



universität  
wien

# Diplomarbeit

Titel der Arbeit

**Muskulosität in den Medien und Körperbild:  
Der Einfluss der Körperkonzeptualisierung und der Big 5**

Verfasserin

Anna Größwang

Angestrebter akademischer Grad:

**Magistra der Naturwissenschaften (Mag. rer. nat.)**

Wien, Juli 2014

Studienkennzahl: 298

Studienrichtung: Psychologie

Betreuer: ao. Univ.- Prof. Mag. DDr. Andreas Hergovich Bakk.



## ***Danksagung***

Ich möchte mich an dieser Stelle zuerst bei meinen Eltern - Wolfgang und Maria Größwang - bedanken, die mir ein Studieren ohne Druck ermöglicht haben.

Ein besonderer Dank gilt auch meinem Freund- Christoph Manhartseder, der mir während der Verfassung dieser Arbeit immer zur Seite gestanden ist und meine zahlreichen Launen geduldig ertragen hat.

Alex Siebenhaar danke ich für seine etlichen Korrekturlesungen und hilfreichen Anregungen.

Ich danke Herrn ao. Univ-Prof. Mag. DDr. Andreas Hergovich für die für die gute Betreuung.

Meinen Freunden und Bekannten danke ich für ihre private und fachliche Unterstützung.

Außerdem möchte ich mich bei allen Versuchspersonen bedanken, die sich Zeit genommen haben, meinen Fragebogen auszufüllen.



# Inhaltsverzeichnis

|                                                                                 |           |
|---------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1. Einleitung .....</b>                                                      | <b>9</b>  |
| <b>2. Körperbild.....</b>                                                       | <b>10</b> |
| 2.1. Körperbildforschung, ein historischer Abriss .....                         | 10        |
| 2.1.1. Beginn der Körperbildforschung im 20ten Jahrhundert.....                 | 10        |
| 2.1.2. Die produktiven 1990er Jahre .....                                       | 11        |
| 2.1.3. Die 2000er Jahre.....                                                    | 12        |
| 2.2. Körperbild und Körperunzufriedenheit bei Jungen und Männern .....          | 12        |
| 2.2.1. Das männliche Schönheitsideal.....                                       | 13        |
| 2.2.1.1. Der „drive for muscularity“ .....                                      | 15        |
| 2.2.1.2. Muskulosität und Maskulinität .....                                    | 16        |
| 2.2.2. Alter und Körperbild .....                                               | 16        |
| <b>3. Modelle zur Entstehung von Körper- bzw. Muskelunzufriedenheit.....</b>    | <b>18</b> |
| 3.1. Das „Tripartite Influence Model“ von Körperbild und Essstörungen.....      | 19        |
| 3.2. Das „Quadripartite influence model“ .....                                  | 19        |
| <b>4. Soziokulturelle Einflussfaktoren.....</b>                                 | <b>20</b> |
| 4.1. Einfluss der Familie .....                                                 | 21        |
| 4.2. Einfluss von Freunden und Peergroup .....                                  | 22        |
| 4.3. Einfluss von (potentiellen) SexualpartnerInnen .....                       | 23        |
| 4.4. Die Rolle der Medien .....                                                 | 24        |
| 4.4.1. Studienergebnisse zum Einfluss der Medien .....                          | 26        |
| <b>5. Theorien zur Erklärung der Wirkweise idealisierter Medienbilder .....</b> | <b>27</b> |
| 5.1. Theorie der sozialen Vergleichsprozesse .....                              | 27        |
| 5.2. Selbst-Schematheorie .....                                                 | 29        |
| 5.3. Selbstdiskrepanztheorie.....                                               | 30        |
| <b>6. Korrelate, Risikofaktoren und Folgen von Körperunzufriedenheit .....</b>  | <b>32</b> |
| 6.1. Behaviorale Korrelate .....                                                | 32        |
| 6.1.1. Aussehens- und leistungssteigernde Substanzen.....                       | 32        |
| 6.1.2. Gestörtes Essverhalten .....                                             | 33        |
| 6.1.3. Sport .....                                                              | 34        |
| 6.2. Psychische Korrelate .....                                                 | 35        |
| 6.2.1. Selbstwert .....                                                         | 35        |
| 6.2.2. Depressive Symptomatik.....                                              | 35        |
| <b>7. Körperkonzeptualisierung.....</b>                                         | <b>36</b> |
| 7.1. Experimentelle Untersuchung .....                                          | 38        |
| <b>8. Das Fünf-Faktoren-Modell der Persönlichkeit.....</b>                      | <b>40</b> |
| 8.1. Offenheit für Erfahrungen.....                                             | 40        |
| 8.2. Gewissenhaftigkeit .....                                                   | 41        |
| 8.3. Extraversion .....                                                         | 42        |
| 8.4. Verträglichkeit.....                                                       | 43        |

|            |                                                                                                      |           |
|------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 8.5.       | Neurotizismus.....                                                                                   | 44        |
| 8.6.       | Big Five und Körperbewertung.....                                                                    | 45        |
| <b>9.</b>  | <b>Versuchsbeschreibung .....</b>                                                                    | <b>47</b> |
| 9.1.       | Ziel der Untersuchung.....                                                                           | 47        |
| 9.2.       | Fragestellung .....                                                                                  | 49        |
| 9.3.       | Hypothesen.....                                                                                      | 49        |
| 9.4.       | Methodik .....                                                                                       | 51        |
| 9.4.1.     | Untersuchungsplan .....                                                                              | 51        |
| 9.4.1.1.   | Pretest.....                                                                                         | 51        |
| 9.4.1.2.   | Hauptstudie .....                                                                                    | 56        |
| 9.4.2.     | Erhebungsinstrumente .....                                                                           | 56        |
| 9.4.2.1.   | Demografische Daten.....                                                                             | 56        |
| 9.4.2.2.   | Kurzversion des Big Five Inventory .....                                                             | 57        |
| 9.4.2.3.   | Teilrevidierte Form der deutschsprachigen Fassung der Rosenberg-Skala .....                          | 58        |
| 9.4.2.4.   | Body Areas Satisfaction Subskala (BASS) des Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire ..... | 59        |
| 9.4.2.5.   | Drive for Muscularity Scale.....                                                                     | 59        |
| 9.4.2.6.   | Vereinfachtes Beck-Depressions-Inventar.....                                                         | 60        |
| 9.4.2.7.   | Stimulusbilder .....                                                                                 | 61        |
| 9.4.3.     | Stichprobe.....                                                                                      | 63        |
| <b>10.</b> | <b>Auswertung und Interpretation der Ergebnisse .....</b>                                            | <b>63</b> |
| 10.1.      | Untersuchungsstichprobe: Deskriptive Ergebnisse .....                                                | 63        |
| 10.1.1.    | Alter:.....                                                                                          | 63        |
| 10.1.2.    | Bildung:.....                                                                                        | 65        |
| 10.1.3.    | Größe, Gewicht und BMI.....                                                                          | 67        |
| 10.1.4.    | Beziehungsstatus .....                                                                               | 70        |
| 10.2.      | Reliabilitäten der Fragebögen .....                                                                  | 71        |
| 10.2.1.    | BFI-K .....                                                                                          | 71        |
| 10.2.2.    | RSES .....                                                                                           | 73        |
| 10.2.3.    | BASS.....                                                                                            | 73        |
| 10.2.4.    | DMS .....                                                                                            | 74        |
| 10.2.5.    | BDI-V.....                                                                                           | 74        |
| 10.3.      | Hypothesenprüfung .....                                                                              | 75        |
| 10.3.1.    | Überprüfung der Voraussetzungen.....                                                                 | 75        |
| 10.3.2.    | Gruppenunterschiede (H1-H4).....                                                                     | 78        |
| 10.3.3.    | Einfluss der Big Five Persönlichkeitsfaktoren (H5-H9) .....                                          | 85        |
| 10.3.4.    | Explorative Ergebnisse.....                                                                          | 108       |
| 10.3.4.1.  | Beziehungsstatus .....                                                                               | 109       |
| 10.3.4.2.  | BMI.....                                                                                             | 110       |
| 10.3.4.3.  | Alter .....                                                                                          | 112       |
| 10.4.      | Zusammenfassung der Ergebnisse .....                                                                 | 113       |

|                                          |            |
|------------------------------------------|------------|
| <b>11. Diskussion .....</b>              | <b>115</b> |
| 11.1. Interpretation .....               | 115        |
| 11.1.1. Hypothesenblock 1 .....          | 115        |
| 11.1.2. Hypothesenblock 2 .....          | 118        |
| 11.1.3. Hypothesenblock 3 .....          | 121        |
| 11.2. Kritik .....                       | 122        |
| <b>12. Kurzzusammenfassung.....</b>      | <b>125</b> |
| <b>13. Englischer Artikel .....</b>      | <b>126</b> |
| <b>14. Verzeichnisse.....</b>            | <b>145</b> |
| 14.1. Literaturverzeichnis.....          | 145        |
| 14.2. Abbildungsverzeichnis .....        | 157        |
| 14.3. Tabellenverzeichnis.....           | 158        |
| <b>15. Anhang .....</b>                  | <b>162</b> |
| 15.1. Fragebögen .....                   | 162        |
| 15.1.1. Pretest .....                    | 162        |
| 15.1.2. Hauptstudie.....                 | 167        |
| 15.1.2.1. Kontrollgruppe.....            | 168        |
| 15.1.2.2. „Body as Process“ Gruppe ..... | 178        |
| 15.1.2.3. „Body as Process“ Gruppe ..... | 184        |
| 15.2. Lebenslauf .....                   | 190        |





# 1. EINLEITUNG

*„It's just as hard to be Ken as it is to be Barbie“ (o.V.)*

Massenmedien wie Zeitungen, Magazine, Fernsehen und das Internet spielen heutzutage eine enorm große Rolle im Leben von Millionen von Menschen. So verbringen beispielsweise Kinder und Jugendliche in Australien neben dem Schlafen die meiste Zeit vor dem Fernseher (Tiggemann, 2002). In Österreich gaben 79% der Jugendlichen an, täglich fernzusehen, 69%, täglich im Internet zu surfen und 29%, täglich Zeitungen bzw. Zeitschriften zu lesen (Misar-Dietz, 2010). Die durchschnittliche Fernsehzeit österreichischer Jugendlicher und junger Erwachsenen liegt bei etwas mehr als zwei Stunden täglich (Zehetner, 2005) und die durchschnittlich Zeit die im Internet verbracht wird, bei 103 Minuten täglich (Barth, B. & Cerny, S., 2012). Es ist daher sehr wahrscheinlich, dass dieser hohe Konsum die RezipientInnen auf gewisse Art und Weise beeinflusst.

Die Massenmedien stellen durch ihre Allgegenwärtigkeit einen mächtigen Transporteur soziokultureller Ideale dar (Tiggemann, 2002), worunter auch das aktuelle Körperideal fällt. Männern und Frauen wird das medial propagierte Schönheitsideal daher täglich vor Augen geführt.

Diese permanente Exposition kann eine erhöhte Sensitivität und ein gesteigertes Bewusstsein bezüglich des eigenen Körpers bewirken, was wiederum in Vergleichen mit diesen unrealistischen Schönheitsstandards resultieren kann (Turner, Hamilton, Jacobs, Angood & Dwyer, 1997). Da in den Medien häufig ein Körperideal dargestellt wird, fallen diese Vergleiche zumeist zu Ungunsten des/der Konsumenten/in aus.

Dass die Betrachtung idealisierter Frauenkörper in den Medien eine negative Auswirkung auf die Körperzufriedenheit von Frauen hat, und diese häufig negative behaviorale und emotionale Konsequenzen mit sich bringen kann, wurde schon häufig erhoben (Groesz, Levine & Murnen, 2002).

Bei Männern wurde diese Thematik wesentlich seltener untersucht und die Ergebnisse dazu sind auch weniger eindeutig. In dieser Diplomarbeit wird das Thema daher erneut aufgegriffen.

Es wird also aufgrund der uneindeutigen Forschungslage ein weiteres Mal untersucht, ob die Betrachtung idealisierter Männerkörper in den Medien bei Männern negative Konsequenzen hervorruft.

Zusätzlich wird untersucht, ob die Art und Weise wie die idealisierten Körper in den Medien konzeptualisiert werden, diesen möglichen Effekt beeinflusst.

Ist es also die ideale Körperform, die einen negativen Einfluss auf den Betrachter hat, oder ist es die Art und Weise, wie dieser idealisierte Körper in den Medien dargestellt wird?

Zuletzt wird erhoben, ob die Persönlichkeit der Betrachter einen Einfluss darauf hat, wie idealisierter Männerkörper in den Medien auf die diese wirken.

## **2. KÖRPERBILD**

Einleitend soll definiert werden, was genau unter dem Terminus „Körperbild“ verstanden wird. Thompson, Heinberg, Altabe und Tantleff-Dunn (1999) definieren das Körperbild ähnlich wie Schilder (1950, siehe Kapitel 2.1.1) als die interne Repräsentation der eigenen äußerlichen Erscheinung, die individuell einzigartige Wahrnehmung des eigenen Körpers. Dass das Körperbild nicht nur mit der äußeren Erscheinung oder dem Eindruck anderer gleichzusetzen ist, sondern vor allem von der Zufriedenheit mit dem eigenen Äußeren abhängt und davon, wie man denkt, auf andere zu wirken, wird durch Feingolds Metastudie zur Attraktivität (1992) deutlich illustriert. Er erhob in seiner Studie einen Korrelationskoeffizienten zwischen Selbst- und Fremdbeurteilung der eigenen Attraktivität von 0,24 bei Männern und 0,25 bei Frauen (Feingold, 1992), was bedeutet, dass nur 6% des eigenen Körperbildes durch „objektive“, also fremdbeurteilte Attraktivität erklärt wird (Thompson et al., 1999). Andere Faktoren, die nach Feingolds (1992) Studie signifikant mit der subjektiven Attraktivität zusammenhängen, sind unter anderem Kontaktfreude, Dominanz, mentale Gesundheit, Selbstbewusstsein, Beliebtheit und aktuelle sexuelle Aktivität. Das interne Bild des eigenen Körpers steht also auch im Zusammenhang mit Gefühlen und Gedanken und kann das eigene Verhalten beeinflussen (Thompson et al. 1999).

### **2.1. KÖRPERBILDFORSCHUNG, EIN HISTORISCHER ABRISS**

Die folgenden drei Kapitel behandeln die Geschichte der Körperbildforschung vom Beginn des 20ten Jahrhunderts bis zum aktuellen Forschungsstand.

#### **2.1.1. BEGINN DER KÖRPERBILDFORSCHUNG IM 20TEN JAHRHUNDERT**

Die ersten Körperbildforschungen fanden zu Beginn des 20ten Jahrhunderts statt, als Forscher neuropathologische Formen von Körpererfahrungen wie Phantomschmerzen oder Anosognosien, also beispielsweise dem krankhaften nicht Erkennen einer halbseitigen Lähmung, erforschten (Cash, 2004). Die Forschungen dieser Zeit konzentrierten sich auf neuronale Mechanismen, psychologische Variablen wurden selten berücksichtigt (Cash &

Smolak, 2011). Paul Schilder war 1935 einer der ersten, der die Körperbildforschung weg von einem rein neurologischen hin zu einem biopsychosozialen Ansatz führte und sich dafür aussprach, neben neurologischen auch psychologische und soziokulturelle Faktoren zu berücksichtigen (Schilder, 1935, zit. n. Cash & Smolak, 2011). Er nahm an, dass das Körperbild nicht nur ein wahrnehmungsbezogenes Konstrukt sei, sondern auch eine Reflektion von Einstellungen und Interaktionen mit anderen impliziert (Schilder, 1950). Schilder definierte Körperbild als das Bild unseres eigenen Körpers, das wir im Geiste formen, also die Art und Weise, wie unser Körper auf uns wirkt (Schilder, 1950).

Einer der historisch wichtigsten Körperbildforscher war Seymour Fisher, der mit seinem Kollegen Sidney Cleveland mit „Body Image and Personality“ ein wegweisendes Werk schuf, das die damals weit verbreitete psychodynamische Sichtweise des Körperbildes reflektierte (Fisher & Cleveland, 1958). Franklin Shontz führte die Körperbildforschung 1969 mit seinem Werk „Perceptual and Cognitive Aspects of Body Experience“ weg von der damals dominierenden psychodynamischen Sichtweise hin zu einer facettenreicheren Herangehensweise, in der verschiedenste wissenschaftliche Methoden verwendet und theoretische Modelle, insbesondere aus der Feldtheorie, Gestaltpsychologie und kognitiven Theorie in die Forschung integriert wurden (Cash & Smolak, 2011). Er plädierte auch dafür, kognitive und wahrnehmungsgeprägte Aspekte wieder mehr zu berücksichtigen (Cash & Smolak, 2011).

### **2.1.2. DIE PRODUKTIVEN 1990ER JAHRE**

Die 1990er Jahre waren die produktivste Dekade in der Geschichte der Körperbildforschung. Hier fanden die wichtigsten Entwicklungen bezüglich Konzeptualisierung, Psychometrie und psychotherapeutischer Maßnahmen statt (Cash & Smolak, 2011).

Das erste wichtige Werk der 90er Jahre war das von Thomas F. Cash und Thomas Pruzinsky 1990 herausgegebene Buch „Body Images: Development, Deviance and Change“. Die Autoren erforschten das Körperbild im Sinne von Shontz, indem sie die Multidimensionalität und Multidisziplinarität des Körperbilds darstellten und die Körperbildforschung auf Bereiche wie Deformationen oder kosmetische Chirurgie, die zuvor nur inadäquat abgedeckt wurden, erweiterten (Cash & Smolak, 2011).

Auch die Soziologie des Körpers rückte in dieser Zeit in den Fokus des wissenschaftlichen Interesses (Grogan, 2007). Der Soziologe Bryan S. Turner (1992, zit. n. Grogan, 2007) beschrieb diese neue gesellschaftliche Wichtigkeit des Körpers mit der Bezeichnung „somatic society“. Der Erfolg des in den 90er Jahren gegründeten Journals „Body and Society“ unterstreicht die Relevanz der Thematik in dieser Zeit (Grogan, 2007).

Eine weitere wichtige Figur der Körperbildforschung dieser Zeit war Kevin Thompson, der mit seinen Werken „Body Image Disturbance: Assessment and Treatment“ und „Body Image, Eating Disorders, and Obesity: An Integrative Guide for Assessment and Treatment“ einen maßgeblichen Beitrag zur Diagnostik und Behandlung von Körperbildstörungen leistete (Cash & Pruzinsky, 2002). Einen ebenso bedeutsamen Beitrag zur Therapeutik von Körperbildstörungen lieferte Thomas F. Cash mit seinem 1991 erschienenen kognitiv-behavioralen Therapiemodell in „Body Image Therapy Program“ (Cash & Smolak, 2011).

### **2.1.3. DIE 2000ER JAHRE**

Auch in den 2000er Jahren hielt das wissenschaftliche Interesse an der Körperbildforschung weiterhin an. Gründe für das gesteigerte wissenschaftliche Interesse waren unter anderem die immer weiter steigende Popularität der plastischen Chirurgie, die immer wichtiger werdende Thematik der Ernährung und der steigende Konsum von Steroiden, wodurch sich viele Wissenschaftler dazu veranlasst sahen, die Motivationen hinter diesen Verhaltensweisen zu untersuchen (Grogan, 2007). Der wichtigste Meilenstein in dieser Dekade war die Gründung des wissenschaftlichen „peer-reviewed“ Magazins „Body Image: An International Journal of Research“ im Jahr 2004, das vierteljährlich hochqualitative Körperbildforschung aus Sozialwissenschaften aber auch Gesundheitswissenschaften publiziert (Cash & Smolak, 2011).

Zur selben Zeit entwickelte sich auch ein verstärktes wissenschaftliches Interesse an Thematiken wie dem männlichen Körperbild oder kulturellen Unterschieden (Cash & Smolak, 2011). Gemeinsam mit der Erforschung des männlichen Körperbilds rückte auch das Streben nach Muskulosität in den Fokus wissenschaftlicher Untersuchungen (Grogan, 2007). Wegweisende Werke in der Erforschung des männlichen Körperbildes waren Popes, Phillips` und Olivardias 2000 veröffentlichtes „The Adonis Complex: The Secret Crisis of Male Body Obsession“ und „The Muscular Ideal“ von Thompson und Cafri aus dem Jahr 2007 (Cash & Smolak, 2011).

## **2.2. KÖRPERBILD UND KÖRPERUNZUFRIEDENHEIT BEI JUNGEN UND MÄNNERN**

Die Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper bei Jungen und Männern ist ein relativ neues Phänomen (Pope, Phillips & Olivardia, 2000b). Erst in den letzten 20 Jahren konnte ein starker Anstieg von Verhaltensweisen wie zwanghaftem Trainieren, erhöhter Steroidnutzung oder der Inanspruchnahme kosmetischer Operationen, die im Zusammenhang mit Körperunzufriedenheit stehen, beobachtet werden (Pope et al., 2000b). Die Unzufriedenheit

mit dem eigenen Körper bei Männern steigt kontinuierlich. Gaben 1972 nur 15% der Männer an, unzufrieden mit ihrem Körper zu sein, waren es 1985 schon 34% und 1997 43% (Garner, 1997). Eine Studie, die in England vom Magazin „Men’s Health“ durchgeführt wurde, kam zu dem Ergebnis, dass 75% der teilnehmenden Leser nicht zufrieden mit ihrer Körperform seien (Chaudhary, 1996 zit. n. Grogan, 2007). Dieses Ergebnis sollte jedoch mit Vorsicht betrachtet werden, da die Leserschaft des „Men’s Health“ Magazins besonders sensitiv auf körperbezogene Themen reagieren könnte und die Ergebnisse daher eventuell nicht repräsentativ für die Allgemeinbevölkerung sein könnten (Grogan, 2007). Es kann jedoch daraus gefolgert werden, dass Männer, die Magazine wie „Men’s Health“ lesen, eine Risikogruppe für Körperunzufriedenheit darstellen (Grogan, 2007).

Lange Zeit wurde angenommen, dass Männer generell ein eher positives Körperbild aufweisen (McCreary, 2011). Diese These wird unter anderem dadurch untermauert, dass nur ein sehr kleiner Teil der Menschen mit Essstörungen männlich ist und Männer über eine viel höhere Körperzufriedenheit und eine viel geringere Unzufriedenheit mit ihrem Körperfettanteil berichten als Frauen, auch wenn sie eindeutig übergewichtig waren (McCreary, 2011). Erst vor circa 10 Jahren erkannte man, dass Gewicht und Körperfettanteil wenig ideale Faktoren sind, um die männliche Körperzufriedenheit adäquat zu erheben, da das männliche Körperideal stark auf Muskulosität fokussiert ist (McCreary, 2011). Auf diese Thematik wird im nächsten Kapitel näher eingegangen.

### **2.2.1. DAS MÄNNLICHE SCHÖNHEITSIDEAL**

Im Vergleich zu Frauen, wo das körperliche Ideal vor allem Schlankheit bedeutet, ist das männliche Schönheitsideal weitaus komplexer (Westmoreland Corson & Andersen, 2002). Männer wollen zwar auch oft wie Frauen ihr Gewicht verändern, noch mehr Wert legen sie jedoch auf ihre Körperform und Muskulosität (Pope et al., 2000b). Diese Annahme wird auch von Ogden und Munday (1996) unterstützt, die erhoben, dass sich körperbezogene Sorgen bei Frauen viel häufiger um deren Gewicht drehen als bei Männern, die ihr Augenmerk eher auf ihre Muskulosität legen. Page und Allen (1995) konnten in ihrer Studie zeigen, dass Männer, die sich selbst als viel zu dünn sahen, am unzufriedensten mit ihrem Körper waren. Männer, die sich selbst als etwas zu dünn beschrieben, waren genauso unzufrieden mit ihrem Körper wie Männer, die sich als viel zu dick beschrieben (Page & Allen, 1995). Was ebenfalls darauf hindeutet, dass das subjektive Empfinden, zu wenig an Körpermasse zu besitzen, die männliche Körperzufriedenheit stärker beeinträchtigt als das subjektive Empfinden, zu viel an Körpermasse zu besitzen.

Es herrscht Konsens darüber, dass Männer einen muskulösen, mesomorphen, also natürlich athletischen Körper, der sich durch eine muskulöse Brust, muskulöse Arme, breite Schultern und eine schlanke Taille, sowie schlanke Hüften charakterisiert, als ideal ansehen und weniger einen ectomorphen (dünnen) oder endomorphen (dicken) Körper (Grogan, 2007). Der in den Medien als Ideal dargestellte männliche Körper stimmt mit dieser Vorstellung überein (Stanford & McCabe, 2002). Dieser ist groß, gebräunt, hat einen V-förmigen, muskulösen Oberkörper, eine schmale Taille und schlanke Hüften (Stanford & McCabe, 2002). Männer berichten auch davon, am unzufriedensten mit jenen Körperteilen zu sein, die im Fokus des männlichen Schönheitsideals stehen, wie beispielsweise Arme, Bauch, Brust und Breite der Schultern (Hatoum & Belle, 2004; Furnham & Greaves, 1994).

Pope und Kollegen (2000) untersuchten die Körperbildwahrnehmung von Männern in Frankreich, Österreich und den USA und fanden heraus, dass das ideale Körperbild der Teilnehmer durchschnittlich um 12,7 kg mehr Muskelmasse besaß als das tatsächliche Selbstbild der Männer. Das Körperfett betreffend wurden jedoch keine Unterschiede zwischen realem und idealem Körperbild gefunden (Pope et al., 2000). Zu einem ähnlichen Ergebnis kamen auch Olivardia, Pope, Borowiecki und Cohane (2004), die in ihrer Studie erhoben, dass das ideale Körperbild durchschnittlich um 11,4 kg mehr Muskelmasse und um 3,6 kg weniger Fett aufwies. Hier konnte also auch, das Körperfett betreffend, ein, wenn auch deutlicher kleinerer, Unterschied festgestellt werden (Olivardia et al. 2004).

Diese Ergebnisse legen also nahe, dass die steigende Objektifizierung des männlichen Körpers mit einem erhöhten Fokus auf Muskulosität einhergeht (Halliwell, Dittmar & Orsborn, 2007). Der Zusammenhang zwischen Muskulosität und Attraktivität ist jedoch kein linearer. Eine moderate Muskulosität wird als ideal angesehen, extreme Muskulosität jedoch als wenig attraktiv (Monaghan, 2005; Grogan & Richards, 2002). Zu einem ähnlichen Schluss kamen Arbour und Martin Ginis (2006), die erhoben, dass das Betrachten hypermuskulöser Männerkörper im Gegensatz zu moderat muskulösen Männerkörpern keine Körperunzufriedenheit hervorrief. Teilnehmer dieser Studie bewerteten die hypermuskulösen Bilder als wenig erstrebenswert, attraktiv und erreichbar (Arbour & Martin-Ginis, 2006). Daher schlussfolgerten die Autoren, dass Bilder von hypermuskulösen Männern unrealistische Standards für Vergleiche darstellen könnten und soziale Vergleichsprozesse dadurch nicht ausgelöst würden (Arbour & Martin Ginis, 2006). Auch die Teilnehmer der Fokusgruppe von Grogan und Richards (2002) berichteten einhellig davon, nur „ein bisschen muskulös“ sein zu wollen. Vor allem erwachsene Teilnehmer kritisierten, Bodybuilder wären „zu besessen“ von ihrer eigenen Erscheinung und würden zu viel Zeit in die Optimierung

ihres Körpers investieren (Grogan & Richards, 2002). Muskulosität spielt zwar im Bezug auf das männliche Körperideal eine wichtigere Rolle als Körperfett, das bedeutet jedoch nicht, dass der Körperfettanteil für das männliche Ideal völlig irrelevant ist. Ein niedriger Körperfettanteil ermöglicht es nämlich erst, die Muskeln sichtbar werden zu lassen (Cafri & Thompson, 2004).

#### **2.2.1.1. Der „drive for muscularity“**

Zusammengefasst kann also gesagt werden, dass das Hauptaugenmerk des männlichen Schönheitsideals auf Muskulosität liegt. Diese Thematik wird meist als „drive for muscularity“ bezeichnet. Mit dem „drive for muscularity“ ist die Internalisierung des muskulösen Ideals als die ideale Körperform gemeint (McCreary, 2011). In der extremsten Form kann sich dieser „drive“ als eine „umgekehrte Anorexie“ manifestieren (Ricciardelli & McCabe, 2011). Diese „umgekehrte Anorexie“, die auch als Muskeldysmorphie (Pope, Gruber, Choi, Olivardia & Phillips, 1997) oder populärwissenschaftlich als Adonis Complex (Pope et al., 2000b) bezeichnet wird, ist durch die Angst, zu schwächlich zu sein und die Wahrnehmung, klein und schwach zu sein, auch wenn es nicht der Realität entspricht, charakterisiert (Ricciardelli & McCabe, 2011).

Die Muskeldysmorphie wird im DSM IV (Saß, Wittchen & Zaudig, 2003) als eine Unterform der körperdysmorphen Störung angeführt. Nach Pope und Kollegen (2000b) müssen drei Kriterien erfüllt sein, um eine Muskeldysmorphie zu diagnostizieren. Erstens muss eine intensive Beschäftigung mit dem Gedanken bestehen, der eigene Körper sei nicht schlank und muskulös genug, zweitens muss dieser beherrschende Gedanke klinisch signifikantes Leid oder Beeinträchtigung sozialer, beruflicher oder anderer wichtiger Bereiche hervorrufen und zuletzt muss das Verhalten von der Eingenommenheit der Idee, zu schwächlich oder zu wenig muskulös zu sein, bestimmt sein.

In einer Studie von Olivardia, Pope und Hudson (2000) wurde erhoben, dass 50% der Männer, denen Muskeldysmorphie diagnostiziert wurde, mehr als drei Stunden täglich an ihre Muskulosität dachten. 58% der Männer gaben an, Orte wie beispielsweise Schwimmbäder aufgrund ihrer wahrgenommenen Körperdefizite zu meiden, 54% berichteten davon, wenig bis keine Kontrolle über ihr exzessives Sporttreiben und Ernährungsverhalten zu haben und 46% berichteten von Steroidkonsum (Olivardia, et al., 2000). Muskeldysmorphie Gewichtheber litten im Vergleich zu Gewichthebern ohne Diagnose signifikant häufiger an Depressionen oder bipolarer Störung (Olivardia et al., 2000). Pope und Kollegen (2000b) schätzen die Prävalenz der Muskeldysmorphie unter Gewichthebern auf 10%. Die Prävalenz in der Allgemeinpopulation ist jedoch noch unbekannt (Grieve, 2007).

### **2.2.1.2. Muskulosität und Maskulinität**

Muskulosität ist eng mit der kulturellen Sicht auf Männlichkeit und dem männlichen Rollenbild verbunden, also unter anderem mit Macht, Stärke und Wirksamkeit (Mishkind, Rodin, Silberstein & Striegel-Moore, 1986). Männer verbinden das schlanke und muskulöse Körperideal mit Selbstbewusstsein, Kontrolle (Ogden, 1992), Gesundheit und Fitness (Grogan & Richards, 2002). Übergewicht wird dagegen mit Willensschwäche und fehlender Selbstkontrolle in Zusammenhang gebracht (Grogan & Richards, 2002).

Eine muskulöse Erscheinung erhöht die Wahrscheinlichkeit, als dominant und kompetitiv angesehen zu werden (Murnen, 2011). Dies sind Attribute, die aus kultureller Sicht unmittelbar dem männlichen Geschlecht zugeschrieben und für Männer daher als erstrebenswert erachtet werden (Murnen, 2011). Es zeigte sich, dass Jungen und Männer, die einen starken „drive for muscularity“ aufwiesen, eher stereotyp männliche Überzeugungen und Einstellungen befürworteten, was heißen könnte, dass männliche Körperunzufriedenheit mit einer Identifizierung mit dem männlich stereotypen Rollenbild verbunden ist (Murnen, 2011; Murray & Lewis, 2014).

McCreary, Saucier und Courtenay (2005) untersuchten den Zusammenhang zwischen dem „drive for muscularity“ und männlich genderstereotypem Verhalten und erhoben einen signifikant positiven Zusammenhang. Interessanterweise konnte dieser Zusammenhang sowohl bei Männern als auch bei Frauen festgestellt werden (McCreary et al., 2005). Außerdem zeigte sich auch hier, dass Männer, die traditionell männliche Stereotype befürworteten, einen höheren „drive for muscularity“ aufwiesen und öfter geschlechtsspezifische Konflikte, wie die gesellschaftliche Erwartungshaltung an Männer erfolgreich zu sein, erlebten (McCreary et al., 2005). Murray und Lewis (2014) erhoben, dass die Verinnerlichung eines traditionell maskulinen Rollenstereotyps bei Männern ab 30 Jahren einen starken Zusammenhang mit Körper- und Muskelunzufriedenheit hatte, bei Männern unter 30 Jahren jedoch nicht. Das könnte daran liegen, dass es für ältere Männer immer schwieriger wird, der körperlichen Idealvorstellung zu entsprechen (Murray & Lewis, 2014).

### **2.2.2. ALTER UND KÖRPERBILD**

Ab welchem Alter Jungen beginnen, Körperunzufriedenheit zu entwickeln, ist bis heute noch nicht ausreichend erforscht. Das Abnehmen betreffend, konnte erhoben werden, dass 31% der 9-Jährigen den Wunsch äußerten, dünner sein zu wollen, 36% schon einmal versucht haben, Gewicht zu verlieren und 44% schon einmal versucht haben, ihren Körper durch Sport zu formen (Maloney, Mc Guire, Daniels & Specker, 1989). Auch in der Fokusgruppe von Grogan und Richards (2002) berichteten alle achtjährigen Jungen, körperliches Training zu



absolvieren und begründeten es damit, dadurch nicht dick zu werden. O'Dea und Caputi (2001) verglichen das Körperbild von 6-12,5-Jährigen und 12,5-19-Jährigen und kamen zu dem Ergebnis, dass der Eindruck, zu dünn zu sein (5% vs. 9%) und das Bemühen, Gewicht zuzulegen (7% vs. 12%) in der älteren Gruppe deutlich höher war. Der Eindruck, zu dick zu sein (2,5% vs. 3%) veränderte sich nur unwesentlich und das Bemühen, abzunehmen (8% vs. 4%) halbierte sich sogar (O'Dea & Caputi, 2001). Dies könnte darauf hinweisen, dass die Wahrnehmung und das Bewusstsein des männlichen Körperideals erst ab einem Alter von zwölf bis dreizehn Jahren einsetzt. Conner, Martin und Silverdale (1996) unterstützten diese Vermutung, indem sie in ihrer Studie erhoben, dass 11-jährige Jungen und Mädchen einen signifikant höheren Körperselbstwert aufwiesen als 13-14-Jährige und 13-14-Jährige einen signifikant höheren Druck empfanden, dem medial vermittelten Körperideal zu entsprechen. Ähnliches erhoben auch McCabe und Ricciardelli (2001). In ihrer Studie stellte sich heraus, dass Schüler der siebten Klasse (also Zwölfjährige) signifikant zufriedener mit ihrem Körper waren als Schüler der achten, neunten und zehnten Klassen (13-16-Jährige), wobei sich letztere hinsichtlich ihrer Körperzufriedenheit nicht wesentlich unterschieden (McCabe & Ricciardelli, 2001).

Diese Ergebnisse könnten darauf hinweisen, dass das Einsetzen der Pubertät die Körperwahrnehmung von Jungen beeinflusst. Diese Thematik wurde jedoch erst sehr unzureichend untersucht und die Ergebnisse sind uneinheitlich. So erhoben O'Dea und Abraham (1999), dass pubertierende Jungen häufiger versuchten, ihren Körper zu formen als präpubertäre Jungen. Ricciardelli und McCabe (2003) erhoben jedoch, dass der Pubertätsstatus weder Muskelaufbaustrategien noch den Versuch, Gewicht zu verlieren, beeinflusste.

Die Thematik der Körperzufriedenheit wurde bisher meist an Jugendlichen und jungen Erwachsenen untersucht, Studien mit älteren Teilnehmern gibt es bisher nur sehr wenige (Cafri, Thompson, Ricciardelli, McCabe, Smolak & Yesalis, 2005).

Eine Studie von Garner (1997) ergab, dass sich die Unzufriedenheitswerte mit dem eigenen Körper zwischen verschiedenen Altersgruppen relativ ähnlich waren (siehe Tab. 1).

**Tabelle 1: Körperunzufriedenheit von Männern verschiedener Altersgruppen**

| <b>Alter</b> | <b>Unzufrieden mit eigenem Körper</b> |
|--------------|---------------------------------------|
| 13-19        | 41%                                   |
| 20-29        | 38%                                   |
| 30-39        | 48%                                   |
| 40-49        | 43%                                   |
| 50-59        | 48%                                   |

In eine Studie von Lynch und Zellner (1999) wurde eine Gruppe junger Männer mit einem Durchschnittsalter von 19 Jahren mit einer Gruppe erwachsener Männer mit einem Durchschnittsalter von 48 Jahren verglichen. 84% aller jungen Männer wünschten sich muskulöser zu sein und nur 44% der erwachsenen Männer (Lynch & Zellner, 1999). Fast doppelt so viele erwachsene Männer waren zufrieden mit ihrem Körper (31% vs. 16%) und 25% der erwachsenen Männer äußerten den Wunsch, dünner zu sein, jedoch kein einziger aus der Gruppe der jungen Männern (Lynch & Zellner, 1999). Die Ergebnisse der Studie von Mellor, Fuller-Tyszkiewicz, McCabe und Ricciardelli zeigten (2010), dass ältere Männer signifikant zufriedener mit ihrem Körper waren als jüngere Männer und die eigene körperliche Erscheinung signifikant weniger relevant für das Selbstbild war. Auch Murray und Lewis (2014) erhoben Ähnliches. In ihrer Studie waren junge Männer (17-29 Jahre) signifikant unzufriedener mit ihrer Muskulosität als alte Männer (50-71 Jahre), Männer in mittlerem Alter (30-49 Jahre) unterschieden sich weder von jungen noch von alten Männern signifikant (Murray & Lewis, 2014). Diese Ergebnisse weisen darauf hin, dass die Körper- und Muskelunzufriedenheit im Laufe des Lebens abnimmt. Diese Thematik sollte jedoch noch genauer untersucht werden.

### **3. MODELLE ZUR ENTSTEHUNG VON KÖRPER- BZW. MUSKELUNZUFRIEDENHEIT**

Wissenschaftler sind sich darüber einig, dass das Körperbild multideterminiert ist (Kearney-Cooke, 2002). In diesem Kapitel werden das einflussreichste Modell der Entstehung von Körperunzufriedenheit, das „Tripartite Influence Model“ (Thompson et al., 1999), und dessen Adaption für die männliche Population, das „Quadripartite Influence Model“ (Tykla, 2011) vorgestellt.

### 3.1. DAS „TRIPARTITE INFLUENCE MODEL“ VON KÖRPERBILD UND ESSSTÖRUNGEN

Das „Tripartite Influence Modell“ ist das einflussreichste Modell zur Erklärung der Entstehung von Körperunzufriedenheit. Thompson und Kollegen (1999) nehmen an, dass Peers, Eltern und Medien die drei soziokulturellen Haupteinflussquellen für Körperunzufriedenheit darstellen. Diese drei Einflussfaktoren können soziale Vergleiche und eine Internalisierung des dünnen bzw. muskulösen Körperideals bewirken (Thompson et al., 1999). Mediert wird dieser Zusammenhang von der globalen psychischen Gesundheit (Thompson et al., 1999). Damit ist gemeint, dass Personen mit niedrigem Selbstwert und hohen Depressionsraten vulnerabler gegenüber dem Druck der drei primären sozialen Einflussquellen sind und dadurch eher ein propagiertes Körperideal internalisieren und soziale Vergleiche tätigen (Thompson et al., 1999): Sozialer Vergleich und Internalisierung führen dann zu Körperunzufriedenheit, die sich wiederum in restriktivem und/oder bulimischem Essverhalten zeigen kann (Thompson et al., 1999).

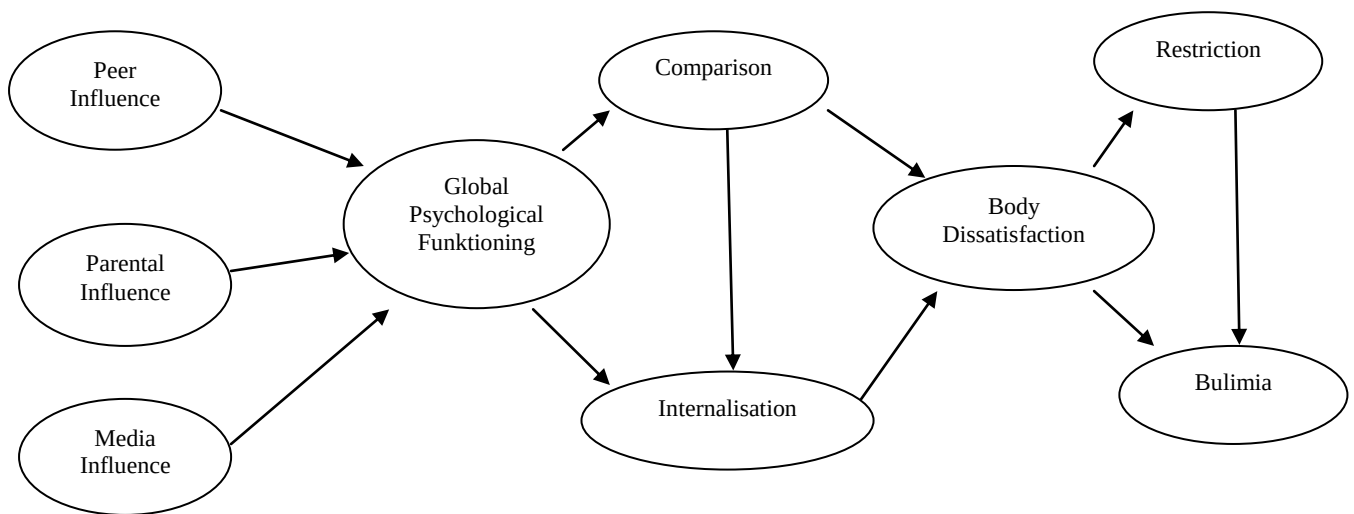


Abbildung 1: Tripartite Influence Model (Thompson et al., 1999)

### 3.2. DAS „QUADRIPARTITE INFLUENCE MODEL“

Tylka (2011) adaptierte das Modell von Thompson und Kollegen (1999) speziell für eine männliche Population. Neu an diesem Modell ist zum einen, dass Muskel- und Körperfettunzufriedenheit als zwei separate Konstrukte angenommen werden und zum anderen, dass auch der Einfluss von Partnern berücksichtigt wird. Es wurde außerdem nur die Internalisierung des mesomorphen Ideals, nicht aber soziale Vergleichsprozesse als mediierende Variablen in das Modell integriert. Soziale Vergleichsprozesse zeigten nicht

konsistent signifikante Zusammenhänge mit Körperunzufriedenheit (Karazsia & Crowther, 2010) und das Verfahren zur Erhebung der Internalisierung enthält bereits Items, die soziale Vergleichsprozesse erfragen (Tylka, 2011). Außerdem erhoben Karazsia und Crowther (2010) in ihrer Studie zur Testung des „Tripartite Influence Models“, keinen bedeutsamen Zusammenhang von sozialen Vergleichsprozessen und Körperunzufriedenheit ( $r=0,04$ ), jedoch einen starken Zusammenhang mit Internalisierung ( $r=0,54$ ). Die globale psychische Gesundheit wird in diesem Modell im Gegensatz zum „Tripartite Influence Model“ nicht berücksichtigt. Zuletzt wurde noch muskelerhöhendes Verhalten als zusätzliche Variable integriert, die durch die Variable Muskelunzufriedenheit vorhergesagt wird (Tylka, 2011).

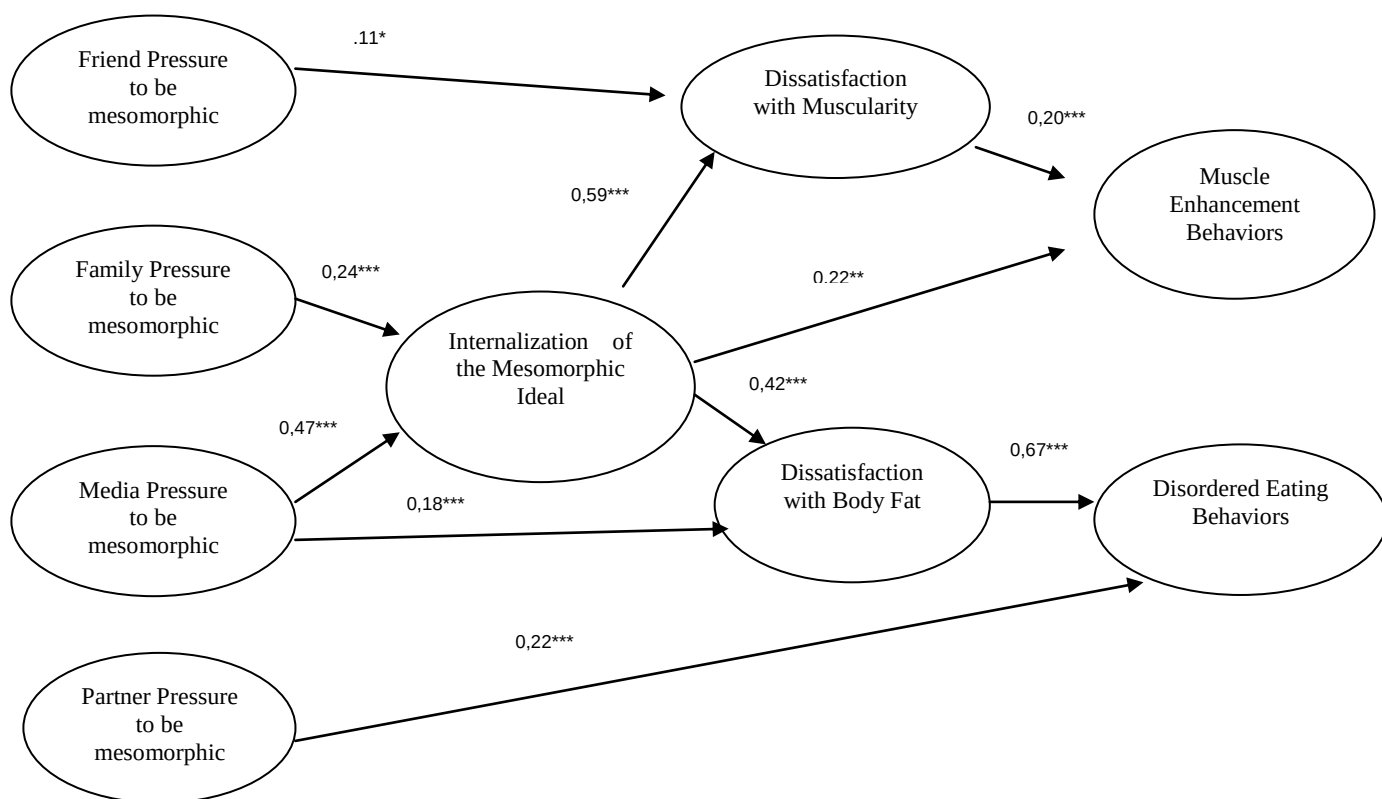


Abbildung 2: Quadripartite Influence Modell (Tylka, 2011).

## 4. SOZIOKULTURELLE EINFLUSSFAKTOREN

In den folgenden Kapiteln wird näher auf die von Tylka (2011) postulierten soziokulturellen Einflussfaktoren Familie, Peergroup, Partner und Medien eingegangen. Hierbei ist zu beachten, dass zwar jeder dieser Faktoren das Körperbild beeinflussen kann, die Kombination mehrerer Faktoren sich jedoch als stärkerer Prädiktor erwiesen hat (Peterson, Paulson & Williams, 2007).

