- Behutsame Motivation und Begleitung zu weiterführenden Hilfen
- Wahrnehmung, Würdigung und Verstärkung kleiner Erfolge
- Kinder- und Jugendarztpraxis/Hausarztpraxis - Beratung telefonisch oder online
- Ambulante Psychotherapie – stationäre oder tagesklinische Behandlung
- Ambulante Nachsorge – z.B. in Selbsthilfegruppen

Literaturverzeichnis

- BZgA (2022): Fördern soziale Medien Essstörungen? Online verfügbar unter: https://www.bzga-essstoerungen.de/fileadmin/user_upload/bzga-essstoerungen/bilder/7_material_publicationen/Themenblatt_Social_Media_Stand_221027.pdf, zuletzt geprüft am 18.05.2023
- BZgA (o.J.): MAGERSUCHT. Ursachen und Auslöser. Online verfügbar unter: <https://www.bzga-essstoerungen.de/was-sind-essstoerungen/arten/magersucht/?L=0#c821>, zuletzt geprüft am 18.05.2023
- Dietrich, M. (Hg.) (2022): Was können Angehörige und Andere tun? Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. Online verfügbar unter <https://www.bzga-essstoerungen.de/>, zuletzt geprüft am 06.04.2022.
- Franke, A. (2004): Essstörungen. Suchtmedizinische Reihe. Band 3. Wissenschaftliches Kuratorium der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen e.V., Hamm.
- Schräer, Christine (Hg.) (2010): Prävention von Essstörungen – sinn-voll. Arbeitsgemeinschaft Ess-Störungen AES. Online verfügbar unter https://www.landesfachstelle-essstoerungen-nrw.de/fileadmin/contents/Datenbank/Praevention_sinnvoll_Aes_2010.pdf, zuletzt geprüft am 06.04.2022.
- Teufel, M. & Zipfel, S. (2008) Anorexia nervosa und Bulimia nervosa im Erwachsenenalter. In *Handbuch Essstörungen und Adipositas* (S. 14–18). Springer Medizin Verlag, Heidelberg.