## 4.1. EINFLUSS DER FAMILIE

Als primäre Sozialisationsquelle spielt die Familie eine tragende Rolle bei der Übermittlung soziokultureller Normen und Werte an Kinder und Jugendliche (Eccles-Parsons, Adler & Kaczala, 1982). Eltern drücken ihre Erwartungen und Überzeugungen über die eigene äußerliche Erscheinung, Essgewohnheiten, Diäten oder körperliches Training und über die Evaluierung des eigenen Körpers und auch des Körpers anderer aus (Carlson Jones, 2011). Dadurch wirken Eltern als Modelle, Kritiker aber auch als Unterstützer auf die Entwicklung des kindlichen Körperbildes ein (Carlson Jones, 2011). Die Modellwirkung betreffend, erhoben Stice, Agrad und Hammer (1999), dass ein Zusammenhang zwischen mütterlicher Körperunzufriedenheit, Diäten und bulimischen Symptomen und elterlichem Übergewicht und der Entstehung von zukünftigen Essstörungen bei Kindern besteht. Mütterliche Zurückhaltung beim Essen und ein „drive for thinness“ hingen mit dem Auftreten von übermäßigem Essen im Kindesalter zusammen (Stice et al., 1999). Laut Stice und Kollegen (1999) könnte dies damit zusammenhängen, dass Kinder die Ideale der Mutter internalisieren, dadurch weniger essen, und in Konsequenz übermäßig Nahrung zu sich nehmen. Zusammengefasst kann gesagt werden, dass der familiäre Umgang mit Essen und dem eigenen Körper schon Kinder in den ersten Lebensjahren maßgeblich beeinflusst.

Ein weiterer wichtiger Faktor bei der Entwicklung des Körperbildes ist die Eltern-Kind-Beziehung. So erhoben Ata, Ludden und Lally (2007), dass Jungen aus der Hochrisikogruppe für Essstörungen signifikant weniger elterliche Unterstützung und einen signifikant höheren familiären Druck, Muskelaufbau zu betreiben, als weniger gefährdete Jungen erlebten (Ata, Ludden & Lally, 2007). May, Kim, McHale und Crouter (2006) erhoben, dass die Abnahme mütterlicher Intimität sowie die Abnahme mütterlichen Wissens über den Alltag des Kindes und eine Zunahme von Konflikten zu erhöhten Gewichtssorgen bei Töchtern führten, wogegen bei Söhnen kein Zusammenhang gefunden wurde. Eine Zunahme von Konflikten zwischen Vater und Kind führte jedoch sowohl bei Mädchen als auch bei Jungen zu Gewichtssorgen (May et al., 2006). Daraus kann einerseits geschlossen werden, dass die Vater-Kind-Beziehung und die Mutter-Kind-Beziehung auf unterschiedliche Bereiche und in unterschiedlichem Ausmaß auf das Körperbild von Kindern einwirken und andererseits, dass Eltern-Kind-Konflikte der wichtigste elterliche Einflussfaktor auf Gewichtssorgen des Kindes sein könnten (May et al., 2006).

Auch körperbezogene Kommentare von Familienmitgliedern erwiesen sich als Einflussfaktor auf das Körperbild, wobei das Feedback vor allem von Müttern kommt. Mütter regen ihre Kinder signifikant öfter dazu an, Gewicht zu verlieren und Muskeln aufzubauen als Väter

(McCabe & Ricciardelli, 2001). Ricciardelli, McCabe und Banfield (2000) zeigten in ihrer Studie zudem auf, dass Jungen zum Großteil Komplimente für ihren Körper erhielten; auch hier gaben Mütter deutlich mehr positives Feedback als Väter. Dieses positive Feedback stand im Zusammenhang mit der Körperzufriedenheit der Jungen, was bedeuten könnte, dass elterliche positive Kommentare als protektiver Faktor bezüglich Körperunzufriedenheit wirken (Ricciardelli et al., 2000). Auch das Essverhalten wurde von Müttern am häufigsten kommentiert (Ricciardelli et al., 2000). So gaben 20% der Jungen an, dass ihre Mütter sie auffordern würden, weniger zu essen (Ricciardelli et al., 2000). Dies hing signifikant mit den Versuchen zusammen, Diät zu halten um abzunehmen (Ricciardelli et al., 2000). Väter und Brüder regten die Teilnehmer am häufigsten dazu an, mehr zu trainieren, was signifikant mit der Motivation zu trainieren, um den eigenen Körper zu verändern und/oder Muskel aufzubauen, zusammenhing (Ricciardelli et al., 2000). Negative Kommentare der Familie, wie Hänseleien den Körper betreffend, bewirkten bei Jungen eine Verringerung der Körperzufriedenheit (Ata et al., 2007). Diese Ergebnisse deuten darauf hin, dass Eltern als Vorbilder und soziale Verstärker in Bezug auf körperbezogene Verhaltensweisen wirken und dass Mütter einen größeren Einfluss auf ihre Söhne hinsichtlich ihres Körperbildes haben als andere Bezugspersonen (Ricciardelli et al., 2000).

## **4.2. EINFLUSS VON FREUNDEN UND PEERGROUP**

Im Jugendalter orientieren sich Jungen und Mädchen immer mehr an ihren Freunden bzw. an ihrer Peergroup, wodurch auch das Vertrauen in deren Unterstützung und Anerkennung stark ansteigt (Ata et al., 2007). Obwohl Jungen sowohl vom besten Freund als auch von der besten Freundin signifikant seltener dazu angeregt werden, Gewicht zu verlieren oder Muskeln aufzubauen als Mädchen (McCabe & Ricciardelli, 2001), stellt die Peergroup auch bei Jungen einen wichtigen Einflussfaktor auf das Körperbild dar. Grogan und Richards (2002) fragten in ihrer Interviewstudie jugendliche Jungen, ob sie einen externen Druck, ihr Aussehen betreffend, erfahren würden, was alle bejahten. Druck käme größtenteils von männlichen Peers (Grogan & Richards, 2002). Ricciardelli und Kollegen (2000) erhoben in ihrer Studie, dass 12,5% der Teilnehmer positives Feedback über ihren Körper von ihren männlichen Freunden bekamen und 17,5% negatives, von Freundinnen kam in 20% der Fälle positives Feedback und nur in 2,5% negatives. Das könnte bedeuten, dass Freundinnen eine Ressource für ein positives Körperbild darstellen und männliche Freunde das Körperbild eher negativ beeinflussen.

Jungen erfahren weniger Unterstützung von ihrer Peergroup als Mädchen und erleben einen größeren Druck von ihren Freunden, Muskeln aufzubauen (Ata et al., 2007). Dieser erfahrene

soziale Druck muskulöser zu sein ist sogar durchschnittlich höher als der Druck auf Mädchen, dünner zu sein (Ata et al., 2007). Geringere Unterstützung von Freunden geht wiederum mit geringerer Körperzufriedenheit einher und größerer Druck der Peergroup mit einem höheren Risiko, an einer Essstörung zu erkranken (Ata et al., 2007). Der Druck von Freunden, Gewicht zu verlieren und erlebte Hänseleien waren bei Jungen aber signifikant niedriger als bei Mädchen (Ata et al. 2007). Auch Galioto, Karazsia und Crowther (2012) erhoben, dass negative, den Körper betreffende Kommentare von Freunden, nicht aber von Seiten der Familie, mit Muskelunzufriedenheit bei Männern zusammenhängen. Dasselbe galt für den Zusammenhang zwischen der Anregung zu trainieren, um den Körper zu verändern, und körperveränderndem Verhalten, denn auch hier war nur der Einfluss der Peers, jedoch nicht der familiäre Einfluss signifikant (Galioto et al., 2012). Das heißt, dass Peers sowohl auf direkte Weise mittels negativer Kommentare als auch auf indirekte Weise, mittels Anregung zu körperlichem Training, Einfluss auf die Muskelzufriedenheit von Männern ausüben (Galioto et al., 2012). Auch das Zusammenspiel von modellhaftem Trainingsverhalten von Peers und Vätern und der Anregung von Peers, mehr zu trainieren beeinflusste körperveränderndes Verhalten (Galioto et al., 2012).

Zusammengefasst kann also gesagt werden, dass auch die Peergroup einen Einfluss auf das Körperbild von Jungen und Männern hat und dieser möglicherweise sogar größer ist als der der Familie (Galioto et al., 2012).

### **4.3. EINFLUSS VON (POTENTIELLEN) SEXUALPARTNERINNEN**

Einer der Hauptbeweggründe, wieso Männer und Frauen ihren Körper verändern wollen, ist es, die eigene Attraktivität auf potentielle oder tatsächliche romantische PartnerInnen zu erhöhen (Fletcher, 2002, zit. n. Boyes, Fletcher & Latner, 2007). Was Mädchen und Frauen betrifft, konnte festgestellt werden, dass der soziale Druck, dünn zu sein, um attraktiv auf das andere Geschlecht zu wirken, und die daraus resultierende Körperunzufriedenheit bestehen (Carlson Jones, 2011). Bei Jungen und Männern wurde der Zusammenhang zwischen (potentiellen) SexualpartnerInnen und Körperunzufriedenheit erst sehr selten untersucht (Carlson Jones, 2011).

Feingold (1992) erhob in seiner Metaanalyse zum Thema Attraktivität, dass die Popularität beim anderen Geschlecht bei Männern der am höchsten mit der selbsteingeschätzten Attraktivität korrelierende Faktor war. In einer Fokusgruppe von Fawkner (2004, zit. n. Grogan, 2007) wurde berichtet, dass Kommentare von potentiellen Partnerinnen die Einschätzung der eigenen Attraktivität und das Körperbild der Männer beeinflussten. Auch in der Fokusgruppe von Pompper (2010) gaben junge Männer an, verängstigt und frustriert zu

sein, da sie sich nicht in der Lage fühlten, die ihrer Meinung nach weiblichen Vorstellungen des idealen Männerkörpers zu erfüllen und dass dies ihr Körperbild beeinflusse. Die Männer nahmen an, dass der in den Medien dargestellte ideale Männerkörper die Vorstellung der Frauen beeinflusse (Pompper, 2010).

McCabe und McGreevy (2010) interviewten verheiratete Männer im Alter zwischen 41 und 60 Jahren und erhoben, dass Männer aus allen BMI Gruppen zum größten Teil positives Körper-Feedback von ihren Partnerinnen erhielten und größtenteils auch selbst zufrieden mit ihren Körpern waren. Manche Männer wurden von ihren Partnerinnen zur Gewichtsabnahme angeregt, doch nur aus gesundheitlichen Gründen (McCabe & McGreevy, 2010). Männer, die ihre Muskeln bewusst aufbauen wollten, gaben stets an, dies aus eigener Motivation heraus tun zu wollen (McCabe & McGreevy, 2010). Ogden und Taylor (2000) untersuchten 20-30-Jährige Männer, die in einer Partnerschaft lebten und stellten fest, dass die eigene Real-Ideal-Bewertung einzelner Körperteile sich nicht von der Bewertung ihrer Partnerinnen unterschied. Die Autoren schlussfolgerten daraus, dass Männer ihre Partnerinnen als Informationsquelle für ihr Körperbild nützen (Ogden & Taylor, 2000). Giles und Close (2008) erhoben in ihrer Studie außerdem, dass der Zusammenhang zwischen dem Konsum von „Männer-Lifestyle-Magazinen“ und dem „drive for muscularity“ bei Singles signifikant höher ist als bei Männern die in einer Beziehung leben.

Diese Ergebnisse legen nahe, dass potentielle Sexualpartnerinnen Männer hinsichtlich ihres Körperbildes leicht verunsichern und dadurch eher einen negativen Einfluss auf deren Körperbild haben als tatsächliche Partnerinnen, die Ressourcen für ein positives Körperbild darstellen könnten. Dies bedarf jedoch noch einer genaueren Untersuchung.

#### **4.4. DIE ROLLE DER MEDIEN**

In diesem Kapitel wird der Einfluss von Massenmedien auf das Körperbild der Konsumenten thematisiert.

Massenmedien spielen in unserer Gesellschaft eine enorm große Rolle (Tiggemann, 2002). Der Großteil aller Menschen liest täglich Zeitung, Magazine haben hohe Auflagen und fast jeder Haushalt besitzt einen Fernseher, der durchschnittlich sieben Stunden pro Tag läuft (Tiggemann, 2002). Es kann angenommen werden, dass dieser hohe Konsum die RezipientInnenen beeinflusst (Tiggemann, 2002).

Der männliche Körper wird in der Populärkultur immer sichtbarer (Grogan, 2007) und gleichzeitig auch muskulöser und bildet dadurch immer mehr ein idealisiertes Körperbild ab (Blond, 2008). So verringerte sich beispielsweise der Körperfettanteil der Männermodels in der Zeitschrift „Playgirl“ von 1973 bis 1997 stetig und gleichzeitig nahm die Muskulosität



merklich zu (Leit et al., 2001). Da die Massenmedien einen mächtigen Transporteur des soziokulturellen Körperideals darstellen (Tiggemann, 2002), werden auch Männer immer mehr mit einem schwer erreichbaren Körperideal konfrontiert.

Zeitgleich mit dem Anstieg der Bedeutung körperlicher Ästhetik bei Männern wurden zahlreiche Magazine speziell für eine männliche Leserschaft gegründet, die sich um Themen wie Fitness und Gesundheit drehen (Pope et al., 2000b). Labre (2005) untersuchte die Darstellung von Männern in den Lifestyle-Magazinen „Men's Health“ und „Men's Fitness“ zwischen 1999 und 2003 und erhob, dass sich 96% der Männerkörper durch einen niedrigen Körperfettanteil und 82% durch eine hohe Muskulosität auszeichneten. In diesen Magazinen wurde nur ein Typ Mann, also der schlanke und muskulöse „Model-Typ“, als gesund und fit dargestellt (Labre, 2005). Männer mit einem mittleren bis hohen Körperfettanteil und geringerer Muskulosität wurden üblicherweise in einem negativen Kontext präsentiert, zum größten Teil in Form von Vorher-nachher-Vergleichen, die Mittel und Methoden zu Formung des Körpers bewarben (Labre, 2005).

Die neue Omnipräsenz idealisierter Männerkörper in den Medien macht diese zu leicht verfügbaren Vergleichsobjekten, die das Körperbild auf verschiedenen Ebenen beeinflussen können (Tiggemann, 2002): sei es auf perzeptiver Ebene, indem der eigene Körper als zu dick oder zu schwächling erscheint, sei es auf affektiver Ebene, indem das Nicht-Erreichen des Körperideals in Körperunzufriedenheit und negativem Affekt resultiert, oder sei es auf kognitiver Ebene, indem die körperliche Erscheinung zum zentralen Kriterium der Selbstbewertung wird (Tiggemann, 2002). Der Einfluss der Medien erfolgt jedoch nicht nur direkt, es werden oft auch konkrete Handlungsmöglichkeiten vermittelt, wie das Körperideal erreicht werden kann (Tiggemann, 2002).

Zahlreiche Studien zeigten, dass der Anblick überdurchschnittlich attraktiver Frauen in diversen Medien einen negativen Effekt auf die Körperzufriedenheit von Frauen hat (Groesz et al., 2002). In der Vergangenheit beschränkten sich solche Studien fast ausschließlich auf eine weibliche Zielgruppe, doch jüngste kulturelle Veränderungen warfen den Bedarf auf, den Effekt auch im Bezug auf männliche Körperunzufriedenheit zu untersuchen (Blond, 2008). Obwohl sich in einigen Studien herausstellte, dass idealisierte Medienbilder das weibliche Körperbild stärker beeinflussen als das männliche (McCabe & Ricciardelli, 2001; Ata et al., 2007), ist der Effekt auch bei Jungen und Männern, der schon in einigen Studien experimentell erhoben wurde, nicht zu vernachlässigen. Die Ergebnisse werden im Folgenden zusammengefasst.

#### 4.4.1. STUDIENERGEBNISSE ZUM EINFLUSS DER MEDIEN

Smolak und Stein (2006) erhoben an einer Stichprobe männlicher Jugendlicher, dass soziokulturelle Faktoren generell und Medienkonsum im Besonderen den „drive for muscularity“ beeinflussten. So korrelierte Medienkonsum doppelt so hoch mit dem „drive for muscularity“ wie Hänseleien von Freunden oder Familie (Smolak & Stein, 2006). Ricciardelli und McCabe (2001) untersuchten ebenfalls Jungen der gleichen Altersgruppe. Hier stellte sich heraus, dass die Medien die Körperunzufriedenheit und die Motivation, den eigenen Körper zu verändern, nur unbedeutend beeinflussten (Ricciardelli & McCabe, 2001). Es wurden jedoch Interaktionseffekte erhoben, und zwar, dass der Selbstwert der Teilnehmer den Effekt moderiert (Ricciardelli & McCabe, 2001). Dies steht im Einklang mit dem „Tripartite Influence Model“ (Thompson et al., 1999). Der wahrgenommene mediale Druck, Gewicht zu verlieren, beeinflusste die Körperunzufriedenheit und der wahrgenommene Druck, Muskeln aufzubauen, beeinflusste die Motivation, Muskeln aufzubauen, aber nur bei Jungen mit geringem Selbstwert (Ricciardelli & McCabe, 2001). Johnson, McCreary und Mills (2007) fanden wiederum keinen Einfluss idealisierter Medienbilder auf Muskelzufriedenheit und depressive Symptomatik von Männern.

Diese drei exemplarisch herausgegriffenen Studien zeigen die Uneinheitlichkeit des aktuellen Forschungsstandes auf, die durch drei Reviews weiter verdeutlicht wird. Blond (2008) analysierte in ihrem Review 15 Studien und kam zu dem Ergebnis, dass der Großteil der Effektgrößen (30 vs. 5) eine erhöhte Körperunzufriedenheit nach Betrachtung idealisierter Männerkörper ergab. Die durchschnittliche Effektgröße bedeutete mit -0,42 nach Cohen (1992) einen kleinen bis mittleren Effekt (Blond, 2008). Idealisierte Medienbilder beeinflussen also auch die männliche Körperzufriedenheit (Blond, 2008). Es muss jedoch angemerkt werden, dass nur vier der 15 Studien Muskelunzufriedenheit erfragten und die restlichen Körperzufriedenheit erhoben, was zu einer Unterschätzung des wahren Effekts geführt haben könnte. Von den vier Studien, die Muskelzufriedenheit erfragten, konnten drei einen signifikanten Effekt erheben. Nur die Studie von Johnson und Kollegen (2007) ergab keinen signifikant negativen Effekt der Betrachtung idealisierter Körper auf die Muskelzufriedenheit.

Barlett, Vowels, und Saucier (2008) fassten einerseits korrelative Studien zusammen, die den Zusammenhang zwischen wahrgenommenem medialen, das Aussehen betreffenden, Druck und Körper- bzw. Muskelunzufriedenheit (Studie 1) untersuchten, und andererseits Studien, die den Effekt der Betrachtung idealisierter Bilder untersuchten (Studie 2). Studie 1 ergab mit einer Effektgröße von -0,19, dass der erfahrene Druck der Medien signifikant mit einem

negative Körperbild zusammenhing (Barlett et al., 2008). In Studie 2 wurde mit einer Effektgröße von -0,22 erhoben, dass das Betrachten idealisierter Männerkörper einen kleinen bis mittleren negativen Effekt (Cohen, 1992) auf das Körperbild von Männern hatte (Barlett et al., 2008): Außerdem stellten die Autoren fest, dass Magazine, TV und Actionfiguren ähnliche Auswirkungen auf die Konsumenten hatten (Barlett et al., 2008). Auch hier muss beachtet werden, dass nur die wenigsten Studien dieses Reviews Muskelunzufriedenheit erhoben.

Im aktuellsten Review von Ferguson (2013) zeigten sich weder bezüglich korrelativer Studien noch bezüglich experimenteller Studien signifikante Effekte. Laut Ferguson (2013) sei die Wirkung idealisierter Männerkörper in den Medien auf männliche Konsumenten also vernachlässigbar. In diesem Review wurde jedoch nur Körperunzufriedenheit erhoben, was den Unterschied zu den beiden anderen Reviews erklären könnte.

## **5. THEORIEN ZUR ERKLÄRUNG DER WIRKWEISE IDEALISierter MEDIENBILDER**

Es existieren viele Theorien, die zu erklären versuchen, auf welche Art und Weise idealisierte Medienbilder das Körperbild von BetrachterInnen beeinflussen. Nach Grogan (2007) sind die drei einflussreichsten Theorien Festingers „Theorie des sozialen Vergleichs“ (1954), die „Selbstschematheorie“ von Markus (1977) und die „Selbstdiskrepanztheorie“ von Higgins (1987). Auf diese wird in den folgenden Kapiteln näher eingegangen.

### **5.1. THEORIE DER SOZIALEN VERGLEICHSPROZESSE**

Festingers Theorie sozialer Vergleichsprozesse basiert auf dem Bedürfnis des Menschen, seine Meinungen zu überprüfen, da diese nach genauen und objektiven Bewertungen ihrer Fähigkeiten und Einstellungen streben (Festinger, 1954). Die Vergleiche dienen dazu, subjektive Gewissheit zu erlangen und Fehlschlüsse zu vermeiden (Festinger, 1954).

Im Folgenden werden die Hauptpunkte Festingers Theorie zusammengefasst:

- 1) Soziale Vergleiche werden getätigt, wenn die eigene Meinung nicht direkt in der objektiven Umwelt evaluiert werden kann.
- 2) Unter diesen Umständen evaluieren Personen ihre Meinungen und Fähigkeiten durch Vergleiche mit anderen.
- 3) Diese Vergleiche führen zu einem Uniformitätsdruck.
- 4) Es besteht eine Tendenz, sich nicht mit einem selbst sehr unähnlichen, Personen zu vergleichen. Je unähnlicher einem Personen bezüglich für das Selbst relevante

Dimensionen sind, desto größer wird die Tendenz, sich nicht mit diesen Personen zu vergleichen.

- 5) Faktoren wie persönliche Bedeutsamkeit der Meinung und die Attraktivität einer Gruppe erhöhen den Uniformitätsdruck und die Motivation die eigenen Meinungen zu evaluieren.

(Festinger, 1954b, zit. n. Wheeler, 1991).

Festingers Thesen wurden jedoch häufig beanstandet. So wurde beispielsweise Annahme 4), als zu undifferenziert kritisiert (z.B. Goethals & Darley, 1977). Goethals und Darley (1977) postulierten, dass Vergleichspersonen einem nur in den, für den Vergleich relevanten Attributen, wie Leistung oder Alter, ähnlich sein müssen. So ist zum Beispiel bei der Eruierung der eigenen Schwimmleistung eine Person im gleichen Alter und in ähnlicher körperlicher Verfassung die beste Vergleichsoption, um wertvolle Informationen zu erhalten (Suls, Martin & Wheeler, 2002).

In den 1980er und 90er Jahren fanden Forscher heraus, dass Vergleiche mit unähnlichen Personen getätigt werden, um den Selbstwert zu steigern oder das eigene Wohlbefinden zu bewahren (Suls, Martin & Wheeler, 2002). So nimmt Wills (1981) in seiner „downward-comparison“ Theorie an, dass der Vergleich mit einem weniger begünstigten Menschen den eigenen Selbstwert bzw. das eigene Wohlbefinden steigert. Er nimmt an, dass so genannte abwärts gerichtete Vergleiche durch eine Abnahme des eigenen Wohlbefindens hervorgerufen werden, vor allem dann, wenn der eigene Selbstwert bedroht ist (Wills, 1981). Aufwärtsgerichtete Vergleiche, also Vergleiche mit Personen, die in gewisser Hinsicht besser gestellt sind, könnten hingegen unangenehme Folgen verursachen (Major, Testa & Bylsma, 1991). Die Schlussfolgerung, abwärtsgerichtete Vergleiche hätten positive Auswirkungen auf das eigene Selbstbild und aufwärtsgerichtete Vergleiche schlechte, wäre jedoch zu stark vereinfachend (Major et al., 1991). Diese These unterstützt auch Wood (1989), die annahm, dass Menschen aufwärts gerichtete Vergleiche als eine Quelle der Inspiration und Motivation sehen könnten. Es bestehe jedoch immer die Gefahr des Bewusstwerdens eigener Unterlegenheit, was selbstwertgefährdend sein könne (Wood, 1989). Collins (1996) konnte in ihrer Studie zeigen, dass aufwärtsgerichtete Vergleiche mit einem selbst ähnlichen Personen zu einer Identifikation mit diesen führten und dies ein gesteigertes Selbstwertgefühl zur Folge hatte. Aufwärtsgerichtete Vergleiche mit einem selbst unähnlichen Personen resultierten in negativer Selbstevaluierung und Minderwertigkeitsgefühlen, da das Erreichen des Status dieser Person als schwierig empfunden wurde (Collins, 1996). Diese Art von Vergleichen

kommt beim Betrachten idealisierter Medienbilder zum Tragen. Abwärtsgerichtete Vergleiche bewirkten sowohl bei ähnlichen als auch bei unähnlichen Personen positive Effekte (Collins, 1996).

Auf idealisierte Medienbilder bezogen sind, wie oben schon erwähnt, vor allem aufwärtsgerichtete Vergleiche von Interesse, da idealisierter Medienbilder auf der für den Vergleich relevanten Dimension, der physischen Attraktivität dem Betrachter im Regelfall überlegen sind (Grogan, 2007). Obwohl angenommen wird, dass Männer seltener als Frauen dazu tendieren, ihre Körper zu vergleichen (Grogan, 2007), sind aufwärtsgerichtete soziale Vergleiche, den eigenen Körper betreffend, auch bei Jungen und Männern nicht unüblich. So untersuchten Ricciardelli und Kollegen (2000) die Häufigkeit sozialer Vergleiche bei Jungen. Knapp mehr als die Hälfte aller Teilnehmer verglich ihren Körper mit anderen und 52,4% dieser Jungen berichteten nach getätigtem Vergleich davon, mehr trainieren zu wollen (Ricciardelli et al., 2000). Auch Garner (1997) stellte fest, dass 12% der Männer in ihrer Studie sich oft oder sehr oft mit Models in den Medien verglichen und 19% deren Körperform sehr genau betrachteten.

## **5.2. SELBST-SCHEMATHEORIE**

Die Selbst-Schematheorie geht davon aus, dass Menschen kognitive Generalisationen über das Selbst haben, die in einem Selbst-Schema zusammengefasst werden (Markus, 1977). Unter Selbstschemata versteht man mentale Repräsentation derjenigen Elemente, die eine Person von anderen unterscheiden, also die Aspekte einer Person, die das „Ich“ ausmachen (Markus, 1977). Nach Markus (1977) entwickelt eine Person ihr „Ich“ durch Reflektion des eigenen Verhaltens, durch Beobachtung der Reaktionen anderer auf einen selbst und durch das Verarbeiten sozialer Informationen darüber, welche Aspekte des eigenen Selbst am meisten wertgeschätzt werden. Einmal etabliert, arbeiten die Schemata als selektive Mechanismen, die bestimmen, welche Informationen beachtet werden, wie viel Bedeutung ihnen beigemessen wird und wie mit ihnen umgegangen wird (Markus, 1977). Je mehr ähnliche Erfahrungen ein Mensch macht, desto resistenter wird das entsprechende Selbstschema inkonsistenten oder widersprüchlichen Informationen gegenüber (Markus, 1977).

Ein Mensch ist ein Schematiker bezüglich eines Merkmals, wenn dieses Merkmal in das eigene Selbstbild bzw. Selbstschema passt, also wenn dieses Merkmal für den eigenen Selbstwert und die Beschreibung des Selbstbilds wichtig ist (Markus, 1977). Ist dies nicht der Fall, wird der Mensch als Nichtschematiker bezüglich dieses gewissen Merkmals bezeichnet

(Markus, 1977). Schematiker können im Vergleich zu Nichtschematikern schneller entscheiden, ob bestimmte Merkmale auf sie zutreffen, sie können mehr Verhaltensweisen nennen, die zu diesen Merkmalen passen (Markus, 1977), verfügen über eine bessere merkmalsbezogene Gedächtnisleistung und Urteilsfähigkeit und reagieren konsistenter (Markus & Sentis, 1982, zit. n. Herkner, 2001).

Auf Körperwahrnehmung und –beurteilung übertragen besagt die Selbst-Schematheorie, dass Menschen aufgrund früherer Erfahrungen, wie zum Beispiel körperbezogener Hänseleien, ein bestimmtes Körperschema entwickeln (Markus, Hamill & Sentis, 1987, zit. n., Thompson et al., 1999). Personen, die schematisch bezüglich ihres Aussehens sind, sind besonders empfänglich für körperbezogene Medieninhalte und integrieren diese in das eigene Selbstkonzept (Markus et al., 1987, zit. n. Grogan, 2007). Sobald ein negatives Körperschema entstanden ist, beeinflusst es Gefühle, Gedanken, Verhaltensweisen und Wahrnehmungen, den eigenen Körper betreffend (Kearney-Cooke, 2002). Gewisse Menschen reagieren laut der Selbstschematheorie also sensibler auf körperbezogene Inhalte, zu denen auch idealisierte Medienbilder zählen, und neigen eher dazu, diese Ideale zu internalisieren (Markus et al., 1987, zit. n. Grogan, 2007).

### 5.3. SELBSTDISKREPANZTHEORIE

Die Selbstdiskrepanztheorie von Higgins (1987) beschäftigt sich mit Ungleichheiten zwischen existierenden Selbstaspekten und verschiedenen Standards.

Higgins (1987) unterscheidet zwischen drei grundsätzlichen Arten des Selbst:

- Das *tatsächliche Selbst* beschreibt die Eigenschaften, die man glaubt zu besitzen.
- Das *ideale Selbst* beschreibt die Eigenschaften, die man idealerweise besitzen möchte, also Wünsche, Hoffnungen und Ziele einer Person.
- Das *geforderte Selbst* beschreibt die Eigenschaften, die man idealerweise besitzen sollte. Darunter fallen auch Pflichten oder soziale und moralische Normen. (Higgins, 1987).

Zusätzlich wird noch zwischen dem eigenen Standpunkt und dem (vermeintlichen) Standpunkt anderer (vor allem wichtiger Bezugspersonen) unterschieden, daraus ergeben sich sechs verschiedene Arten von Selbstbildern (Higgins, 1987):

- tatsächlich/selbst (Die Art und Weise, wie man sich selbst sieht.)
- tatsächlich/fremd (Die Art und Weise, wie man denkt, von anderen gesehen zu werden.)

Diese zwei Selbstbilder repräsentieren das Selbstkonzept im eigentlichen Sinne.

- ideal/selbst (Die Art und Weise, wie man selbst sein möchte.)
- ideal/fremd (Die Art und Weise, wie man denkt, dass sich andere wünschen, dass man ist.)
- gefordert/selbst (Die Art und Weise, wie man nach eigenen Ansprüchen sein sollte.)
- gefordert/fremd (Die Art und Weise, wie man nach Ansprüchen anderer sein sollte.)

Diese vier Selbstbilder stellen so genannte Standards oder Leitbilder dar.

Zwischen dem Selbstbild und den verschiedenen Leitbildern können Diskrepanzen auftreten, die unangenehme Folgen wie negative Gefühle oder verminderten Selbstwert bewirken können (Higgins, 1987). Nicht alle Leitbilder sind für jede Person relevant (Higgins, 1987). So streben es manche Menschen zum Beispiel besonders an, den geforderten Leitbildern zu entsprechen und andere Menschen versuchen wiederum eher, die Diskrepanzen zwischen tatsächlichem Selbst und idealem Selbstbild zu minimieren.

Die Selbstdiskrepanztheorie postuliert, dass Menschen motiviert sind, einen Zustand zu erreichen, in dem sich ihr Selbstkonzept nicht mehr von den für sie relevanten Leitbildern unterscheidet (Higgins, 1987). Außerdem geht sie, wie weiter oben erwähnt, davon aus, dass Diskrepanzen zwischen Selbstbild und Leitbildern verschiedene emotionale Konsequenzen zur Folge haben (Higgins, 1987).

Auf das Körperbild übertragen nimmt Higgins (1987) an, dass eine Diskrepanz zwischen dem tatsächlichen und dem idealen Selbst zu Unbehagen und Körperunzufriedenheit führen kann. Dazu passen auch die Ergebnisse von Forston und Stanton (1992), die in ihrer Studie zeigten, dass eine tatsächlich/ideal Diskrepanz im Selbstbild bei Frauen und Männern mit Körperunzufriedenheit korrelierte. Harrison (2001) erhob in ihrer Studie, dass die tatsächlich/ideal Diskrepanz den Zusammenhang zwischen dem Konsum idealisierter Männer- und Frauenkörper im TV und Körperunzufriedenheit medierte, wurde die tatsächlich/ideal Diskrepanz konstant gehalten, zeigte sich kein Zusammenhang. Das bedeutet, dass Fernsehkonsum nur mit Körperzufriedenheit zusammenhing, wenn schon vorher eine tatsächlich/ideal Diskrepanz bestand. Eine tatsächlich/gefordert Diskrepanz medierte den Zusammenhang zwischen unspezifischem TV Konsum und Körperunzufriedenheit (Harrison, 2001). Diese Ergebnisse besagen, dass der Konsum von idealisierten Körpern im TV die körperspezifischen tatsächlich/ideal Diskrepanzen erhöht und

diese wiederum die Körperunzufriedenheit erhöhen (Harrison, 2001). Was Zeitschriftenkonsum (Sport- und Modezeitschriften) betrifft, konnte kein Einfluss von Selbstdiskrepanzen gefunden werden (Harrison, 2001). Das könnte daran liegen, dass Zeitschriften neben den idealisierten Körpern auch Informationen für den Leser liefern, wie solche Körper erreicht werden können, und dies eventuell die Diskrepanzen reduziert (Harrison, 2001).

## **6. KORRELATE, RISIKOFAKTOREN UND FOLGEN VON KÖRPERUNZUFRIEDENHEIT**

Die folgenden Kapitel beschäftigen sich mit einigen möglichen Korrelaten von Körper- und Muskelunzufriedenheit.

### **6.1. BEHAVIORALE KORRELATE**

Körper- und Muskelunzufriedenheit führen häufig zu gesundheitsschädigenden Verhaltensweisen (McCreary & Sasse, 2000). So werden zum Beispiel aussehens- und leistungssteigernde Substanzen konsumiert, um schneller körperliche Fortschritte zu erzielen, spezielle Diäten durchgeführt oder übermäßig trainiert, um dem Ideal näher zu kommen (McCreary & Sasse, 2000). Auf diese drei behavioralen Korrelate wird im Folgenden näher eingegangen.

#### **6.1.1. AUSSEHENS- UND LEISTUNGSSTEIGERENDE SUBSTANZEN**

Eine der Konsequenzen männlicher Körperunzufriedenheit ist die erhöhte Wahrscheinlichkeit, potentiell gefährliche Substanzen einzunehmen, um schnellere körperoptimierende Resultate zu erzielen (McCreary & Sasse, 2000). Es existiert eine große Bandbreite an aussehens- und leistungssteigenden Substanzen, beginnend bei legal erhältlichen Diätpräparaten und Nahrungsergänzungsmitteln bis hin zu anabolen Steroiden (Hildebrandt & Lai, 2011). Letztere werden zwar meist mit Leistungssport assoziiert, zum größten Teil dienen anabole Steroide jedoch dem Zweck optischer Veränderung (Hildebrandt & Lai, 2011). Anabole Steroidhormone stellen die Gruppe der am häufigsten verwendeten Dopingsubstanzen dar (Cafri et al., 2005). In einer Studie von Neumark-Sztainer, Falkner, Beuhring und Resnick (1999) berichteten 2,3% der männlichen Teilnehmer davon, in der letzten Woche Steroide konsumiert zu haben, um das eigene Muskelwachstum zu beschleunigen. Olivardia und Kollegen (2004) erhoben, dass 27% der Männer in ihrer Stichprobe mindestens einmal legale und/oder illegale Muskelaufbau- und/oder Fettabbaupräparate verwendeten.



Der Konsum anaboler Steroide kann sich sowohl auf den Körper, als auch auf die Psyche schädigend auswirken und Nebenwirkungen von Steroidkonsum kommen äußerst häufig vor. So berichteten 88% der Teilnehmer einer Studie von Hildebrandt, Langenbucher, Carr, Sanjuan und Park (2006) von Nebenwirkungen. Am häufigsten wurden Akne, Hodenschwund und negativer Affekt (Depressionen, Angst, Aggressionen) erwähnt (Hildebrandt et al., 2006). Auch Pope und Katz (1994) erhoben ein gehäuftes Auftreten affektiver Störungen bei Steroidkonsumenten. 23% der Untersuchten litten unter Manie, Hypomanie oder Depressionen (Pope & Katz, 1994). Weitere potentielle Nebenwirkungen sind unter anderem Impotenz, Prostatakarzinome, Leberschäden, erhöhte Cholesterinwerte, Thrombose, aggressives Verhalten, Psychosen und Abhängigkeit (Landry & Primos, 1990, zit. n. Maravelias, Dona, Stefanidou & Spiliopoulou, 2005).

### **6.1.2. GESTÖRTES ESSVERHALTEN**

Unter gestörtem Essverhalten versteht man problematische nach Shisslak, Crago und Estes (1995) alimentäre Einstellungen und Verhaltensweisen, die von Sorgen über Gewicht und Aussehen bis zu pathologischen Formen wie Anorexie oder Bulimie reichen können. Mit einem Anteil von ca. 10% aller essgestörten Menschen leiden Männer deutlich seltener unter pathologischen Essstörungen als Frauen (American Psychiatric Association, 2000). Nichtsdestotrotz ist gestörtes Essverhalten auch in der männlichen Bevölkerung weit verbreitet. Laut der „Youth Risk Behavior“ Studie aus dem Jahr 2005 versuchten 29,9% aller teilnehmenden Männer mindestens einmal, Gewicht zu verlieren (Center for Disease Control and Prevention, 2006). Auch die Studie von Ricciardelli und Kollegen (2000) ergab, dass 20% der 12-15-Jährigen Teilnehmer weniger aßen, um Gewicht zu verlieren. Serdula, Collins, Williamson, Anda, Pamuk und Byers untersuchten 1993 über 72000 Personen, von denen 15% der männlichen Schüler und 24% der männlichen Erwachsenen angaben, zumindest einmal versucht haben, abzunehmen. Auch Neumark-Sztainer und Hannan (2000) erhoben mit 20,2% einen ähnlichen Prozentsatz an Jungen, die mindestens einmal in ihrem Leben versuchten, Gewicht zu verlieren, 62,2% davon gaben optische Beweggründe an. Strategien um abzunehmen waren Sport (30%), Mahlzeiten auslassen (15%), Diätpräparate (2%) und übergeben (1%) (Serdula et al., 1993). Von ähnlichen Prozentsätzen berichteten auch Neumark-Sztainer und Kollegen (1999). Hier gaben 12,4% aller männlichen Teilnehmer an, in der letzten Woche eine Diät gehalten zu haben, 1,7% gaben an, sich übergeben zu haben, 1,2% berichteten vom Konsum von Diätpillen, 1,6% vom Konsum von Abführmittel und 21,2% gaben an, in der letzten Woche mehr gegessen und/oder Nahrungsergänzungsmittel konsumiert zu haben, um Muskeln aufzubauen (Neumark-Stzainer et al., 1999). Diese

Ergebnisse illustrieren, dass im Gegensatz zu Frauen, die größtenteils Diät halten, um Gewicht zu verlieren, bei Männern das Ziel einer Diät einerseits ein Gewichtsverlust und andererseits Gewichtszunahme sein kann.

### 6.1.3. **SPORT**

Sport zu treiben, um Gewicht zu verlieren oder seinen Körper zu formen, ist an sich keine gefährliche Konsequenz von Körperunzufriedenheit. Regelmäßiger Sport kann das psychische und körperliche Wohlbefinden im Gegenteil sogar steigern. So wurde erhoben, dass regelmäßiger Sport depressive Stimmung, Ängstlichkeit und Stress verringern und Selbstwert und Körperzufriedenheit steigern kann (Scully, Kremer, Meade, Graham & Dudgeon, 1998). Auch Hausenblas und Fallon (2002) erhoben, dass Männer, die häufiger trainierten, eine höhere Körperzufriedenheit und eine niedrigere soziale Ängstlichkeit aufwiesen. Halliwell und Kollegen (2007) konnten außerdem zeigen, dass Männer die ihren Körper regelmäßig trainierten, nach dem Betrachten idealisierter Männerkörper eine geringere Körperunzufriedenheit aufwiesen als Teilnehmer der Kontrollgruppe. Männer die ihren Körper nicht regelmäßig trainierten wiesen hingegen nach Betrachtung idealisierter Männerkörper eine höhere Körperunzufriedenheit auf (Halliwell et al., 2007). Dies könnte bedeuten, dass Männer die aktiv versuchen ihren Körper zu optimieren, Bilder idealisierter Männerkörper als Motivationsquelle betrachten, was mit Woods (1989) These des aufwärtsgerichteten Vergleichs als Quelle der Inspiration einhergehen würde.

Regelmäßiges körperliches Training kann sich jedoch auch zu einer Sportsucht entwickeln, die als pathologisch gesehen wird (Hausenblas & Symons Downs, 2002). Die Sportsucht wird als ein Verlangen nach körperlicher Betätigung definiert, das in unkontrollierbarem Trainingsverhalten resultiert und sowohl physiologische Symptome wie Toleranz und Entzugserscheinungen als auch psychologische Symptome wie Angst oder Depressionen mit sich bringt (Hausenblas & Symons Downs, 2002).

Zur Prävalenz der Sportsucht gibt es erst sehr wenige Studien. In einer Untersuchung von Zmijewski und Howard (2003) erfüllten 47% der Männer drei oder mehr der sieben DSM-IV Suchtkriterien, die in dieser Studie für die Erhebung der Sportsucht adaptiert wurden und ein Drittel der TeilnehmerInnen erfüllte alle Kriterien einer nach DSM-V Kriterien definierten, pathologischen Sucht. Des Weiteren wurde ein starker Zusammenhang zwischen Sportsucht und problematischem Essverhalten erhoben (Zmijewski & Howard, 2003).

## **6.2. PSYCHISCHE KORRELATE**

Was psychische Korrelate der Körperunzufriedenheit betrifft, ist die Kausalität weitaus unklarer als bei behavioralen Korrelaten. So kann beispielsweise nicht gesagt werden, ob ein hoher Selbstwert dazu führt, sich selbst als muskulös zu sehen, oder ob sich selbst als muskulös wahrzunehmen, zu hohem einem Selbstwert führt (Olivardia et al., 2004). In den folgenden zwei Kapiteln wird näher auf die am häufigsten untersuchten Faktoren Selbstwert und depressive Symptomatik bzw. negativer Affekt eingegangen.

### **6.2.1. SELBSTWERT**

Es besteht ein starker Zusammenhang zwischen Selbstwert und Körper- und Muskelunzufriedenheit sowie gestörtem Essverhalten (Cafri et al., 2005). So erhoben Neumark-Stainer und Hannan (2001), dass Jungen mit niedrigem Selbstwert häufiger Diät hielten und fast dreimal häufiger ein gestörtes Essverhalten aufwiesen. Ein negativer Zusammenhang zwischen Selbstwert und Körperunzufriedenheit wurde bereits des Öfteren erhoben (van den Berg, Paxton, Keery, Wall, Guo & Neumark-Sztainer, 2007; Olivardia et al., 2004; Ricciardelli & McCabe, 2001). Olivardia und Kollegen (2004) erhoben außerdem Zusammenhänge zwischen niedrigem Selbstwert und Muskelunzufriedenheit, dem Gefühl, weniger muskulös zu sein als man ist, Unzufriedenheit mit den eigenen Körperproportionen und dem Gefühl, dick und außer Form zu sein. Hatoum und Belle (2004) stellten jedoch fest, dass der Selbstwert zwar signifikant negativ mit Körperzufriedenheit korreliert, jedoch nicht mit Muskelzufriedenheit. Ricciardelli und McCabe (2001) erhoben, dass Selbstwert und wahrgenommener soziokultureller Druck dahingehend interagierten, dass vor allem Jungen mit niedrigem Selbstwert sensibel auf den aussehensbezogenen Druck reagierten. Barlett und Kollegen (2008) erhoben in ihrem Review jedoch, dass das Betrachten idealisierter Männerkörper in den Medien keinen Einfluss auf das Selbstwert der Betrachter hatte, und auch Mulgrew und Volcevski-Kostas (2012) kamen zum gleichen Ergebnis.

### **6.2.2. DEPRESSIVE SYMPTOMATIK**

Die Zusammenhänge zwischen depressiver Symptomatik und Körper- und Muskelunzufriedenheit sind weniger deutlich als den Selbstwert betreffende Befunde. So erhoben Olivardia und Kollegen (2004), dass depressive Symptomatik zwar signifikant positiv mit der Überzeugung, weniger muskulös zu sein als man wirklich ist, zusammenhing, jedoch nicht mit der Überzeugung, zu dick zu sein. Ricciardelli und McCabe (2001) konnten in ihrer Studie hingegen zeigen, dass negativer Affekt sowohl die Motivation, Gewicht zu

verlieren, als auch die Motivation, Muskeln aufzubauen erhöhte, jedoch keinen Zusammenhang mit Körperunzufriedenheit aufwies (Ricciardelli & McCabe, 2001).

Jungen mit gestörtem Essverhalten wiesen ein höheres Risiko auf, an Depressionen zu erkranken, berichteten häufiger von Suizidgedanken, Angstzuständen und selbstverletzendem Verhalten (Lock, Reisel & Steiner, 2001). Ähnliches erhoben auch Neumark-Sztainer und Hannan (2001), in deren Studie sich zeigte, dass Jungen mit hohen Depressionswerten fast doppelt so häufig eine Diät hielten und sechs Mal häufiger ein gestörtes Essverhalten aufwiesen.

So wie Selbstwert mit dem wahrgenommenen soziokulturellen Druck interagiert (siehe Kapitel 2.7.2.1), stellte sich auch heraus, dass unter dem Gesichtspunkt des negativen Affekts Männer mit den höchsten Depressionswerten am sensibelsten auf körperbezogene Stimuli reagierten (Ricciardelli & McCabe, 2001).

Das Betrachten idealisierter Medienbilder bewirkte in einer Studie von Agliata und Tantleff-Dunn (2004) eine höhere depressive Symptomatik im Vergleich zur Kontrollgruppe. Mulgrew und Volveviski-Kostas (2012) und Humphreys und Paxton (2004) konnten diesbezüglich jedoch keine Unterschiede feststellen. Also konnten auch hier keine eindeutigen Befunde bezüglich des Effektes idealisierter Medienbilder gefunden werden.

## **7. KÖRPERKONZEPTUALISIERUNG**

Das Konzept der Körperkonzeptualisierung geht auf Stephen L. Franzoi zurück und beschreibt zwei grundlegende Arten über den eigenen Körper zu denken (Franzoi, 1995). Man kann seinen Körper einerseits als ein Objekt betrachten, das aus einzelnen Teilen besteht, die von anderen aufgrund ästhetischer Gesichtspunkte beurteilt werden, und andererseits als einen „dynamischen Prozess“, wo die Funktionalität des Körpers und nicht dessen Optik im Vordergrund steht (Franzoi, 1995). Das bedeutet, dass beispielsweise bei trainierten Muskeln die Funktion (erhöhte Kraft) und nicht die Ästhetik von Interesse ist (Farquhar & Wasylkiw, 2007). Die erste Art der Körperkonzeptualisierung wird „Body as Object“ genannt, die zweite „Body as Process“ (Franzoi, 1995). Laut Franzoi (1995) identifizieren sich Frauen eher mit dem Konzept des „Body as Object“ und fokussieren sich daher auf einzelne Körperteile. Männer identifizieren sich eher mit dem Konzept des „Body as Process“ und haben daher eine eher holistische Sichtweise auf ihren Körper (Franzoi, 1989). Dies spiegelt die kulturelle aktiv-passiv Dichotomie zwischen Mann und Frau wider (Franzoi, 1995). Dieser Unterschied kann auf die unterschiedliche Sozialisation von Männern und Frauen zurückgeführt werden. Frauen erfahren schon in sehr jungen Jahren, dass ihr Körper ein wichtiger Faktor ist,

aufgrund dessen andere Menschen über sie urteilen (Franzoi, 1995). Sei es durch Geschenke wie Barbie-Puppen oder Schminkkoffer oder sei es durch Fernsehwerbungen, die nur schwer erreichbare Schönheitsstandards vermitteln (Franzoi, 1995). Den Mädchen wird von klein auf vermittelt, wie wichtig ihr „Body as Object“ sei (Franzoi, 1995). Im Gegensatz dazu wird Buben und jungen Männern beigebracht, dass die Stärke und Funktionalität ihres Körpers eine wichtigere Rolle in der Bewertung ihres Körpers spielen würden als physische Attraktivität (Franzoi, 1995).

Die zunehmende Wichtigkeit körperlicher Attraktivität bei Männern beeinflusst auch deren Körperkonzeptualisierung in Richtung einer „Body as Object“ Orientierung (Franzoi, 1995). Historisch gesehen hat sich das kulturelle männliche Ideal nicht auf dessen Optik fokussiert (Franzoi, 1995). Die steigende Sichtbarkeit idealisierter männlicher Körper in den Medien führt jedoch dazu, dass sich Männer mit diesen Idealen vergleichen und dadurch deren Fokus auf ästhetische Attribute gelenkt wird (Farquhar & Wasylkiw, 2007). Generell identifizieren sich Männer immer noch eher mit dem Konzept des „Body as Process“ (Franzoi, 1995). Daher können die zwei verschiedenen Körperkonzeptualisierungen weiter als hilfreiche Metapher verwendet werden, um die Unterschiede des männlichen und weiblichen Körpergefühls zu verstehen (Franzoi, 1995).

Unabhängig vom Geschlecht bewerten Männer und Frauen Aspekte ihres „Body as Process“, der Funktionalität ihres Körpers, besser als Aspekte ihres „Body as Object“, also dessen Optik (Franzoi, 1995). Frauen bewerteten ihren „Body as Object“ geringfügig schlechter als Männer (Franzoi, 1995). Sie bewerten ähnlich viele Teile ihres Körpers als positiv, jedoch deutlich weniger Teile neutral und mehr Teile negativ als Männer (Franzoi, 1995). Die Bewertung ihres „Body as Process“ unterschied sich nicht von der der Männer (Franzoi, 1995). Die Tatsache, dass sowohl Frauen als auch Männer Aspekte ihres „Body as Process“ signifikant besser bewerteten als Aspekte ihres „Body as Object“ wirft die Frage auf, ob die Art und Weise wie idealisierte Körper in den Medien konzeptualisiert werden, die Körperzufriedenheit der Betrachter auch auf unterschiedliche Weise beeinflusst (Farquhar & Wasylkiw, 2007).

Beeinflusst also das Bild eines Models, dessen Muskulosität eine Funktion, wie zum Beispiel sportliche Leistungsfähigkeit, erfüllt, die Betrachter auf eine andere Art und Weise als das Bild eines Models, dessen Muskulosität einem scheinbar rein dekorativen Zweck dient?

## 7.1. EXPERIMENTELLE UNTERSUCHUNG

Farquhar und Wasylikiw (2007) nahmen in ihrer Studie an, dass die Art der Konzeptualisierung medialer Körper, verschiedene Körperkonzeptualisierungen bei Betrachtern hervorruft und dadurch auch unterschiedliche Auswirkungen auf diese hat.

In einer Vorstudie erhoben sie, dass Männerkörper in Magazinen über die letzten Jahrzehnte hinweg immer mehr als „Body as Object“ konzeptualisiert wurden (Farquhar & Wasylikiw, 2007). Zu einem ähnlichen Ergebnis kam auch Thompson (2000), der erhob, dass sich die sexuelle Objektifizierung von Männern im GQ Magazin, in Form von beispielsweise Freizügigkeit und Nacktheit, über die letzten 40 Jahre hinweg stetig erhöhte.

Die zweite Studie untersuchte, welchen Effekt die unterschiedlichen Körperkonzeptualisierungen auf die Betrachter haben (Farquhar & Wasylikiw, 2007). Teilnehmer betrachteten Bilder idealisierter Männerkörper, die in einer Versuchsgruppe als „Body as Object“ konzeptualisiert wurden und in der anderen Versuchsgruppe als „Body as Process“ (Farquhar & Wasylikiw, 2007). Die Kontrollgruppe betrachtete Bilder von elektronischen Geräten (Farquhar & Wasylikiw, 2007). Die Teilnehmer ordneten den Bildern passende Slogans zu, die die beiden Konzeptualisierungen verstärken sollten; beispielsweise „Der einfachste Weg um Agilität und Kraft zu erhöhen“ für die „Body as Process“ Bilder und „Der einfachste Weg um Bauchmuskeln zu definieren“ für die „Body as Object“ Bilder (Farquhar & Wasylikiw, 2007).

Die Autoren erhoben, dass Männer, die Bilder mit einer „Body as Process“ Konzeptualisierung betrachteten, einen signifikant höheren Werte in allen drei Selbstwertkategorien (sozial, Leistung, Aussehen) und signifikant niedrigere Depressionsraten aufwiesen, als Männer die „Body as Object“ Bilder betrachteten (Farquhar & Wasylikiw, 2007). Männer, die der Kontrollbedingung zugeteilt wurden, wiesen signifikant höhere Depressionsraten und einen signifikant niedrigeren sozialen Selbstwert auf als Männer aus der „Body as Process“ Bedingung und einen signifikant höheren Leistungsselbstwert als Männer aus der „Body as Object“ Bedingung (Farquhar & Wasylikiw, 2007).

**Tabelle 2: Ergebnisse der Variablen Selbstbewusstsein und depressive Symptomatik pro Gruppe**

|                               | <b>Body as Object</b> | <b>Body as Process</b> | <b>Kontrollgruppe</b> |
|-------------------------------|-----------------------|------------------------|-----------------------|
| Sozialer Selbstwert           | 26,46 a               | 29,19 b                | 26,38 a               |
| Leistungs-Selbstwert          | 25,88 a               | 29,94 b                | 28,53 b               |
| Aussehensbezogener Selbstwert | 21,36 a               | 23,84 b                | 23,21                 |
| Depressive Symptomatik        | 9,96 a                | 2,67 b                 | 7,72 a                |

a)b) Unterschiedliche Buchstaben bedeuten signifikante Unterschiede zwischen den Gruppen.

Unerwarteter weise wiesen also Männer, die die als „Body as Process“ konzeptualisierte Bilder betrachteten, durchwegs die besten Werte auf, obwohl sie genauso idealisierte Körper betrachteten (Farquhar & Wasylikiw, 2007). Männer, die als „Body as Object“ konzeptualisierte Bilder betrachteten, wiesen zwar signifikant schlechtere Werte auf als Männer aus der „Body as Process“ Bedingung (Farquhar & Wasylikiw, 2007), signifikante Unterschiede zur Kontrollgruppe wurden jedoch nur in einer von vier Variablen (niedrigerer Leistungsselbstwert) erhoben. Aus diesem Ergebnis schlussfolgerten die Autoren, dass die Art, wie ein Körper in den Medien konzeptualisiert wird, einen wichtigen Faktor für die Selbstevaluierung der Betrachter darstellt (Farquhar & Wasylikiw, 2007).

Eine Erklärung für diesen Effekt könnte sein, dass das Betrachten von aktiven Männern den Fokus vom Optischen hin zur Aktivität lenkt (Farquhar & Wasylikiw, 2007). Da Männer traditionell daraufhin sozialisiert wurden, sich auf die instrumentellen Fähigkeiten ihres Körpers zu konzentrieren (Franzoi, 1995), kann diese Information möglicherweise schneller verarbeitet werden (Farquhar & Wasylikiw, 2007) und resultiert daher in keinem negativ gerichteten sozialen Vergleich. Wenn hingegen ein Körper als Objekt dargestellt wird, gibt es keine Faktoren wie die Aktivität bei den „Body as Process“ Bildern, die den sozialen Vergleich dämpfen, was zu negativer Selbstevaluierung führen könnte (Farquhar & Wasylikiw, 2007). Die größere Nacktheit der „Body as Object“ Bilder könnte ein anderer Grund sein, der den Prozess des sozialen Vergleichs erleichtert (Farquhar & Wasylikiw, 2007). Zusätzlich wurden die Models der „Body as Object“ Bilder als signifikant muskulöser, körperlich attraktiver, männlicher und schlanker bewertet (Farquhar & Wasylikiw, 2007). Kritisch anzumerken ist außerdem, dass die Stimulusbilder der „Body as Object“ Gruppe bis auf eine Ausnahme Aufnahmen von nackten, muskulösen Körperteilen, wie zum Beispiel einem Oberarm oder einem Bauch, darstellten. Die „Body as Process“ Stimuli bestanden

hingegen ausschließlich aus Bilder von bekleideten Männern, was die Vergleichbarkeit der beiden Gruppen erheblich einschränkt.

In dieser Diplomarbeit soll daher versucht werden, die Stimulusbilder zu optimieren, um Vergleichbarkeit zu schaffen.

## **8. DAS FÜNF-FAKTOREN-MODELL DER PERSÖNLICHKEIT**

In der Psychologie herrscht grundsätzlich Einigkeit darüber, dass die Struktur der Persönlichkeit mit fünf Dimensionen ausreichend genau beschrieben werden kann (Maltby, Day & Macaskill, 2011). Einer der am weitest verbreiteten Ansätze ist der faktorenanalytische Befund von Costa und McCrae (1985, 1989, 1992, 1997, zit. n. Maltby et al., 2011), dessen Faktorenlösung OCEAN (O= Openess to experience; C= Conscientiousness; E= Extraversion; A= Agreeableness; N=Neuroticism) genannt wird (Matlby et al., 2011). Diese fünf Primärfaktoren werden im Folgenden kurz umrissen und ihre Facetten und beschreibende Adjektive in tabellarischer Form dargestellt.

### **8.1. OFFENHEIT FÜR ERFAHRUNGEN**

Der Faktor Offenheit für Erfahrungen beinhaltet Eigenschaften wie Vorstellungskraft oder intellektuelle Neugier (Maltby et al., 2011). Zentral ist das Interesse an neuen Erfahrungen, Erlebnissen und Eindrücken (Borkenau & Ostendorf, 1993).

Offene Personen können als eher unkonventionell charakterisiert werden (Maltby et al., 2011). Sie hinterfragen häufig bestehende Werte und Normen und sind eher bereit auf neuartige soziale, ethische und politische Wertvorstellungen einzugehen (Borkenau & Ostendorf, 1993). Personen mit hohen Offenheitswerten geben häufig an, phantasievoll, experimentierfreudig und künstlerisch interessiert zu sein und eigene Gefühle akzentuiert wahrzunehmen (Borkenau & Ostendorf, 1993).

Personen mit niedriger Offenheit bevorzugen eher das Vertraute (Maltby et al., 2011). Sie tendieren eher zu konventionellem Verhalten und konservativer Einstellung (Borkenau & Ostendorf, 1993).



**Tabelle 3: Die Persönlichkeitsdimension Offenheit für Erfahrungen, ihre Facetten und beschreibende Adjektive (Ostendorf und Angleitner, 2004, S. 34- 38).**

| <b>Offenheit für Erfahrungen</b>        |                                                |                                              |
|-----------------------------------------|------------------------------------------------|----------------------------------------------|
| <i>Facetten</i>                         | <i>hohe Werte</i>                              | <i>niedrige Werte</i>                        |
| Offenheit für Fantasie                  | einfallsreich, erfinderisch,<br>tagträumerisch | fantasielos, realistisch,<br>vorstellungsarm |
| Offenheit für Ästhetik                  | künstlerisch, poetisch,<br>musisch             | erdverbunden, unpoetisch,<br>amusikalisch    |
| Offenheit für Gefühle                   | einfühlsam, sensitiv,<br>empfindsam            | empfindungsarm, nüchtern                     |
| Offenheit für Handlungen                | flexibel,<br>experimentierfreudig              | eingefahren, unflexibel,<br>routiniert       |
| Offenheit für Ideen                     | analytisch, bildungshungrig                    | faktenorientiert,<br>desinteressiert         |
| Offenheit für Werte- und<br>Normsysteme | aufgeschlossen, freizügig,<br>liberal          | dogmatisch, engstirnig,<br>konservativ       |

## **8.2. GEWISSENHAFTIGKEIT**

Der Faktor Gewissenhaftigkeit beinhaltet Eigenschaften wie Selbstdisziplin und Selbstkontrolle (Maltby et al., 2011), die die Grundlage dieses Faktors darstellen (Borkenau & Ostendorf, 1993).

Personen mit hohen Gewissenhaftigkeitswerten beschreiben sich selbst unter anderem als entschlossen, organisiert, (Maltby et al., 2011), zielstrebig, ehrgeizig, pünktlich und penibel (Borkenau & Ostendorf, 1993). Personen mit niedriger Ausprägung sind unzuverlässig, leicht ablenkbar und sorglos (Maltby et al., 2011) und zeigen bei der Verfolgung ihrer Ziele wenig Engagement (Borkenau & Ostendorf, 1993).

Da der Faktor Gewissenhaftigkeit viele Eigenschaften beinhaltet, die in der Arbeitswelt von Relevanz sind, wird dieser Faktor auch als Erfolgsorientierung bezeichnet (Maltby et al., 2011). Laut Asendorpf und Neyer (2012) sagt der Faktor Gewissenhaftigkeit von allen fünf Persönlichkeitsfaktoren den persönlichen Schul- bzw. Berufserfolg am besten voraus.

Als sozial erwünscht gelten generell eher hohe Werte (Asendorpf & Neyer, 2012). Personen mit sehr hohen Gewissenhaftigkeitswerten können jedoch wiederum als Pedanten oder Workaholics bezeichnet werden (Asendorpf & Neyer, 2012).

**Tabelle 4: Die Persönlichkeitsdimension Gewissenhaftigkeit, ihre Facetten und beschreibende Adjektive (Ostendorf und Angleitner, 2004, S. 34- 38).**

| <b>Gewissenhaftigkeit</b> |                                         |                                          |
|---------------------------|-----------------------------------------|------------------------------------------|
| <i>Facetten</i>           | <i>hohe Werte</i>                       | <i>niedrige Werte</i>                    |
| Kompetenz                 | effektiv, informiert,<br>leistungsfähig | unüberlegt, planlos,<br>inkompetent      |
| Ordnungsliebe             | ordentlich, gepflegt,<br>pedantisch     | schlampig, unordentlich,<br>nachlässig   |
| Pflichtbewusstsein        | pfllichtbewusst, gewissenhaft,<br>genau | leichtsinnig, locker,<br>unpünktlich     |
| Leistungsstreben          | arbeitsam, ehrgeizig, eifrig            | bequem, träge, gleichmütig               |
| Selbstdisziplin           | ausdauernd, konsequent,<br>unermüdlich  | flatterhaft, chaotisch,<br>unbeständig   |
| Besonnenheit              | achtsam, reflektiert,<br>weitsichtig    | kurzsichtig, unachtsam,<br>unreflektiert |

### **8.3. EXTRAVERSION**

Der Faktor Extraversion beschreibt nur zu einem Teil Temperamentsmerkmale (z.B. Aktivität, Erlebnishunger und Frohsinn), mit Geselligkeit und Durchsetzungsfähigkeit werden eher interpersonelle Stile beschrieben (Asendorpf & Neyer, 2012). Extraversion beschreibt das Ausmaß an Geselligkeit einer Person (Maltby et al., 2011). Personen mit hohen Extraversionswerten sind gesellig, freundlich, optimistisch und durchsetzungsfähig (Maltby et al., 2011). Extravertierte Personen fühlen sich in Gruppen besonders wohl, lieben das aufgeregte Treiben und neigen zu einem heiteren Naturell (Borkenau & Ostendorf, 1993).

Personen mit niedriger Ausprägung, also introvertierte Personen, sind reserviert und gesellschaftlich unabhängig (Maltby et al., 2011).

Der Persönlichkeitsfaktor Introversion sollte jedoch nicht als Gegenteil des Faktors Extraversion verstanden werden, sondern eher als Fehlen von extravvertierten Eigenschaften (Asendorpf & Neyer, 2012). So sind introvertierte Personen eher unabhängig als folgsam, eher zurückhaltend als unfreundlich (Borkenau & Ostendorf, 1993). Introversion kann daher auch nicht mit sozialer Ängstlichkeit gleichgesetzt werden, das Hauptcharakteristikum der Introversion ist eher der Wunsch, alleine zu sein (Borkenau & Ostendorf, 1993).

**Tabelle 5: Die Persönlichkeitsdimension Extraversion, ihre Facetten und beschreibende Adjektive (Ostendorf und Angleitner, 2004, S. 34- 38).**

| <b>Extraversion</b>    |                                             |                                       |
|------------------------|---------------------------------------------|---------------------------------------|
| <i>Facetten</i>        | <i>hohe Werte</i>                           | <i>niedrige Werte</i>                 |
| Herzlichkeit           | freundlich, umgänglich,<br>liebenswert      | abweisend, förmlich, kühl             |
| Geselligkeit           | kontaktfreudig, gesprächig,<br>unterhaltsam | distanziert, einsilbig,<br>zugeknöpft |
| Durchsetzungsfähigkeit | bestimmend, dominant,<br>tonangebend        | unentschlossen, unterwürfig           |
| Aktivität              | lebhaft, aktiv, hektisch                    | beschaulich, passiv,<br>gemütlich     |
| Erlebnissuche          | abenteuerlustig,<br>draufgängerisch         | bedächtig, vorsichtig,<br>behutsam    |
| Positive Emotionen     | ausgelassen, enthusiastisch,<br>froh        | beherrscht, ernst, gezügelt           |

## 8.4. VERTRÄGLICHKEIT

Der Faktor Verträglichkeit beinhaltet Eigenschaften, die soziale Interaktionsstile einer Person beschreiben (Maltby et al., 2011) und ist daher wie Extraversion eher ein Faktor, der interpersonelles Verhalten beschreibt (Borkenau & Ostendorf, 1993).

Personen mit hohen Verträglichkeitswerten sind vertrauensvoll und hilfsbereit (Maltby et al., 2011), begegnen anderen mit Mitgefühl und Verständnis, haben ein starkes Harmoniebedürfnis und neigen dadurch auch zu Nachgiebigkeit (Borkenau & Ostendorf, 1993). Als zentral kann ihr hoher Altruismus angesehen werden (Borkenau & Ostendorf, 1993).

Personen mit geringer Verträglichkeit können als misstrauisch, skeptisch, feindselig und unkooperativ charakterisiert werden (Maltby et al., 2011).

Hohe Werte gelten großteils als sozial erwünscht, wobei übermäßiges Vertrauen zum Beispiel wiederum als Naivität beurteilt werden kann (Asendorpf & Neyer, 2012). Niedrige Verträglichkeitswerte werden durchwegs als sozial unerwünscht beurteilt und können im Extremfall sogar Anzeichen für Persönlichkeitsstörungen, wie beispielsweise einer dissozialen oder narzisstischen Persönlichkeitsstörung, sein (Asendorpf & Neyer, 2012).

**Tabelle 6: Die Persönlichkeitsdimension Verträglichkeit, ihre Facetten und beschreibende Adjektive (Ostendorf und Angleitner, 2004, S. 34- 38).**

| <b>Verträglichkeit</b> |                                             |                                          |
|------------------------|---------------------------------------------|------------------------------------------|
| <i>Facetten</i>        | <i>hohe Werte</i>                           | <i>niedrige Werte</i>                    |
| Vertrauen              | arglos, gutgläubig,<br>vertrauensvoll       | argwöhnisch, misstrauisch,<br>skeptisch  |
| Freimütigkeit          | unverblümt, aufrichtig,<br>geradlinig       | berechnend, arglistig,<br>manipulierend  |
| Altruismus             | aufopferungsvoll, großzügig,<br>hilfsbereit | egoistisch, selbstsüchtig,<br>ungefällig |
| Entgegenkommend        | großmütig, versöhnlich,<br>gutwillig        | dickköpfig, sarkastisch, spitz           |
| Bescheidenheit         | anspruchslos, bescheiden,<br>uneitel        | angeberisch, arrogant,<br>eingebildet    |
| Gutherzig              | gütig, barmherzig,<br>mitfühlend            | hartherzig, kalt,<br>menschenfeindlich   |

## 8.5. NEUROTIZISMUS

Der Faktor Neurotizismus wird häufig auch als emotionale Labilität vs. Stabilität bezeichnet. Er erfasst individuelle Unterschiede in der emotionalen Stabilität und Labilität von Personen (Borkenau & Ostendorf, 1993). Ein zentraler Punkt dieser Dimension ist die Art und Weise, wie (vor allem negative) Emotionen erlebt werden (Borkenau & Ostendorf, 1993).

Menschen mit hohen Neurotizismuswerten geben im Vergleich zu emotional stabilen Menschen häufig an, leicht aus dem seelischen Gleichgewicht gebracht zu werden und häufiger negative Emotionen (Borkenau & Ostendorf, 1993) und starke Stimmungsumschwünge zu erleben (Maltby et al., 2011). Emotional labile Menschen berichten häufig davon, sich viele Sorgen zu machen, ihre Bedürfnisse schlecht kontrollieren zu können und häufig erschüttert, beschämt, unsicher, nervös, ängstlich oder traurig zu reagieren (Borkenau & Ostendorf, 1993). Personen mit niedrigen Neurotizismuswerten können als emotional stabil, ruhig und gut angepasst beschrieben werden (Maltby et al., 2011) und können in Stresssituationen besser Ruhe bewahren (Borkenau & Ostendorf, 1993).

Neurotizismus hat einen stark positiven Zusammenhang mit der Häufigkeit und Intensität negativer Emotionen (Asendorpf & Neyer, 2012). Hohe Neurotizismuswerte werden generell als sozial unerwünscht beurteilt und niedrige Werte als sozial erwünscht, wobei ein sehr

niedriger Neurotizismuswert auch als Unsensibilität wahrgenommen werden kann (Asendorpf & Neyer, 2012). Die Facette Ängstlichkeit korreliert so hoch mit dem Gesamtwert des Faktors Neurotizismus, dass sich beide nur schwer unterscheiden lassen (Asendorpf & Neyer, 2012).

**Tabelle 7: Die Persönlichkeitsdimension Neurotizismus, ihre Facetten und beschreibende Adjektive (Ostendorf und Angleitner, 2004, S. 34- 38).**

| <b>Neurotizismus</b> |                                              |                                                        |
|----------------------|----------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| <i>Facetten</i>      | <i>hohe Werte</i>                            | <i>niedrige Werte</i>                                  |
| Ängstlichkeit        | angespannt, schreckhaft,<br>ängstlich        | entspannt, unerschütterlich,<br>furchtlos              |
| Reizbarkeit          | explosiv, empfindlich, leicht<br>aufgebracht | gleichmütig, ausgeglichen,<br>nicht schnell beleidigt. |
| Depression           | bedrückt, bekümmert,<br>depressiv            | optimistisch, sorglos,<br>zuversichtlich               |
| Soziale Befangenheit | gehemmt, schüchtern,<br>befangen             | selbstsicher, ungezwungen,<br>unbefangen               |
| Impulsivität         | unkontrolliert, triebhaft,<br>genusssüchtig  | selbstbeherrscht, hohe<br>Frustrationstoleranz         |
| Verletzlichkeit      | sensibel, hilflos, gestresst                 | robust, stabil, dickhäutig                             |

## 8.6. BIG FIVE UND KÖRPERBEWERTUNG

Der Zusammenhang zwischen den Big Five Persönlichkeitsfaktoren und der Körper- bzw. Muskelzufriedenheit bei Männern wurde bisher nur sehr unzureichend untersucht. Es konnten jedoch einige wenige Studien gefunden werden, die diesen Zusammenhang bei Frauen untersucht haben, und von diesen eine einzige (Roberts & Good, 2010), die den Einfluss der Big Five auf den Effekt der Betrachtung idealisierter Frauen in den Medien untersuchte.

Eine Studie von Davis, Karvinen und McCreary (2005) ergab, dass viele Persönlichkeitsfaktoren, die im Zusammenhang mit einem „drive for thinness“ bei jungen Frauen standen, auch mit einem „drive for muscularity“ bei jungen Männern zusammenhingen. Aus diesem Grund werden im Folgenden die Ergebnisse aller gefundenen Studien zusammengefasst und als Grundlage für eine Hypothesengenerierung hergenommen.

Die folgenden Studien untersuchten allesamt, sofern nicht anders angegeben, weibliche Stichproben.

Roberts und Good (2010) untersuchten die moderierende Wirkung der Big Five Persönlichkeitsfaktoren auf den Effekt der Betrachtung idealisierter Frauenkörper auf Frauen. Im Konkreten wurde die Auswirkung der Exposition auf die Körperzufriedenheit der Teilnehmerinnen untersucht. Teilnehmerinnen der Versuchsgruppe betrachteten Bilder von idealisierten Frauenkörpern und Teilnehmerinnen der Kontrollgruppe Bilder von Plus-Size-Models (Roberts & Good, 2010). Es wurde erhoben, dass Neurotizismus negativ und Gewissenhaftigkeit positiv mit der Körperzufriedenheit der Frauen, die idealisierte Frauenkörper betrachteten, zusammenhing (Roberts & Good, 2010). Bei Frauen, die Bilder von Plus-Size-Models betrachteten, hing nur der Faktor Gewissenhaftigkeit signifikant positiv mit der Körperzufriedenheit der Frauen zusammen (Roberts & Good, 2010).

Die Faktoren Neurotizismus und Offenheit für Erfahrungen moderierten in der Versuchsgruppe den Effekt der Betrachtung idealisierter Medienbilder (Roberts & Good, 2010). Je höher der Neurotizismuswert der Teilnehmerinnen war, desto niedriger war die Körperzufriedenheit und je höher der Offenheitswert der Teilnehmerinnen war, desto höher war die Körperzufriedenheit (Roberts & Good, 2010). In der Kontrollbedingung bewirkte ein höherer Neurotizismuswert eine leicht erhöhte Körperzufriedenheit, dieser Effekt war jedoch nicht signifikant (Roberts & Good, 2010). Auch der Faktor Offenheit hatte in der Kontrollbedingung einen gegenteiligen Effekt, hier bewirkte ein höherer Offenheitswert eine höhere Körperunzufriedenheit, doch auch dieser Effekt war nicht signifikant (Roberts & Good, 2010).

In einer Studie von Swami, Tran, Hoffmann Brooks, Kanaan, und Luisse (2013) zeigte sich, dass Körperwertschätzung signifikant positiv mit den Faktoren Gewissenhaftigkeit, Verträglichkeit und Extraversion und signifikant negativ mit dem Faktor Neurotizismus korrelierte, wobei Neurotizismus den einzig signifikanten Prädiktor der Variable Körperwertschätzung darstellte. Körperunzufriedenheit korrelierte in der Studie von Swami, Taylor und Carvalho (2011) signifikant negativ mit den Faktoren Extraversion, emotionale Stabilität und Offenheit, wobei sich auch hier emotionale Stabilität als einzig signifikanter Prädiktor herausstellte (Swami et al., 2011). Kvaalem, von Soest, Roald und Skolleborg (2006) erhoben, dass die Körperbewertung der Teilnehmerinnen in ihrer Studie signifikant positiv mit den Faktoren Extraversion, Offenheit, Verträglichkeit und Gewissenhaftigkeit und signifikant negativ mit dem Faktor Neurotizismus zusammenhing. Als signifikante

Prädiktoren der Variable Körperbewertung stellten sich Extraversion, Offenheit und Neurotizismus (negativ) heraus (Kvalem et al., 2006).

In der Studie von Swami, Hadji-Michael und Furnham (2008) wurden sowohl Frauen als auch Männer untersucht. Bei Frauen und bei Männern korrelierten Körperwertschätzung und Neurotizismus signifikant negativ und Neurotizismus (negativ) und Extraversion (positiv) stellten sich als signifikante Prädiktoren der Körperwertschätzung heraus (Swami et al., 2008). Die zu Beginn des Kapitels schon erwähnte Studie von Davis und Kollegen (2005) kam zu dem Ergebnis, dass Neurotizismus und Perfektionismus signifikant mit einem „drive for muscularity“ bei Männern zusammenhingen. Männer mit einer Typ-D Persönlichkeit, die, ähnlich wie Neurotizismus, durch hohe negative Affektivität und soziale Hemmung charakterisiert ist (Denollet, 2005), bewerteten ihren Körper signifikant schlechter als Männer ohne Typ-D Persönlichkeit (Borkoles, Polman & Levy, 2010).

Aufgrund dieser Ergebnisse wird in dieser Diplomarbeit angenommen, dass Männer mit hohem Neurotizismuswert und geringen Extraversions-, Verträglichkeits-, Gewissenhaftigkeits- und Offenheitswerten größere Unzufriedenheit mit ihrem Körper bzw. ihrer Muskulosität aufweisen. Des Weiteren wird davon ausgegangen, dass Neurotizismus und Offenheit den Effekt der Betrachtung idealisierter Männerkörper moderieren.

## **9. VERSUCHSBESCHREIBUNG**

### **9.1. ZIEL DER UNTERSUCHUNG**

Nach intensiver Auseinandersetzung mit der Literatur wurden folgende Forschungslücken gefunden:

Aufgrund uneinheitlicher Ergebnisse bezüglich des Effekts der Betrachtung idealisierter Männerkörper in den Medien, ist das erste Ziel dieser Diplomarbeit, diesen Effekt erneut zu untersuchen.

Die zweite Zielsetzung ist die Untersuchung des Effekts der Körperkonzeptualisierung. Farquhar und Wasylkiw (2007) waren die Ersten, die die Auswirkung von unterschiedlicher Körperkonzeptualisierung idealisierter Medienbilder untersuchten. An dieser Studie ist zu kritisieren, dass die Bilder der „Body as Object“ Gruppe als signifikant muskulöser, körperlich attraktiver, männlicher und schlanker bewertet wurden, als die Bilder der „Body as Process“ Gruppe. Es ist daher nicht auszuschließen, dass die erhobenen Unterschiede (Selbstwert, Depressivität) aufgrund der unterschiedlichen Attraktivität, Männlichkeit und Muskulosität der Stimulusbilder entstanden. Die von Farquhar und Wasylkiw verwendeten „Body as Object“ Bilder stellten bis auf eine Ausnahme ausschließlich nackte und muskulöse

Körperteile dar (z.B. Oberarm oder Bauch), die „Body as Process“ Bilder enthielten ausschließlich Bilder von bekleideten Männern. Dies schränkt die Vergleichbarkeit der beiden Gruppen erheblich ein.

Eine weitere Limitation der Studie ist das junge Durchschnittsalter der Stichprobe von 12,5 Jahren. Der Großteil der Studien, die sich mit dem Einfluss idealisierter Männerkörper in den Medien befasste, untersuchte diesen an Studenten. Daher sind die Ergebnisse schwer vergleichbar. Wie in Kapitel 2.2.2 schon beschrieben wurde, gibt es Hinweise darauf, dass negative körperbezogene Kognitionen und Verhaltensweisen im Alter von zwölf Jahren noch bedeutend geringer ausgeprägt sind als im Erwachsenenalter. Daher ist es interessant, diese Thematik bei erwachsenen Menschen erneut zu erheben.

In dieser Diplomarbeit sollen diese potentiellen Limitationen reduziert oder im Idealfall eliminiert werden, indem die „Body as Object“ und die „Body as Process“ Bilder anhand relevanter Aspekte wie Attraktivität angeglichen werden und Versuchsteilnehmer mindestens 16 Jahre alt sein sollen. Es soll untersucht werden, ob die von Farquhar und Wasylkiw erhobenen Ergebnisse dennoch repliziert werden können.

Da es Hinweise darauf gibt, dass ein niedriger Selbstwert und depressive Symptomatik signifikante Beiträge zur erklärten Varianz von Körperunzufriedenheit bei Männern liefern (van den Berg et al. 2007), sich Körperunzufriedenheit bei Männern zu einem großen Teil durch Muskelunzufriedenheit ausdrückt (Pope et al., 2000b) und auch Thompson und Kollegen (1999) in ihrem „Tripartite Influence Model“ annehmen, dass das „global psychological functioning“ den Einfluss der Medien auf die Körperzufriedenheit mediert, wird zusätzlich untersucht, ob die Körperkonzeptualisierung auch die Körper- bzw. Muskelzufriedenheit der Teilnehmer beeinflusst.

Zuletzt soll der Einfluss der Big Five Persönlichkeitsfaktoren erhoben werden. Roberts und Good untersuchten als Erste den moderierenden Effekt der Big Five Persönlichkeitskonstrukte. Es konnten keine weiteren Studien gefunden werden, die diesen Effekt bei Männern bzw. Frauen untersuchten. Daher ist es eine Zielsetzung dieser Diplomarbeit zu untersuchen, ob bzw. wie die Big Five Persönlichkeitskonstrukte Offenheit für Erfahrungen und Neurotizismus den Effekt der Betrachtung idealisierter Männerkörper auf die Körperunzufriedenheit von Männern moderieren. Weiter soll geprüft werden, ob sich Männer mit unterschiedlichen Ausprägungen der Big Five Persönlichkeitsfaktoren auch bezüglich ihrer Körper- bzw. Muskelbewertung unterscheiden. Auch dies wurde noch nie anhand einer rein männlichen Stichprobe untersucht.



## 9.2. FRAGESTELLUNG

Aus diesen Überlegungen ergeben sich folgende Fragestellungen:

- Wirkt sich die Betrachtung idealisierter Männerkörper in den Medien negativ auf den Selbstwert, die depressive Symptomatik und die Körper- und Muskelbewertung männlicher Rezipienten aus?
  - Beeinflusst die Art und Weise wie die medialen Körper konzeptualisiert werden diesen Effekt?
  - Beeinflussen die Big Five Persönlichkeitsfaktoren diesen Effekt?
  - Besteht ein Zusammenhang zwischen den Big Five Persönlichkeitsfaktoren und Körper- und Muskelbewertung?

## 9.3. HYPOTHESEN

Es lassen sich aus themenrelevanten, literarischen Hintergründen folgende Hypothesen formulieren:

Hypothese 1a: Versuchsgruppe 1 und 2 weisen nach der Betrachtung idealisierter Männerkörper eine geringere Körperzufriedenheit auf als die Kontrollgruppe.

Hypothese 1b: Teilnehmer der „Body as Object“ Gruppe weisen nach der Betrachtung idealisierter Männerkörper eine geringere Körperzufriedenheit auf als Teilnehmer der „Body as Process“ Gruppe.

Hypothese 2a: Versuchsgruppe 1 und 2 weisen nach der Betrachtung idealisierter Männerkörper eine höhere Muskelunzufriedenheit auf als die Kontrollgruppe.

Hypothese 2b: Teilnehmer der „Body as Object“ Gruppe weisen nach der Betrachtung idealisierter Männerkörper eine höhere Muskelunzufriedenheit auf als Teilnehmer der „Body as Process“ Gruppe.

Hypothese 3a: Versuchsgruppe 1 und 2 weisen nach der Betrachtung idealisierter Männerkörper eine höhere depressive Symptomatik auf als die Kontrollgruppe.

- Hypothese 3b: Teilnehmer der „Body as Object“ Gruppe weisen nach der Betrachtung idealisierter Männerkörper eine höhere depressive Symptomatik auf als Teilnehmer der „Body as Process“ Gruppe.
- Hypothese 4a: Versuchsgruppe 1 und 2 weisen nach der Betrachtung idealisierter Männerkörper einen geringeren Selbstwert auf als die Kontrollgruppe.
- Hypothese 4b: Teilnehmer der „Body as Object“ Gruppe weisen nach der Betrachtung idealisierter Männerkörper einen geringeren Selbstwert auf als Teilnehmer der „Body as Process“ Gruppe.
- Hypothese 5a1) Das Betrachten idealisierter Männerkörper bewirkt bei Teilnehmern mit hohem Offenheitswert eine höhere Körperzufriedenheit.
- Hypothese 5a2) Teilnehmer mit hohem Offenheitswert sind zufriedener mit ihrem Körper als Teilnehmer mit niedrigem Offenheitswert.
- Hypothese 5b1) Das Betrachten idealisierter Männerkörper bewirkt bei Teilnehmern mit niedrigem Offenheitswert eine höhere Muskelunzufriedenheit.
- Hypothese 5b2) Teilnehmer mit niedrigem Offenheitswert sind unzufriedener mit ihrer Muskulosität als Teilnehmer mit hohem Offenheitswert.
- Hypothese 6a) Teilnehmer mit hohem Gewissenhaftigkeitswert sind zufriedener mit ihrem Körper als Teilnehmer mit niedrigem Gewissenhaftigkeitswert.
- Hypothese 6b) Teilnehmer mit niedrigem Gewissenhaftigkeitswert sind unzufriedener mit ihrer Muskulosität als Teilnehmer mit hohem Gewissenhaftigkeitswert.
- Hypothese 7a) Teilnehmer mit hohem Extraversionswert sind zufriedener mit ihrem Körper als Teilnehmer mit niedrigem Extraversionswert.
- Hypothese 7b) Teilnehmer mit niedrigem Extraversionswerten sind unzufriedener mit ihrer Muskulosität als Teilnehmer mit hohem Extraversionswert.
- Hypothese 8a) Teilnehmer mit hohem Verträglichkeitswert sind zufriedener mit ihrem Körper als Teilnehmer mit niedrigem Verträglichkeitswert.
- Hypothese 8b) Teilnehmer mit niedrigem Verträglichkeitswert sind unzufriedener mit ihrer Muskulosität als Teilnehmer mit hohem Verträglichkeitswert.
- Hypothese 9a1) Das Betrachten idealisierter Männerkörper bewirkt bei Teilnehmern mit niedrigem Neurotizismuswert eine höhere Körperzufriedenheit.
- Hypothese 9a2) Teilnehmer mit niedrigem Neurotizismuswert sind zufriedener mit ihrem Körper als Teilnehmer mit hohem Neurotizismuswert.

Hypothese 9b1) Das Betrachten idealisierter Männerkörpern bewirkt bei Teilnehmern mit hohem Neurotizismuswert eine höhere Muskelunzufriedenheit.

Hypothese 9b2) Teilnehmer mit hohem Neurotizismuswert sind unzufriedener mit ihrer Muskulosität als Teilnehmer mit niedrigem Neurotizismuswert.

## **9.4. METHODIK**

Dieses Kapitel behandelt die Punkte Untersuchungsplan, Beschreibung der Erhebungsinstrumente und Stichprobenbeschreibung.

### **9.4.1. UNTERSUCHUNGSPLAN**

Die vorliegende empirische Arbeit ist eine experimentelle Kontrollgruppenstudie, die sich aus Pretest und Hauptstudie zusammensetzt.

Die Fragestellungen wurden an männlichen Personen mit einem Mindestalter von 16 Jahren untersucht. Zur Untersuchung der Forschungsfragen wurden zwei Versuchsgruppen und eine Kontrollgruppe gebildet. Die zwei Versuchsgruppen unterschieden sich bezüglich der Körperkonzeptualisierung der jeweils präsentierten Stimulusbilder. Der Versuchsgruppe 1 („Body as Object“) wurden Bilder von attraktiven und muskulösen Männern präsentiert, deren Körper als ästhetische Objekte dargestellt wurden, der Versuchsgruppe 2 („Body as Process“) wurden Bilder von attraktiven und muskulösen Männern präsentiert, deren Körper in einem dynamischen Prozess dargestellt wurden, das heißt die Funktionalität der Körper stand im Mittelpunkt. Der Kontrollgruppe wurden Bilder von Autos präsentiert. Die Studienteilnehmer wurden randomisiert einer der drei Gruppen zugeteilt.

Die Körperkonzeptualisierung stellt in dieser Studie die unabhängige Variable dar, deren Auswirkung auf die abhängigen Variablen Selbstwert, depressive Symptomatik, Körper- und Muskelunzufriedenheit untersucht wurde. Zusätzlich wurde der Einfluss der Big Five Persönlichkeitsfaktoren, als eine weitere unabhängige Variable, erhoben.

#### **9.4.1.1. Pretest**

Um die Stimulusbilder als „Body as Object“ bzw. „Body as Process“ zu klassifizieren und um systematische Gruppenunterschiede zu vermeiden, wurde ein Pretest durchgeführt. Dieser wurde wie die Hauptstudie mit Hilfe der Internetseite [www.soscisurvey.de](http://www.soscisurvey.de) erstellt und durchgeführt.

42 Teilnehmern wurden 30 Bilder attraktiver und muskulöser Männer präsentiert, die aus den Zeitschriften „Men’s Health“ und „Men’s Fitness“ und dem Internet stammen.

Diese Bilder wurden einerseits bezüglich der Variablen „Aktivität des Mannes“, „Natürlichkeit der Pose“ und „körperliche Anstrengung des Mannes“ beurteilt, um die Bilder der jeweiligen Körperkonzeptualisierung zuordnen zu können. Andererseits bewerteten die Teilnehmer die Männlichkeit, Muskulosität, körperliche und allgemeine Attraktivität der Männer, um systematische Unterschiede zwischen den Gruppen zu reduzieren. Alle Variablen wurden auf einer siebenstufigen Likertskala („sehr niedrig“ bis „sehr hoch“) bewertet.

- *Körperkonzeptualisierung*

Die Bilder konnten, die Körperkonzeptualisierung betreffend, Werte zwischen 3 und 21 erreichen. Wobei ein hoher Wert eine „Body as Process“ Konzeptualisierung bedeutet und ein niedriger Wert eine „Body as Object“ Konzeptualisierung. Ein Bild wurde also als „Body as Process“ klassifiziert, wenn das Model auf die Betrachter aktiv und natürlich wirkte und dessen körperliche Anstrengung bemerkbar war. Als „Body as Object“ klassifizierte Bilder wirkten demnach inaktiv und unnatürlich und eine körperliche Anstrengung wurde von den Betrachtern nicht wahrgenommen.

Die sechs am höchsten und die sechs am niedrigsten bewerteten Bilder sollten für die Hauptstudie ausgewählt werden (siehe Tab. 8).

**Tabelle 8: Mittelwerte und Standardabweichungen der Object/Process Kategorisierung der Stimulusbilder**

| <b>Bild</b> | <b>Mittelwert</b> | <b>Standardabweichung</b> |
|-------------|-------------------|---------------------------|
| 12          | 18,09             | 2,50                      |
| 11          | 17,00             | 3,14                      |
| 24          | 16,16             | 2,74                      |
| 6           | 16,07             | 3,14                      |
| 26          | 15,88             | 2,86                      |
| 8           | 15,60             | 3,18                      |
| 15          | 15,21             | 3,41                      |
| 2           | 14,23             | 2,38                      |
| 16          | 14,16             | 3,16                      |
| 5           | 14,02             | 3,25                      |
| 29          | 13,81             | 3,45                      |
| 4           | 13,40             | 2,76                      |
| 20          | 12,88             | 3,21                      |
| 3           | 12,74             | 2,55                      |

|    |       |      |
|----|-------|------|
| 1  | 12,37 | 3,42 |
| 30 | 11,84 | 3,97 |
| 17 | 11,58 | 3,75 |
| 13 | 11,16 | 3,75 |
| 28 | 11,09 | 3,94 |
| 22 | 10,51 | 3,93 |
| 25 | 10,09 | 4,32 |
| 27 | 9,88  | 3,91 |
| 7  | 9,84  | 3,92 |
| 19 | 9,67  | 3,81 |
| 18 | 9,65  | 4,16 |
| 10 | 9,58  | 3,70 |
| 23 | 8,74  | 3,76 |
| 9  | 7,77  | 3,55 |
| 21 | 7,58  | 4,17 |
| 14 | 7,33  | 3,43 |

- *Systematische Unterschiede*

Die ausgewählten „Body as Process“ Bilder wurden als signifikant muskulöser, männlicher und körperlich und allgemein attraktiver bewertet als die „Body as Object“ Bilder (siehe Tab. 9). Ähnliche Probleme traten auch bei der Originalstudie von Farquhar und Wasyliw (2007) auf. Dort wurden jedoch die „Body as Object“ Bilder signifikant besser bewertet als die „Body as Process“ Bilder.

**Tabelle 9: Mittelwertsunterschiede der Konzeptualisierungsgruppen bezüglich Muskulosität, Männlichkeit, körperlicher und allgemeiner Attraktivität**

| Paare                                        | MW   | T    | Df | p (2-seitig) |
|----------------------------------------------|------|------|----|--------------|
| Muskulosität Process vs. Object              | 1,84 | 5,00 | 42 | 0,00**       |
| Männlichkeit Process vs. Object              | 7,09 | 9,05 | 42 | 0,00**       |
| Körperliche Attraktivität Process vs. Object | 3,07 | 3,80 | 42 | 0,00**       |
| Allgemeine Attraktivität Process vs. Object  | 2,51 | 2,30 | 42 | 0,027*       |

\* Der Unterschied ist auf dem Niveau von .05 signifikant

\*\* Der Unterschied ist auf dem Niveau von .01 signifikant

Da es ein Ziel dieser Studie war, die Schwächen der Originalstudie zu reduzieren (siehe Kapitel 9.1), wurden Bilder ausgewählt die sich zumindest bezüglich körperlicher und allgemeiner Attraktivität nicht signifikant voneinander unterscheiden. Es wurden die Bilder 9, 21 und 23 der „Body as Object“ Gruppe gegen die Bilder 19, 25 und 28 getauscht, um die Unterschiede bezüglich körperlicher und allgemeiner Attraktivität zwischen den beiden Gruppen zu minimieren. Diese Bilder wurden aufgrund der ähnlich hohen Attraktivitätsbewertung wie die der „Body as Process“ Bilder ausgewählt. Das „Body as Object“ Bild mit der höchsten Bewertung unterscheidet sich dennoch signifikant bezüglich dessen Körperkonzeptualisierung von dem „Body as Process“ Bild mit der niedrigsten Bewertung (siehe Tab. 11), daher kann immer noch davon ausgegangen werden, dass die Gruppen zwei verschiedenen Körperkonzeptualisierungen darstellen.

**Tabelle 10: Mittelwerte der Bewertungen der körperlichen und allgemeinen Attraktivität, Muskulosität und Männlichkeit der Stimulusbilder.**

| <b>Bild</b> | <b>Körperliche<br/>Attraktivität</b> | <b>Allgemeine<br/>Attraktivität</b> | <b>Muskulosität</b> | <b>Männlichkeit</b> |
|-------------|--------------------------------------|-------------------------------------|---------------------|---------------------|
| 12          | 4,77                                 | 4,05                                | 5,30                | 5,05                |
| 11          | 4,53                                 | 3,63                                | 5,95                | 5,44                |
| 24          | 4,70                                 | 3,70                                | 6,05                | 5,70                |
| 6           | 4,53                                 | 4,40                                | 5,72                | 5,44                |
| 26          | 3,48                                 | 3,56                                | 4,02                | 6,09                |
| 8           | 5,28                                 | 5,09                                | 5,53                | 5,63                |
| 15          | 5,00                                 | 4,42                                | 5,30                | 5,02                |
| 2           | 3,47                                 | 2,81                                | 5,91                | 4,81                |
| 16          | 4,02                                 | 3,33                                | 5,56                | 4,72                |
| 5           | 4,81                                 | 4,58                                | 4,63                | 4,93                |
| 29          | 3,81                                 | 3,81                                | 6,28                | 5,12                |
| 4           | 3,14                                 | 2,81                                | 6,58                | 4,58                |
| 20          | 4,33                                 | 5,14                                | 5,26                | 5,49                |
| 3           | 4,81                                 | 4,49                                | 5,21                | 5,07                |
| 1           | 5,37                                 | 4,53                                | 5,67                | 4,60                |
| 30          | 4,49                                 | 3,81                                | 5,56                | 4,67                |
| 17          | 4,56                                 | 3,80                                | 5,52                | 4,74                |
| 13          | 3,81                                 | 3,30                                | 4,67                | 4,42                |

|    |      |      |      |      |
|----|------|------|------|------|
| 28 | 5,63 | 4,79 | 5,33 | 5,30 |
| 22 | 4,02 | 3,21 | 4,53 | 4,42 |
| 25 | 4,30 | 4,09 | 6,30 | 4,67 |
| 27 | 5,00 | 4,53 | 5,35 | 5,05 |
| 7  | 4,79 | 4,12 | 5,47 | 4,70 |
| 19 | 5,09 | 3,53 | 5,07 | 4,28 |
| 18 | 3,05 | 3,19 | 6,26 | 4,16 |
| 10 | 5,56 | 5,77 | 5,21 | 5,84 |
| 23 | 4,77 | 4,28 | 5,51 | 4,47 |
| 9  | 4,33 | 2,79 | 4,98 | 2,53 |
| 21 | 3,09 | 2,58 | 6,00 | 3,65 |
| 14 | 3,79 | 3,30 | 4,86 | 4,47 |

**Tabelle 11: Mittelwertsunterschiede der Konzeptualisierungsgruppen**

| Paar            | Mittelwert | t     | Df | Signifikanz |
|-----------------|------------|-------|----|-------------|
| Bild 28- Bild 8 | -4,51      | -6,30 | 42 | 0,000**     |

\*\* Der Unterschied ist auf dem Niveau von .01 signifikant

Wie Tabelle 12 zeigt, unterscheiden sich die beiden Versuchsgruppen nun bezüglich körperlicher und allgemeiner Attraktivität nicht mehr signifikant voneinander und auch die Mittelwertsunterschiede der Variablen Muskulosität (1,63 vs. 1,84) und Männlichkeit (3,49 vs. 7,09) konnten dadurch reduziert werden, sie bleiben jedoch dennoch signifikant.

**Tabelle 12: Mittelwertsunterschiede der optimierten Konzeptualisierungsgruppen bezüglich Muskulosität, Männlichkeit, körperlicher und allgemeiner Attraktivität**

| Paare                                                  | MW    | t     | Df | p (2-seitig) |
|--------------------------------------------------------|-------|-------|----|--------------|
| Muskulosität Process vs. Object optimiert              | 1,63  | 3,83  | 42 | 0,00**       |
| Männlichkeit Process vs. Object optimiert              | 3,49  | 4,48  | 42 | 0,00**       |
| Körperliche Attraktivität Process vs. Object optimiert | 0,23  | 0,29  | 42 | 0,773        |
| Allgemeine Attraktivität Process vs. Object optimiert  | -0,26 | -0,23 | 42 | 0,817        |

\*\* Der Unterschied ist auf dem Niveau von .01 signifikant

#### **9.4.1.2. Hauptstudie**

Die Erhebung der Hauptstudie erfolgte mithilfe eines 13 seitigen Onlinefragebogens (siehe 12.1.2), der auf der Onlineplattform [www.socsicurvey.de](http://www.socsicurvey.de) erstellt und durchgeführt wurde.

Aufgrund der teilweise sehr persönlichen Fragen wurde angenommen, dass die Anonymität einer Onlinebefragung einerseits ein ehrliches Beantworten der Fragen erleichtert und andererseits die Teilnahmebereitschaft erhöht. Ein weiterer Vorteil einer Onlineumfrage ist außerdem die sehr hohe Ökonomie (Bortz & Döring, 2006). Auf der ersten Seite des Fragebogens wird den Teilnehmern das angebliche Forschungsthema („Kaufanreiz von Hochglanzmagazinen“) der Studie präsentiert. Außerdem werden den Teilnehmern Informationen zur Dauer der Befragung und Anonymität gegeben und sie darauf hingewiesen auf Sorgfalt bei der Bearbeitung zu achten. Auf Seite zwei werden demografische Daten erfragt. Auf Seite drei befindet sich der BFI-K von Rammstedt und John (2005) der die Big Five Persönlichkeitsfaktoren erhebt. Darauf folgt eine Instruktion, die Stimulusbilder betreffend und darauf folgen sechs Stimulusbilder (siehe Kapitel 2.3.7 Stimulusbilder). Zuletzt wurden noch die Rosenberg Selbstwertkala (Collani & Herzberg, 2003), die Body Areas Satisfaction Subskala (BASS) des Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire (MBSRQ; Brown, Cash & Mikulka, 1990), die Drive for Muscularity Scale (DMS; McCreary & Sasse, 2000) und das vereinfachte Beck-Depression-Inventar (BDI-V; Schmitt & Maes, 2000) vorgegeben.

Die durchschnittliche Bearbeitungsdauer der Studie lag, lag bei ungefähr 10 Minuten.

#### **9.4.2. ERHEBUNGSINSTRUMENTE**

Im folgenden Teil werden die in der Studie verwendeten Verfahren, deren Gütekriterien und die verwendeten Stimuli beschrieben. Die Bewertungen der einzelnen Reliabilitäten beziehen sich auf Weise (1975).

##### **9.4.2.1. Demografische Daten**

Die Erhebung der demografischen Daten erfolgte mithilfe eines selbst erstellten Fragebogens.

Folgende Daten wurden erhoben:

- Geschlecht mit den Antwortalternativen „männlich“ und „weiblich“
- Alter als offene Nennung
- Höchste abgeschlossene Schulbildung mit den Antwortalternativen „Schule beendet ohne Abschluss“, „noch Schüler“, „Pflichtschulabschluss“, „Lehrabschluss“, „berufsbildende mittlere Schule“, „Matura/Abitur“ und „Hochschulstudium“
- Beziehungsstatus mit den Antwortalternativen „Single“, „in einer Partnerschaft“, „verheiratet“, „geschieden“, „verwitwet“.



- Größe und Gewicht als offene Nennung

Mithilfe dieser Daten wurde der BMI der Teilnehmer mit der Formel  $\text{Gewicht}/\text{Körper}^2$  berechnet. Anschließend wurde der BMI mithilfe der Richtlinien des DGE Ernährungsberichts (1992 zit. n. Universitätsklinikum Heidelberg) klassifiziert.

#### 9.4.2.2. Kurzversion des Big Five Inventory

Das BFI-K ist eine Kurzversion des Big Five Inventory (BFI; John, Donahue & Kentle, 1991), einem Selbstbeurteilungsfragebogen zur Erfassung der Big Five Persönlichkeitsfaktoren. Rammstedt und John entwickelten auf Basis der Items des BFI einen kürzeren Fragebogen mit dem eine reliable, valide und ökonomische Erfassung der Big Five ermöglicht wird (Rammstedt & John, 2005). Der Fragebogen besteht aus 21 Items, die auf einer fünfstufigen Likertskala (von „sehr unzutreffend“ bis „sehr zutreffend“) bewertet werden. Das Inventar beinhaltet die Dimensionen Extraversion, Verträglichkeit, Gewissenhaftigkeit und Neurotizismus, die jeweils mit vier Items erhoben werden und die Dimension Offenheit für Erfahrungen. Diese wird aufgrund von relativ geringer interner Konsistenz mit fünf Items erhoben (Rammstedt & John, 2005). Auch im BFI wird die Dimension Offenheit für Erfahrungen aus demselben Grund mit mehr Items erhoben als die restlichen Dimensionen (Rammstedt & John, 2005). Nachfolgend wird für jede der fünf Dimensionen ein Beispielitem angeführt.

- Extraversion

*„Ich bin begeisterungsfähig und kann andere leicht mitreißen.“*

- Verträglichkeit

*„Ich schenke anderen leicht Vertrauen und glaube an das Gute im Menschen.“*

- Gewissenhaftigkeit

*„Ich erledige Aufgaben gründlich.“*

- Neurotizismus

*„Ich werde leicht deprimiert, niedergeschlagen.“*

- Offenheit für Erfahrungen

*„Ich bin vielseitig interessiert.“*

#### Psychometrische Merkmale des BFI-K

Aufgrund der sehr kurzen Bearbeitungsdauer von unter 2 Minuten kann dem BFI-K eine sehr hohe Ökonomie attestiert werden (Rammstedt & John, 2005).

Die Cronbachs Alpha Werte sind für alle Skalen niedriger als die der Standardsversion (0,66-0,86), jedoch höher als die nach der Spearman-Brown-Formel für Testverkürzung geschätzten Werte (Kristof, 1983, zit. n. Rammstedt & John, 2005), was auf eine erfolgreiche Itemselektion hindeutet (Rammstedt & John, 2005). Auch die Tatsache, dass die Itemanzahl das Cronbachs Alpha beeinflusst (Cortina, 1993), erklärt die Verringerung der Werte im Vergleich zur Standardversion. Die Analyse der faktoriellen Struktur der 21 Items ergab einen deutlichen Knick nach dem fünften Faktor (Faktor 1: 4.67; Faktor2: 2.30; Faktor 3: 2.09; Faktor 4: 1.90; Faktor 5: 1.56; Faktor 6: 1.01; Faktor 7: .95), was auf eine hinreichende Validität hindeutet (Rammstedt & John, 2005).

#### **9.4.2.3. Teilrevidierte Form der deutschsprachigen Fassung der Rosenberg-Skala**

Die Rosenberg-Skala ist ein Verfahren zur Erhebung des globalen Selbstwerts. Sie besteht aus zehn Items, die auf einer vierstufigen Likertskala („trifft gar nicht zu“ bis „trifft voll und ganz zu“) bewertet werden. Ein hoher Wert bedeutet daher einen hohen Selbstwert und ein niedriger Wert einen geringen Selbstwert.

Collani und Herzberg (2003) führten eine Teilrevision der deutschsprachigen Fassung der Rosenberg-Skala (Rosenberg, 1965) von Ferring und Filip (1996) durch.

In dieser Version wurde lediglich das Item 4 („Ich besitze die gleichen Fähigkeiten wie andere Menschen auch“) aufgrund schlechter psychometrischer Kennwerte modifiziert (Collani & Herzberg, 2003). Durch die Umformulierung („Ich kann vieles genauso gut wie die meisten anderen Menschen auch.“), erhöhte sich das Cronbachs Alpha von 0,11 auf 0,48 (Collani & Herzberg, 2003).

Beispielitems:

*„Ich besitze eine Reihe guter Eigenschaften.“*

*“Ich fühle mich von Zeit zu Zeit richtig nutzlos.“*

*“Ich habe eine positive Einstellung zu mir selbst gefunden.“*

#### Psychometrische Merkmale der RSES:

Die revidierte Fassung der Rosenberg-Skala erreicht ein Cronbachs Alpha von 0,85 und die Ladungen der Items für eine einfaktorielle Lösung waren allesamt mit Werten zwischen 0,51 und 0,67 ausreichend hoch (Collani & Herzberg, 2003). Dies bedeutet, dass Reliabilität und Validität dieser Version der Rosenberg-Skala gegeben sind (Collani & Herzberg, 2003). Da die Skala aus nur 10 Items besteht, kann sie als sehr ökonomisch angesehen werden.

#### **9.4.2.4. Body Areas Satisfaction Subskala (BASS) des Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire**

Der Multidimensional Body-Self Relations Fragebogen (MBSRQ) besteht aus 69 Items, die Einstellungen, das eigene Körperbild betreffend, erfragen (Cash, 2000).

Es werden kognitive, behaviorale und evaluative Komponenten des Körperbildes untersucht und auch Gesundheit und körperliche Kompetenzen wie Fitness berücksichtigt (Cash, 2000).

Die Body Areas Satisfaction Subskala (BASS) erhebt die Zufriedenheit der Teilnehmer mit acht Aspekten des Körpers und der eigenen Gesamterscheinung (Cash, 2000). Die Aspekte Gesicht, Haare, Gewicht, Größe, oberer, mittlerer und unterer Torso, Muskelspannung und Gesamterscheinung werden auf einer fünfstufigen Likertskala (von „sehr unzufrieden“ bis „sehr zufrieden“) bewertet (Cash, 2000). Hohe Werte in der BASS bedeuten daher eine höhere Körperzufriedenheit und niedrige Werte eine Unzufriedenheit mit der Größe oder der Optik verschiedener Körperaspekte (Cash, 2000).

#### Psychometrische Merkmale der BASS:

Das Cronbachs Alpha der BASS liegt bei 0,77 und die Retest-Reliabilität bei 0,86 (Cash, 2000). Da die Skala nur aus 9 Items besteht, kann man ihr eine hohe Ökonomie attestieren.

#### **9.4.2.5. Drive for Muscularity Scale**

Die DMS ist ein Verfahren, das Einstellungen und Verhaltensweisen erhebt, die im Zusammenhang mit der Zufriedenheit mit der eigenen Muskulosität stehen (McCreary & Sasse, 2000). Sie besteht aus 15 Items, die auf einer sechsstufigen Likertskala (von „nie“ bis „immer“) bewertet werden (McCreary & Sasse, 2000). Ein hoher Wert in der DMS bedeuten eine hohe Unzufriedenheit mit der eigenen Muskulosität und ein niedriger Wert eine geringe Unzufriedenheit. Cafri und Thompson empfehlen die DMS in ihrem Review als das am besten geeignete Verfahren zur Messung der männlichen Körperzufriedenheit (2004).

McCreary, Sasse, Saucier und Dorsch (2004) erhoben eine zweifaktorielle Lösung der DMS. Der eine Faktor wurde als „muskelorientiertes Körperbild“ bezeichnet und der zweite Faktor als „muskelorientierte Verhaltensweisen“. Da in dieser Studie körperbezogene Einstellungen von Interesse sind, wird nur der Faktor muskelorientiertes Körperbild untersucht (Items 1, 7, 9, 11, 13, 14 und 15).

Beispielitems:

*„Ich wünsche mir, muskulöser zu sein.“*

*“Ich denke, ich wäre selbstbewusster, wenn ich muskulöser wäre.“*

*“Ich denke, meine Arme sind nicht muskulös genug.“*

#### Psychometrische Merkmale der DMS:

Das Verfahren weist mit einem Cronbachs Alpha von 0,84 eine gute Reliabilität auf (McCreary & Sasse, 2010). Aufgrund der niedrigen Itemanzahl kann dem Verfahren eine hohe Ökonomie zugesprochen werden.

#### **9.4.2.6. Vereinfachtes Beck-Depressions-Inventar**

Das Beck-Depressions-Inventar (Beck, Ward, Mendelson, Mock & Erbaugh, 1961) besteht aus 21 typischen Symptomen einer Depression.

Diese werden jeweils mit Hilfe von vier, nach steigendem Schweregrad angeordneten (von „nicht vorhanden“ bis „schwere Ausprägung“), Aussagen beschrieben (Hautzinger, Bailer, Worrall & Keller, 2000). Der/die PatientIn wählt die auf ihn am besten zutreffende Aussage aus. Das BDI erfragt die Symptome Dysphorie, Pessimismus, Versagen, Unzufriedenheit, Schuldgefühle, Strafbedürfnis, Selbsthass, Selbstanklagen, Selbstmordimpulse, Weinen, Reizbarkeit, Rückzug und Isolation, Entschlussunfähigkeit, negatives Körperbild, Arbeitsunfähigkeit, Schlafstörungen, Ermüdbarkeit, Appetitverlust, Gewichtsverlust, Hypochondrie und Libidoverlust (Hautzinger et al., 2000).

Schmitt und Maes (2000) entwickelten eine Kurzversion des etablierten Beck-Depressions-Inventars, um dessen Ökonomie zu steigern. Es wurden 20 der Symptome des BDI übernommen, wobei auf das Symptom Gewichtsverlust aufgrund geringer Trennschärfe (Kammer, 1983) verzichtet wurde (Schmitt & Maes, 2000). Im BDI-V wird jedes Symptom nur noch durch eine, anstatt durch vier Aussagen beschrieben (Schmitt & Maes, 2000). Die Symptome werden auf einer sechsstufigen Likertskala („nie“ bis „immer“) bewertet (Schmitt & Maes, 2000). Dadurch verringert sich die Itemanzahl von 84 auf 20, was eine deutliche Verbesserung der Ökonomie bedeutet (Schmitt & Maes, 2000).

Beispielitems:

*“Ich bin traurig.“*

*“Ich fühle mich bestraft.“*

*„Ich habe Schlafstörungen.“*

#### Psychometrische Merkmale des BDI-V:

Das Cronbachs Alpha des BDI-V beträgt 0,93 (Schmitt, Beckmann, Dusi, Maes, Schiller & Schonauer, 2003), was einer exzellenten Reliabilität entspricht. Laut Schmitt und Kollegen (2003) weist das BDI-V ähnlich gute Messeigenschaften auf wie das Original, die Messökonomie betreffend ist das BDI-V der Originalversion deutlich überlegen.

#### **9.4.2.7. Stimulusbilder**

Die Stimulusbilder wurden größtenteils aus den Zeitschriften „Men’s Health“ und „Men’s Fitness“ entnommen, die restlichen Bilder wurden durch eine „Google“ Bildersuche ermittelt. Pro Untersuchungsgruppe wurden aus ökonomischen Gründen nur sechs Stimulusbilder ausgewählt. Lorenzen, Grieve und Thomas (2004) konnten in ihrer Studie außerdem zeigen, dass sechs Stimulusbilder ausreichen, um einen signifikanten Effekt zu bewirken. Mithilfe eines Pretests (siehe Kapitel 9.4.1.1) wurden die sechs für die beiden Versuchsgruppen am besten geeigneten Bilder ermittelt.

Aus diesen Bildern wurden dann zusammen mit Slogans der Zeitschriften „Men’s Health“ und „Men’s Fitness“ fiktive Zeitungscovers erstellt. Dies sollte dazu dienen, den eigentlichen Untersuchungszweck zu verschleiern. Den Teilnehmern wurde suggeriert, dass in dieser Studie Faktoren untersucht werden, die den Kaufanreiz von Hochglanzmagazinen beeinflussen.

Pro Bild mussten die Teilnehmer folgende drei Fragen beantworten:

- Wie sehr spricht Sie die Titelgeschichte dieses Magazins an?
- Wie sehr spricht sie das Titelbild dieses Magazins an?
- Wie wahrscheinlich ist es, dass Sie dieses Magazin kaufen würden?

Zusätzlich sollten die Slogans die Körperkonzeptualisierung verstärken.

Für die „Body as Object“ Bilder wurden Slogans ausgewählt, die die optische Verbesserung Körpers thematisierten und für die „Body as Process“ Gruppe wurden Slogans ausgewählt, die die Verbesserung der Funktionalität des Körpers behandelten.

Teilnehmern der Kontrollgruppe wurden fiktive Zeitungscovers von Automagazinen präsentiert. Die Bilder und Slogans der Kontrollgruppe wurden aus den Magazinen „Autorevue“ und „Autobild“ entnommen. Zur Illustration wird im Folgenden pro Gruppe ein fiktives Coverbild dargestellt.



Abbildung 3: Stimulusbild „Body as Object“



Abbildung 4: Stimulusbild „Body as Process“



Abbildung 5: Stimulusbild Kontrollgruppe

### 9.4.3. STICHPROBE

Die Teilnehmerrekrutierung erfolgte zwischen dem 6.8.2013 und dem 12.10.2013.

Da es sich bei der vorliegenden Studie um eine Onlinestudie handelt, wurden die Teilnehmer via E-Mail und der Social-Media-Plattform Facebook kontaktiert.

Der Fragebogen wurde insgesamt 1346 mal angeklickt, 819 Personen begannen, den Fragebogen zu bearbeiten und 582 Personen füllten ihn vollständig aus. Dies entspricht einer Rücklaufquote von 43,24%. Von den 582 Personen die den Fragebogen vollständig ausfüllten, mussten 85 Teilnehmerinnen und ein 15-jähriger Teilnehmer ausgeschlossen werden, da die Einschlusskriterien der Stichprobe männliches Geschlecht und ein Mindestalter von 16 Jahren waren.

164 Teilnehmer brachen die Befragung bereits auf Seite zwei, die demografische Fragen enthielt, ab. Was die restlichen Abbrüchen (47) betrifft, konnten keine weiteren Häufungen mehr festgestellt werden.

Die finale Stichprobe enthielt daher 496 Teilnehmer, von denen 173 (34,9%) randomisiert der Kontrollgruppe, 162 (32,7%) der Versuchsgruppe 1 („Body as Object“) und 161 (32,5%) der Versuchsgruppe 2 („Body as Process“) zugewiesen wurden.

## 10. AUSWERTUNG UND INTERPRETATION DER ERGEBNISSE

### 10.1. UNTERSUCHUNGSSTICHPROBE: DESKRIPTIVE ERGEBNISSE

Im Folgenden wird die Stichprobe anhand der erhobenen demografischen Daten Alter, höchste abgeschlossene Bildung und Beziehungsstatus beschrieben. Zusätzlich werden noch Informationen über Größe, Gewicht und BMI der Teilnehmer gegeben.

#### 10.1.1. ALTER:

Der jüngste Teilnehmer in der Gesamtstichprobe ist 16 Jahre alt, der älteste Teilnehmer 69 und das Durchschnittsalter liegt bei 27,55 mit einer Standardabweichung von 9,52 (siehe Abb. 6).

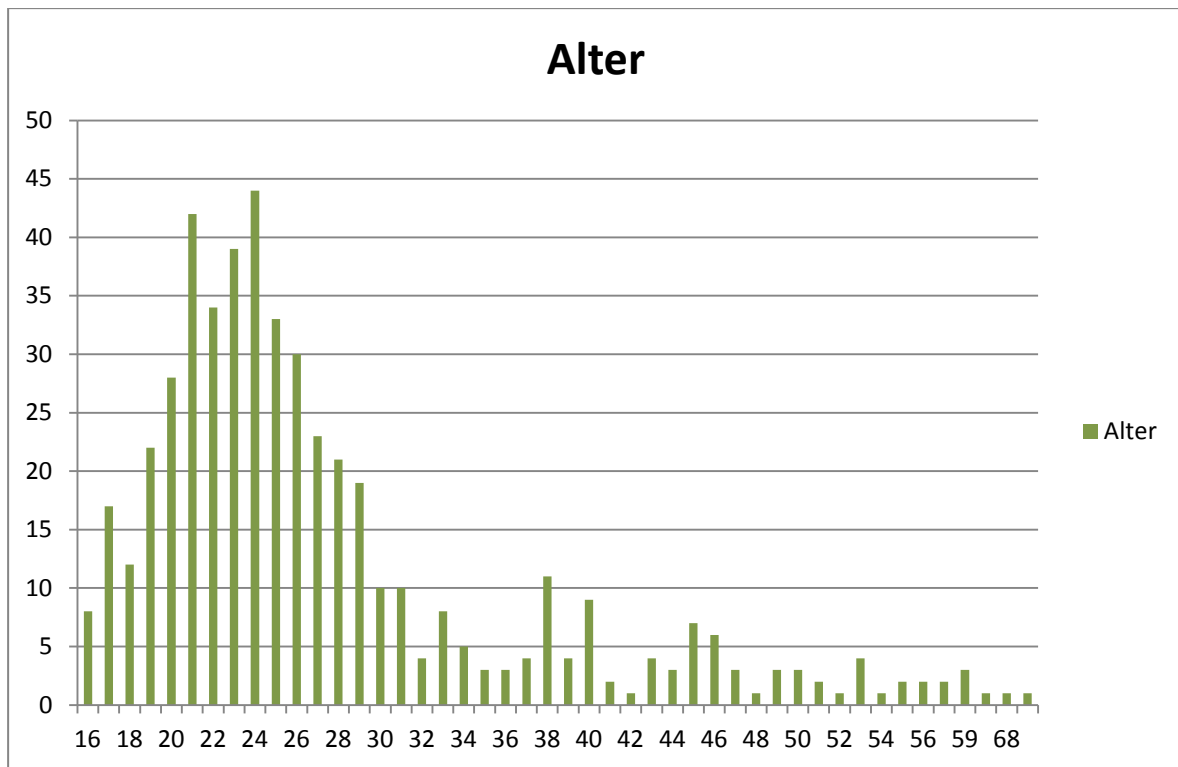


Abbildung 6: Altersverteilung gesamt

Teilt man die Gesamtstichprobe in Altersgruppen auf, fallen 17,5% der Teilnehmer in die Kategorie „bis 20 Jahre“, 59,5% in die Kategorie „21-30 Jahre“, 12,3% in die Kategorie „31-40 Jahre“ und 10,7 % in die Kategorie „älter als 40 Jahre“ (siehe Abb. 7).

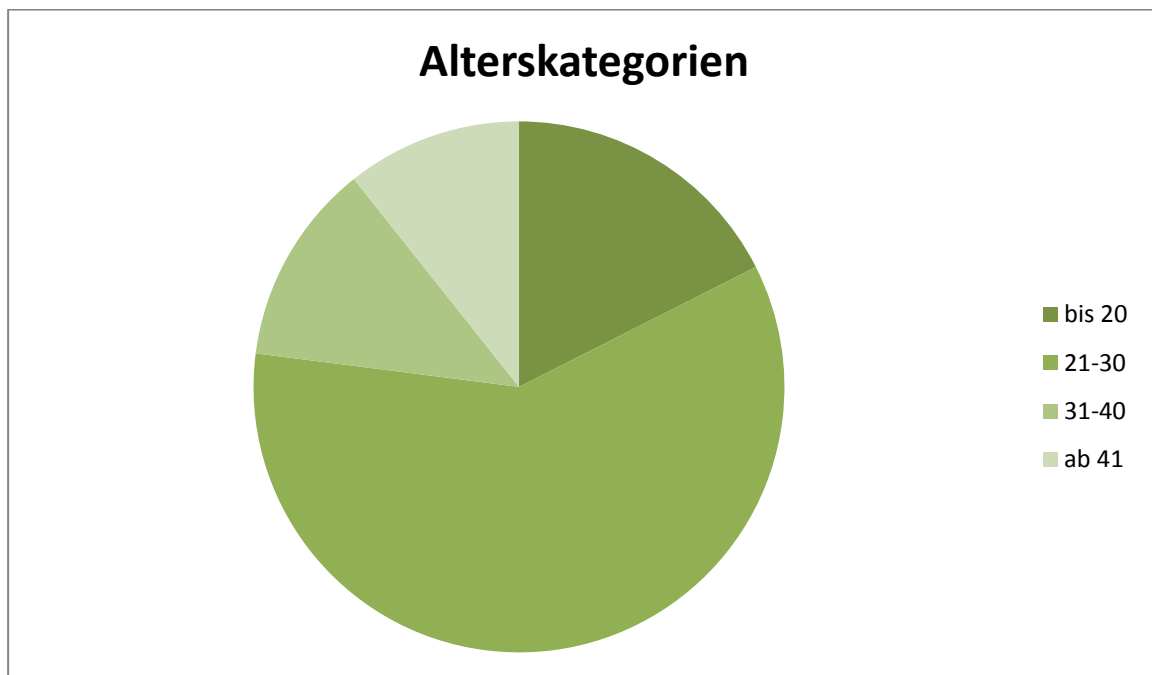


Abbildung 7: Alterskategorien

Die Stichprobe ist bezüglich der Variable Alter nicht normalverteilt (siehe Tab. 13).



**Tabelle 13: Normalverteilungstestung der Variable Alter**

**Kolmogorov-Smirnov-Anpassungstest**

|                                      |         |
|--------------------------------------|---------|
| Kolmogorov-Smirnov-Z                 | 4,297   |
| Asymptotische Signifikanz (2-seitig) | 0,000** |

\*\* Der Unterschied ist auf dem Niveau von .01 signifikant ( $p < .01$ ).

Der jüngste Teilnehmer in der Kontrollgruppe ist 16 Jahre alt, der älteste Teilnehmer 63 und das Durchschnittsalter liegt bei 27,55 mit einer Standardabweichung von 9,73. In der „Body as Object“ Gruppe ist der jüngste Teilnehmer 16, der älteste Teilnehmer 69 und das Durchschnittsalter liegt bei 28,04 Jahren bei einer Standardabweichung von 9,61. In der „Body as Object“ Gruppe ist der jüngste Teilnehmer 16, der älteste Teilnehmer 59 und das Durchschnittsalter liegt bei 27,07 Jahren bei einer Standardabweichung von 9,23. Die drei Gruppen unterscheiden sich nicht bezüglich ihres Alters (siehe Tab. 13).

**Tabelle 14: Überprüfung der Varianzhomogenität der Variable Alter**

**Kruskal-Wallis-Test**

|                           |       |
|---------------------------|-------|
| Chi-Quadrat               | 2,648 |
| Df                        | 2     |
| Asymptotische Signifikanz | 0,266 |

**10.1.2. BILDUNG:**

Sechs Personen (1,2%) gaben an, die Schule ohne Pflichtschulabschluss beendet zu haben, 21 (4,2%) gaben die Pflichtschule als höchsten Bildungsabschluss an, 40 (8,1%) einen Lehrabschluss, 28 (5,6%) eine berufsbildende mittlere Schule, 246 (49,6%) Matura bzw. Abitur und 126 (25,4%) einen Hochschulabschluss. 29 (5,8%) Teilnehmer gaben an, zum Zeitpunkt der Testung noch eine Schule zu besuchen (siehe Abb. 8).

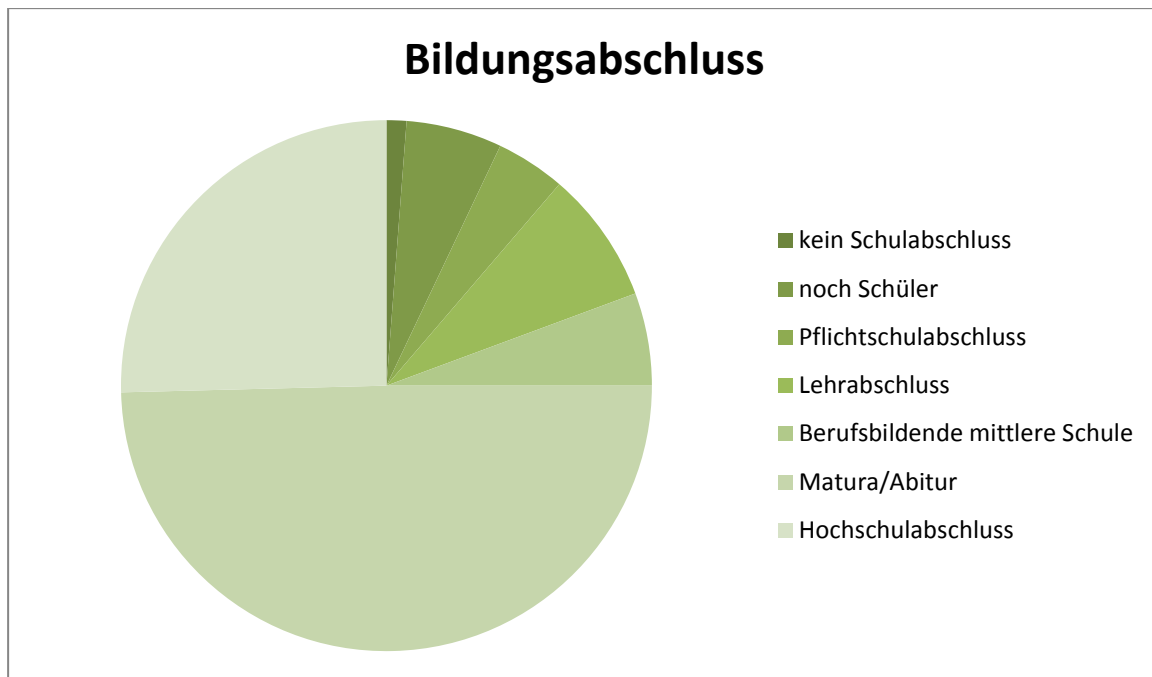


Abbildung 8: Verteilung der Variable Bildung gesamt

Der höchste abgeschlossene Bildungsgrad der drei Untersuchungsgruppen wird in Tabelle 15 dargestellt.

**Tabelle 15: Höchste abgeschlossene Bildung der drei Untersuchungsgruppen**

| Gruppen | Kein Abschluss |     | Noch Schüler |     | Pflichtschule |     | Lehrabschluss |     | BHS |     | AHS |      | Hochschule |      |
|---------|----------------|-----|--------------|-----|---------------|-----|---------------|-----|-----|-----|-----|------|------------|------|
|         | N              | %   | N            | %   | N             | %   | N             | %   | N   | %   | N   | %    | N          | %    |
| KG      | 1              | 0,6 | 11           | 6,4 | 11            | 6,4 | 14            | 8,1 | 10  | 5,8 | 87  | 50,3 | 39         | 22,5 |
| VG1     | 1              | 0,6 | 7            | 4,3 | 3             | 1,9 | 13            | 8   | 9   | 5,6 | 78  | 48,1 | 51         | 31,5 |
| VG2     | 4              | 2,5 | 11           | 6,8 | 7             | 4,3 | 13            | 8,1 | 9   | 5,6 | 81  | 50,3 | 36         | 22,4 |

Die Varianzen der drei Gruppen unterscheiden sich signifikant voneinander (siehe Tab. 16). Die VG1 (5,84, Standardabweichung: 1,299) weist einen signifikant höheren Mittelwert auf als die VG2 (5,48, Standardabweichung: 1,566) und die KG (5,53, Standardabweichung: 1,461).

**Tabelle 16: Überprüfung der Varianzhomogenität der Variable „Formale Bildung“**

**Kruskal-Wallis-Test**

|                           |        |
|---------------------------|--------|
| Chi-Quadrat               | 6,128  |
| Df                        | 2      |
| Asymptotische Signifikanz | 0,047* |

\* Der Unterschied ist auf dem Niveau von .05 signifikant ( $p < .05$ )

**10.1.3. GRÖÖE, GEWICHT UND BMI**

Die durchschnittliche Größe der Stichprobe beträgt 180,85 cm mit einer Standardabweichung von 6,75. Die Stichprobe weist bezüglich der Körpergröße eine Normalverteilung auf (siehe Tab. 20) und die Gruppen unterscheiden sich nicht bezüglich ihrer Körpergröße (siehe Tab. 21) Mittelwerte und Standardabweichungen der drei Untersuchungsgruppen sind in Tabelle 17 aufgelistet.

**Tabelle 17: Deskriptive Statistik der Variable Größe**

| Gruppen | Mittelwert | Standardabweichung |
|---------|------------|--------------------|
| KG      | 181,19     | 7,04               |
| VG1     | 180,78     | 7,10               |
| VG2     | 180,56     | 6,06               |

Das durchschnittliche Gewicht der Stichprobe beträgt 79,94 kg mit einer Standardabweichung von 14,36. Die Stichprobe weist bezüglich des Körpergewichts keine Normalverteilung auf (siehe Tab. 20) und die Gruppen unterscheiden sich nicht bezüglich ihres Körpergewichts (siehe Tab. 21). Mittelwerte und Standardabweichungen der drei Untersuchungsgruppen sind in Tabelle 18 aufgelistet.

**Tabelle 18: Deskriptive Statistik der Variable Gewicht**

| Gruppen | Mittelwert | Standardabweichung |
|---------|------------|--------------------|
| KG      | 80,69      | 15,78              |
| VG1     | 79,76      | 13,88              |
| VG2     | 79,31      | 13,23              |

Der durchschnittliche BMI der Stichprobe beträgt 24,42 Punkte mit einer Standardabweichung von 4,11. Die Stichprobe weist bezüglich des BMI keine Normalverteilung auf (siehe Tab. 20) und die Gruppen unterscheiden sich nicht bezüglich ihres BMI (siehe Tab. 21). Mittelwerte und Standardabweichungen der drei Untersuchungsgruppen sind in Tabelle 19 aufgelistet.

**Tabelle 19: Deskriptive Statistik der Variable BMI**

| Gruppen | Mittelwert | Standardabweichung |
|---------|------------|--------------------|
| KG      | 24,54      | 4,45               |
| VG1     | 24,38      | 3,93               |
| VG2     | 24,33      | 3,94               |

**Tabelle 20: Kolmogorov-Smirnov Test zur Überprüfung der Normalverteilung der Variablen Größe, Gewicht und BMI**

|                                      | Größe | Gewicht | BMI     |
|--------------------------------------|-------|---------|---------|
| Kolmogorov-Smirnov-Z                 | 13,05 | 2,746   | 2,655   |
| Asymptotische Signifikanz (2-seitig) | 0,066 | 0,000** | 0,000** |

\*\* Der Unterschied ist auf dem Niveau von .01 signifikant ( $p < .01$ ).

**Tabelle 21: Kruskal-Wallis Test zur Überprüfung der Varianzhomogenität der Variablen Größe, Gewicht und BMI**

|                           | Größe | Gewicht | BMI   |
|---------------------------|-------|---------|-------|
| Chi-Quadrat               | 0,998 | 0,076   | 0,041 |
| Df                        | 2     | 2       | 2     |
| Asymptotische Signifikanz | 0,607 | 0,963   | 0,980 |

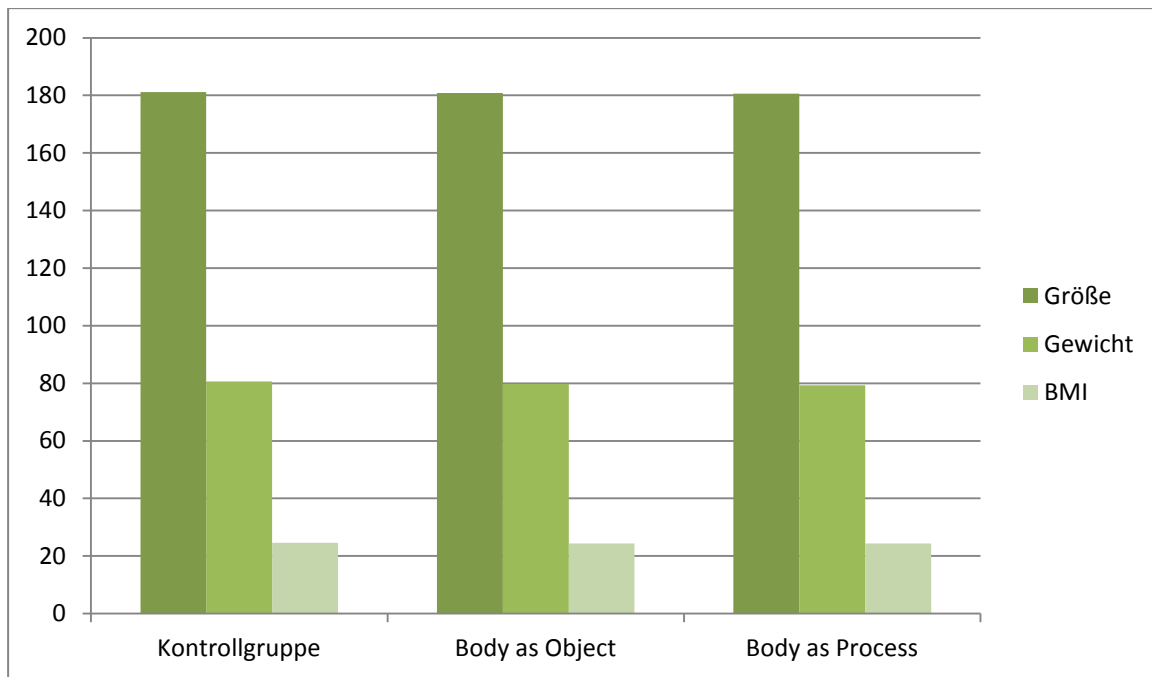


Abbildung 9: Mittelwerte der Variablen Größe, Gewicht und BMI

Laut Richtlinien des DGE Ernährungsberichts (1992, zit. n. Universitätsklinikum Heidelberg) sind 27 Teilnehmer (5,4%) untergewichtig, 326 (65,7%) normalgewichtig, haben 102 (20,6) leichtes Übergewicht, 36 (7,3%) Übergewicht und 5 (1%) starkes Übergewicht.

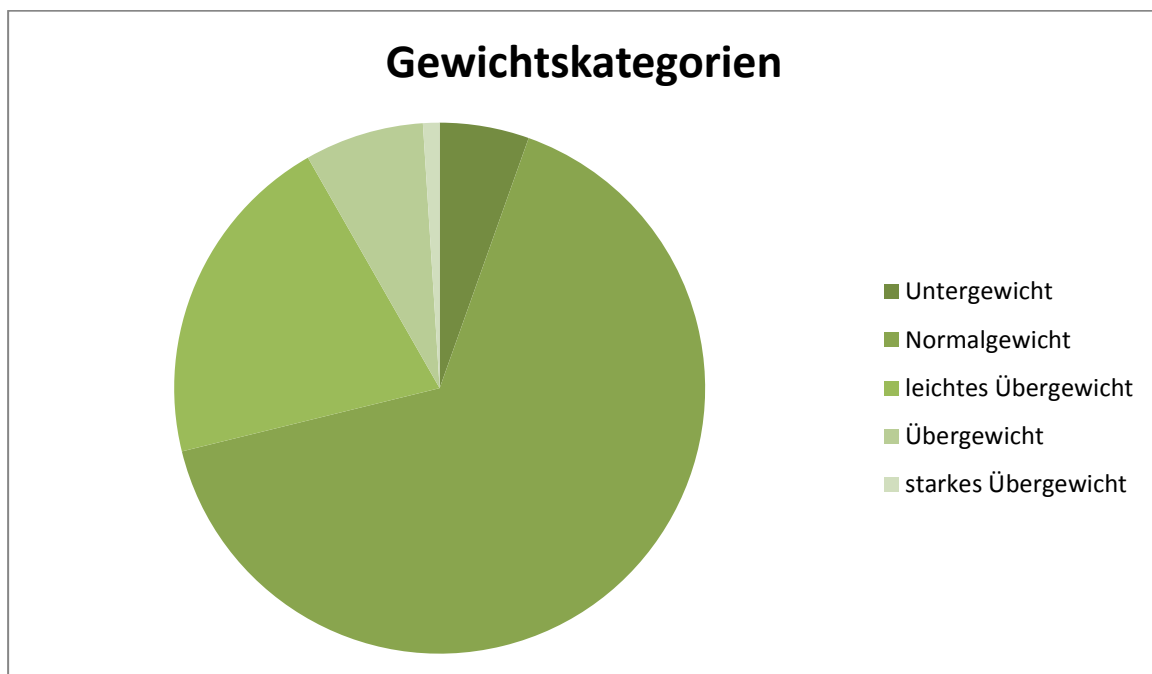


Abbildung 10: Gewichtskategorien der Stichprobe

In Tabelle 22 können die Häufigkeiten und Prozentsätze der Gewichtskategorien in den drei Untersuchungsgruppen nachgelesen werden.

**Tabelle 22: Gewichtskategorien der drei Untersuchungsgruppen**

| Untersuchungs-<br>gruppen | Unter-<br>gewicht |     | Normal-<br>gewicht |      | Leichtes<br>Übergewicht |      | Übergewicht |     | Starkes<br>Übergewicht |     |
|---------------------------|-------------------|-----|--------------------|------|-------------------------|------|-------------|-----|------------------------|-----|
|                           | N                 | %   | N                  | %    | N                       | %    | N           | %   | N                      | %   |
| KG                        | 7                 | 4   | 118                | 68,2 | 34                      | 19,7 | 12          | 6,9 | 2                      | 1,2 |
| VG1                       | 9                 | 5,6 | 103                | 63,6 | 39                      | 24,1 | 9           | 5,6 | 2                      | 1,2 |
| VG2                       | 11                | 6,8 | 105                | 65,2 | 29                      | 18   | 15          | 9,3 | 1                      | 0,6 |

#### 10.1.4. BEZIEHUNGSSTATUS

243 (49%) Teilnehmer geben an Single zu sein, 193 (38,9%) leben in einer Partnerschaft, 46 (9,3%) sind verheiratet, 13 (2,6%) sind geschieden und eine Person (0,2%) ist verwitwet. Es leben sich daher 48,2% der Teilnehmer in einer Partnerschaft und 51,8% leben alleine.

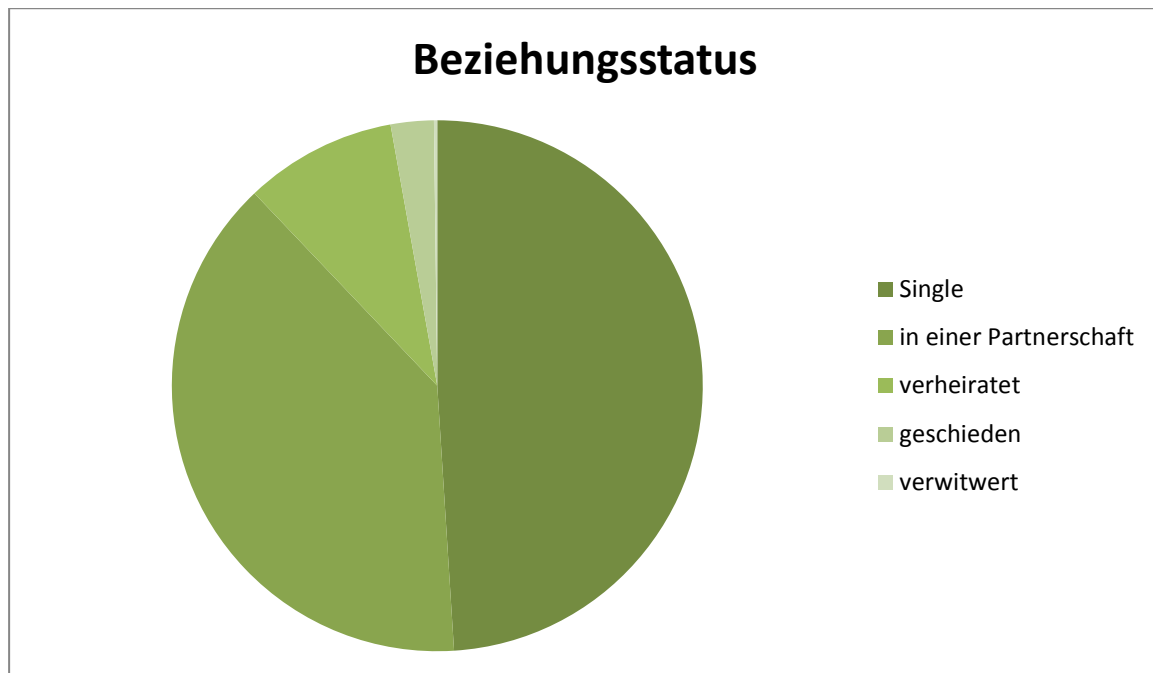


Abbildung 11: Verteilung der Variable Beziehungsstatus

In Tabelle 23 können die Häufigkeiten und Prozentsätze der Variable Beziehungsstatus im Bezug auf die drei Untersuchungsgruppen nachgelesen werden.

**Tabelle 23: Beziehungsstatus der Untersuchungsgruppen**

| Untersuchungs-<br>gruppen | Single |      | Partnerschaft |      | verheiratet |     | geschieden |     | verwitwet |     |
|---------------------------|--------|------|---------------|------|-------------|-----|------------|-----|-----------|-----|
|                           | N      | %    | N             | %    | N           | %   | N          | %   | N         | %   |
| KG                        | 85     | 49,1 | 68            | 39,3 | 19          | 11  | 1          | 0,6 | 0         | 0   |
| VG 1                      | 78     | 48,1 | 66            | 40,7 | 12          | 7,4 | 5          | 3,1 | 1         | 0,6 |
| VG 2                      | 80     | 49,7 | 59            | 36,6 | 15          | 9,3 | 7          | 4,3 | 0         | 0   |

## 10.2. RELIABILITÄTEN DER FRAGEBÖGEN

Nachfolgend werden die ermittelten Reliabilitäten und Trennschärfekoeffizienten der im Fragebogen verwendeten Verfahren dargestellt. Nach Weise (1975) ist ein Test mit einer Reliabilität von 0,8 als gut zu bewerten und Trennschärfekoeffizienten zwischen 0,3 und 0,5 sind als mittelmäßig und ab 0,5 als hoch anzusehen. Zu beachten ist jedoch, dass das Cronbachs Alpha stark von der Itemanzahl abhängt (Bortz & Döring, 2006).

### 10.2.1. BFI-K

Die BFI-K wurde hinsichtlich der fünf Skalen analysiert, die in diesem Fragebogen erhoben werden.

Die Cronbachs Alpha Werte der fünf Skalen liegen in dieser Stichprobe zwischen 0,631 und 0,814 bei einem Mittelwert von 0,709. In Tabelle 24 werden die Reliabilitäten der Hauptskalen dargestellt.

**Tabelle 24: Reliabilitäten der Hauptskalen des BFI-K**

| Hauptskala                | Cronbachs Alpha |
|---------------------------|-----------------|
| Extraversion              | 0,814           |
| Verträglichkeit           | 0,631           |
| Gewissenhaftigkeit        | 0,652           |
| Neurotizismus             | 0,733           |
| Offenheit für Erfahrungen | 0,715           |

Im Folgenden werden die Trennschärfekoeffizienten der Items pro Skala angeführt.

**Tabelle 25: Trennschärfekoeffizienten der Items des BFI-K**

| <b>Extraversion</b>                                                        | <b>Trennschärfe</b> |
|----------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| 1: Ich bin eher zurückhaltend, reserviert.*                                | 0,656               |
| 2: Ich bin begeisterungsfähig und kann andere leicht mitreißen.            | 0,524               |
| 3: Ich bin eher der „stille Typ“, wortkarg.*                               | 0,688               |
| 4: Ich gehe aus mir heraus, bin gesellig.                                  | 0,684               |
| <b>Verträglichkeit</b>                                                     |                     |
| 1: Ich neige dazu, andere zu kritisieren.*                                 | 0,347               |
| 2: Ich schenke anderen leicht Vertrauen, glaube an das Gute im Menschen.   | 0,299               |
| 3: Ich kann mich kalt und distanziert verhalten.*                          | 0,456               |
| 4: Ich kann mich schroff und abweisend anderen gegenüber verhalten.*       | 0,553               |
| <b>Gewissenhaftigkeit</b>                                                  |                     |
| 1: Ich erledige Aufgaben gründlich.                                        | 0,482               |
| 2: Ich bin bequem, neige zur Faulheit.*                                    | 0,363               |
| 3: Ich bin tüchtig und arbeite flott.                                      | 0,517               |
| 4: Ich mache Pläne und führe sie auch durch.                               | 0,393               |
| <b>Neurotizismus</b>                                                       |                     |
| 1: Ich werde leicht deprimiert, niedergeschlagen.                          | 0,582               |
| 2: Ich bin entspannt, lasse mich durch Stress nicht aus der Ruhe bringen.* | 0,458               |
| 3: Ich mache mir viele Sorgen.                                             | 0,544               |
| 4: Ich werde leicht nervös und unsicher.                                   | 0,512               |
| <b>Offenheit für Erfahrungen</b>                                           |                     |
| 1: Ich bin vielseitig interessiert.                                        | 0,427               |
| 2: Ich bin tief sinnig, denke gerne über Sachen nach.                      | 0,337               |
| 3: Ich habe eine aktive Vorstellungskraft, bin phantasievoll.              | 0,427               |
| 4: Ich schätze künstlerische und ästhetische Eindrücke.                    | 0,639               |
| 5: Ich habe nur wenig künstlerisches Interesse.*                           | 0,555               |

\*: Item wurde umgepolt



### 10.2.2. RSES

Das Cronbachs Alpha der Rosenberg Selbstwertkala in dieser Stichprobe liegt bei 0,876.

Die Trennschärfekoeffizienten der Items liegen zwischen 0,394 und 0,727 und sind daher großteils als gut, zumindest aber als mittelmäßig (Item 3 und 4) zu bewerten. Tabelle 26 stellt die Trennschärfekoeffizienten der Items dieser Skala dar.

**Tabelle 26: Trennschärfekoeffizienten der RSES**

| Item                                                                                                        | Trennschärfe |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| 1: Alles in allem bin ich mit mir selbst zufrieden.                                                         | 0,623        |
| 2: Hin und wieder denke ich, daß ich gar nichts tauge.*                                                     | 0,628        |
| 3: Ich besitze eine Reihe guter Eigenschaften.                                                              | 0,443        |
| 4: Ich kann vieles genauso gut wie die meisten anderen Menschen auch.                                       | 0,394        |
| 5: Ich fürchte, es gibt nicht viel, worauf ich stolz sein kann.*                                            | 0,644        |
| 6: Ich fühle mich von Zeit zu Zeit richtig nutzlos.*                                                        | 0,638        |
| 7: Ich halte mich für einen wertvollen Menschen, jedenfalls bin ich nicht weniger wertvoll als andere auch. | 0,609        |
| 8: Ich wünschte, ich könnte vor mir selbst mehr Achtung haben.*                                             | 0,578        |
| 9: Alles in allem neige ich dazu, mich für einen Versager zu halten.*                                       | 0,720        |
| 10: Ich habe eine positive Einstellung zu mir selbst gefunden.                                              | 0,727        |

\*: Item wurde umgepolt

### 10.2.3. BASS

In dieser Stichprobe liegt das Cronbachs Alpha der BASS bei 0,833.

Die Trennschärfekoeffizienten liegen zwischen 0,326 und 0,704, was mittelmäßige bis gute Werte bedeutet. Tabelle 27 zeigt die Trennschärfekoeffizienten der Items dieser Skala.

**Tabelle 27: Trennschärfekoeffizienten der BASS**

| Item                                                   | Trennschärfe |
|--------------------------------------------------------|--------------|
| 1: Gesicht (Gesichtszüge, Teint/Hautbild)              | 0,481        |
| 2: Haare (Farbe, Volumen Struktur)                     | 0,424        |
| 3: unterer Rumpf (Oberschenkel, Waden, Hintern, Hüfte) | 0,587        |

|                                          |       |
|------------------------------------------|-------|
| 4: mittlerer Rumpf (Bauch, Taille)       | 0,614 |
| 5: oberer Rumpf (Brust, Schultern, Arme) | 0,613 |
| 6: Muskelspannung/Muskeltonus            | 0,644 |
| 7: Gewicht                               | 0,550 |
| 8: Größe                                 | 0,326 |
| 9: Gesamterscheinung                     | 0,704 |

---

#### 10.2.4. DMS

Das Cronbachs Alpha der Drive for Muscularity Scale liegt in dieser Stichprobe bei 0,883. Die Trennschärfekoeffizienten der Items liegen zwischen 0,482 und 0,788 und sind daher bis auf Item 3 (mittelmäßig bis gut) durchwegs als gut zu bezeichnen. Tabelle 28 zeigt die Trennschärfekoeffizienten der Items.

**Tabelle 28: Trennschärfekoeffizienten der DMS**

| Item                                                                                                | Trennschärfe |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| 1: Ich wünsche mir, muskulöser zu sein.                                                             | 0,788        |
| 2: Ich denke, ich wäre selbstbewusster, wenn ich muskulöser wäre.                                   | 0,656        |
| 3: Ich denke, ich würde besser aussehen, wenn ich fünf Kilo an Masse zunehmen würde.                | 0,482        |
| 4: Ich denke, ich würde mich stärker fühlen, wenn ich ein bisschen mehr Muskelmasse zunehmen würde. | 0,701        |
| 5: Ich denke, meine Arme sind nicht muskulös genug.                                                 | 0,783        |
| 6: Ich denke, meine Brust ist nicht muskulös genug.                                                 | 0,739        |
| 7: Ich denke, meine Beine sind nicht muskulös genug.                                                | 0,567        |

---

#### 10.2.5. BDI-V

Das Cronbachs Alpha des BDI-V liegt in dieser Stichprobe bei 0,914.

Die Trennschärfekoeffizienten liegen zwischen 0,349 und 0,742 was mittelmäßige bis gute Werte bedeutet. Tabelle 29 zeigt die Trennschärfekoeffizienten aller Items.

**Tabelle 29: Trennschärfekoeffizienten des BDI-V**

| <b>Item</b>                               | <b>Trennschärfe</b> |
|-------------------------------------------|---------------------|
| Ich bin traurig.                          | 0,641               |
| Ich sehe mutlos in die Zukunft.           | 0,663               |
| Ich fühle mich als Versager(in).          | 0,696               |
| Es fällt mir schwer etwas zu genießen.    | 0,557               |
| Ich habe Schuldgefühle.                   | 0,636               |
| Ich fühle mich bestraft.                  | 0,552               |
| Ich bin von mir enttäuscht.               | 0,742               |
| Ich werfe mir Fehler und Schwächen vor.   | 0,707               |
| Ich denke daran, mir etwas anzutun.       | 0,478               |
| Ich weine.                                | 0,391               |
| Ich fühle mich gereizt und verärgert.     | 0,545               |
| Mir fehlt das Interesse an Menschen.      | 0,476               |
| Ich schiebe Entscheidungen vor mir her.   | 0,567               |
| Ich bin besorgt um mein Aussehen.         | 0,440               |
| Ich muss mich zu jeder Tätigkeit zwingen. | 0,668               |
| Ich habe Schlafstörungen.                 | 0,519               |
| Ich bin müde und lustlos.                 | 0,722               |
| Ich habe keinen Appetit.                  | 0,496               |
| Ich mache mir Sorgen um meine Gesundheit. | 0,486               |
| Sex ist mir gleichgültig.                 | 0,349               |

### **10.3. HYPOTHESENPRÜFUNG**

Die im Folgenden beschriebenen statistischen Berechnungen wurden mit dem Programm SPSS 20.0 durchgeführt. Ein p-Wert  $< 0,05$  zeigt ein statistisch signifikantes Ergebnis an, ein p-Wert  $< 0,01$  ein stark signifikantes Ergebnis und Tendenzen lassen sich bei einem p-Wert  $< 0,10$  erkennen.

#### **10.3.1. ÜBERPRÜFUNG DER VORAUSSETZUNGEN**

In dieser Studie werden Unterschiede zwischen zwei (Versuchsbedingungen vs. Kontrollbedingung; Versuchsgruppe 1 vs. Versuchsgruppe 2) Gruppen und Unterschiede zwischen drei (Versuchsgruppe 1 vs. Versuchsgruppe 2 vs. Kontrollgruppe) Gruppen

untersucht. Die Methoden der Wahl wären daher der t-Test für unabhängige Stichproben und die zweifaktorielle Varianzanalyse.

Um diese Verfahren anwenden zu können, müssen jedoch diverse Voraussetzungen erfüllt sein. Nach Field (2009) sind die Voraussetzungen für die Berechnung des t-Tests für unabhängige Stichproben und der zweifaktoriellen Varianzanalyse intervallskalierte Daten, unabhängige Stichproben, Varianzhomogenität der Gruppen und Normalverteilung der untersuchten Merkmale in allen Gruppen. Diese werden im Folgenden geprüft.

- a) Intervallskalierte Daten

Die unabhängigen Variablen Körperzufriedenheit, Muskelunzufriedenheit, depressive Symptomatik, Selbstwert und die Big Five Persönlichkeitsfaktoren weisen alle Intervallskalenniveau auf, daher ist diese Voraussetzung gegeben.

- b) Unabhängige Stichproben

Da die Versuchsteilnehmer randomisiert den drei Untersuchungsgruppen zugeteilt wurden, kann davon ausgegangen werden, dass die drei Untersuchungsstichproben unabhängig voneinander sind.

- c) Varianzhomogenität

Die Varianzen aller zu untersuchenden Variablen sind homogen, daher ist diese Voraussetzung erfüllt (siehe Tab. 30).

**Tabelle 30: Levene Tests zur Überprüfung der Varianzhomogenität**

| Variablen                 | Levene-Statistik | df | Signifikanz |
|---------------------------|------------------|----|-------------|
| Körperbewertung           | 0,313            | 2  | 0,723       |
| Muskelbewertung           | 1,663            | 2  | 0,191       |
| Depression                | 0,648            | 2  | 0,523       |
| Selbstwert                | 0,286            | 2  | 0,751       |
| Neurotizismus             | 0,385            | 2  | 0,681       |
| Gewissenhaftigkeit        | 0,824            | 2  | 0,439       |
| Verträglichkeit           | 2,304            | 2  | 0,101       |
| Offenheit für Erfahrungen | 0,054            | 2  | 0,948       |
| Extraversion              | 0,032            | 2  | 0,968       |

- d) Normalverteilung der Daten

Da der Kolmogorov-Smirnov-Test bei sehr großen Stichproben häufig auch dann zu signifikanten Ergebnissen führt, wenn die Werte normal verteilt sind (Krüger, C., Borgmann, L., Antonik, T. & Meyer A.-K., 2012), wurde die Normalverteilung der Daten mithilfe der deskriptiven Verteilungsmaße Schiefe und Kurtosis überprüft. Die Daten können als normalverteilt angesehen werden, wenn das Konfidenzintervall der Schiefe bzw. Kurtosis 0 beinhaltet.

**Tabelle 31: Überprüfung der Normalverteilung mithilfe der Konfidenzintervalle von Schiefe und Kurtosis.**

| <b>Variable</b>    | <b>KI der Schiefe</b> | <b>KI der Kurtosis</b> |
|--------------------|-----------------------|------------------------|
| Körperbewertung    | [-0,685 - -0,465]     | [0,953 – 1,398]        |
| Muskelbewertung    | [0,453 – 0,673]       | [-0,306 – 0,132]*      |
| Depression         | [0,773 – 0,993]       | [1,055 – 1,493]        |
| Selbstwert         | [-1,357 - -1,137]     | [1,566 – 2,004]        |
| Extraversion       | [-0,308 - - 0,088]    | [-0,991 - -0,553]      |
| Verträglichkeit    | [-0,143 – 0,077]*     | [-0,709 - -0,271]      |
| Gewissenhaftigkeit | [-0,420 - -0,200]     | [-0,435 – 0,003]*      |
| Neurotizismus      | [0,211 – 0,431]       | [-0,715 - -0,277]      |
| Offenheit          | [-0,676 – -0,456]     | [-0,911 - -0,553]      |

\* Normalverteilung ist gegeben

Tabelle 31 zeigt, dass keine der Variablen eine eindeutige Normalverteilung aufweist. Da aber das zentrale Grenzwerttheorem besagt, dass bei Stichprobe mit mehr als 30 Untersuchungsteilnehmern die Mittelwertsverteilung auch für extrem von der Normalität abweichende Grundgesamtheiten normal ist (Bortz & Döring, 2006), werden trotzdem parametrische Verfahren gerechnet.

### 10.3.2. GRUPPENUNTERSCHIEDE (H1-H4)

Die Hypothesen 1 bis 4 werden mithilfe von einfaktoriellen Varianzanalysen und zugehörigen Helmert-Kontrasten berechnet.

Hierbei soll noch angemerkt werden, dass SPSS 20 die Helmert-Kontraste nur zweiseitig berechnet. Da die Hypothesen dieser Studie einseitig formuliert wurden, wurden die angegebenen Signifikanzen durch zwei geteilt, um einseitige Signifikanzen darstellen zu können.

*H1a: Versuchsgruppe 1 und 2 weisen nach der Betrachtung idealisierter Männerkörper eine geringere Körperzufriedenheit auf als die Kontrollgruppe.*

Um Hypothese 1a zu testen, wurden eine einfaktorielle Varianzanalyse mit dem Faktor Versuchsgruppe und der abhängigen Variable Körperbewertung berechnet. Um Unterschiede zwischen den Untersuchungsgruppen zu prüfen wurden Helmert-Kontraste berechnet.

**Tabelle 32: Mittelwerte und Standardabweichungen der Variable Körperbewertung**

| Gruppe          | Mittelwert | Standardabweichung | N   |
|-----------------|------------|--------------------|-----|
| Kontrollgruppe  | 31,84      | 6,31               | 173 |
| Body as Object  | 32,15      | 5,92               | 162 |
| Body as Process | 32,03      | 6,19               | 161 |
| Gesamt          | 32,00      | 6,14               | 496 |

**Tabelle 33: Ergebnis der einfaktoriellen Varianzanalyse der Variable Körperbewertung**

|        | df | F     | p     |
|--------|----|-------|-------|
| Modell | 2  | 0,109 | 0,897 |

**Tabelle 34: Berechnung der Helmert-Kontraste bezüglich der Variable Körperbewertung**

| Kontrast | Gruppe             | Kontrastschätzer | p     |
|----------|--------------------|------------------|-------|
| 1        | KG vs. VG 1 + VG 2 | -0,251           | 0,332 |
| 2        | VG 1 vs. VG 2      | 0,117            | 0,432 |

Laut einfaktorieller Varianzanalyse unterscheiden sich die drei Untersuchungsgruppen nicht bezüglich ihrer Körperbewertung ( $p = 0,697$ ). Die Berechnung des ersten Helmert-Kontrasts ergab, dass Teilnehmer der Kontrollgruppe ihren Körper nicht signifikant besser bewerten als Teilnehmer der Versuchsgruppen 1 und 2 ( $p = 0,332$ ).

Hypothese 1a wird daher verworfen.

*H1b: Teilnehmer der „Body as Object“ Gruppe weisen nach der Betrachtung idealisierter Männerkörper eine geringere Körperzufriedenheit auf als Teilnehmer der „Body as Process“ Gruppe.*

Die Berechnung des zweiten Helmert-Kontrasts (siehe Tab. 34) ergab, dass Teilnehmer der „Body as Object“ Gruppe ihre Körper nicht signifikant schlechter bewerten als Teilnehmer der „Body as Process“ Gruppe ( $p = 0,432$ ).

Hypothese 1b wird daher verworfen.

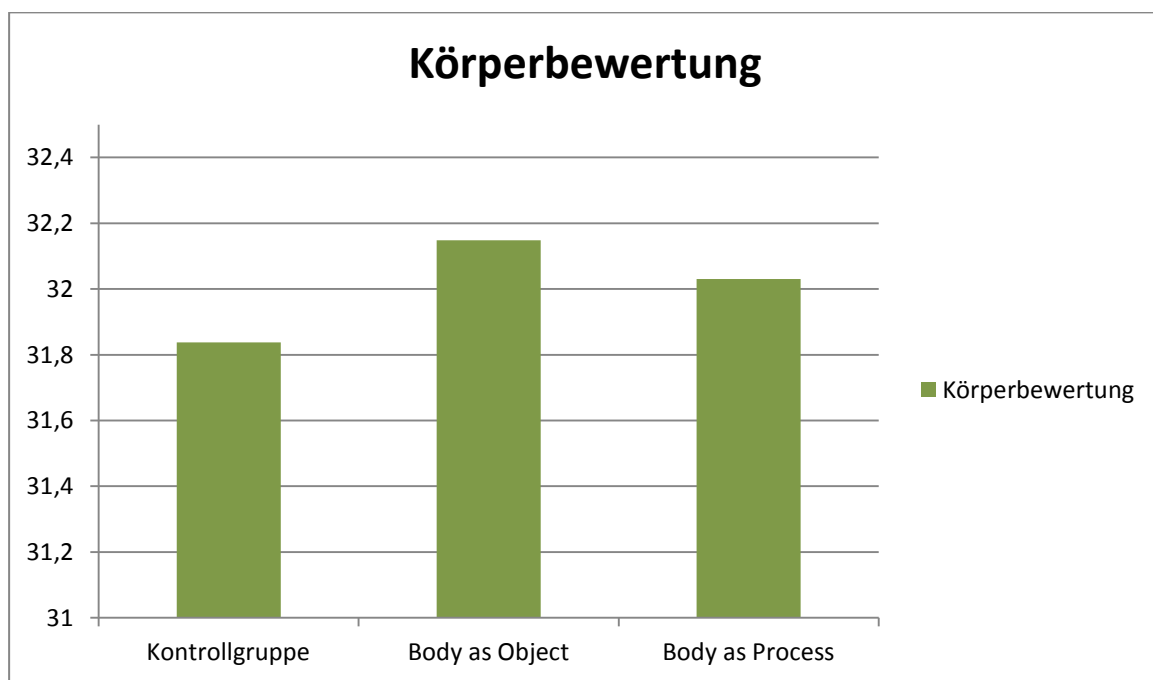


Abbildung 12: Mittelwerte der Variable Körperbewertung

*H2a: Versuchsgruppe 1 und 2 weisen nach der Betrachtung idealisierter Männerkörper eine höhere Muskelunzufriedenheit auf als die Kontrollgruppe.*

Um Hypothese 2a zu testen, wurden eine einfaktorielle Varianzanalyse mit dem Faktor Versuchsgruppe und der abhängigen Variable Muskelbewertung berechnet. Um Unterschiede zwischen den Untersuchungsgruppen zu prüfen wurden Helmert-Kontraste berechnet.

**Tabelle 35: Mittelwerte und Standardabweichungen der Variable Muskelbewertung**

| Gruppe          | Mittelwert | Standardabweichung | N   |
|-----------------|------------|--------------------|-----|
| Kontrollgruppe  | 18,69      | 7,11               | 173 |
| Body as Object  | 17,99      | 7,35               | 162 |
| Body as Process | 19,60      | 8,11               | 161 |
| Gesamt          | 18,76      | 7,54               | 496 |

**Tabelle 36: Ergebnis der einfaktoriellen Varianzanalyse der Variable Muskelbewertung**

|        | df | F     | p     |
|--------|----|-------|-------|
| Modell | 2  | 1,856 | 0,157 |

**Tabelle 37: Berechnung der Helmert-Kontraste bezüglich der Variable Muskelbewertung**

| Kontrast | Gruppe             | Kontrastschätzer | p      |
|----------|--------------------|------------------|--------|
| 1        | KG vs. VG 1 + VG 2 | -0,110           | 0,438  |
| 2        | VG 1 vs. VG 2      | -1,609           | 0,028* |

\*Der Unterschied ist auf dem Niveau von .05 signifikant ( $p < .05$ )

Laut einfaktorieller Varianzanalyse unterscheiden sich die drei Untersuchungsgruppen nicht bezüglich ihrer Muskelbewertung ( $p = 0,157$ ). Die Berechnung des ersten Helmert-Kontrasts ergab, dass Teilnehmer der Kontrollgruppe nicht signifikant zufriedener mit ihrer Muskulosität sind als Teilnehmer der Versuchsgruppen 1 und 2 ( $p = 0,438$ ).

Hypothese 2a wird daher verworfen.



*H2b: Teilnehmer der „Body as Object“ Gruppe weisen nach der Betrachtung idealisierter Männerkörper eine höhere Muskelunzufriedenheit auf als Teilnehmer der „Body as Process“ Gruppe.*

Die Berechnung des zweiten Helmert-Kontrasts (siehe Tab. 37) ergab, dass sich Teilnehmer der „Body as Object“ Gruppe und Teilnehmer der „Body as Process“ Gruppe signifikant bezüglich ihrer Muskelbewertung unterscheiden ( $p=0,028$ ). Entgegen der Hypothese sind Teilnehmer der „Body as Process“ Gruppe signifikant unzufriedener mit ihrer Muskulosität als Teilnehmer der „Body as Object“ Gruppe.

Hypothese 2b wird daher verworfen.

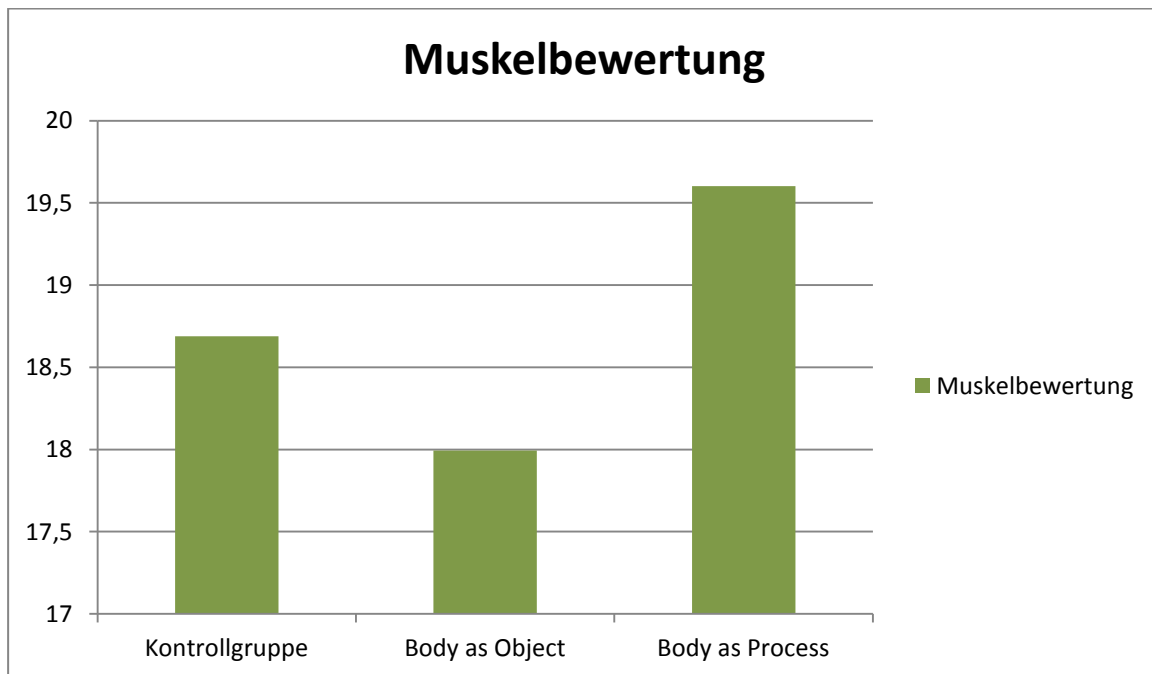


Abbildung 13: Mittelwerte der Variable Muskelbewertung

*H3a: Versuchsgruppe 1 und 2 weisen nach der Betrachtung idealisierter Männerkörper eine höhere depressive Symptomatik auf als die Kontrollgruppe.*

Um Hypothese 3a zu testen, wurden eine einfaktorielle Varianzanalyse mit dem Faktor Versuchsgruppe und der abhängigen Variable depressive Symptomatik berechnet. Um Unterschiede zwischen den Untersuchungsgruppen zu prüfen wurden Helmert-Kontraste berechnet.

**Tabelle 38: Mittelwerte und Standardabweichungen der Variable depressive Symptomatik**

| Gruppe          | Mittelwert | Standardabweichung | N   |
|-----------------|------------|--------------------|-----|
| Kontrollgruppe  | 44,23      | 15,51              | 173 |
| Body as Object  | 42,19      | 14,45              | 162 |
| Body as Process | 45,58      | 14,51              | 161 |
| Gesamt          | 44,00      | 14,88              | 496 |

**Tabelle 39: Ergebnis der einfaktoriellen Varianzanalyse der Variable depressive Symptomatik**

|        | df | F    | p     |
|--------|----|------|-------|
| Modell | 2  | 2,14 | 0,119 |

**Tabelle 40: Berechnung der Helmert-Kontraste bezüglich der Variable depressive Symptomatik**

| Kontrast | Gruppe             | Kontrastschätzer | p     |
|----------|--------------------|------------------|-------|
| 1        | KG vs. VG 1 + VG 2 | 0,338            | 0,405 |
| 2        | VG 1 vs. VG 2      | -3,392           | 0,02* |

\*Der Unterschied ist auf dem Niveau von .05 signifikant ( $p < .05$ )

Laut einfaktorieller Varianzanalyse unterscheiden sich die drei Untersuchungsgruppen nicht bezüglich ihrer depressiven Symptomatik ( $p = 0,119$ ). Die Berechnung des ersten Helmert-Kontrasts ergab, dass Teilnehmer der Kontrollgruppe keine signifikant niedrigere depressive Symptomatik aufweisen als Teilnehmer der Versuchsgruppen 1 und 2 ( $p = 0,332$ ).

Hypothese 3a wird daher verworfen.

*H3b: Teilnehmer der „Body as Object“ Gruppe weisen nach der Betrachtung idealisierter Männerkörper eine höhere depressive Symptomatik auf als Teilnehmer der „Body as Process“ Gruppe.*

Die Berechnung des zweiten Helmert-Kontrasts (siehe Tab. 40) ergab, dass sich Teilnehmer der „Body as Object“ Gruppe und Teilnehmer der „Body as Process“ Gruppe signifikant bezüglich ihrer Muskelbewertung unterscheiden ( $p = 0,02$ ). Entgegen der Hypothese weisen

Teilnehmer der „Body as Process“ Gruppe signifikant höhere Depressionswerte auf als Teilnehmer der „Body as Object“ Gruppe.

Hypothese 3b wird daher verworfen.

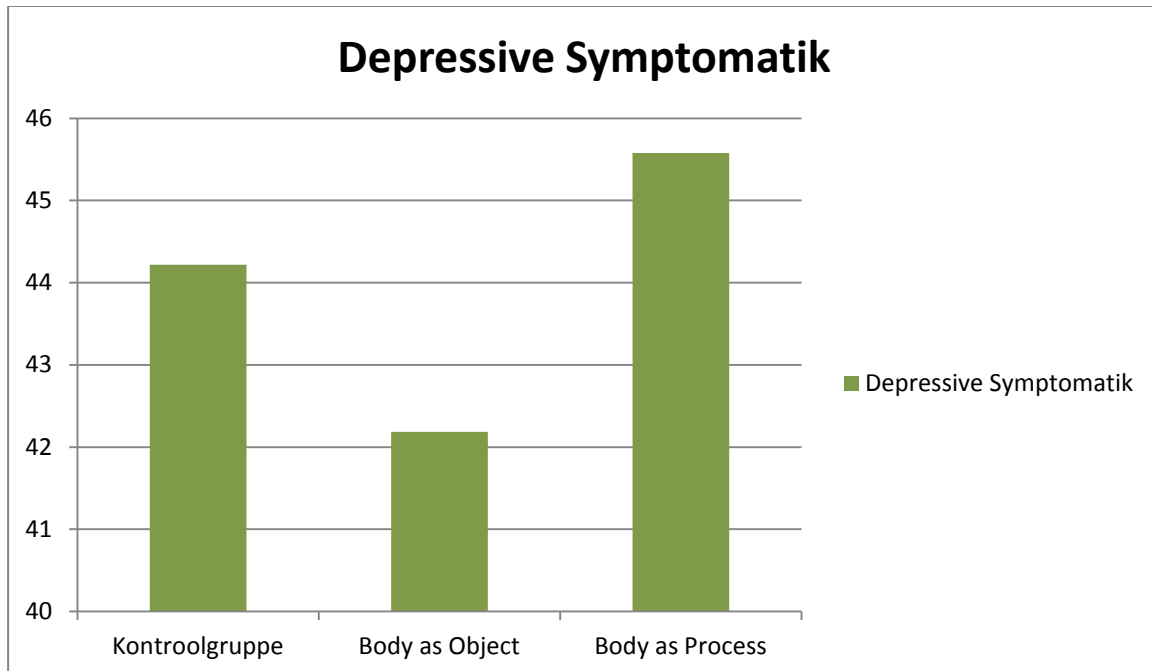


Abbildung 14: Mittelwerte der Variable Depression

*H4a: Versuchsgruppe 1 und 2 weisen nach der Betrachtung idealisierter Männerkörper eine geringeren Selbstwert auf als die Kontrollgruppe.*

Um Hypothese 4a zu testen, wurden eine einfaktorielle Varianzanalyse mit dem Faktor Versuchsgruppe und der abhängigen Variable Selbstwert berechnet. Um Unterschiede zwischen den Untersuchungsgruppen zu prüfen wurden Helmert-Kontraste berechnet.

**Tabelle 41: Mittelwerte und Standardabweichungen der Variable Selbstwert**

| Gruppe          | Mittelwert | Standardabweichung | N   |
|-----------------|------------|--------------------|-----|
| Kontrollgruppe  | 33,27      | 5,42               | 173 |
| Body as Object  | 33,75      | 5,06               | 162 |
| Body as Process | 33,09      | 5,34               | 161 |
| Gesamt          | 33,37      | 5,28               | 496 |

**Tabelle 42: Ergebnis der einfaktoriellen Varianzanalyse der Variable Selbstwert**

|        | <b>df</b> | <b>F</b> | <b>p</b> |
|--------|-----------|----------|----------|
| Modell | 2         | 0,678    | 0,508    |

**Tabelle 43: Berechnung der Helmert-Kontraste bezüglich der Variable Selbstwert**

| <b>Kontrast</b> | <b>Gruppe</b>      | <b>Kontrastschätzer</b> | <b>p</b> |
|-----------------|--------------------|-------------------------|----------|
| 1               | KG vs. VG 1 + VG 2 | -0,151                  | 0,380    |
| 2               | VG 1 vs. VG 2      | 0,660                   | 0,131    |

\*Der Unterschied ist auf dem Niveau von .05 signifikant ( $p < .05$ )

Laut einfaktorieller Varianzanalyse unterscheiden sich die drei Untersuchungsgruppen nicht bezüglich ihres Selbstwerts ( $p = 0,508$ ). Die Berechnung des ersten Helmert-Kontrasts ergab, dass Teilnehmer der Kontrollgruppe keinen signifikant höheren Selbstwert aufweisen als Teilnehmer der Versuchsgruppen 1 und 2 ( $p = 0,380$ ).

Hypothese 4a wird daher verworfen.

*H4b: Teilnehmer der „Body as Object“ Gruppe weisen nach der Betrachtung idealisierter Männerkörper einen geringeren Selbstwert auf als Teilnehmer der „Body as Process“ Gruppe.*

Die Berechnung des zweiten Helmert-Kontrasts (siehe Tab. 43) ergab, dass sich Teilnehmer der „Body as Object“ Gruppe und Teilnehmer der „Body as Process“ Gruppe nicht signifikant bezüglich ihres Selbstwerts unterscheiden ( $p = 0,131$ ).

Hypothese 4b wird daher verworfen.

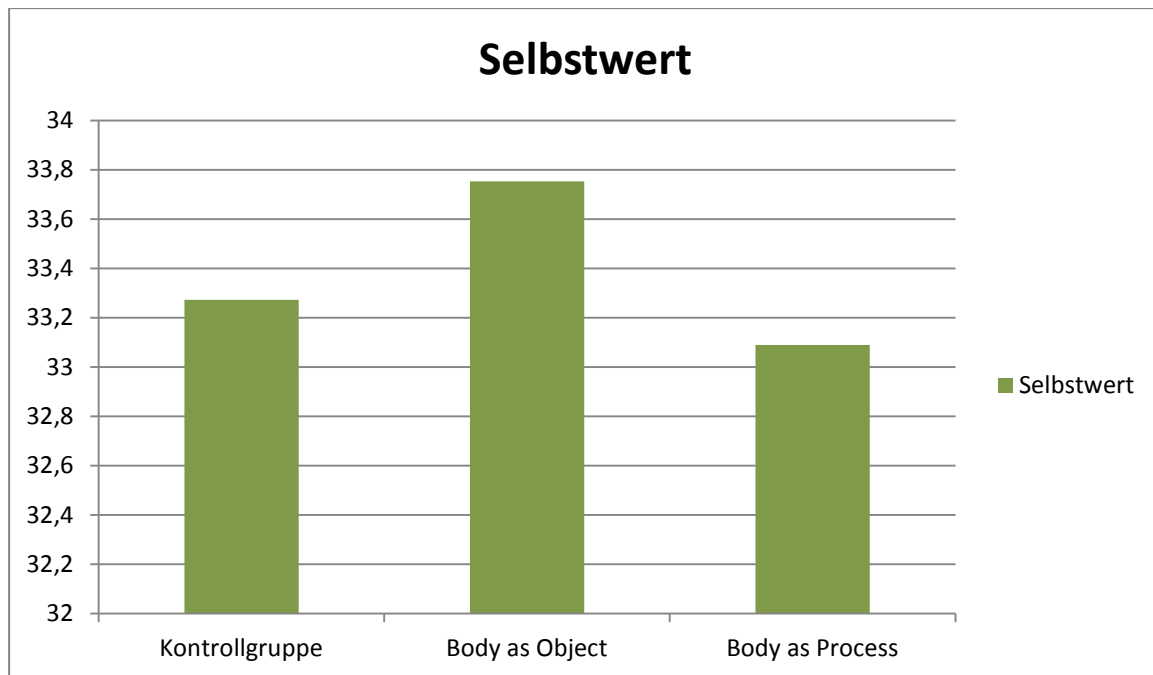


Abbildung 15: Mittelwerte der Variable Selbstwert

### 10.3.3. EINFLUSS DER BIG FIVE PERSÖNLICHKEITSFAKTOREN (H5-H9)

Die folgenden Hypothesen wurden mithilfe von zweifaktoriellen Varianzanalysen berechnet. Als abhängige Variablen wurden die Variablen Körperbewertung und Muskelbewertung verwendet. Als feste Faktoren dienten zum einen die drei Untersuchungsgruppen und zum anderen die fünf Persönlichkeitsfaktoren. Zusätzlich wurden lineare Regressionen berechnet, um den Moderationseffekt der Persönlichkeitsfaktoren zu untersuchen.

Um die Berechnung einer zweifaktoriellen Varianzanalyse zu ermöglichen, wurden mit Hilfe des Medians für jeden der Persönlichkeitsfaktoren zwei Gruppen gebildet (hohe vs. niedrige Ausprägung des jeweiligen Persönlichkeitsfaktors; siehe Tab. 49).

**Tabelle 44: Mediane der Big Five Persönlichkeitsfaktoren**

| Extraversion | Verträglichkeit | Gewissenhaftigkeit | Neurotizismus | Offenheit |
|--------------|-----------------|--------------------|---------------|-----------|
| 14           | 12              | 14                 | 10            | 20        |

Daraus ergaben sich folgende Gruppierungen:

**Tabelle 45: Persönlichkeitsfaktoren gruppiert**

|              | <b>Extrav.</b> |       | <b>Verträgl.</b> |       | <b>Gewiss.</b> |       | <b>Neuort.</b> |       | <b>Offenheit</b> |       |
|--------------|----------------|-------|------------------|-------|----------------|-------|----------------|-------|------------------|-------|
|              | N              | H     | N                | H     | N              | H     | N              | H     | N                | H     |
| <b>Werte</b> | 4-13           | 14-20 | 4-11             | 12-20 | 4-13           | 14-20 | 4-10           | 11-20 | 5-19             | 20-24 |
| <b>%</b>     | 47,8           | 52,2  | 47,8             | 52,2  | 48,8           | 51,2  | 51,2           | 48,8  | 46,8             | 53,2  |

Einleitend wurden Korrelationen zwischen den Big Five Persönlichkeitsfaktoren und den abhängigen Variablen Körper- und Muskelbewertung berechnet. Bis auf den Faktor Neurotizismus korrelieren alle Persönlichkeitsfaktoren positiv mit der Variable Körperbewertung (siehe Tab. 50). Das bedeutet, dass höhere Offenheits-, Gewissenhaftigkeits-, Extraversions- und Verträglichkeitswerte mit einer höheren Körperzufriedenheit einhergehen und höhere Neurotizismuswerte mit einer niedrigeren Körperzufriedenheit. Offenheit korreliert nur in der „Body as Process“ Gruppe signifikant positiv mit der Variable Körperbewertung und Verträglichkeit nur in der Kontrollgruppe. Gewissenhaftigkeit weist über alle drei Untersuchungsgruppen hinweg einen signifikant positiven Zusammenhang mit Körperbewertung auf und Neurotizismus über alle drei Untersuchungsgruppen hinweg einen signifikant negativen Zusammenhang. Der Faktor Extraversion korreliert in der Kontrollgruppe und in der „Body as Process“ Gruppe, nicht aber in der „Body as Object“ Gruppe signifikant positiv mit Körperbewertung. Die Korrelationskoeffizienten sind jedoch allesamt als klein einzustufen. Die Faktoren Gewissenhaftigkeit ( $p = 0,000$ ) und Neurotizismus ( $p = 0,008$ ) sind die einzig signifikanten Prädiktoren der Variable Körperbewertung.

**Tabelle 46: Korrelation der Big Five Persönlichkeitsfaktoren mit der Variable Körperbewertung**

| <b>Big 5</b>       | <b>Kontrollgruppe</b> | <b>Body as Object</b> | <b>Body as Process</b> |
|--------------------|-----------------------|-----------------------|------------------------|
| Offenheit          | 0,088                 | 0,102                 | 0,205**                |
| Gewissenhaftigkeit | 0,224**               | 0,297**               | 0,275**                |
| Extraversion       | 0,237**               | 0,131                 | 0,174*                 |
| Verträglichkeit    | 0,172*                | 0,055                 | 0,100                  |
| Neurotizismus      | -0,169*               | -0,300**              | -0,166*                |

\* Der Unterschied ist auf dem Niveau von .05 signifikant ( $p < .05$ )

\* \*Der Unterschied ist auf dem Niveau von .01 signifikant ( $p < .01$ )

Die Variable Muskelbewertung korreliert mit Ausnahme des Faktors Neurotizismus negativ mit den Big Five Persönlichkeitsfaktoren. Teilnehmer mit hohen Offenheits-, Gewissenhaftigkeits-, Extraversions- und Verträglichkeitswerten sind weniger unzufrieden mit ihrer Muskulosität und Teilnehmer mit hohen Neurotizismuswerten sind unzufriedener mit ihrer Muskulosität. Der Faktor Offenheit korreliert in keiner der Untersuchungsgruppen signifikant mit der Variable Muskelbewertung. Der Faktor Gewissenhaftigkeit korreliert über alle drei Untersuchungsgruppen hinweg signifikant negativ und der Faktor Neurotizismus korreliert über alle drei Untersuchungsgruppen signifikant positiv mit der Variable Muskelbewertung. Der Faktor Extraversion hängt nur in der „Body as Object“ Gruppe signifikant negativ mit der Variable Muskelbewertung zusammen und der Faktor Verträglichkeit nur in der „Body as Process“ Gruppe. Auch hier sind die erhobenen Korrelationskoeffizienten als klein einzuschätzen. Auch bezüglich der Variable Muskelbewertung erwiesen sich nur Gewissenhaftigkeit ( $p = 0,000$ ) und Neurotizismus ( $p = 0,001$ ) als signifikante Prädiktoren.

**Tabelle 47: Korrelation der Big Five Persönlichkeitsfaktoren mit der Variable Muskelbewertung**

| <b>Big 5</b>       | <b>Kontrollgruppe</b> | <b>Body as Object</b> | <b>Body as Process</b> |
|--------------------|-----------------------|-----------------------|------------------------|
| Offenheit          | -0,072                | -0,119                | -0,044                 |
| Gewissenhaftigkeit | -0,262**              | -0,194*               | -0,235**               |
| Extraversion       | -0,091                | -0,205**              | -0,076                 |
| Verträglichkeit    | -0,148                | 0,019                 | -0,186*                |
| Neurotizismus      | 0,211**               | 0,233**               | 0,240**                |

\* Der Unterschied ist auf dem Niveau von .05 signifikant ( $p < .05$ )

\* \*Der Unterschied ist auf dem Niveau von .01 signifikant ( $p < .01$ )

H5a1) Das Betrachten idealisierter Männerkörper bewirkt bei Teilnehmern mit hohem Offenheitswert eine höhere Körperzufriedenheit.

H5a2) Teilnehmer mit hohem Offenheitswert sind zufriedener mit ihrem Körper als Teilnehmer mit niedrigem Offenheitswert.

**Tabelle 48: Mittelwerte und Standardabweichungen der Variable Körperbewertung im Bezug auf die Variable Offenheit**

| Gruppe        | Offenheit | Mittelwert | Standardabweichung | N   |
|---------------|-----------|------------|--------------------|-----|
| <b>KG</b>     | Niedrig   | 31,487     | 6,975              | 76  |
|               | Hoch      | 32,113     | 5,762              | 97  |
|               | Gesamt    | 31,838     | 6,312              | 173 |
| <b>VG 1</b>   | Niedrig   | 31,338     | 5,433              | 80  |
|               | Hoch      | 32,939     | 6,299              | 82  |
|               | Gesamt    | 32,148     | 5,922              | 162 |
| <b>VG 2</b>   | Niedrig   | 30,829     | 5,871              | 76  |
|               | Hoch      | 33,106     | 6,296              | 85  |
|               | Gesamt    | 32,031     | 6,186              | 161 |
| <b>Gesamt</b> | Niedrig   | 31,220     | 6,096              | 232 |
|               | Hoch      | 32,689     | 6,098              | 264 |
|               | Gesamt    | 32,002     | 6,135              | 496 |

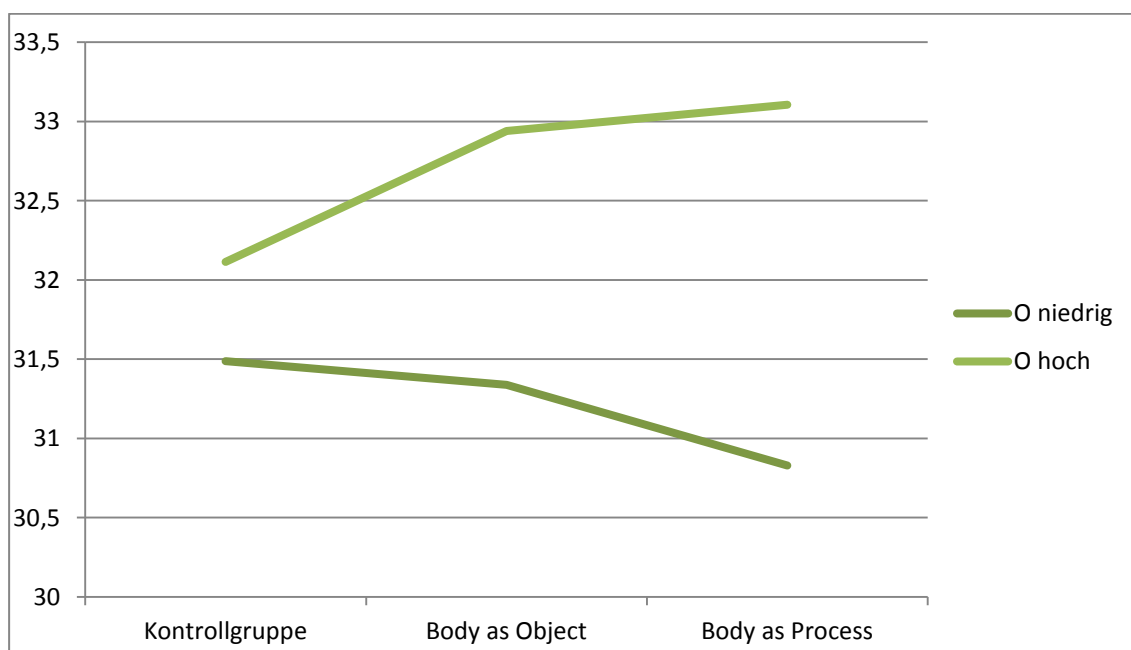


Abbildung 16: Mittelwerte der Variable Körperbewertung



**Tabelle 49: Ergebnis der zweifaktoriellen Varianzanalyse der Variable Körperbewertung mit den Faktoren Untersuchungsgruppe und Offenheit**

|                    | <b>df</b> | <b>F</b> | <b>p</b> |
|--------------------|-----------|----------|----------|
| Modell             | 5         | 1,804    | 0,110    |
| Gruppe             | 2         | 0,127    | 0,881    |
| Offenheit          | 1         | 7,438    | 0,007**  |
| Gruppe * Offenheit | 2         | 0,765    | 0,466    |

\* \*\*Der Unterschied ist auf dem Niveau von .01 signifikant ( $p < .01$ )

Der Haupteffekt der Variable Offenheit ist hoch signifikant. Personen mit hohem Offenheitswert bewerten ihren Körper signifikant besser als Personen mit niedrigem Offenheitswert ( $p = 0,007$ ).

Hypothese 5a2 wird daher angenommen.

Der Haupteffekt der Variable Gruppe ( $p = 0,881$ ) und der Interaktionseffekt Gruppe\*Offenheit ( $p = 0,466$ ) sind nicht signifikant. Das bedeutet, dass sich die Gruppen nicht signifikant voneinander unterscheiden und die Variable Offenheit auf die drei Gruppen nicht signifikant unterschiedlich wirkt.

Um eine Moderation des Faktors Offenheit zu testen, wurde eine lineare Regression durchgeführt. Der Moderatoreffekt der Variable Offenheit ist nicht signifikant ( $p = 0,296$ ). Dies bedeutet, dass der Offenheitswert der Teilnehmer die Körperzufriedenheit in den drei Untersuchungsgruppen nicht signifikant unterschiedlich beeinflusst.

Hypothese 5a1 wird daher verworfen.

H5b1) Das Betrachten von idealisierten Männerkörpern bewirkt bei Teilnehmern mit niedrigem Offenheitswert eine höhere Muskelunzufriedenheit.

H5b2) Teilnehmer mit niedrigem Offenheitswert sind unzufriedener mit ihrer Muskulosität als Teilnehmer mit hohem Offenheitswert.

**Tabelle 50: Mittelwerte und Standardabweichungen der Variable Muskelbewertung im Bezug auf die Variable Offenheit**

| Gruppe        | Offenheit | Mittelwert | Standardabweichung | N   |
|---------------|-----------|------------|--------------------|-----|
| <b>KG</b>     | Niedrig   | 18,579     | 7,137              | 76  |
|               | Hoch      | 18,773     | 7,119              | 97  |
|               | Gesamt    | 18,688     | 7,107              | 173 |
| <b>VG 1</b>   | Niedrig   | 19,175     | 7,322              | 80  |
|               | Hoch      | 16,841     | 7,244              | 82  |
|               | Gesamt    | 17,994     | 7,354              | 162 |
| <b>VG 2</b>   | Niedrig   | 20,368     | 8,071              | 76  |
|               | Hoch      | 18,918     | 8,135              | 85  |
|               | Gesamt    | 19,603     | 8,112              | 161 |
| <b>Gesamt</b> | Niedrig   | 19,371     | 7,521              | 232 |
|               | Hoch      | 18,220     | 7,527              | 264 |
|               | Gesamt    | 18,758     | 7,539              | 496 |

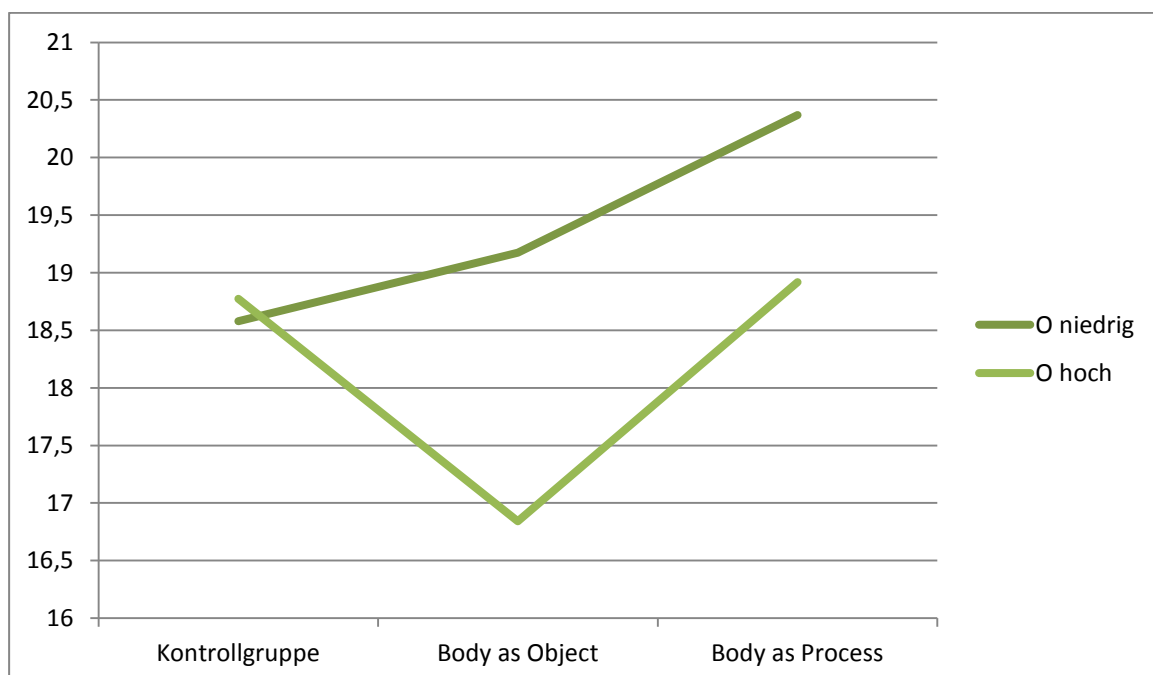


Abbildung 17: Mittelwerte der Variable Muskelbewertung

**Tabelle 51: Ergebnis der zweifaktoriellen Varianzanalyse der Variable Muskelbewertung mit den Faktoren Untersuchungsgruppe und Offenheit**

|                    | df | F     | p     |
|--------------------|----|-------|-------|
| Modell             | 5  | 1,834 | 0,105 |
| Gruppe             | 2  | 1,932 | 0,146 |
| Offenheit          | 1  | 3,129 | 0,078 |
| Gruppe * Offenheit | 2  | 1,218 | 0,297 |

Der Haupteffekt der Variable Offenheit ist tendenziell signifikant. Personen mit niedrigem Offenheitswert sind tendenziell unzufriedener mit ihrer Muskulosität als Personen mit hohem Offenheitswert ( $p = 0,078$ ).

Hypothese 5b2 wird daher verworfen.

Der Haupteffekt der Variable Gruppe ( $p = 0,146$ ) und der Interaktionseffekt Gruppe\*Gewissenhaftigkeit ( $p = 0,297$ ) sind nicht signifikant. Das bedeutet, dass sich die Gruppen nicht signifikant voneinander unterscheiden und die Variable Extraversion auf die drei Gruppen nicht signifikant unterschiedlich wirkt.

Um eine Moderation des Faktors Offenheit zu testen, wurde eine lineare Regression durchgeführt. Der Moderatoreffekt der Variable Offenheit ist nicht signifikant ( $p = 0,856$ ). Dies bedeutet, dass der Offenheitswert der Teilnehmer deren Muskelbewertung in den drei Untersuchungsgruppen nicht signifikant unterschiedlich beeinflusst.

Hypothese 5b1 wird daher verworfen.

*H6a) Teilnehmer mit hohem Gewissenhaftigkeitswert sind zufriedener mit ihrem Körper als Teilnehmer mit niedrigem Gewissenhaftigkeitswert.*

**Tabelle 52: Mittelwerte und Standardabweichungen der Variable Körperbewertung im Bezug auf die Variable Gewissenhaftigkeit**

| Gruppe        | Gewissenhaftigkeit | Mittelwert | Standardabweichung | N   |
|---------------|--------------------|------------|--------------------|-----|
| <b>KG</b>     | Niedrig            | 30,771     | 6,033              | 83  |
|               | Hoch               | 32,822     | 6,437              | 90  |
|               | Gesamt             | 31,838     | 6,312              | 173 |
| <b>VG 1</b>   | Niedrig            | 30,513     | 5,232              | 78  |
|               | Hoch               | 33,667     | 6,147              | 84  |
|               | Gesamt             | 32,148     | 5,922              | 162 |
| <b>VG 2</b>   | Niedrig            | 30,988     | 6,495              | 81  |
|               | Hoch               | 33,088     | 5,704              | 80  |
|               | Gesamt             | 32,031     | 6,186              | 161 |
| <b>Gesamt</b> | Niedrig            | 30,760     | 5,931              | 242 |
|               | Hoch               | 33,185     | 6,104              | 254 |
|               | Gesamt             | 32,002     | 6,135              | 496 |

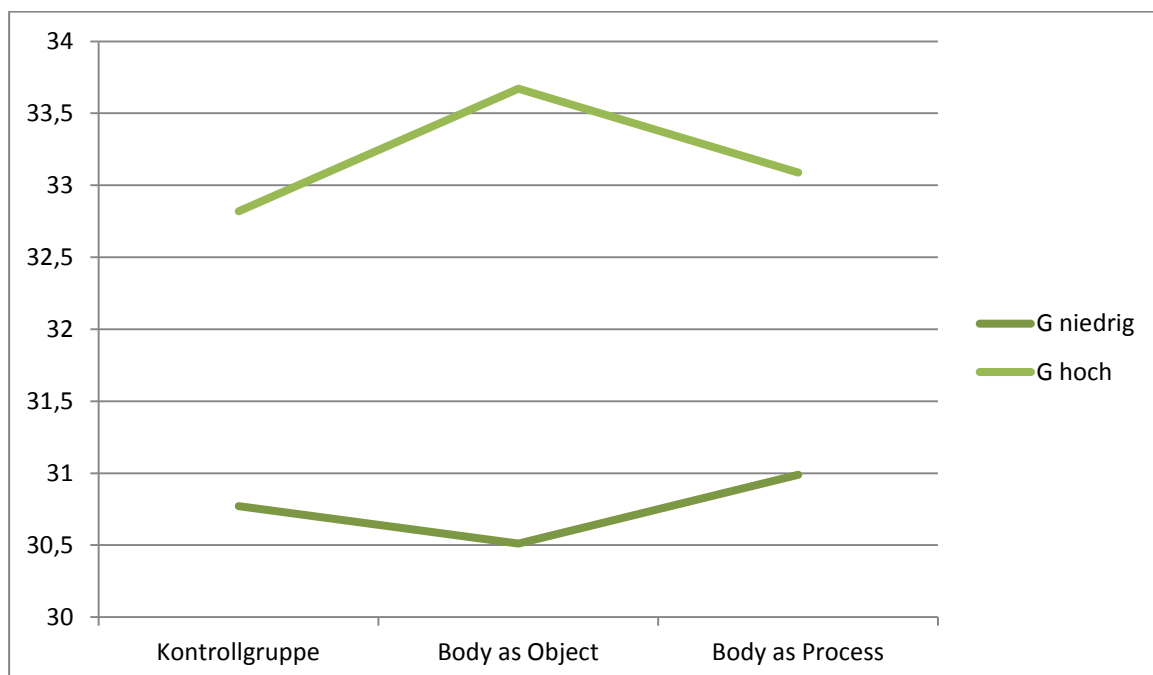


Abbildung 18: Mittelwerte der Variable Körperbewertung

**Tabelle 53: Ergebnis der zweifaktoriellen Varianzanalyse der Variable Körperbewertung mit den Faktoren Untersuchungsgruppe und Gewissenhaftigkeit**

|                             | <b>df</b> | <b>F</b> | <b>p</b> |
|-----------------------------|-----------|----------|----------|
| Modell                      | 5         | 4,223    | 0,001**  |
| Gruppe                      | 2         | 0,113    | 0,893    |
| Gewissenhaftigkeit          | 1         | 20,127   | 0,000**  |
| Gruppe * Gewissenhaftigkeit | 2         | 0,436    | 0,647    |

\*\* Der Unterschied ist auf dem Niveau von .01 signifikant ( $p < .01$ )

Der Haupteffekt der Variable Gewissenhaftigkeit ist hoch signifikant. Personen mit hohem Gewissenhaftigkeitswert bewerten ihren Körper signifikant besser als Personen mit niedrigem Gewissenhaftigkeitswert ( $p = 0,000$ ).

Hypothese 6a wird daher angenommen.

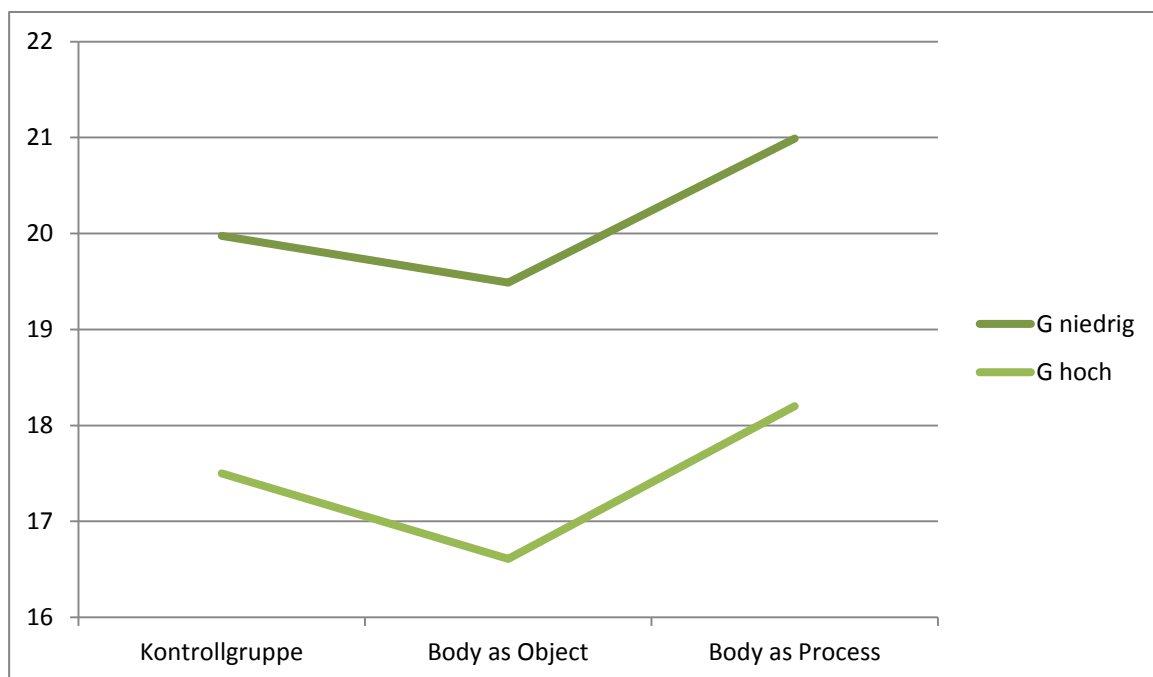
Der Haupteffekt der Variable Gruppe ist nicht signifikant ( $p = 0,893$ ). Auch der Interaktionseffekt der beiden Variablen ist nicht signifikant ( $p = 0,674$ ). Das bedeutet, dass sich die Gruppen nicht signifikant voneinander unterscheiden und die Variable Gewissenhaftigkeit auf die drei Gruppen nicht signifikant unterschiedlich wirkt.

Um eine Moderation des Faktors Gewissenhaftigkeit zu testen, wurde eine lineare Regression durchgeführt. Der Moderatoreffekt der Variable Gewissenhaftigkeit ist nicht signifikant ( $p = 0,711$ ). Dies bedeutet, dass der Gewissenhaftigkeitswert der Teilnehmer die Körperbewertung in den drei Untersuchungsgruppen nicht signifikant unterschiedlich beeinflusst.

*H6b) Teilnehmer mit niedrigem Gewissenhaftigkeitswert sind unzufriedener mit ihrer Muskulosität als Teilnehmer mit hohem Gewissenhaftigkeitswert.*

**Tabelle 54: Mittelwerte und Standardabweichungen der Variable Muskelbewertung im Bezug auf die Variable Gewissenhaftigkeit**

| Gruppe        | Gewissenhaftigkeit | Mittelwert | Standardabweichung | N   |
|---------------|--------------------|------------|--------------------|-----|
| <b>KG</b>     | Niedrig            | 19,976     | 6,123              | 83  |
|               | Hoch               | 17,500     | 7,752              | 90  |
|               | Gesamt             | 18,688     | 7,107              | 173 |
| <b>VG 1</b>   | Niedrig            | 19,487     | 7,571              | 78  |
|               | Hoch               | 16,607     | 6,906              | 84  |
|               | Gesamt             | 17,994     | 7,354              | 162 |
| <b>VG 2</b>   | Niedrig            | 20,988     | 8,030              | 81  |
|               | Hoch               | 18,200     | 8,001              | 80  |
|               | Gesamt             | 19,603     | 8,112              | 161 |
| <b>Gesamt</b> | Niedrig            | 20,157     | 7,271              | 242 |
|               | Hoch               | 17,425     | 7,562              | 254 |
|               | Gesamt             | 18,758     | 7,539              | 496 |



*Abbildung 19: Mittelwerte der Variable Muskelbewertung*

**Tabelle 55: Ergebnis der zweifaktoriellen Varianzanalyse der Variable Muskelbewertung mit den Faktoren Untersuchungsgruppe und Gewissenhaftigkeit**

|                             | <b>df</b> | <b>F</b> | <b>p</b> |
|-----------------------------|-----------|----------|----------|
| Modell                      | 5         | 4,075    | 0,001**  |
| Gruppe                      | 2         | 1,758    | 0,174    |
| Gewissenhaftigkeit          | 1         | 16,542   | ,000**   |
| Gruppe * Gewissenhaftigkeit | 2         | 0,034    | 0,966    |

\*\* Der Unterschied ist auf dem Niveau von .01 signifikant ( $p < .01$ )

Der Haupteffekt der Variable Gewissenhaftigkeit ist hoch signifikant. Personen mit niedrigem Gewissenhaftigkeitswert sind signifikant unzufriedener mit ihrer Muskulosität als Personen mit hohem Gewissenhaftigkeitswert.

Hypothese 6b wird daher angenommen.

Sowohl der Haupteffekt der Variable Gruppe ( $p = 0,174$ ) als auch der Interaktionseffekt Gruppe\*Gewissenhaftigkeit ( $p = 0,966$ ) sind nicht signifikant. Die Gruppen unterscheiden sich daher nicht signifikant voneinander und die Variable Gewissenhaftigkeit wirkt auf die drei Gruppen nicht signifikant unterschiedlich.

Um eine Moderation des Faktors Gewissenhaftigkeit zu testen, wurde eine lineare Regression durchgeführt. Der Moderatoreffekt der Variable Gewissenhaftigkeit ist nicht signifikant ( $p = 0,988$ ). Dies bedeutet, dass der Gewissenhaftigkeitswert der Teilnehmer die Muskelbewertung in den drei Untersuchungsgruppen nicht signifikant unterschiedlich beeinflusst.

*H7a) Teilnehmer mit hohem Extraversionswert sind zufriedener mit ihrem Körper als Teilnehmer mit niedrigem Extraversionswert.*

**Tabelle 56: Mittelwerte und Standardabweichungen der Variable Körperbewertung im Bezug auf die Variable Extraversion**

| Gruppe        | Extraversion | Mittelwert | Standardabweichung | N   |
|---------------|--------------|------------|--------------------|-----|
| <b>KG</b>     | Niedrig      | 30,723     | 5,564              | 83  |
|               | Hoch         | 32,867     | 6,801              | 90  |
|               | Gesamt       | 31,838     | 6,312              | 173 |
| <b>VG 1</b>   | Niedrig      | 31,421     | 5,806              | 76  |
|               | Hoch         | 32,791     | 5,983              | 86  |
|               | Gesamt       | 32,148     | 5,922              | 162 |
| <b>VG 2</b>   | Niedrig      | 31,346     | 6,295              | 78  |
|               | Hoch         | 32,675     | 6,049              | 83  |
|               | Gesamt       | 32,031     | 6,186              | 161 |
| <b>Gesamt</b> | Niedrig      | 31,152     | 5,874              | 242 |
|               | Hoch         | 32,780     | 6,275              | 254 |
|               | Gesamt       | 32,002     | 6,135              | 496 |

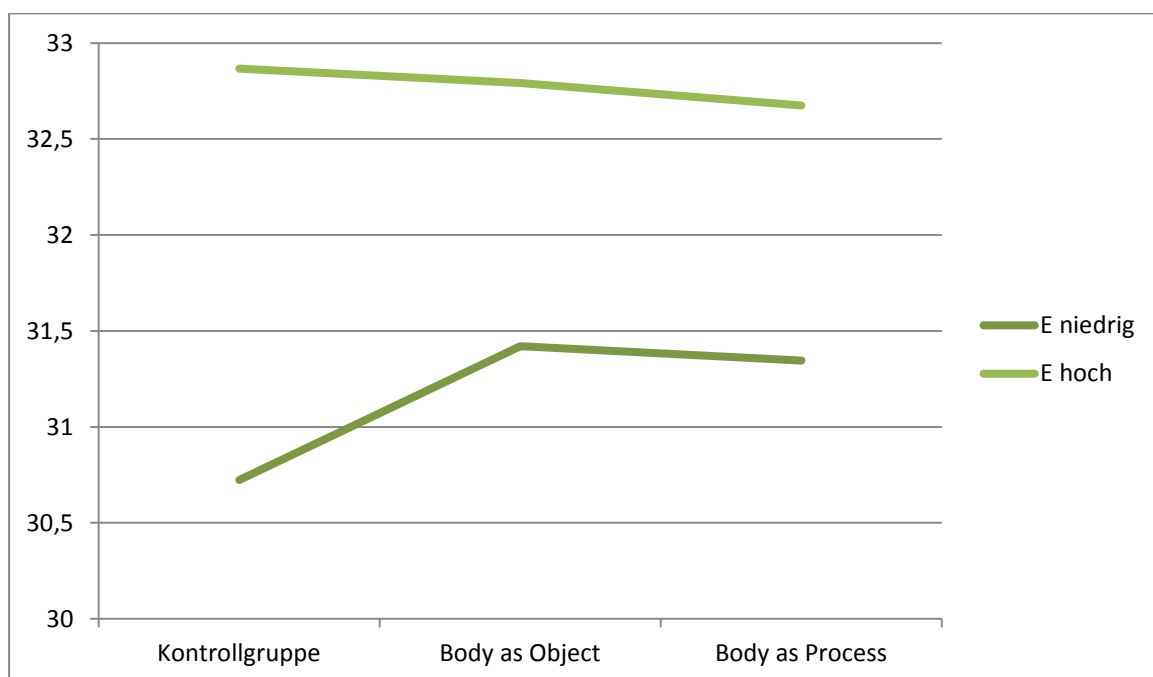


Abbildung 20: Mittelwerte der Variable Körperbewertung



**Tabelle 57: Ergebnis der zweifaktoriellen Varianzanalyse der Variable Körperbewertung mit den Faktoren Untersuchungsgruppe und Extraversion**

|                       | <b>df</b> | <b>F</b> | <b>p</b> |
|-----------------------|-----------|----------|----------|
| Modell                | 5         | 1,895    | 0,094    |
| Gruppe                | 2         | 0,114    | 0,892    |
| Extraversion          | 1         | 8,632    | 0,003**  |
| Gruppe * Extraversion | 2         | 0,238    | 0,788    |

\*\* Der Unterschied ist auf dem Niveau von .01 signifikant ( $p < .01$ )

Der Haupteffekt der Variable Extraversion ist hoch signifikant. Extravertierte Personen bewerten ihren Körper signifikant besser als introvertierte Personen ( $p = 0,003$ ).

Hypothese 7a wird daher angenommen.

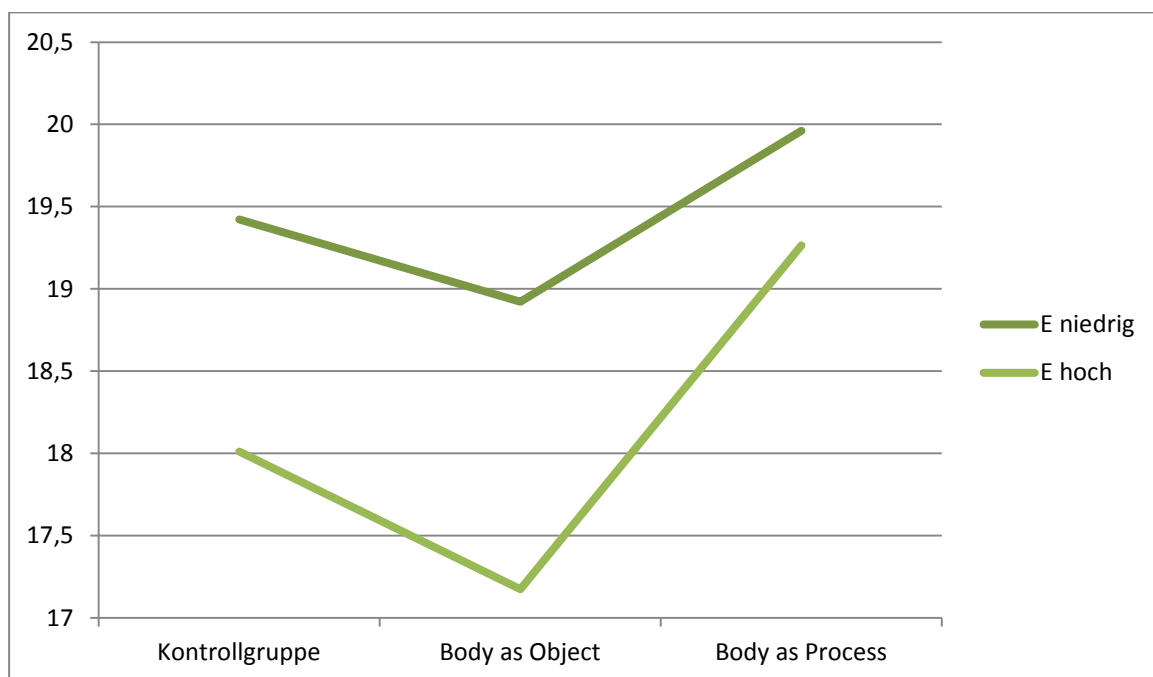
Der Haupteffekt der Variable Gruppe ( $p = 0,892$ ) und der Interaktionseffekt Gruppe\*Extraversion ( $p = 0,788$ ) sind nicht signifikant. Das bedeutet, dass sich die Gruppen nicht signifikant voneinander unterscheiden und die Variable Extraversion auf die drei Gruppen nicht signifikant unterschiedlich wirkt.

Um eine Moderation des Faktors Extraversion zu testen, wurde eine lineare Regression durchgeführt. Der Moderatoreffekt der Variable Extraversion ist nicht signifikant ( $p = 0,528$ ). Dies bedeutet, dass der Extraversionswert der Teilnehmer die Körperbewertung in den drei Untersuchungsgruppen nicht signifikant unterschiedlich beeinflusst.

*H7b) Teilnehmer mit niedrigem Extraversionswerten sind unzufriedener mit ihrer Muskulosität als Teilnehmer mit hohem Extraversionswert.*

**Tabelle 58: Mittelwerte und Standardabweichungen der Variable Muskelbewertung im Bezug auf die Variable Extraversion**

| Gruppe        | Extraversion | Mittelwert | Standardabweichung | N   |
|---------------|--------------|------------|--------------------|-----|
| <b>KG</b>     | Niedrig      | 19,422     | 6,795              | 83  |
|               | Hoch         | 18,011     | 7,355              | 90  |
|               | Gesamt       | 18,688     | 7,107              | 173 |
| <b>VG 1</b>   | Niedrig      | 18,921     | 7,350              | 76  |
|               | Hoch         | 17,174     | 7,302              | 86  |
|               | Gesamt       | 17,994     | 7,354              | 162 |
| <b>VG 2</b>   | Niedrig      | 19,962     | 7,922              | 78  |
|               | Hoch         | 19,265     | 8,320              | 83  |
|               | Gesamt       | 19,603     | 8,112              | 161 |
| <b>Gesamt</b> | Niedrig      | 19,439     | 7,339              | 237 |
|               | Hoch         | 18,135     | 7,678              | 259 |
|               | Gesamt       | 18,758     | 7,539              | 496 |



*Abbildung 21: Mittelwerte Muskelbewertung*

**Tabelle 59: Ergebnis der zweifaktoriellen Varianzanalyse der Variable Muskelbewertung mit den Faktoren Untersuchungsgruppe und Extraversion**

|                       | df | F     | p     |
|-----------------------|----|-------|-------|
| Modell                | 5  | 1,553 | 0,172 |
| Gruppe                | 2  | 1,759 | 0,173 |
| Extraversion          | 1  | 3,609 | 0,058 |
| Gruppe * Extraversion | 2  | 0,205 | 0,814 |

Der Haupteffekt der Variable Extraversion ist tendenziell signifikant. Introvertierte Personen sind tendenziell signifikant unzufriedener mit ihrer Muskulosität als extravertierte Personen ( $p = 0,058$ ).

Hypothese 7b wird daher verworfen.

Der Haupteffekt der Variable Gruppe ( $p = 0,173$ ) und der Interaktionseffekt Gruppe\*Extraversion ( $p = 0,814$ ) sind nicht signifikant. Die Gruppen unterscheiden sich daher nicht signifikant voneinander und die Variable Extraversion wirkt auf die drei Gruppen nicht signifikant unterschiedlich.

Um eine Moderation des Faktors Extraversion zu testen, wurde eine lineare Regression durchgeführt. Der Moderatoreffekt der Variable Extraversion ist nicht signifikant ( $p = 0,988$ ). Dies bedeutet, dass der Extraversionwert der Teilnehmer die Muskelbewertung in den drei Untersuchungsgruppen nicht signifikant unterschiedlich beeinflusst.

Hypothese 7b wird daher verworfen.

*H8a) Teilnehmer mit hohem Verträglichkeitswert sind zufriedener mit ihrem Körper als Teilnehmer mit niedrigem Verträglichkeitswert.*

**Tabelle 60: Mittelwerte und Standardabweichungen der Variable Körperbewertung im Bezug auf die Variable Verträglichkeit**

| Gruppe | Verträglichkeit | Mittelwert | Standardabweichung | N   |
|--------|-----------------|------------|--------------------|-----|
| KG     | Niedrig         | 30,841     | 6,920              | 88  |
|        | Hoch            | 32,871     | 5,466              | 85  |
|        | Gesamt          | 31,838     | 6,312              | 173 |

|               |         |        |       |     |
|---------------|---------|--------|-------|-----|
| <b>VG 1</b>   | Niedrig | 31,455 | 6,494 | 77  |
|               | Hoch    | 32,777 | 5,313 | 85  |
|               | Gesamt  | 32,148 | 5,922 | 162 |
| <b>VG 2</b>   | Niedrig | 31,806 | 5,916 | 72  |
|               | Hoch    | 32,214 | 6,423 | 89  |
|               | Gesamt  | 32,031 | 6,186 | 161 |
| <b>Gesamt</b> | Niedrig | 31,333 | 6,475 | 237 |
|               | Hoch    | 32,614 | 5,751 | 259 |
|               | Gesamt  | 32,002 | 6,135 | 496 |

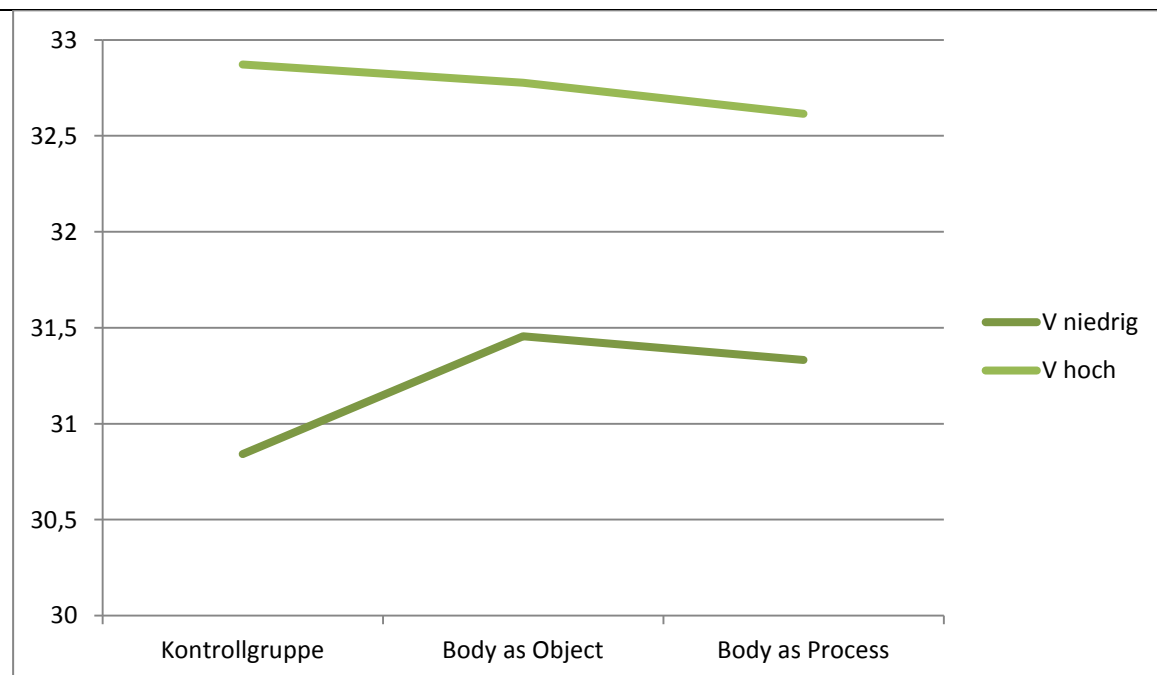


Abbildung 22: Mittelwerte der Variable Körperbewertung

**Tabelle 61: Ergebnis der zweifaktoriellen Varianzanalyse der Variable Körperbewertung mit den Faktoren Untersuchungsgruppe und Verträglichkeit**

|                          | <b>df</b> | <b>F</b> | <b>p</b> |
|--------------------------|-----------|----------|----------|
| Modell                   | 5         | 1,406    | 0,220    |
| Gruppe                   | 2         | 0,076    | 0,927    |
| Verträglichkeit          | 1         | 5,165    | 0,023*   |
| Gruppe * Verträglichkeit | 2         | 0,729    | 0,483    |

\* Der Unterschied ist auf dem Niveau von .05 signifikant ( $p < .05$ )

Der Haupteffekt der Variable Verträglichkeit ist signifikant. Personen mit hohem Verträglichkeitswert bewerten ihren Körper signifikant besser als Personen mit niedrigem Verträglichkeitswert ( $p = 0,023$ ).

Hypothese 8a wird daher angenommen.

Sowohl der Haupteffekt der Variable Gruppe ( $p = 0,927$ ) als auch der Interaktionseffekt Gruppe\*Verträglichkeit ( $p = 0,483$ ) sind nicht signifikant. Das bedeutet, dass sich die Gruppen nicht signifikant voneinander unterscheiden und die Variable Verträglichkeit auf die drei Gruppen nicht signifikant unterschiedlich wirkt.

Um eine Moderation des Faktors Verträglichkeit zu testen, wurde eine lineare Regression durchgeführt. Der Moderatoreffekt der Variable Verträglichkeit ist nicht signifikant ( $p = 0,526$ ). Dies bedeutet, dass der Verträglichkeitswert der Teilnehmer die Körperbewertung in den drei Untersuchungsgruppen nicht signifikant unterschiedlich beeinflusst.

*H8b) Teilnehmer mit niedrigem Verträglichkeitswert sind unzufriedener mit ihrer Muskulosität als Teilnehmer mit hohem Verträglichkeitswert.*

**Tabelle 62: Mittelwerte und Standardabweichungen der Variable Muskelbewertung im Bezug auf die Variable Verträglichkeit**

| Gruppe        | Verträglichkeit | Mittelwert | Standardabweichung | N   |
|---------------|-----------------|------------|--------------------|-----|
| <b>KG</b>     | Niedrig         | 19,523     | 7,214              | 88  |
|               | Hoch            | 17,824     | 6,930              | 85  |
|               | Gesamt          | 18,688     | 7,107              | 173 |
| <b>VG 1</b>   | Niedrig         | 17,740     | 7,241              | 77  |
|               | Hoch            | 18,224     | 7,490              | 85  |
|               | Gesamt          | 17,994     | 7,354              | 162 |
| <b>VG 2</b>   | Niedrig         | 20,542     | 8,719              | 72  |
|               | Hoch            | 18,843     | 7,550              | 89  |
|               | Gesamt          | 19,603     | 8,112              | 161 |
| <b>Gesamt</b> | Niedrig         | 19,253     | 7,760              | 237 |
|               | Hoch            | 18,305     | 7,316              | 259 |
|               | Gesamt          | 18,758     | 7,539              | 496 |

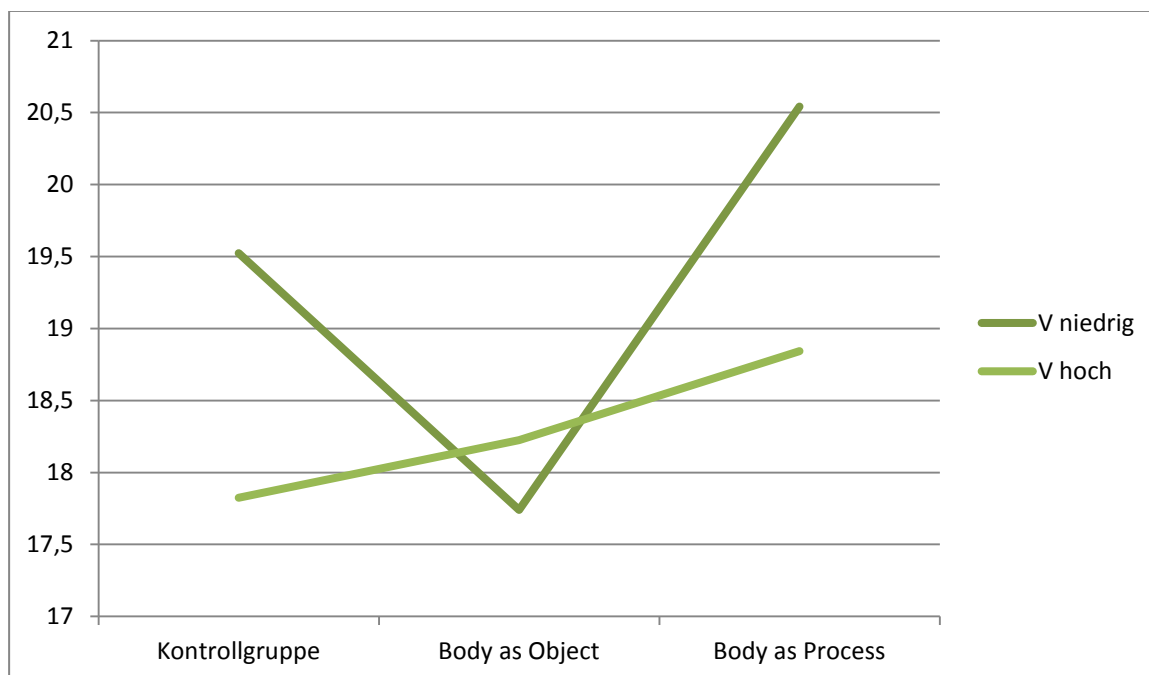


Abbildung 23: Mittelwerte der Variable Muskelbewertung

**Tabelle 63: Ergebnis der zweifaktoriellen Varianzanalyse der Variable Muskelbewertung mit den Faktoren Untersuchungsgruppe und Verträglichkeit**

|                          | df | F     | p     |
|--------------------------|----|-------|-------|
| Modell                   | 5  | 1,627 | 0,151 |
| Gruppe                   | 2  | 2,102 | 0,123 |
| Verträglichkeit          | 1  | 2,061 | 0,152 |
| Gruppe * Verträglichkeit | 2  | 1,146 | 0,319 |

Der Haupteffekt der Variable Verträglichkeit ist nicht signifikant ( $p = 0,152$ ). Personen mit hohem und niedrigem Verträglichkeitswert unterscheiden sich nicht signifikant bezüglich der Unzufriedenheit mit ihrer Muskulosität.

Hypothese 8b wird daher verworfen.

Auch der Haupteffekt der Variable Gruppe ( $p = 0,123$ ) und der Interaktionseffekt Gruppe\*Verträglichkeit ( $p = 0,319$ ) sind nicht signifikant. Die Gruppen unterscheiden sich nicht signifikant voneinander und die Variable Verträglichkeit wirkt auf die drei Gruppen nicht signifikant unterschiedlich.

Um eine Moderation des Faktors Verträglichkeit zu testen, wurde eine lineare Regression durchgeführt. Der Moderatoreffekt der Variable Verträglichkeit ist nicht signifikant ( $p =$

0,618). Dies bedeutet, dass der Verträglichkeitswert der Teilnehmer die Muskelbewertung in den drei Untersuchungsgruppen nicht signifikant unterschiedlich beeinflusst.

*H9a1) Das Betrachten idealisierter Männerkörper bewirkt bei Teilnehmern mit niedrigem Neurotizismuswert eine höhere Körperzufriedenheit.*

*H9a2) Teilnehmer mit niedrigem Neurotizismuswert sind zufriedener mit ihrem Körper als Teilnehmer mit hohem Neurotizismuswert.*

**Tabelle 64: Mittelwerte und Standardabweichungen der Variable Körperbewertung im Bezug auf die Variable Neurotizismus**

| <b>Gruppe</b> | <b>Neurotizismus</b> | <b>Mittelwert</b> | <b>Standardabweichung</b> | <b>N</b> |
|---------------|----------------------|-------------------|---------------------------|----------|
| <b>KG</b>     | Niedrig              | 32,884            | 6,188                     | 86       |
|               | Hoch                 | 30,805            | 6,298                     | 87       |
|               | Gesamt               | 31,838            | 6,312                     | 173      |
| <b>VG 1</b>   | Niedrig              | 34,012            | 5,756                     | 83       |
|               | Hoch                 | 30,190            | 5,475                     | 79       |
|               | Gesamt               | 32,148            | 5,922                     | 162      |
| <b>VG 2</b>   | Niedrig              | 32,894            | 6,311                     | 85       |
|               | Hoch                 | 31,066            | 5,936                     | 76       |
|               | Gesamt               | 32,031            | 6,186                     | 161      |
| <b>Gesamt</b> | Niedrig              | 33,256            | 6,092                     | 254      |
|               | Hoch                 | 30,686            | 5,912                     | 242      |
|               | Gesamt               | 32,002            | 6,135                     | 496      |

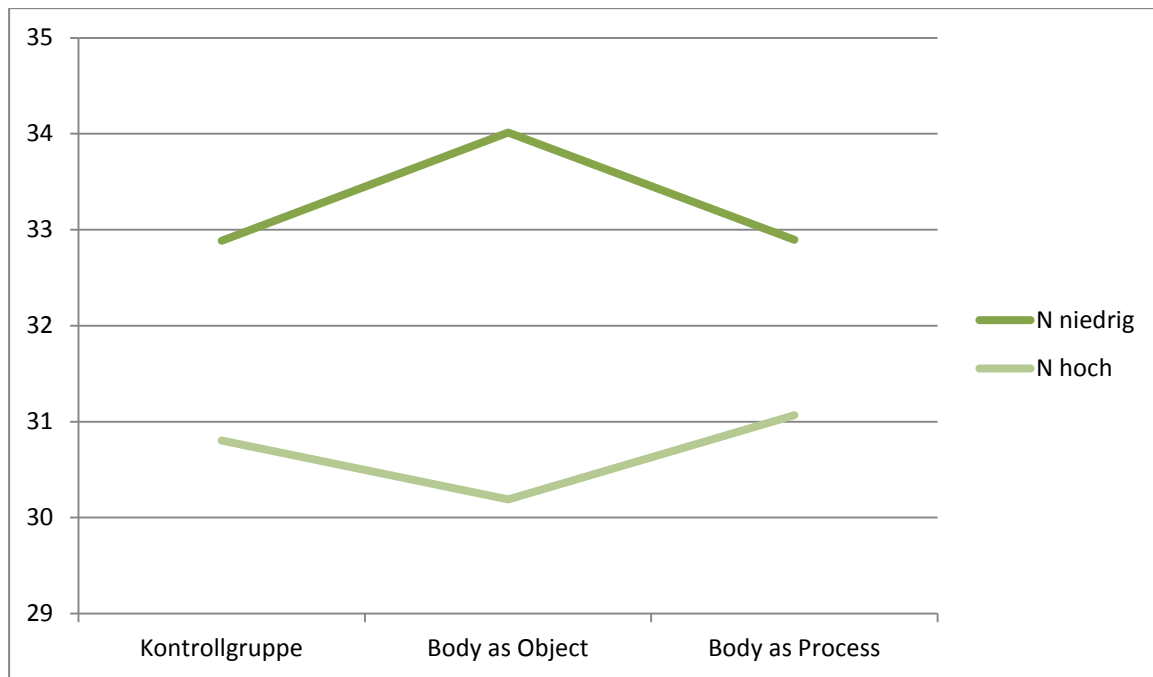


Abbildung 24: Mittelwerte der Variable Körperbewertung

**Tabelle 65: Ergebnis der zweifaktoriellen Varianzanalyse der Variable Körperbewertung mit den Faktoren Untersuchungsgruppe und Neurotizismus**

|                        | df | F      | p      |
|------------------------|----|--------|--------|
| Modell                 | 5  | 5,09   | 0,000* |
| Gruppe                 | 2  | 0,077  | 0,926  |
| Neurotizismus          | 1  | 22,722 | ,000** |
| Gruppe * Neurotizismus | 2  | 1,327  | 0,266  |

\*\* Der Unterschied ist auf dem Niveau von .01 signifikant ( $p < .01$ )

Der Haupteffekt der Variable Neurotizismus ist hoch signifikant. Personen mit niedrigem Neurotizismuswert bewerten ihren Körper signifikant besser als Personen mit hohem Neurotizismuswert ( $p = 0,000$ ).

Hypothese 9a2 wird daher angenommen.

Der Haupteffekt der Variable Gruppe ( $p = 0,926$ ) und auch der Interaktionseffekt der beiden Variablen sind nicht signifikant ( $p = 0,266$ ). Die Gruppen unterscheiden sich daher nicht signifikant voneinander und die Variable Neurotizismus wirkt auf die drei Gruppen nicht signifikant unterschiedlich.

Um eine Moderation des Faktors Neurotizismus zu testen, wurde eine lineare Regression durchgeführt. Der Moderatoreffekt der Variable Neurotizismus ist nicht signifikant ( $p =$



0,907). Dies bedeutet, dass der Neurotizismuswert der Teilnehmer die Körperbewertung in den drei Untersuchungsgruppen nicht signifikant unterschiedlich beeinflusst.

Hypothese 9a1 wird daher verworfen.

*H9b1) Das Betrachten idealisierter Männerkörpern bewirkt bei Teilnehmern mit hohem Neurotizismuswert eine höhere Muskelunzufriedenheit.*

*H9b2) Teilnehmer mit hohem Neurotizismuswert sind unzufriedener mit ihrer Muskulosität als Teilnehmer mit niedrigem Neurotizismuswert.*

**Tabelle 66: Mittelwerte und Standardabweichungen der Variable Muskelbewertung im Bezug auf die Variable Neurotizismus**

| <b>Gruppe</b> | <b>Neurotizismus</b> | <b>Mittelwert</b> | <b>Standardabweichung</b> | <b>N</b> |
|---------------|----------------------|-------------------|---------------------------|----------|
| <b>KG</b>     | Niedrig              | 17,872            | 7,342                     | 86       |
|               | Hoch                 | 19,494            | 6,813                     | 87       |
|               | Gesamt               | 18,688            | 7,107                     | 173      |
| <b>VG 1</b>   | Niedrig              | 16,253            | 6,986                     | 83       |
|               | Hoch                 | 19,823            | 7,329                     | 79       |
|               | Gesamt               | 17,994            | 7,354                     | 162      |
| <b>VG 2</b>   | Niedrig              | 17,235            | 6,885                     | 85       |
|               | Hoch                 | 22,250            | 8,593                     | 76       |
|               | Gesamt               | 19,603            | 8,112                     | 161      |
| <b>Gesamt</b> | Niedrig              | 17,130            | 7,079                     | 254      |
|               | Hoch                 | 20,467            | 7,642                     | 242      |
|               | Gesamt               | 18,758            | 7,539                     | 496      |

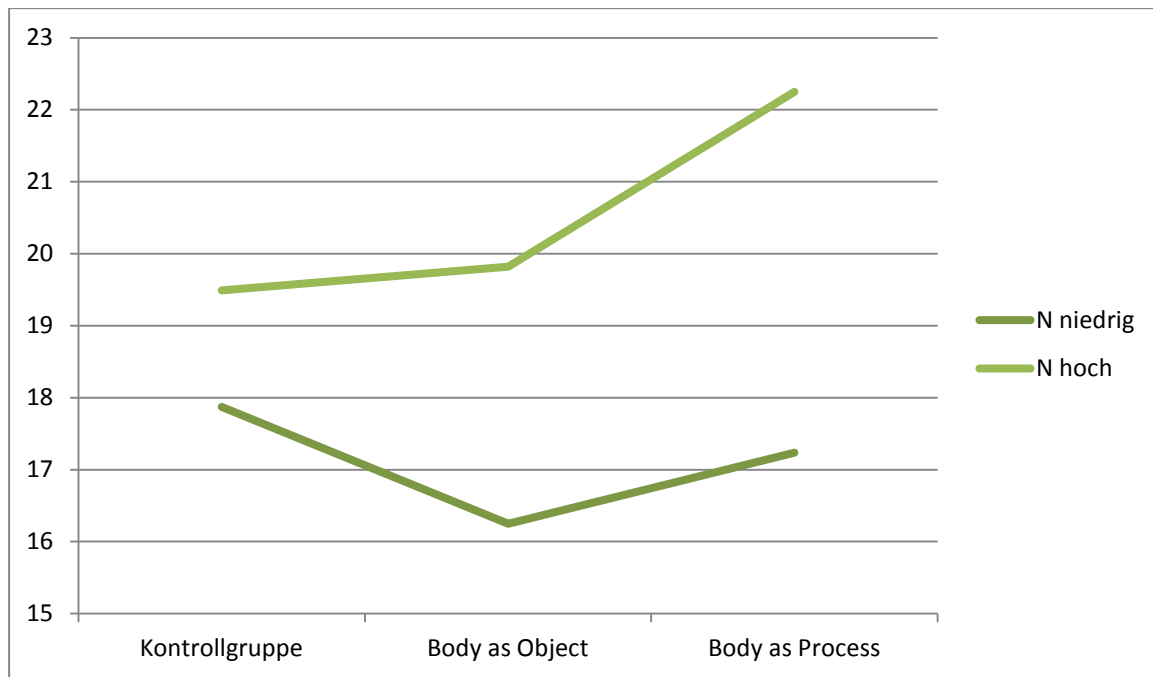


Abbildung 25: Mittelwerte der Variable Muskelbewertung

**Tabelle 67: Ergebnis der zweifaktoriellen Varianzanalyse der Variable Muskelbewertung mit den Faktoren Untersuchungsgruppe und Neurotizismus**

|                        | df | F      | p       |
|------------------------|----|--------|---------|
| Modell                 | 5  | 6,894  | 0,000** |
| Gruppe                 | 2  | 2,227  | 0,109   |
| Neurotizismus          | 1  | 26,695 | 0,000** |
| Gruppe * Neurotizismus | 2  | 2,258  | 0,106   |

\*\* Der Unterschied ist auf dem Niveau von .01 signifikant ( $p < .01$ )

Der Haupteffekt der Variable Neurotizismus ist hoch signifikant. Personen mit hohem Neurotizismuswert sind signifikant unzufriedener mit ihrer Muskulosität als Personen mit niedrigem Neurotizismuswert ( $p = 0,000$ ).

Hypothese 9b2 wird daher angenommen.

Sowohl der Haupteffekt der Variable Gruppe ( $p = 0,109$ ) als auch der Interaktionseffekt Gruppe\*Neurotizismus ( $p = 0,106$ ) sind nicht signifikant. Dies bedeutet, dass sich die Gruppen nicht signifikant voneinander unterscheiden und die Variable Neurotizismus auf die drei Gruppen nicht signifikant unterschiedlich wirkt.

Um eine Moderation des Faktors Neurotizismus zu testen, wurde eine lineare Regression durchgeführt. Der Moderatoreffekt der Variable Neurotizismus ist nicht signifikant ( $p =$

0,664), was bedeutet, dass der Neurotizismuswert der Teilnehmer die Muskelbewertung in den drei Untersuchungsgruppen nicht signifikant unterschiedlich beeinflusst.

Hypothese 9b1 wird daher verworfen.

Abschließend wurde zwei multiple Regressionen mit den Prädiktoren „Big Five“ Persönlichkeitsfaktoren, Alter und Untersuchungsgruppe und den abhängigen Variablen Körper- und Muskelbewertung durchgeführt.

Um eine Integration der Variable Untersuchungsgruppe in die Regressionsanalyse zu ermöglichen, wurden die Dummy-Variablen „Body as Object“ und „Body as Process“ gebildet, deren Einfluss in der Regressionsanalyse mit der Kontrollgruppe verglichen wird.

**Tabelle 68: Modellzusammenfassung der multiplen Regression mit der abhängigen Variable Körperbewertung**

| Modell | R     | R <sup>2</sup> | korrr. R <sup>2</sup> | Standardfehler |
|--------|-------|----------------|-----------------------|----------------|
| 1      | 0,344 | 0,118          | 0,104                 | 5,81           |

**Tabelle 69: Koeffizienten der multiplen Regressionsanalyse der Variable Körperbewertung**

| Modell             | B      | Standardfehler | β      | T      | p       |
|--------------------|--------|----------------|--------|--------|---------|
| Konstante          | 22,458 | 2,642          |        | 8,462  | 0,000** |
| Offenheit          | 0,137  | 0,074          | 0,081  | 1,855  | 0,064   |
| Gewissenhaftigkeit | 0,499  | 0,101          | 0,227  | 4,935  | 0,000** |
| Extraversion       | 0,112  | 0,083          | 0,064  | 1,359  | 0,175   |
| Verträglichkeit    | 0,168  | 0,085          | 0,086  | 1,980  | 0,048*  |
| Neurotizismus      | -0,216 | 0,084          | -0,119 | -2,585 | 0,01**  |
| Alter              | -0,037 | 0,029          | -0,058 | -1,309 | 0,191   |
| Body as Object     | 0,128  | 0,636          | 0,010  | 0,202  | 0,840   |
| Body as Process    | 0,137  | 0,638          | 0,01   | 0,215  | 0,830   |

\*Der Unterschied ist auf dem Niveau von .05 signifikant ( $p < .05$ )

\*\* Der Unterschied ist auf dem Niveau von .01 signifikant ( $p < .01$ )

Dieses Regressionsmodell erklärt 11,8% der Varianz der Variable Körperbewertung. Die Variablen Verträglichkeit, Neurotizismus, und Gewissenhaftigkeit stellen signifikante Prädiktoren der Variable Körperbewertung dar und die Variable Offenheit weist eine tendenzielle Signifikanz auf. Je höher also der Verträglichkeitswert, der

Gewissenhaftigkeitswert und tendenziell der Offenheitswert und je niedriger der Neurotizismuswert der Teilnehmer ist, desto besser bewerten sie ihren Körper.

**Tabelle 70: Modellzusammenfassung der multiplen Regression mit der abhängigen Variable Muskelbewertung**

| Modell | R     | R <sup>2</sup> | korr. R <sup>2</sup> | Standardfehler |
|--------|-------|----------------|----------------------|----------------|
| 1      | 0,406 | 0,165          | 0,151                | 6,945          |

**Tabelle 71: Koeffizienten der multiplen Regressionsanalyse der Variable Muskelbewertung**

| Modell             | B      | Standardfehler | $\beta$ | T      | p       |
|--------------------|--------|----------------|---------|--------|---------|
| Konstante          | 29,567 | 3,159          |         | 9,360  | 0,000** |
| Offenheit          | -0,068 | 0,088          | -0,042  | -0,976 | 0,329   |
| Gewissenhaftigkeit | -0,314 | 0,121          | -0,117  | -2,601 | 0,010** |
| Extraversion       | -0,123 | 0,099          | -0,057  | -1,251 | 0,212   |
| Verträglichkeit    | -0,151 | 0,102          | -0,063  | -1,486 | 0,138   |
| Neurotizismus      | 0,388  | 0,100          | 0,173   | 3,882  | 0,000** |
| Alter              | -0,209 | 0,034          | -0,264  | -6,140 | 0,000** |
| Body as Object     | -0,389 | 0,760          | -0,024  | -0,512 | 0,609   |
| Body as Process    | 0,932  | 0,763          | 0,058   | 1,223  | 0,222   |

\*\* Der Unterschied ist auf dem Niveau von .01 signifikant ( $p < .01$ )

Dieses Regressionsmodell erklärt 16,5% der Varianz der Variable Muskelbewertung. Die Variablen Gewissenhaftigkeit, Neurotizismus und Alter stellen signifikante Prädiktoren der Variable Muskelbewertung dar. Je höher also der Gewissenhaftigkeitswert und das Alter der Teilnehmer ist und je niedriger der Neurotizismuswert, desto geringer ist die Unzufriedenheit der Teilnehmer mit ihrer Muskulosität.

#### 10.3.4. EXPLORATIVE ERGEBNISSE

Abschließend werden noch Ergebnisse bezüglich Beziehungsstatus, BMI und Alter zusammengefasst. Zu diesen drei Variablen wurden keine Hypothesen formuliert. Die Ergebnisdarstellung dient daher keiner Hypothesenprüfung, stattdessen sollen die gewonnenen Daten vollständig analysiert werden.

#### 10.3.4.1. Beziehungsstatus

Die Variable Beziehungsstatus wurde in die zwei Gruppen „in einer Beziehung“ und „Single“ aufgeteilt, da nur ein Teilnehmer dieser Stichprobe angab, verwitwet zu sein und nur 13 Personen angaben, geschieden zu sein, und dies die Berechnungen erschwert hätte.

Alleinstehende Männer unterscheiden sich bezüglich ihrer Körperzufriedenheit nicht signifikant von Männern, die in einer Partnerschaft leben ( $p = 0,936$ ). Es konnte jedoch ein tendenziell signifikanter Interaktionseffekt zwischen Untersuchungsgruppen und Beziehungsstatus festgestellt werden ( $p = 0,051$ ). Männer, die in einer Partnerschaft leben, bewerten in der Kontrollgruppe und in der „Body as Object“ Gruppe ihren Körper besser als Singles. In der „Body as Process“ Gruppe ist jedoch Gegenteiliges der Fall. Hier bewerten Singles ihre Körper besser. Dieser Unterschied weist eine tendenzielle Signifikanz auf ( $p = 0,057$ ). In einer Beziehung lebende Männer aus der „Body as Object“ Gruppe bewerten außerdem ihren Körper signifikant besser als in einer Beziehung lebende Männer aus der „Body as Process“ Gruppe ( $p = 0,049$ ).

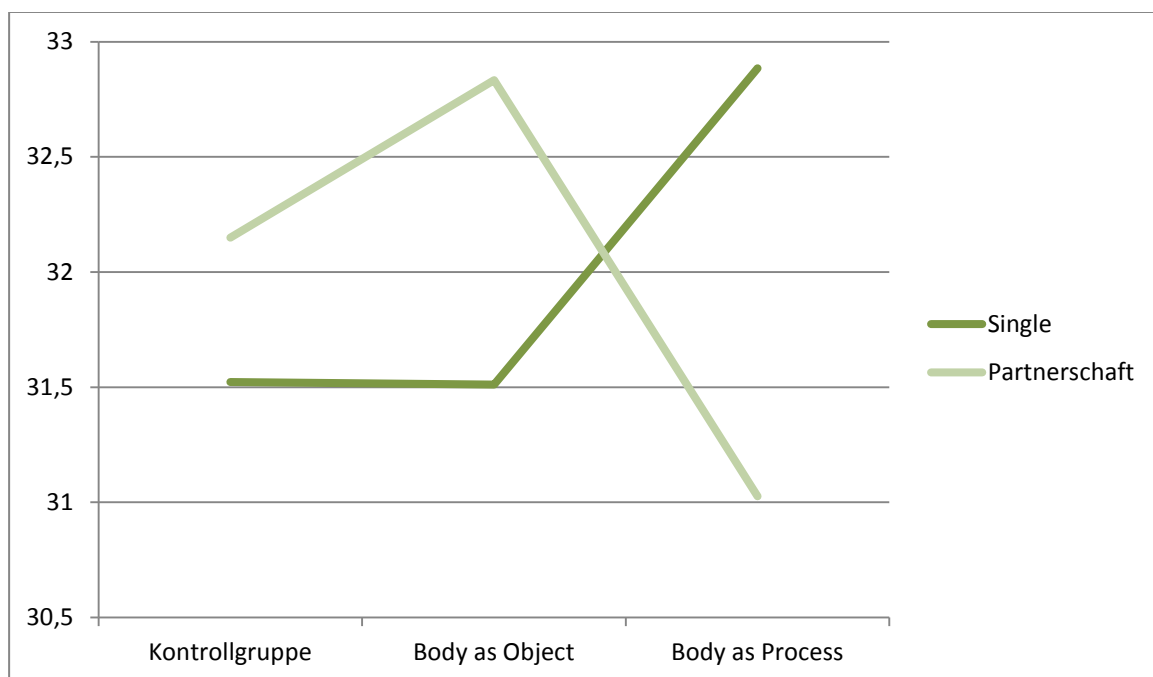


Abbildung 26: Mittelwerte der Variable Körperbewertung im Bezug auf Beziehungsstatus

Die Muskelunzufriedenheit betreffend konnte kein signifikanter Interaktionseffekt festgestellt werden ( $p = 0,298$ ). Abbildung 25 zeigt jedoch, dass auch bezüglich der Muskelunzufriedenheit der Teilnehmer ein ähnlicher Trend besteht. Alleinstehende Männer, sind in der Kontrollgruppe und der „Body as Object“ Gruppe unzufriedener mit ihrer Muskulosität als Männer, die in einer Partnerschaft leben. In der „Body as Process“ Gruppe

sind Männer, die in einer Partnerschaft leben, wenn auch nur knapp, unzufriedener mit ihrer Muskulosität als Singles. Vergebene Männer aus der „Body as Process“ Gruppe sind signifikant unzufriedener mit ihrer Muskulosität als vergebene Männer aus der „Body as Object“ Gruppe ( $p=0,027$ ).

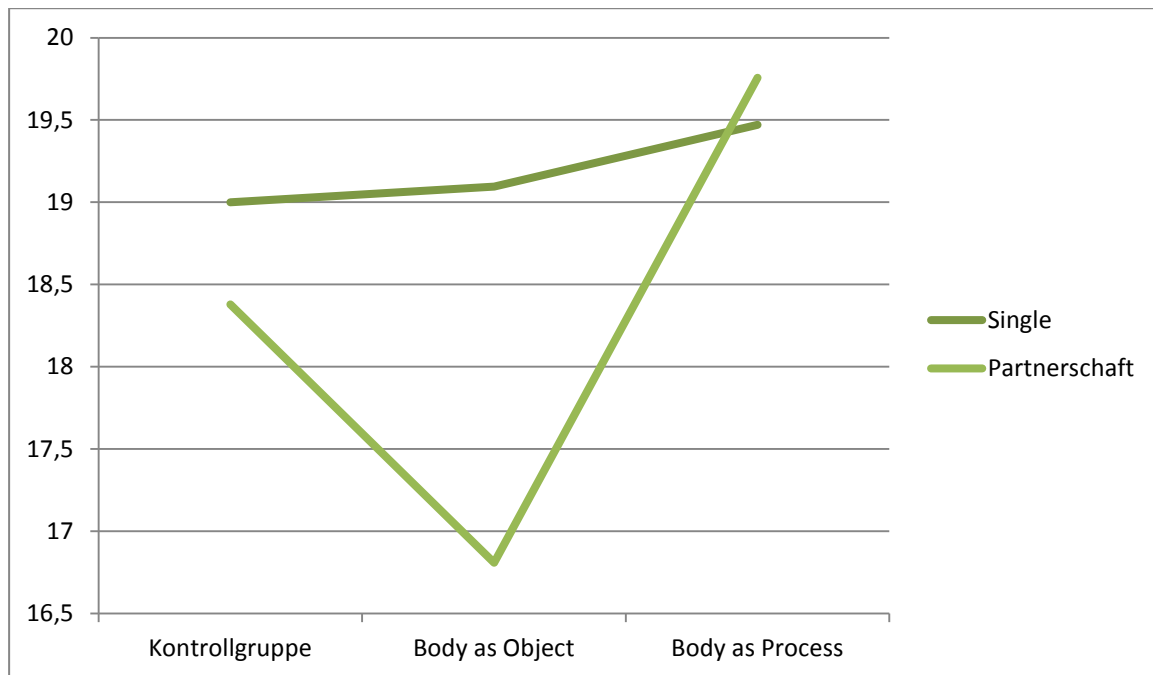


Abbildung 27: Mittelwerte der Variable Muskelbewertung im Bezug auf Beziehungsstatus

Singles weisen außerdem eine tendenziell signifikant höhere depressive Symptomatik ( $p=0,093$ ) und einen signifikant niedrigeren Selbstwert ( $p=0,009$ ) auf als Männer die in einer Partnerschaft leben.

#### 10.3.4.2. BMI

Für die Berechnungen den BMI betreffend wurden die Teilnehmer in drei Gruppen unterteilt (untergewichtig: BMI <20; normalgewichtig: BMI 20-25; übergewichtig: BMI: >25).

Unter-, normal- und übergewichtige Männer unterscheiden sich signifikant in ihrer Körperzufriedenheit ( $p=0,000$ ). Normalgewichtige Männer bewerten ihren Körper tendenziell signifikant besser als untergewichtige Männer ( $p=0,076$ ) und signifikant besser

als übergewichtige Männer ( $p=0,000$ ).

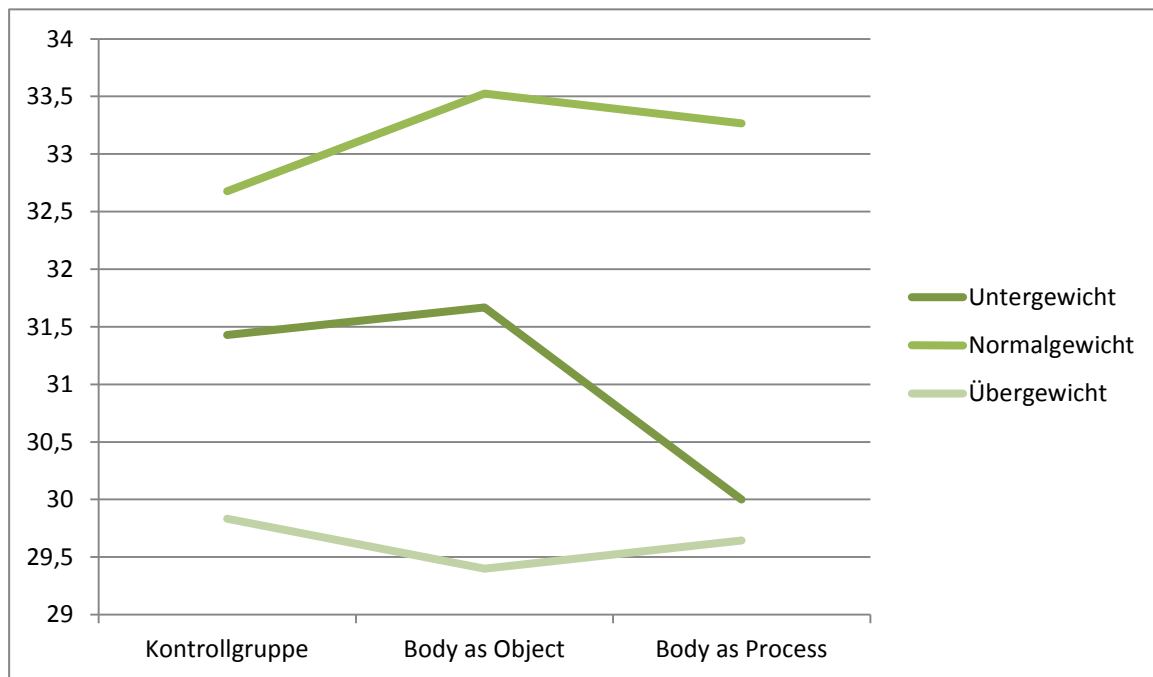


Abbildung 28: Mittelwerte der Variable Körperbewertung im Bezug auf BMI

Unter-, normal- und übergewichtige Männer unterscheiden sich signifikant bezüglich ihrer Muskelunzufriedenheit ( $p=0,005$ ). Untergewichtige Männer sind tendenziell signifikant unzufriedener mit ihrer Muskulosität als normalgewichtige Männer ( $p=0,069$ ) und signifikant unzufriedener als übergewichtige Männer ( $p=0,006$ ). Normalgewichtige Männer sind signifikant unzufriedener mit ihrer Muskulosität als übergewichtige Männer ( $p=0,01$ ).

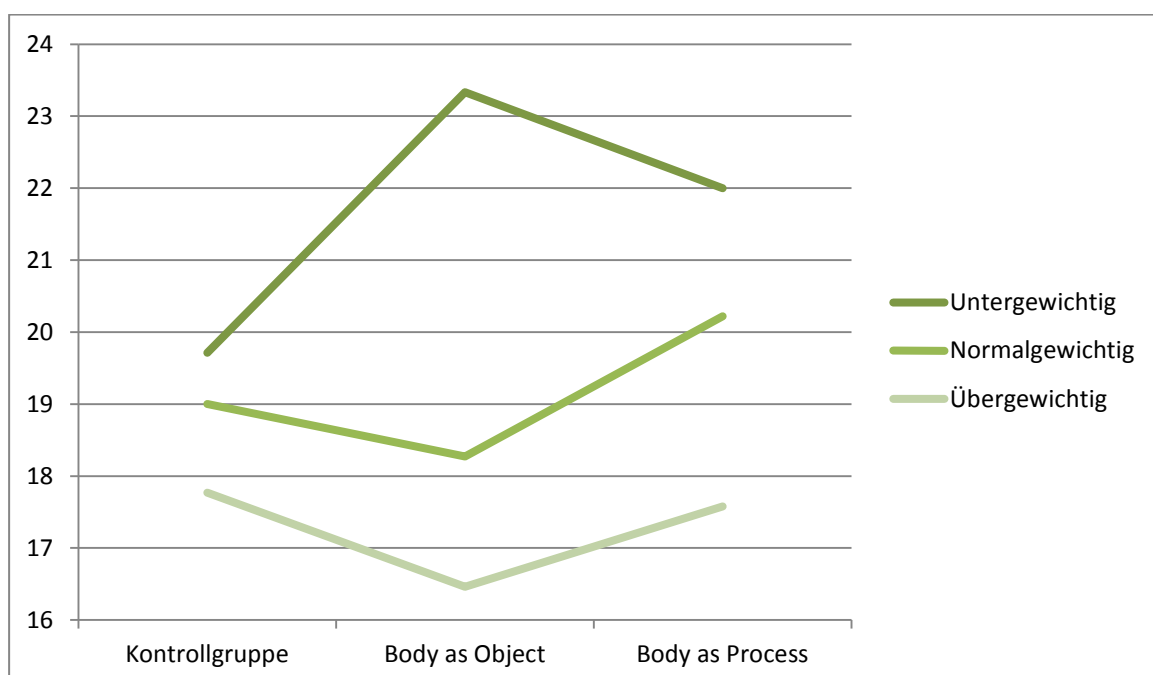


Abbildung 29: Mittelwerte der Variable Muskelbewertung im Bezug auf BMI

Bezüglich depressiver Symptomatik und Selbstwert konnten keine signifikanten Unterschiede erhoben werden.

#### 10.3.4.3. Alter

Wie bei der Variable BMI wurden die Teilnehmer auch bezüglich der Variable Alter gruppiert. Es wurden die Gruppen „bis 20 Jahre“, „21-30 Jahre“, „31-40 Jahre“ und „älter als 40 Jahre“ miteinander verglichen.

Männer der verschiedenen Altersgruppen unterscheiden sich nicht signifikant bezüglich ihrer Körperzufriedenheit.

Die Teilnehmer der verschiedenen Altersgruppen unterscheiden sich jedoch signifikant bezüglich ihrer Muskelunzufriedenheit ( $p = 0,000$ ). Teilnehmer mit einem Alter von bis zu 20 Jahren sind signifikant unzufriedener mit ihrer Muskulosität als Teilnehmer aller anderen Alterskategorien ( $p = 0,000$ ). Teilnehmer ab 42 Jahren sind signifikant zufriedener mit ihrer Muskulosität als 31-40-Jährige ( $p = 0,019$ ), als 21-30-Jährige ( $p = 0,000$ ) und als Männer bis 20 Jahre ( $p = 0,000$ ).

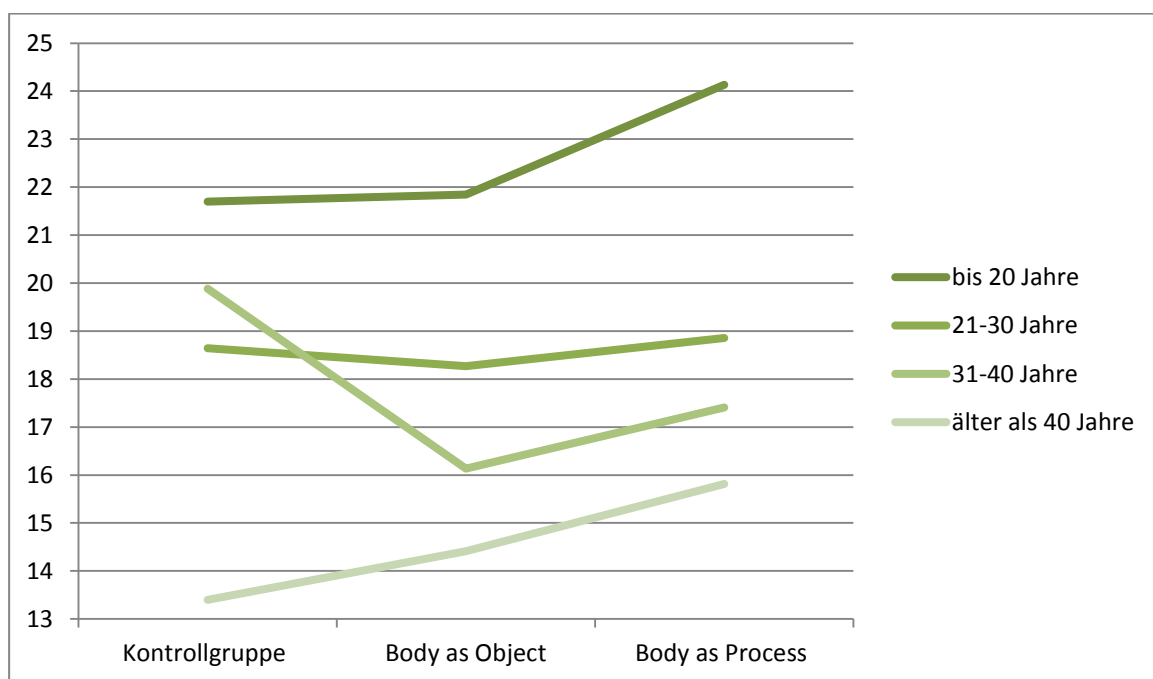


Abbildung 30: Mittelwerte der Variable Muskelbewertung im Bezug auf Alter

Bezüglich der Variablen depressive Symptomatik und Selbstwert wurden keine signifikanten Unterschiede im Bezug auf das Alter der Teilnehmer festgestellt.



## 10.4. ZUSAMMENFASSUNG DER ERGEBNISSE

### Effekt der Betrachtung idealisierter Männerkörper

Die erste Zielsetzung dieser Studie war die Untersuchung der Wirkweise idealisierter Männerkörper in den Medien auf männliche Betrachter. Diese wurde mithilfe der Hypothesen 1a, 2a, 3a und 4a untersucht. Es wurden Teilnehmer der „Body as Object“ und der „Body as Process“ Gruppe mit Teilnehmern der Kontrollgruppe verglichen, da beide Versuchsgruppen Bilder idealisierter Männerkörper bewerten mussten. Es konnten jedoch bezüglich keiner der vier Variablen (Körperbewertung, Muskelbewertung, depressive Symptomatik und Selbstwert) signifikante Unterschiede erhoben werden. Dies bedeutet, dass der Anblick idealisierter Männerkörper in dieser Studie keinen signifikant negativen Effekt auf die Betrachter hat.

### Körperkonzeptualisierung

Die zweite Zielsetzung der Studie war die Untersuchung des Effekts der Körperkonzeptualisierung, die mithilfe der Hypothesen 1b, 2b, 3b und 4b geprüft wurde. Dazu wurden Versuchsgruppe 1 („Body as Object“) und Versuchsgruppe 2 („Body as Process“) miteinander verglichen.

Bezüglich der Variablen Körperbewertung und Selbstwert konnten keine signifikanten Unterschiede zwischen den beiden Versuchsgruppen erhoben werden.

Entgegen der Hypothese stellte sich heraus, dass Teilnehmer der „Body as Process“ Gruppe ihre Muskulosität signifikant schlechter bewerteten als Teilnehmer der „Body as Object“ Gruppe. Selbiges war bei der Variable depressive Symptomatik der Fall. Auch hier wurde im Gegensatz zur erwarteten Richtung erhoben, dass Teilnehmer der „Body as Object“ Gruppe eine signifikant niedrigere depressive Symptomatik aufwiesen als Teilnehmer der „Body as Process“ Gruppe.

### Big 5 Persönlichkeitsfaktoren

Zuletzt sollte untersucht werden, ob die Big Five Persönlichkeitsfaktoren den Effekt der Betrachtung idealisierter Körper in den Medien beeinflussen und ob sich Menschen mit hohen und niedrigen Ausprägungen der Big Five Persönlichkeitsfaktoren bezüglich ihrer Körper- und Muskelbewertung unterscheiden. Es wurde erhoben, dass keiner der Persönlichkeitsfaktoren den Effekt der Betrachtung idealisierter Körper in den Medien moderierte. Das bedeutet, dass die Big Five Persönlichkeitsfaktoren die Körper- bzw.

Muskelbewertung in den drei Untersuchungsgruppen nicht signifikant unterschiedlich beeinflussen.

Es konnte jedoch erhoben werden, dass sich Teilnehmer mit hoher bzw. niedriger Ausprägung in den Big Five Persönlichkeitsfaktoren in ihrer Körper- bzw. Muskelbewertung unterschieden.

So bewerteten Teilnehmer mit hohem Offenheitswert, hohem Gewissenhaftigkeitswert, hohem Extraversionswert und hohem Verträglichkeitswert ihren Körper signifikant besser als Teilnehmer mit niedriger Ausprägung in diesen Persönlichkeitsfaktoren. Teilnehmer mit niedrigem Neurotizismuswert bewerteten ihren Körper signifikant besser als Teilnehmer mit hohem Neurotizismuswert.

Teilnehmer mit niedrigem Offenheitswert und niedrigem Extraversionswert bewerteten ihre Muskulosität tendenziell signifikant schlechter als Teilnehmer mit hoher Ausprägung in diesen Persönlichkeitsfaktoren. Teilnehmer mit niedrigen Gewissenhaftigkeitswerten bewerteten ihre Muskulosität signifikant schlechter als Teilnehmer mit hohen Gewissenhaftigkeitswerten und Teilnehmer mit hohen Neurotizismuswerten signifikant schlechter als Teilnehmer mit hohen Neurotizismuswerten.

### Explorative Ergebnisse

Zwischen der Variable Beziehungsstatus und den drei Untersuchungsgruppen konnte ein tendenziell signifikanter Interaktionseffekt erhoben werden. Alleinstehende Männer bewerteten ihren Körper in der Kontrollgruppe und der „Body as Object“ Gruppe schlechter als vergebene Männer, in der „Body as Process“ hingegen besser. Weiters bewerteten vergebene Männer aus der „Body as Object“ Gruppe ihre Körper und ihre Muskulosität signifikant besser als vergebene Männer aus der „Body as Process“ Gruppe. Alleinstehende Männer wiesen eine tendenziell signifikant höhere depressive Symptomatik und einen signifikant niedrigeren Selbstwert auf als vergebene Männer.

Untergewichtige Männer waren tendenziell signifikant unzufriedener mit ihrem Körper als normalgewichtige Männer, sie unterschieden sich jedoch nicht signifikant in ihrer Körperbewertung von übergewichtigen Männern. Übergewichtige Männer waren signifikant zufriedener mit ihrer Muskulosität als normalgewichtige und untergewichtige Männer. Normalgewichtige Männer waren tendenziell signifikant zufriedener mit ihrer Muskulosität als untergewichtige Männer.

Teilnehmer bis 20 Jahre bewerteten ihre Muskulosität signifikant schlechter als Teilnehmer aller anderen Alterskategorien und Teilnehmer ab 42 Jahren bewerteten ihre Muskulosität signifikant besser als Teilnehmer aller anderen Alterskategorien.

## **11. DISKUSSION**

### **11.1. INTERPRETATION**

Der vorliegenden Diplomarbeit lagen drei Hauptfragestellungen zugrunde. Zum Ersten wurde untersucht, ob sich die Betrachtung idealisierter Männerkörper in den Medien negativ auf den Selbstwert, die depressive Symptomatik und die Körper- und Muskelbewertung männlicher Betrachter auswirkt. Zum Zweiten wurde untersucht, ob die Art und Weise, wie die zu betrachtenden Männerkörper konzeptualisiert wurden, den Effekt beeinflusst, und zum Dritten, ob die Big Five Persönlichkeitsfaktoren diesen Effekt beeinflussen.

#### **11.1.1. HYPOTHESENBLOCK 1**

Die vier Hypothesen, die davon ausgingen, dass das Betrachten idealisierter Männerkörper einen negativen Effekt auf die Körperzufriedenheit, Muskelunzufriedenheit, die depressive Symptomatik und den Selbstwert der Teilnehmer hat, wurden allesamt verworfen.

Hypothesen 1a, die den Effekt der Betrachtung idealisierter Männerkörper auf die Körperbewertung der Teilnehmer thematisierte, konnte nicht bestätigt werden.

Männer, die idealisierter Männerkörper betrachteten, also Teilnehmer der „Body as Object“ und „Body as Process“ Gruppe, bewerteten ihren Körper nicht nur nicht signifikant schlechter als Männer aus der Kontrollgruppe, sie bewerteten ihre Körper sogar besser, wenn auch nicht signifikant.

Dieses Ergebnis steht im Widerspruch zu den Ergebnissen der Reviews von Barlett und Kollegen (2008) und Blond (2008). Die Autoren schlussfolgerten, dass das Betrachten idealisierter Männerkörper einen negativen Einfluss auf die Körperbewertung von Männern habe. Das Ergebnis des Reviews von Ferguson (2013), der resümierte, dass die Wirkung idealisierter Männerkörper auf männliche Konsumenten vernachlässigbar sei, wird hingegen unterstützt.

Hypothese 2a, die annahm, dass das Betrachten idealisierter Männerkörper eine schlechtere Muskelbewertung zur Folge hat, wurde verworfen. Teilnehmer der Versuchsgruppen und der Kontrollgruppe bewerteten ihre Muskulosität nahezu identisch. Auch dieses Ergebnis widerspricht den Ergebnissen der Reviews von Barlett und Kollegen (2008) und Blond

(2008). Im Review von Blond (2008) erhoben drei der vier Studien, die die Variable Muskelbewertung berücksichtigten, einen signifikant negativen Effekt der Betrachtung idealisierter Männerkörper. Auch die gut belegte Annahme, dass Muskulosität im Bezug auf das männliche Körperbild eine bedeutende Rolle spielt (siehe Kapitel 2.2.1) ließ ein anderes Ergebnis vermuten.

Eine mögliche Erklärung für die Ergebnisse bezüglich Körper- und Muskelbewertung könnte die geringe Anzahl der Stimulusbilder sein. Aus ökonomischen Gründen und aufgrund der Ergebnisse der Studie von Lorenzen und Kollegen (2004), die zeigen konnten, dass auch mit sechs Stimulusbilder ein signifikanter Effekt erzielt werden kann, wurden in dieser Studie ebenfalls nur sechs Stimulusbilder verwendet. Im Review von Blond (2008) enthielten jedoch die Studien, die einen signifikanten Effekt erhoben, zwischen 16 und 24 Stimulusbilder, die einzige Studie, die keinen signifikanten Effekt erhob (Johnson et al., 2007), enthielt nur fünf Stimulusbilder.

Eine weitere potentielle Erklärung für diese Ergebnisse könnte sein, dass die Körper der Männer zu muskulös waren. Einige Studienteilnehmer merkten dies an. Arbour und Martin Ginis erhoben in ihrer Studie, dass nur das Betrachten moderat muskulöser Männer Körperunzufriedenheit hervorrief, nicht aber das Betrachten hypermuskulöser Männer. Möglicherweise wurden die Stimulusbilder von den Teilnehmern als unrealistische Standards gesehen und daher nicht als Vergleichsobjekte in Betracht gezogen.

Bezüglich der Variable depressive Symptomatik (H3a) wiesen Teilnehmer der Kontrollgruppe leicht höhere Werte auf als Teilnehmer der Versuchsgruppen, dieser Unterschied war jedoch nicht signifikant. Dies widerspricht dem Ergebnis der Studie von Agliata und Tantleff-Dunn (2004), die einen signifikanten Effekt der Betrachtung idealisierter Männerkörper auf die depressive Symptomatik von Männern erhob. Die Autoren verwendeten in ihrer Studie jedoch 30-minütige Werbevideos. Diese lange Expositionsdauer könnte eine mögliche Erklärung für die unterschiedlichen Ergebnisse sein. Gegen diese Hypothese spricht jedoch, dass Barlett und Kollegen (2008) in ihrem Review erhoben, dass der verwendete Medientyp den Effekt der Betrachtung idealisierter Männerkörper nicht beeinflusst.

Das Ergebnis dieser Studie steht im Einklang mit den Ergebnissen der Studien von Mulgrew und Volveviski-Kostas (2012) und Humphreys und Paxton (2004), die keinen signifikanten

Einfluss idealisierter Medienbilder auf die depressive Symptomatik der Konsumenten erhoben.

Da ein starker Zusammenhang zwischen Körperbewertung bzw. Muskelbewertung und Selbstwert schon häufig erhoben wurde (u.a. Cafri et al., 2005; van den Berg et al., 2007; Olivardia et al., 2004), wurde angenommen, dass das Betrachten idealisierter Körper auch den Selbstwert der Konsumenten negativ beeinflusst (H4a). Es konnten jedoch kein signifikanter Unterschied erhoben werden. Dieses Ergebnis widerspricht somit teilweise den Ergebnissen von Farquhar und Wasyliw (2007), die erhoben, dass Männer, die idealisierte Männerkörper betrachteten, einen signifikant geringeren Leistungsselbstwert aufwiesen als Teilnehmer der Kontrollgruppe. Den sozialen Selbstwert und den, für diese Studie besonders relevanten, aussehensbezogenen Selbstwert betreffend konnten jedoch auch hier keine Unterschiede festgestellt werden. Die Ergebnisse des Reviews von Barlett und Kollegen (2008) und der Studie von Mulgrew und Volcevski-Kostas (2012) werden durch das Ergebnis dieser Studie wiederum unterstützt.

Dieses Ergebnis muss jedoch mit Vorsicht interpretiert werden, da in dieser Studie ein Verfahren zur Erhebung des „trait“-Selbstwerts verwendet wurde. Hier wird der Selbstwert also als eine zeitstabile Persönlichkeitseigenschaft erhoben. Der Großteil der Studien zu diesem Thema untersuchte jedoch den „state“-Selbstwert der Teilnehmer, der kurzzeitige Variationen sensibler registriert und daher geeigneter für die Erfassung des Effekts der Betrachtung idealisierter Medienbilder ist.

Zusammenfassend kann gesagt werden, dass die bisherige Forschung bezüglich der Auswirkung der Betrachtung idealisierter Männerkörper auf die depressive Symptomatik und den Selbstwert zu keinem eindeutigen Ergebnis kam. In dieser Studie konnte kein Effekt erhoben werden, was die Annahme unterstützt, dass die Betrachtung idealisierter Männerkörper keinen Einfluss auf die depressive Symptomatik und den Selbstwert der Betrachter hat.

Dieses Ergebnis könnte durch das „Tripartite Influence Model“ (Thompson et al., 1999) erklärt werden. Das Model besagt, dass das „global psychological functioning“, das auch den Selbstwert und die depressive Symptomatik miteinschließt, den Einfluss der Medien auf die Körperzufriedenheit mediert, aber keine Konsequenz der Betrachtung idealisierter Medienbilder darstellt. Ähnliches erhoben auch Riccardielli und McCabe (2001), in deren

Studie sich depressive Symptomatik und Selbstwert ebenfalls als mediierende Variablen herausstellten.

Eine mögliche Erklärung dafür, dass keine der Hypothesen bestätigt wurde, könnte sein, dass die Teilnehmer mit kognitiver Reaktanz auf die Stimulusbilder reagiert und sich daher bewusst gegen einen Vergleich ihrer Körper mit den muskulösen Vorbilder entschieden haben. Die Theorie der psychologischen Reaktanz (Brehm & Brehm, 1981) geht davon aus, dass Botschaften, die darauf ausgerichtet sind wichtige Einstellungen zu ändern, als Bedrohung der eigenen Freiheit bzw. als Manipulation erlebt werden und dadurch Reaktanz hervorrufen.

Es könnte daher möglich sein, dass sich die Teilnehmer durch die Bilder und vor allem durch die zugehörigen Slogans in ihrer Freiheit eingeschränkt fühlten und dadurch defensiv reagierten. Um diese Annahme untermauern zu können, hätte jedoch die persönliche Bedeutung der eigenen Optik der Teilnehmer erhoben werden sollen.

### **11.1.2. HYPOTHESENBLOCK 2**

Hypothese 1b, die der Annahme unterlag, dass das Betrachten idealisierter Männerkörper in der „Body as Object“ Gruppe eine höhere Körperunzufriedenheit bewirke als in der „Body as Process“ Gruppe, wurde verworfen. Es konnte sogar ein gegenteiliger Trend beobachtet werden. Teilnehmer der „Body as Object“ Gruppe bewerteten ihren Körper besser als Teilnehmer der „Body as Process“ Gruppe, wenn auch nicht signifikant. Teilnehmer der „Body as Object“ Gruppe bewerteten ihre Muskulosität signifikant besser als Teilnehmer der „Body as Process“ Gruppe (H2b). Die depressive Symptomatik der „Body as Process“ Gruppe war überraschenderweise signifikant höher als die der „Body as Object“ Gruppe und auch der Selbstwert der „Body as Object“ Gruppe war wider Erwarten höher als der der „Body as Process“ Gruppe, wenn auch nicht signifikant.

Diese Ergebnisse widersprechen den Ergebnissen von Farquhar und Wasylkiw (2007), die den Effekt der Körperkonzeptualisierung bisher als Einzige untersuchten. In deren Studie wiesen Teilnehmer der „Body as Process“ Gruppe signifikant höhere Werte in jeder Selbstwertkategorie und eine signifikant niedrigere depressive Symptomatik auf als Teilnehmer der „Body as Object“ Gruppe.

Eine mögliche Erklärung für dieses Ergebnis könnte sein, dass in der vorliegenden Studie im Gegensatz zur Originalstudie die „Body as Process“ Bilder zwar nicht als körperlich und allgemein attraktiver, aber als signifikant muskulöser und männlicher bewertet wurden als die

„Body as Object“ Bilder. In der Originalstudie wurden hingegen die „Body as Object“ Bilder als signifikant muskulöser, körperlich attraktiver, männlicher und schlanker bewertet.

Da, wie in Kapitel 2.2.1. ausführlich erörtert wurde, die Muskulosität einen zentralen Stellenwert im Bezug auf die männliche Attraktivität einnimmt, kann dies natürlich die Ergebnisse beeinflusst haben. Es könnte daher möglich sein, dass nicht die Körperkonzeptualisierung die Unterschiede bewirkt hat, sondern allein die höhere Muskulosität und Männlichkeit der Models. Des Weiteren kann angenommen werden, dass die körperliche und allgemeine Attraktivität der Stimulusbilder eine weniger bedeutende Rolle spielen als Muskulosität. Diese Vermutung unterstützt auch Blond (2008), die erhob, dass Kontrollstimuli, die Bilder von attraktiven, aber nicht muskulösen Männern enthielten, keinen Einfluss auf die Körper- bzw. Muskelbewertung von Männern hatten.

Die Tatsache, dass die „Body as Process“ Bilder zwar als signifikant muskulöser, aber nicht als körperlich attraktiver bewertet wurden als die „Body as Object“ Bilder könnte auch erklären, wieso Teilnehmer der „Body as Process“ Gruppe ihre Muskulosität, nicht aber ihren Körper signifikant schlechter bewerteten als Teilnehmer der „Body as Object“ Gruppe.

Weiters ist es wichtig zu erwähnen, dass die Stimulusbilder der beiden Versuchsgruppen der Originalstudie von Farquhar und Wasylkiw (2007) eine sehr geringe Vergleichbarkeit aufwiesen. Teilnehmern der „Body as Object“ Gruppe wurden Bilder von nackten Körperteilen, wie zum Beispiel einem Bizeps, präsentiert, Teilnehmern der „Body as Process“ Gruppe Bilder von vollständig bekleideten Männern. Allein die Tatsache, dass Teilnehmer der „Body as Process“ Gruppe menschliche Gesichter betrachteten, die großteils sehr sympathisch und glücklich wirkten, und Teilnehmer der „Body as Object“ Gruppe nur Körperteile, die keine Emotionen transportieren können, ist eine potentielle Fehlerquelle. Es könnte möglich sein, dass bei Teilnehmer der „Body as Process“ Gruppe in der Originalstudie allein deswegen bessere Werte erhoben wurden, weil durch die positive Ausstrahlung der Models positive Emotionen bei den Betrachtern erzeugt wurden. In dieser Studie wurde bei der Auswahl der Bilder auf einen neutralen Gesichtsausdruck der Models geachtet, nur eines der zwölf Models lächelte.

Auch der Umstand, dass die Stimulusbilder der „Body as Process“ Gruppe alle bekleidet waren und die der „Body as Object“ Gruppe nicht, erschwert den Vergleich. Nur bei den Models der „Body as Object“ Gruppe wurde der Fokus auf die Körper der Models gelegt, nicht aber bei den „Body as Process“ Models, da deren Körper nur zu erraten waren. Auch diese Schwäche wurde in der vorliegenden Diplomarbeit verbessert. Hier wurden sowohl die

Models der „Body as Object“ als auch die der „Body as Process“ Gruppe mit nacktem Oberkörper präsentiert.

In dieser Studie wurden also potentielle Störfaktoren eliminiert und dadurch die Vergleichbarkeit stark erhöht. Daher ist es wahrscheinlicher, in dieser Studie den wahren Effekt der Körperkonzeptualisierung erhoben zu haben.

Die drei Untersuchungsgruppen unterscheiden sich signifikant bezüglich der Variable Bildung, dahingehend, dass die „Body as Object“ Gruppe signifikant höher gebildet ist als die beiden anderen Untersuchungsgruppen. Dies könnte bedeuten, dass höher gebildete Teilnehmer weniger stark von den Stimulusbildern beeinflusst wurden. Es zeigte sich jedoch, dass sich Teilnehmer mit und ohne Matura über alle Untersuchungsgruppen hinweg nicht bezüglich ihrer Muskelbewertung und depressiven Symptomatik unterschieden.

Das Durchschnittsalter dieser Stichprobe (27,55) ist deutlich höher als das Durchschnittsalter der Teilnehmer der Studie von Farquhar und Wasylkiw (12,5). Dies könnte ebenfalls als Erklärung für die unterschiedlichen Ergebnisse dienen. So konnten O’Dea und Caputi (2001) zeigen, dass 12,5-19-Jährige deutlich häufiger angaben, sich zu dünn zu fühlen und Gewicht zulegen zu wollen als 6-12,5-Jährige. Auch Ricciardelli und McCabe (2001) erhoben, dass zwölfjährige Schüler signifikant zufriedener mit ihrem Körper waren als 13-16-Jährige. Was darauf hinweisen könnte, dass die Wahrnehmung und das Bewusstsein des männlichen Körperideals erst ab einem Alter von zwölf bis dreizehn Jahren einsetzen. Dies könnte wiederum bedeuten, dass andere Faktoren, wie zum Beispiel die freundliche Ausstrahlung der „Body as Process“ Models und nicht sozialer Vergleich und daraus resultierende Körper- bzw. Muskelunzufriedenheit, für den in der Studie von Farquhar und Wasylkiw erhobenen, Effekt verantwortlich sind.

In dieser Studie wurde erhoben, dass Teilnehmer bis zu 20 Jahren signifikant unzufriedener mit ihrer Muskulosität waren, als Teilnehmer aller anderen Alterskategorien. Dieses Ergebnis wird auch durch die Studien von Lynch und Zellner (1999), Mellor und Kollegen (2010) und Murray und Lewis (2014) unterstützt. Diese Ergebnisse könnten darauf hinweisen, dass die männliche Körper- bzw. Muskelunzufriedenheit ihren Höhepunkt zwischen dem frühen Jungentalter und dem frühen Erwachsenenalter erreicht. Da 77% der Teilnehmer dieser Stichprobe zwischen 16 und 30 Jahre alt sind, könnte die Stichprobe dieser Studie repräsentativer für die Erhebung derjenigen Faktoren sein, die Körper- und Muskelunzufriedenheit beeinflussen.



Zusammenfassend kann gesagt werden, dass die Ergebnisse dieser Studie nicht im Einklang mit den Ergebnissen von Farquhar und Wasylkiw stehen (2007). Es konnten zwar ebenfalls signifikante Unterschiede zwischen der „Body as Object“ und der „Body as Process“ Gruppe festgestellt werden, jedoch nicht in erwarteter Richtung. Die Hypothese, dass die Art und Weise, wie ein Körper konzeptualisiert wird, den Effekt idealisierter Medienbilder auf den Betrachter beeinflusst, kann daher auch nicht verworfen werden. Es besteht zwar die Möglichkeit, dass die unterschiedlichen Bewertungen bezüglich Muskulosität und Männlichkeit die signifikanten Unterschiede hervorgerufen haben, dies bedürfte jedoch einer neuerlichen Untersuchung dieser Thematik.

### **11.1.3. HYPOTHESENBLOCK 3**

Der letzte Hypothesenblock behandelte den Einfluss der Big Five Persönlichkeitsfaktoren. Es konnte weder bezüglich Körper- noch bezüglich Muskelbewertung ein moderierender Effekt der Big Five Persönlichkeitsfaktoren Offenheit und Neurotizismus erhoben werden (H5a1, H5b1, H9a1, H9b1). Daher konnten die Ergebnisse der Studie von Roberts und Good (2010) bezüglich des moderierenden Effekts der Variablen Offenheit und Neurotizismus nicht bestätigt werden. Hierbei muss jedoch einerseits beachtet werden, dass in deren Studie eine rein weibliche Stichprobe untersucht wurde. Andererseits wurden den Teilnehmerinnen der Kontrollgruppe ebenfalls Bilder von Frauen gezeigt, die jedoch nicht dem medial propagierten Körperideal entsprachen. Roberts und Good (2010) vermuteten, dass die Teilnehmerinnen in ihrer Studie in der Versuchsgruppe aufwärtsgerichtete Vergleiche und in der Kontrollgruppe abwärtsgerichtete Vergleiche tätigten. In dieser Diplomarbeit wurden keiner der Untersuchungsgruppe Stimulusbilder präsentiert, die abwärtsgerichtete Vergleiche ermöglicht hätten. Dies könnte erklären, wieso kein signifikanter Moderationseffekt erhoben werden konnte.

Die Hypothesen, die annahmen, dass die Big Five Persönlichkeitsfaktoren die Körper- bzw. Muskelzufriedenheit beeinflussen, konnten teilweise bestätigt werden. Es wurde erhoben, dass sich Teilnehmer mit hohen Offenheits-, Gewissenhaftigkeits-, Extraversionen-, Verträglichkeits-, und Neurotizismuswerten signifikant von Teilnehmern mit niedrigen Werten bezüglich ihrer Körperzufriedenheit in erwarteter Richtung unterschieden. Teilnehmer mit hohen Gewissenhaftigkeits- und Neurotizismuswerten unterschieden sich außerdem von Teilnehmern mit niedrigen Werten signifikant in ihrer Muskelzufriedenheit. Auch diese Unterschiede waren hypothesenkonform.

Das Ergebnis, dass Neurotizismus ein signifikant negativer Prädiktor der Variable Körperzufriedenheit ist, steht im Einklang mit den Ergebnissen von Swami und Kollegen (2008; 2011; 2013) und Kvalem und Kollegen (2006). Die signifikante Prädiktorwirkung des Faktors Gewissenhaftigkeit wurde in dieser Studie zum ersten Mal erhoben. Ein signifikant positiver Zusammenhang zwischen Gewissenhaftigkeit und Körperzufriedenheit bei Frauen wurde jedoch auch schon von Swami und Kollegen (2013) und bei Frauen und Männern von Kvalem und Kollegen (2006) erhoben. Die signifikant positiven Zusammenhänge zwischen Körperzufriedenheit und Offenheit (Kvalem et al., 2006; Swami et al., 2008; 2011), Extraversion (Kvalem et al., 2006; Swami et al., 2011; 2013) und Verträglichkeit (Kvalem et al., 2006; Swami et al., 2013) stimmen ebenfalls mit den Ergebnissen früherer Studien überein.

Es konnte keine Studie gefunden werden, die den Zusammenhang zwischen den Big Five Persönlichkeitsfaktoren und Muskelzufriedenheit untersuchte. Davis und Kollegen (2005) kamen jedoch zu dem Ergebnis, dass Neurotizismus und Perfektionismus signifikant mit einem „drive for muscularity“ zusammenhängen. Nach Aspendorpf und Neyer (2012) können Personen mit sehr hohen Gewissenhaftigkeitswerten als Pedanten oder Workaholics bezeichnet werden. Laut Duden ist ein Pedant ein übertrieben genauer Mensch, der alle Dinge mit peinlicher, kleinlich wirkender Exaktheit ausführt (Bibliographisches Institut GmbH, 2013), was auch der Beschreibung eines Perfektionisten nahe kommt.

Daher können zwar die Ergebnisse, dass sich Neurotizismus und Gewissenhaftigkeit als signifikante Prädiktoren der Variable Muskelunzufriedenheit erwiesen, nicht mit der bisherigen Forschung abgeglichen werden, dass ein Zusammenhang zwischen diesen Variablen besteht jedoch schon.

Durch diese Ergebnisse kann außerdem die Hypothese von Davis und Kollegen (2005) unterstützt werden, die besagt, dass Persönlichkeitsfaktoren, die im Zusammenhang mit einem „drive for thinness“ bei Frauen stehen, auch mit einem „drive for muscularity“ bei Männern zusammenhängen.

## **11.2. KRITIK**

Der erste Kritikpunkt betrifft den Pretest, der der Auswahl geeigneter Stimulusbilder diene. Hier wurde das Geschlecht der Teilnehmer nicht erhoben, was bedeutet, dass sowohl Männer als auch Frauen die in der Studie verwendeten Stimulusbilder bewertet haben. Da in dieser

Studie ein männliches Schönheitsideal von Interesse war, könnten die ausgewählten Stimulusbilder eventuell nicht repräsentativ sein.

In Folgestudien sollte daher darauf geachtet werden, die Stimulusbilder von einer rein männlichen Stichprobe bewerten zu lassen.

Aufgrund der Kommentare einiger Teilnehmer, die Stimulusbilder seien allesamt übermäßig muskulös, wäre es auch empfehlenswert, im Pretest zur Auswahl geeigneter Stimuli zu erheben, wie erstrebenswert die Muskulosität der Models für die Betrachter ist.

Ein weiterer Kritikpunkt ist die Verwendung der teilrevidierten Form der deutschsprachigen Fassung der Rosenberg-Skala. Wie schon in der Interpretation erwähnt, erhebt diese Skala einen „trait“-Selbstwert. Die in der Originalstudie von Farquhar und Wasylikiw (2007) verwendete State Self-Esteem Scale (Heatherton & Polivy, 1991) wäre ein für diese Untersuchung geeigneteres Verfahren gewesen. Einerseits hätte dies einen besseren Vergleich der Ergebnisse ermöglicht und andererseits reagieren Verfahren zur Erhebung des „state“-Selbstwerts sensitiver auf Labor-Manipulationen des Selbstwerts und sind daher geeigneter, um unmittelbare Veränderungen zu erheben (Heatherton & Polivy, 1991).

In Folgestudien sollte daher ein Verfahren zur Erhebung des „state“-Selbstwerts verwendet werden.

Die signifikanten Unterschiede bezüglich Muskulosität und Männlichkeit zwischen den „Body as Object“ und „Body as Process“ Stimuli könnten die Ergebnisse beeinflusst haben. Aufgrund der Fülle an Artikeln, die die Bedeutung der Muskulosität im Bezug auf die männliche Körperzufriedenheit hervorhoben, hätten zumindest Unterschiede bezüglich der Muskulosität der Models in den beiden Versuchsgruppen vermieden werden sollen.

Um solch systematische Unterschiede generell zu vermeiden und um mögliche andere Störfaktoren wie persönliche Sympathie ausschließen zu können, wäre es für zukünftige Studien empfehlenswert, ein und dasselbe Model einmal in einer „Body as Object“ und einmal in einer „Body as Process“ Konzeptualisierung darzustellen.

Auch die Wahl der Kontrollstimuli war möglicherweise nicht ideal. Durch die Verwendung nichtmenschlicher Kontrollstimuli kann nicht festgestellt werden, ob die Unterschiede aufgrund der idealisierten Körper der Models oder nur aufgrund der Gegenwart von Menschen auftraten. Insbesondere bei der Untersuchung der moderierenden Wirkung der Big

Five Persönlichkeitsfaktoren wären menschliche Kontrollstimuli aufgrund der dadurch gegebenen Möglichkeit, abwärtsgerichtete Vergleiche zu tätigen, eine bessere Wahl gewesen.

Die Erhebung der körperlichen Aktivität der Teilnehmer hätte eventuell zu einem besseren Verständnis der Ergebnisse beitragen können. So konnten Halliwell und Kollegen (2007) feststellen, dass Männer, die ihren Körper trainierten, nach der Betrachtung idealisierter Männerkörper zufriedener mit ihrem Körper waren als Teilnehmer der Kontrollgruppe und Männer, die ihren Körper nicht trainierten unzufriedener. Möglicherweise sahen viele Teilnehmer dieser Studie die idealisierten Medienbilder nicht als eine Bedrohung sondern eher als eine Motivationsquelle.

Es wäre daher empfehlenswert, die körperliche Aktivität der Teilnehmer in zukünftigen Studien zu erheben.

## 12. KURZZUSAMMENFASSUNG

Studien zur Auswirkung der Betrachtung idealisierter Männerkörper in den Medien auf männliche Rezipienten kamen in der Vergangenheit zu uneinheitlichen Ergebnissen, daher wurde diese Thematik in der vorliegenden Diplomarbeit erneut aufgegriffen. Zusätzlich wurden die Einflüsse der Big Five Persönlichkeitsfaktoren und der Körperkonzeptualisierung, also der Art und Weise wie die idealisierten Körper in den Medien dargestellt wurden, erhoben.

Die männlichen Studienteilnehmer (N= 496) wurden randomisiert der Versuchsgruppe 1, der Bilder von objektifizierten Männern präsentiert wurden, Versuchsgruppe 2, der Bilder von aktiven Männern präsentiert wurden und der Kontrollgruppe, der neutrale Stimuli präsentiert wurden, zugeteilt.

Es wurde erhoben, dass Männer aus der Versuchsgruppe 2 signifikant unzufriedener mit ihrer Muskulatur sind und signifikant höhere Depressionswerte aufweisen als Männer aus der Versuchsgruppe 1. Die Big Five Persönlichkeitsfaktoren beeinflussen den Effekt der Betrachtung idealisierter Männerkörper nicht signifikant. Es konnte jedoch erhoben werden, dass Teilnehmer mit hohem Gewissenhaftigkeitswert und niedrigem Neurotizismuswert ihren Körper und ihre Muskulosität signifikant besser bewerten als Teilnehmer mit niedrigen Werten und Teilnehmer mit hohem Offenheits-, Extraversions- und Verträglichkeitswert ihren Körper signifikant besser bewerten als Teilnehmer mit niedrigen Werten.

Die Ergebnisse dieser Studie deuten zum einen darauf hin, dass die Art und Weise wie Körper in den Medien konzeptualisiert werden, die Betrachter auf unterschiedliche Weise beeinflussen. Zum anderen konnte erhoben werden, dass die Big Five Persönlichkeitsfaktoren zwar den Effekt der Betrachtung idealisierter Körper in den Medien nicht beeinflussen, die Art und Weise wie der eigene Körper bzw. die eigene Muskulosität bewertet wird jedoch sehr wohl.

## 13. ENGLISCHER ARTIKEL

### **Muscularity in the Media and Body Image:**

#### **The Influence of Body Conceptualization and the Big 5**

##### **Abstract**

The purpose of this study is to examine the effects of idealized male media images on men's attitudes toward their body and their muscularity, their self esteem and their depressive mood. In addition the moderating influences of the Big Five personality traits and the body conceptualization on the effect of exposure to idealized images are examined. 496 male participants were randomly assigned to view either images of male ideals emphasizing aesthetic attributes, which are called "body as object" images, images of male ideals emphasizing performance attributes, which are called "body as process" images, or neutral images. Results show that men in the "body as object" group are significantly more satisfied with their muscularity and report significantly less depressive mood than men in the "body as process" group. The Big Five personality traits do not moderate the effect of exposure to idealized images significantly. However, participants high in conscientiousness and low in neuroticism are significantly more satisfied with their muscularity and their body than participants low in conscientiousness and high in neuroticism. Participants high in openness to experience, extraversion and agreeableness are significantly more satisfied with their bodies than participants scoring low in those traits.

These findings suggest on the one hand, that the way idealized men are conceptualized in the media plays a role in how men feel about themselves and their bodies. On the other hand these findings show that the Big Five personality traits influence the evaluation of the participants' body and muscularity.

##### **Introduction**

Male body dissatisfaction is a relatively new phenomenon (Pope, Phillips & Olivardia, 2000b). In the last twenty years, a huge rise in compulsive exercising, steroid use, rising rates of nutrition supplements and cosmetic surgery for men was observed (Pope, et al. 2000b). Garner (1997) demonstrated with her studies that male body dissatisfaction rose continuously. In 1972 only 15% of all male participants reported about body dissatisfaction, in 1985 34% of

all male participants were dissatisfied with their bodies and in 1997 43% (Garner, 1997). In comparison to the female body ideal that focuses pretty much on thinness, the male body ideal is more complex (Westmoreland Corson & Andersen, 2002). Like women, men also want to change their weight, but the focus of the male body ideal is on muscularity and body shape (Grogan, 2007; Halliwell, Dittmar & Orsborn, 2007; Ogden & Munday, 1996; Olivardia, Pope, Borowiecki & Cohane, 2004; Page & Allen, 1995; Pope et al., 2000; Pope et al., 2000b). A moderate muscularity is seen as the most desirable, extreme muscularity is not considered as being attractive (Monaghan, 2005; Grogan & Richards, 2002). This focus on muscularity is often called “drive for muscularity”, which means the internalisation of the muscular ideal as being the ideal body shape (McCreary, 2011).

According to Tylka’s (2011) “Quadripartite influence model”, friends, family, partners and the media are the three main sociocultural sources of influence on body dissatisfaction. These sources of influence can promote the internalisation of the muscular ideal which can result in body or muscle dissatisfaction (Tylka, 2011).

### ***Media influence on body dissatisfaction***

The mass media play a significant role in the daily life of millions of people (Tiggemann, 2002). As the male body becomes more visible and at the same time more muscular, it more and more represents a body ideal (Blond, 2008; Leit, Rope & Gray, 2001). The mass media is a powerful carrier of sociocultural ideals, and therefore more and more men are confronted with this difficulty to achieve body ideals (Tiggemann, 2002). Because of this new omnipresence of idealized men in the media, those men become easily available objects of comparison, which can influence the observers’ body image in several ways (Tiggemann, 2002). The consequences of unfavourable comparisons can be perceptual, whereby one’s own body appears to be not muscular or thin enough, affective, whereby the failure to meet certain aesthetic goals results in body dissatisfaction or negative mood or cognitive, whereby the physical appearance becomes the central criterion of self-evaluation (Tiggemann, 2002). Numerous studies showed that viewing idealized women in the media affects female body satisfaction in a negative way (Groesz, Levine & Murnen, 2002). Although some studies showed, that the exposure to idealized bodies in the media has a greater negative impact on female body satisfaction than it has on male body satisfaction (McCabe & Ricciardelli, 2001; Ata, Ludden & Lally, 2007), the impact on male observers isn’t negligible either. Smolak and Stein (2006) showed, that sociocultural factors in general, and media consumption in particular promote a “drive for muscularity”. The correlation between media

consumption and a “drive for muscularity” was twice as high as it was between friends or family teasing and a “drive for muscularity” (Smolak & Stein, 2006). Ricciardielli and McCabe (2001), however, showed that media consumption influences male body satisfaction only insignificantly, but interaction effects were found. The perceived medial pressure to gain muscles had an impact on the participants, but only for those with low self-esteem (Ricciardielli & McCabe, 2001). Johnson, McCreary and Mills (2007) did in turn find no significant influence of the exposure to idealized men in the media and muscle dissatisfaction. Those three exemplary selected studies are a good demonstration of the inconsistency of the current state of research. Three reviews on this topic were found. The results of Blonds (2008) review showed that most of the studies (30 of 35) found a significant effect of exposure to idealized males on body dissatisfaction and Barlett’s, Vowel’s and Saucier’s (2008) review supported those results. Only the most recent review (Ferguson, 2013) could neither show significant results for correlative studies concerning the effect of media consumption on body dissatisfaction, nor for experimental studies.

### ***Body conceptualization***

The concept of body conceptualization was developed by Stephen L. Franzoi (1995). He proposed that there are two basic ways to think about one’s own body. The first way to conceptualize one’s body is to think about the body as a functional machine or a “dynamic process”, where the body’s functionality is of greater importance than its appearance (Franzoi, 1995). The second way to conceptualize one’s body is to think about it as an object, comprised of discrete parts that are rated by others based on aesthetic qualities (Franzoi, 1995). Men and women evaluate their “body as process”, hence the body’s functionality, better than their “body as object”, hence the body’s appearance (Franzoi, 1995). Farquhar and Wasylkiw (2007) assume that how a body is displayed in the media favours different body-conceptualizations for the observer and therefore influences them differently. Furthermore they estimated that people compare themselves to media images regardless of how they are conceptualized, but that viewing bodies conceptualized as objects would lead to more negative self-evaluations (Farquhar & Wasylkiw, 2007). The authors were the first and only ones to study this topic.

In their study, the authors examined the impact of pictures portraying idealized objectified men (“body as object”) and pictures portraying idealized men conceptualized as “body as process” on the participants’ levels of self-esteem and depressive mood (Farquhar & Wasylkiw, 2007). Additionally a control group with pictures of electronics was created.



Participants who viewed the “body as process” stimuli showed significantly higher levels of social, performance and appearance self-esteem and significantly lower rates of depressive mood than participants who viewed “body as object” stimuli (Farquhar & Wasylikiw, 2007). Participants in the control group showed significantly higher levels of depressive mood and significantly lower levels of social self-esteem than participants in the “body as process” group and a significantly higher level of performance self-esteem than participants in the “body as object” group (Farquhar & Wasylikiw, 2007). So participants in the “body as process” group showed the best values concerning self-esteem and depressive mood of all of the survey groups although they also viewed idealized men. The authors concluded from these findings that the way of conceptualizing a body in the media is an important factor for the observers’ self-evaluation (Farquhar & Wasylikiw, 2007). One purpose of this study is therefore, to re-examine this topic.

### ***Big Five personality traits and body satisfaction***

The relationship between the Big Five personality traits and male body satisfaction/muscle dissatisfaction has rarely been examined up to now. A few study’s were found, which examined mostly female samples. The results of this study indicated, that body satisfaction correlates significantly positive with conscientiousness (Swami, Tran, Hoffmann Brooks, Kanaan & Luesse, 2013; Kvalem, von Soest, Roald & Skolleborg, 2006), openness to experience (Kvalem, et al., 2006; Swami, Hadji-Michael & Furnham, 2008; Swami, Taylor & Carvalho, 2011), extraversion (Kvalem et al., 2006; Swami et al., 2011; 2013), agreeableness (Kvalem et al., 2006; Swami et al., 20013) and significantly negative with neuroticism (Kvalem et al., 2006; Swami et al., 2008; 2011; 2013).

One study was found (Roberts & Good, 2010), which studied the moderating influence of the Big Five personality traits on the effect of exposure to idealized women in the media. This study showed, that neuroticism and openness to experience moderated the effect of the exposure to idealized women (Roberts & Good, 2010). The higher the participants neuroticism-values, the less satisfied they were with their bodies and the higher their openness-value, the more satisfied they were with their bodies (Roberts & Good, 2010). In the control group, where pictures of plus-size models were shown, higher neuriticism- and lower openness-values were connected with higher body satisfaction, those effects failed to reach significance (Roberts & Good, 2010).

Davis, Karvinen an McCreary (2005) concluded from their study, that personality which are associated with a “drive for thinness” in women are also associated with a drive for

muscularity” men. For that reason the studies examining female samples were used to develop further hypotheses.

In this study it is estimated, that men with low levels in neuroticism and high levels in extraversion, agreeableness, conscientiousness and openness will be more satisfied with their bodies and less dissatisfied with their muscularity. Furthermore it is assumed that neuroticism and openness moderate the effect of the exposure to idealized men in the media.

### ***Overview of the current investigation***

Due to the inconsistent results concerning the effect of exposure to idealized men in the media, the first aim of this study was to examine this effect once again. Concretely, the idealized images influence on body satisfaction, muscle dissatisfaction, depressive mood and self-esteem were examined.

The second aim of this investigation was to examine the effect of body conceptualization. Farquhar and Wasylikiw (2007) were the first and only ones to study this topic. Some limitations in their study were detected (significant differences between the two experimental groups, very low average age), so another goal of this study was to reduce those potential limitations. The last aim of this study was to examine the influence of the Big Five personality traits.

## **Method**

### ***Participants***

Between the 6.8.2013 and the 12.10.2013, 582 persons participated in this survey. Inclusion criteria were male sex and a minimum age of 16. From this sample 85 female participants and one male participant younger than 16 had to be excluded because they didn't meet the inclusion criteria. The overall sample of this study included 496 male participants.

### ***Research Design***

The design of this study was a randomized control group study, including two experimental groups and one control group.

Body conceptualization was the independent variable. Dependent variables were body satisfaction, muscle dissatisfaction, self-esteem and depressive mood and the Big Five personality traits.

## ***Measures***

Queried demographic data were age, level of education, relationship status, height and weight. The 21-item BFI-K (Rammstedt & John, 2005), a short version of the Big Five Inventory (BFI; John, Donahue & Kentle, 1991) was used to assess the Big Five personality traits. Cronbach's Alpha values for the current male sample were 0,81 for extraversion, 0,63 for agreeableness, 0,65 for conscientiousness, 0,73 for neuroticism and 0,72 for openness to experience.

The 10-item partially revised form of the German revision of the Rosenberg scale (Rosenberg, 1965) by Collani and Herzberg (2003) was used to assess the participants self-esteem.

Cronbach's Alpha was 0,88 for the RSES.

The Body Areas Satisfaction Subscale (BASS) of the Multidimensional Body Self Relations Questionnaire (MBSRQ, Brown, Cash & Mikulka, 1990) was used to assess satisfaction with eight aspects of the body (face, hair, weight, height, upper, mid and lower torso and muscle tone) and the overall appearance. Cronbach's alpha for the BASS in this sample was 0,83.

The 15-item Drive for Muscularity Scale (DMS, McCreary & Sasse, 2000) assesses satisfaction with one's muscularity. According to McCreary, Sasse, Saucier and Dorsch (2004) a two-factor structure of the DMS emerged for men, muscularity attitudes on the one hand and muscularity behaviours on the other hand. Since the main interest of this study was to assess the participants satisfaction with their muscularity, only the seven items belonging to the factor muscularity attitudes were used in this study. Cronbach's Alpha was 0,88 for the DMS.

The 21-item BDI-V (Schmitt & Maes, 2000) is a short version of the Beck Depression Inventory (Beck, Ward, Mendelson, Mock & Erbaugh, 1961). It assesses 20 of the original 21 typical symptoms for depression. Schmitt and Maes (2000) decided to waive the symptom weight loss because of low selectivity. Cronbach's Alpha was 0,914 for the BDI-V.

## ***Stimuli***

30 pictures of shirtless, attractive and muscular men were selected from popular men's magazines. These pictures were rated by a pilot sample of 42 persons. Firstly the raters rated each image for body conceptualization using a scale from 1 (body as object) to 7 (body as process). Men's physical activity, the naturalness of their pose and the physical exertion were the variables chosen to differentiate between the body as object and the body as process conceptualization. Hence a picture which received a low score on the body conceptualization scale (body as object) would be nonactive, unnaturally posing and appear not to be physical

exerted. Secondly each image was rated on muscularity, masculinity, body attractiveness and overall attractiveness on a scale from 1 (very low) to 7 (very high), to reduce systematic differences between the two conceptualization groups. The six highest and lowest rated pictures on the body conceptualization scale were planned to be chosen for the study. However the body as process pictures turned out to be rated significantly more muscular, masculine, bodily and overall attractive. Since this significant differences could be a possible source of error some of the body as object pictures were exchanged to reduce the differences between the two groups. Nevertheless the two samples represent two different body conceptualizations,  $t = -6,3$  ( $p < 0,001$ ). The two groups were not found to differ in terms of body and overall attractiveness ( $p > 0,05$ ). However, the body-as-process pictures were found to be rated significantly more muscular and masculine than the body-as-object pictures ( $p < 0,001$ ). Participants of the control group viewed pictures of car. To conceal the real purpose of this study, the chose pictures were transformed into fictive covers of magazines by adding slogans from popular men's magazines. The participants had to rate how interesting the cover story appeared to them, how appealing the cover picture appeared to them and how likely it was, that they bought the magazine.

### ***Procedure***

To examine the hypotheses, a thirteen-sided online survey was created and carried out on the online-platform [www.soscisurvey.de](http://www.soscisurvey.de). Hence the study was carried out online, the participants were recruited via e-mail and the social media platform Facebook.

The participants were randomly assigned to either the body-as-object group ( $N = 162$ ), where fictive magazine-covers portraying idealized men were presented in a body-as-object conceptualization, or the body-as-process group ( $N = 161$ ), where fictive magazine-covers portraying idealized men were presented in a body-as-process conceptualization, or the control group, where fictive covers of car-magazines were presented ( $N = 173$ ). On the first side of the questionnaire, participants were led to believe that the purpose of this study was to examine the factors that influence the buying incitement of glossy magazines. Additionally, information about the duration of the study and anonymity was given and it was pointed out, that the participants should read and answer the questions carefully. Side two contained the demographic questionair, side three the BFI-K (Rammstedt & John, 2005), side four to nine contained the stimuli, side ten the RSES (Collani & Herzberg, 2003), side eleven the BASS (Brown et al., 1990), side twelve the DMS (McCreary & Sasse, 2000) and side thirteen the BDI-V (Schmitt & Maes, 2000). The average duration of the survey was about ten minutes.

## **Statistical analysis**

The statistical analyses were evaluated with the statistic analysis software SPSS 20.0. An alpha level of 0,05 was adopted, meaning that results less or equal to an alpha level of 0,05 are defined as significant. An alpha level  $< 0,10$  indicates a tendentially significant result.

## **Results**

### ***Descriptive statistics***

The participants age ranged between 16 and 69 years, with a mean age of 27,55 (SD = 9,52). 1,2% of the participants reported about not finishing school, 4,2% finished compulsory school, 8,1% finished an apprenticeship, 5,6% finished vocational school, 49,6% finished high school, 25,4% finished university and 5,8% reported about still visiting school.

Participants heights (M= 180,85 cm, SD = 6,75) and weights (M= 79,94 kg, SD= 14,36) were used to calculate the participants BMI (M= 24,42, SD= 4,11). 49% of the participants reported being single, 38,9% reported being in a relationship, 9,3% were married, 2,6% were divorced and 0,2% reported being widowed.

No significant differences were found between the three groups regarding age, height, weight and BMI. Participants from the “body as object” group however were significantly higher educated than participants from the other two groups.

### ***Exposure to idealized men in the media***

To test the hypotheses, that viewing idealized men in the media results in reduced satisfaction with one's body and muscularity, higher rates of depressive mood and reduced self-esteem, univariate ANVOAs were conducted. To test differences between participants who viewed idealized men and participants who viewed car-magazines (control-group), helmert contrasts were calculated. No significant differences between the experimental groups and the control-group were found for body satisfaction ( $p= 0,332$ ), muscle dissatisfaction ( $p= 0,428$ ), depressive mood ( $p= 0,405$ ) and self-esteem ( $p= 0,380$ ).

### ***Body conceptualization***

To test the hypotheses, that viewing idealized men conceptualized as body-as-object results in reduced satisfaction with one's body and muscularity, higher rates of depressive mood and reduced self-esteem, in comparison to viewing men conceptualized as body-as-process, univariate ANVOAs were conducted. To test differences between the body-as-object group

and the body-as-process group, “helmert contrasts” were calculated. No significant differences were found for body satisfaction ( $p= 0,432$ ) and self-esteem ( $p= 0,131$ ). Concerning muscle dissatisfaction ( $p= 0,028$ ) and depressive mood ( $p= 0,02$ ), significant differences emerged. Contrary to the hypothesis, the body-as-process group showed significantly higher levels of muscle dissatisfaction and significantly higher rates of depressive mood than the body-as-object group.

**Table 1: Means and standard deviations of the independent variables**

| Variable               | Group           | Mean  | Std. deviation | N   |
|------------------------|-----------------|-------|----------------|-----|
| Body satisfaction      | Control group   | 31,84 | 6,31           | 173 |
|                        | Body-as-object  | 32,15 | 5,92           | 162 |
|                        | Body-as-process | 32,03 | 6,19           | 161 |
| Muscle dissatisfaction | Control group   | 18,69 | 7,11           | 173 |
|                        | Body-as-object  | 17,99 | 7,35           | 162 |
|                        | Body-as-process | 19,60 | 8,11           | 161 |
| Depressive mood        | Control group   | 44,23 | 15,51          | 173 |
|                        | Body-as-object  | 42,19 | 14,45          | 162 |
|                        | Body-as-process | 45,58 | 14,51          | 161 |
| Self-esteem            | Control group   | 33,27 | 5,42           | 173 |
|                        | Body-as-object  | 33,75 | 5,06           | 162 |
|                        | Body-as-process | 33,09 | 5,34           | 161 |

**Table 2: Univariate ANOVAs**

| Variable               | df | F     | p     |
|------------------------|----|-------|-------|
| Body satisfaction      | 2  | 0,109 | 0,897 |
| Muscle dissatisfaction | 2  | 1,856 | 0,157 |
| Depressive mood        | 2  | 2,14  | 0,119 |
| Self-esteem            | 2  | 0,678 | 0,508 |

**Table 3: Helmert contrasts**

| Variable               | Group              | Value of contrast | p      |
|------------------------|--------------------|-------------------|--------|
| Body satisfaction      | CG vs. EG 1 + EG 2 | -0,251            | 0,332  |
|                        | EG 1 vs. EG 2      | 0,117             | 0,432  |
| Muscle dissatisfaction | CG vs. EG1 + EG 2  | -0,110            | 0,438  |
|                        | EG 1 vs. EG 2      | -1,609            | 0,028* |
| Depressive mood        | CG vs. EG 1 + EG 2 | 0,338             | 0,405  |
|                        | EG 1 vs. EG 2      | -3,392            | 0,02*  |
| Self-esteem            | CG vs. EG1 + EG 2  | -0,151            | 0,380  |
|                        | EG 1 vs. EG 2      | 0,660             | 0,131  |

\*  $p < 0,05$

### ***Big Five personality traits***

To test the hypotheses, that the Big Five personality traits openness to experience and neuroticism moderate the effect of exposure to idealized images on body satisfaction and muscle dissatisfaction, linear regressions were performed. The factor openness to experience did neither moderate the effect of exposure to idealized images on body satisfaction ( $p = 0,296$ ) nor did it moderate the effect on muscle dissatisfaction ( $p = 0,856$ ). The factor neuroticism did as well neither moderate the effect of exposure to idealized images on body satisfaction ( $p = 0,907$ ) nor did it moderate the effect on muscle dissatisfaction ( $p = 0,664$ ).

To test the hypotheses that participants with high levels of openness to experience, conscientiousness, extraversion and agreeableness and low levels of neuroticism are more satisfied with their bodies and less dissatisfied with their muscularity two-factorial ANOVAs with the factors Big Five personality traits and survey group and the dependent variables body satisfaction and muscle dissatisfaction were performed. To enable the performance of a two-factorial ANOVA, two groups were created for each personality trait (high vs. low scores). Participants high in openness to experience were significantly more satisfied with their bodies ( $p = 0,007$ ) and tendentially less dissatisfied with their muscularity ( $p = 0,078$ ) than participants low in openness. Participants high in conscientiousness were significantly more satisfied with their bodies ( $p = 0,000$ ) and significantly less dissatisfied with their muscularity ( $p = 0,000$ ) than participants low in conscientiousness. Participants high in extraversion were significantly more satisfied with their bodies ( $p = 0,003$ ) and tendentially less dissatisfied with their muscularity ( $p = 0,058$ ) than participants low in extraversion. Participants high in agreeableness were significantly more satisfied with their bodies ( $p = 0,023$ ) than participants

low in agreeableness. Participants high and low in agreeableness did not differ in terms of muscle dissatisfaction ( $p = 0,152$ ). Participants high in neuroticism are significantly less satisfied with their bodies ( $p = 0,000$ ) and significantly more dissatisfied with their muscularity than people low in neuroticism.

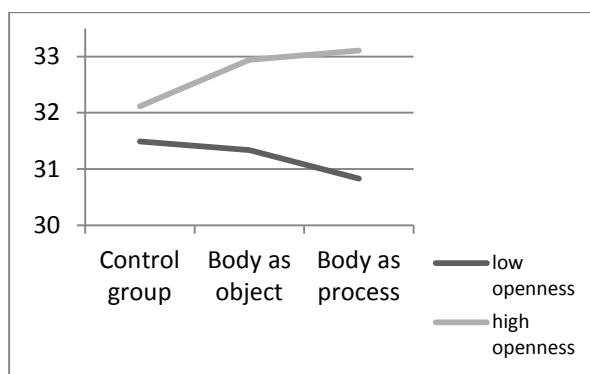


Fig. 1 Body satisfaction means

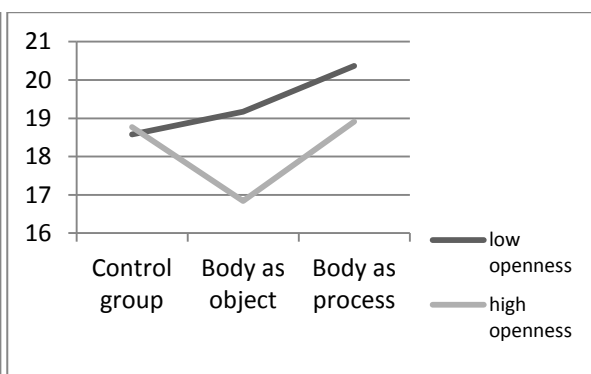


Fig. 2 Muscle dissatisfaction means

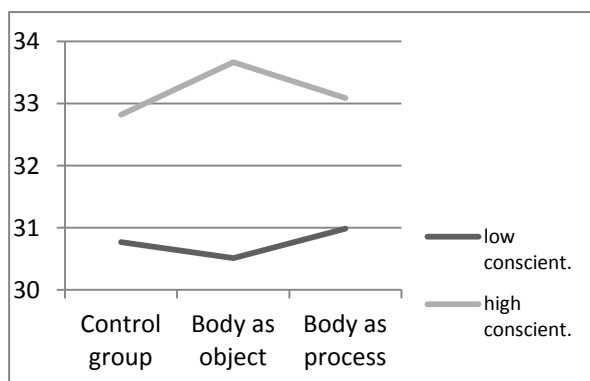


Fig. 3: Body satisfaction means

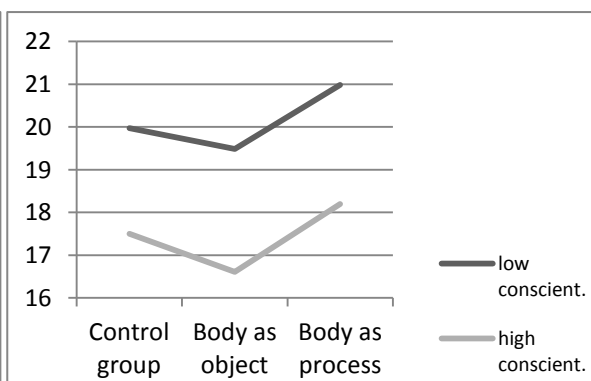


Fig. 4: Muscle dissatisfaction means

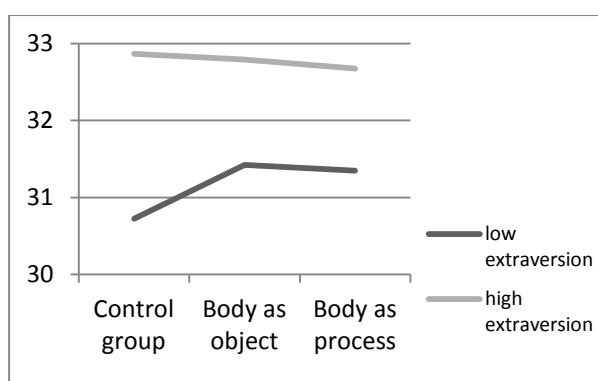


Fig. 5: Body satisfaction means

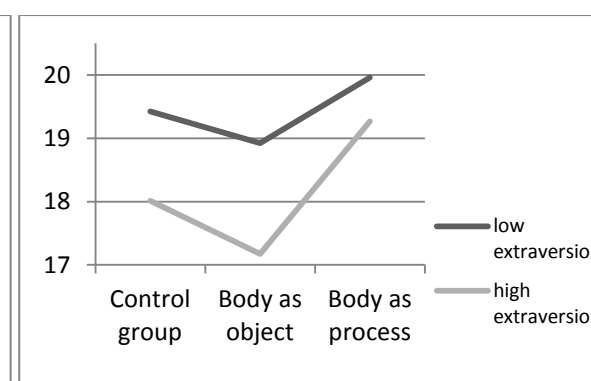


Fig. 6: Muscle dissatisfaction means



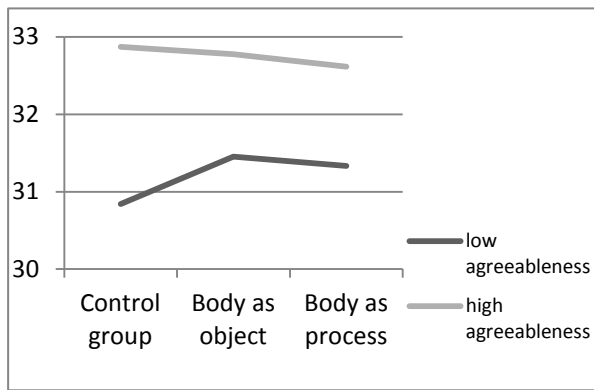


Fig. 7: Body satisfaction means

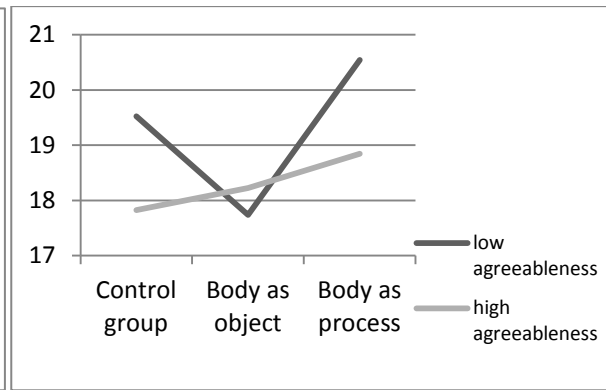


Fig. 8: Muscle dissatisfaction means

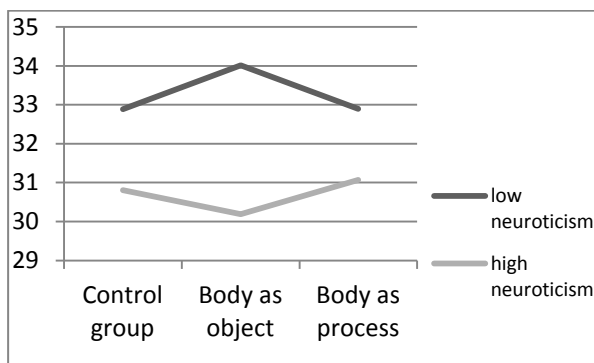


Fig. 9: Body satisfaction means

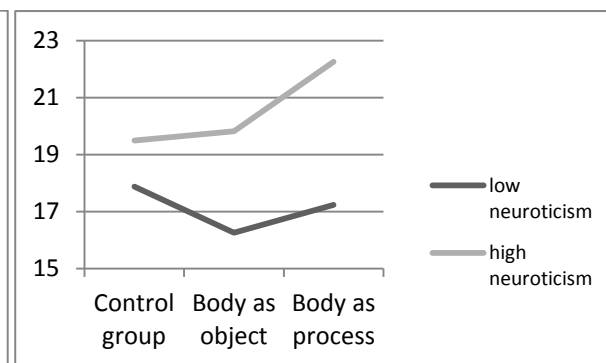


Fig. 10: Muscle dissatisfaction means

## Discussion

### *Exposure to idealized men in the media*

All four hypotheses concerning the negative effect of exposure to idealized men in the media on body satisfaction, muscle dissatisfaction, depressive mood and self-esteem were rejected. The findings that exposure to idealized men in the media has no effect on the participants body satisfaction and muscle dissatisfaction conflict with the reviews of Barlett and colleagues (2008) and Blond (2008), but confirm the results of Ferguson (2013), who resumed that the effect of exposure to idealized men in the media on body satisfaction and muscle dissatisfaction was negligible.

Some participants described the stimuli as hyper muscular, so maybe the chosen pictures didn't reflect the society's idea of an ideal male body. Arbour and Martin Ginis (2006) showed that only pictures of moderately muscular men but not of hyper muscular men caused body dissatisfaction. So maybe participants didn't consider these bodies as realistic standards and therefore didn't compare their bodies with those of the models.

In contrast to the results of Agliata and Tantleff-Dunn (2004), the exposure to idealized men did not cause elevated levels of depressive mood. This result confirms the results of Mulgrew

and Volcevski-Kostas (2012) and Humphreys and Paxton (2004), who didn't find a significant effect either.

The exposure to idealized men didn't affect the participants self esteem. This result partially conflicts with the result of Farquhar and Wasylikiw (2007), who found a significant effect of exposure to idealized men on performance self esteem. The results of Barlett and colleagues (2008) and Mulgrew and Volcevski-Kostas (2012), that exposure to idealized men does not affect the participants self-esteem are supported by the results of this study. However, the results concerning self-esteem have to be considered with caution. This study examined the participant's "trait self-esteem", where self-esteem is considered to be a personality trait relatively stable in time. The majority of the studies on the same topic used measures for "state-self esteem", which detect temporary variations more sensitively.

One possible explanation for the non-significant results could be cognitive reactance. Maybe the participants consciously chose not to compare themselves with the muscular stimuli. According to Brehm's and Brehm's (1981) theory of psychological reactance, messages which aim to change important attitudes are seen as a threat to one's freedom or manipulation and therefore evoke reactance. It's possible, that the participants felt restricted in their freedom by watching the stimuli and reading the slogans and therefore reacted defensively. The small number of stimuli could be another possible explanation for the non-significant results. Although Lorenzen, Grieve and Thomas (2004) demonstrated, that six stimuli can also cause significant effects, all significant studies in Blonds (2008) review included between 16 and 25 stimuli.

### ***Body conceptualization***

No significant differences were found between the "body as object" and the "body as process" group, concerning body satisfaction and self esteem. Significant differences between the "body as object" and the "body as process" group emerged, concerning muscle dissatisfaction and depression. In contrast to the hypotheses, participants in the "body as process" group, showed significantly lower levels of muscle dissatisfaction and depression than participants in the "body as process" group.

These results contradict the results of Farquhar and Wasylikiw (2007), who were the first and only ones to study the effect of body conceptualization. In Farquhar's and Wasylikiw's (2007) study, participants in the "body as process" group showed significantly higher levels of self esteem and significantly lower depressive mood than participants in the "body as object" group.

One possible explanation for these results could be that in this study, the “body as process” stimuli were rated significantly more muscular and masculine than the “body as object” stimuli. In Farquhar’s and Wasylikiw’s study (2007), the “body as object” stimuli were rated as significantly more muscular, masculine, physically and overall attractive. Muscularity plays a central role in male attractiveness, so it is possible, that not the body conceptualization, but the higher muscularity of the “body as object” stimuli is responsible for the significant differences. The fact that the “body as object” stimuli were rated as more muscular, but not more attractive than the “body as process” stimuli could explain the fact that participants of the “body as process” group were significantly more dissatisfied with their muscularity but not significantly less satisfied with their bodies.

It’s important to note that the two groups of experimental stimuli in this study show a high level of comparability in this study in contrast to Farquhar’s and Wasylikiw’s (2007) stimuli. Farquhar’s and Wasylikiw’s (2007) “body as object” stimuli included pictures of naked body parts like biceps and the “body as process” stimuli pictures of fully dressed men. The fact that participants in the “body as process” group viewed human faces, which all appeared pleasant, and participants in the “body as object” group only pictures of body parts, may be a potential confounder. Also the non visibility of the “body as process” stimuli’s bodies limits comparability. In this study all models showed neutral facial expressions and naked torsos. Therefore, this study is more likely to have examined the true effect of body conceptualization.

### ***Big Five personality traits***

Neither openness to experience nor neuroticism moderated the effect of exposure to idealized men on body satisfaction and muscle dissatisfaction. Roberts’ and Good’s (2010) results therefore could not be confirmed. It’s important to note, that Roberts and Good on the one hand studied a female sample; on the other hand participants of the control group also watched pictures of females who in comparison to the experimental group did not meet the medially propagated body ideal. Roberts and Good (2010) tried to explain the results by assuming that participants in the experimental group made upward comparisons which reduced their body satisfaction and participants, participants in the control group downward comparisons which improved their body satisfaction. In this study downward comparisons with the control-stimuli weren’t possible, because they didn’t contain standards to compare the own body with. This could explain the non-significant results.

The hypotheses which assumed that participants high and low in the Big Five personality traits differ in their body satisfaction and muscle dissatisfaction were partially confirmed. As expected, participants high in openness to experience, extraversion, agreeableness and conscientiousness and low in neuroticism were significantly more satisfied with their bodies than participants low in openness to experience, extraversion, agreeableness and conscientiousness and high in neuroticism. The significant connections between body satisfaction and openness (Kvalem, et al., 2006; Swami, et al., 2008, 2011), extraversion (Kvalem, et al., 2006; Swami et al., 2011, 2013), agreeableness (Kvalem, et al., 2006; Swami, et al., 2013), conscientiousness (Kvalem, et al., 2006; Swami, et al., 2013) and neuroticism (Swami, et al., 2008, 2011, 2013; Kvalem, et al., 2006) are consistent with the results of previous studies, which all, except of Swami and colleagues (2008), who studied men and women, examined female samples.

Participants with high neuroticism and low conscientiousness were significantly more dissatisfied with their muscularity than participants with low neuroticism and high conscientiousness. No previous studies concerning the connection between the Big Five personality traits and muscle dissatisfaction were found, but according to Davis' and colleagues' (2005) study, neuroticism and perfectionism which is similar to a person very high in conscientiousness are significantly connected to a "drive for muscularity". Furthermore, Davis' and colleagues' (2005) hypothesis that personality traits which are connected with a "drive for thinness" in women are also connected with a "drive for muscularity" in men can be supported by this results.

### ***Limitations and further directions***

One limitation of this study is the fact that sex was not controlled in the pre-test, men and women rated the pictures. So the chosen stimuli might not represent a male ideal of beauty. Some participants evaluated the idealized men in the pre-test to being hyper muscular. Follow-up studies should therefore control sex in the pre-test and enquire how desirable the models' bodies are for the participants.

Another limitation of this study is the fact that there were significant differences between the "body as object" and the "body as process" groups concerning muscularity, because muscularity plays an important role in male attractiveness. To avoid such systematic differences and reduce other possible confounders like personal sympathy, future studies should use pictures of the same model once in a "body as object" conceptualization and once in a "body as process" conceptualization.

## References

- Agliata, D. & Tantleff-Dunn, S. (2004). The impact of media exposure on males' body image. *Journal of Social and Clinical Psychology, 23*, 7-22.
- Arbour, K. P. & Martin Ginis, K. A. (2006). Effects of exposure to muscular and hypermuscular media images on young men's muscularity dissatisfaction and body dissatisfaction. *Body Image, 3*, 153-161.
- Ata, R. N., Ludden, A. B. & Lally, M. M. (2007). The effects of gender and family, friend, and media influences on eating behaviors and body image during adolescence. *Journal of Youth and Adolescence, 36*, 1024–1037.
- Barlett, C. P., Vowels, C. L. & Saucier, D. A. (2008). Meta-analyses of the effect of media images on men's body-image concerns. *Journal of Social and Clinical Psychology, 27*, 279-310.
- Beck, A. T., Ward, C. H., Mendelson, M., Mock, J. & Erbaugh, J. (1961). An inventory for measuring depression. *Archives of General Psychiatry, 4*, 561-571.
- Blond, A. (2008). Impacts of exposure to images of ideal bodies on male body dissatisfaction: A review. *Body Image, 5*, 244-250.
- Brehm, S. S. & Brehm, J. W. (1981). *Psychological reactance: A theory of freedom and control*. New York: Academic Press.
- Brown, T. A., Cash, T. F. & Mikulka, P. J. (1990). Attitudinal body image assessment: Factor analysis of the Body-Self Relations Questionair. *Journal of Personality Assessment, 55*, 135-144.
- Collani, G. & Herzberg, P. Y. (2003). Eine revidierte Fassung der deutschsprachigen Skala zum Selbstwertgefühl von Rosenberg. *Zeitschrift für Differentielle und Diagnostische Psychologie, 24*, 3–7.
- Davis, C., Karvinen, K. & McCreary, D. R. (2005). Personality correlates of a drive for muscularity in young men. *Personality and individual differences, 39*, 349-259.
- Farquhar, J. C. & Wasylkiw, L. (2007). Media Images of Men: Trends and Consequences of Body Conceptualization. *Psychology of Men & Masculinity, 8*, 145-160.

- Ferguson, C. J. (2013). In the Eye of the Beholder: Thin-Ideal Media Affects Some, but Not Most, Viewers in a Meta-Analytic Review of Body Dissatisfaction in Women and Men. *Psychology of Popular Media Culture*, 2, 20-37.
- Franzoi, S. L. (1995). The Body-As-Object Versus The Body-As-Process: Gender Differences and Gender Considerations. *Sex Roles*, 33, 417-437.
- Garner, D. (1997). Survey says: Body image poll results. *Psychology Today*, 31, 30–87.
- Groesz, L. M., Levine, M. P., & Murnen, S. K. (2002). The effects of experimental presentation of thin media images on body satisfaction: A meta-analytic review. *International Journal of Eating Disorders*, 31, 1–16.
- Grogan, S. & Richards, H. (2002). Body image: focus groups with boys and men. *Men and Masculinities*, 4, 219–233.
- Grogan, S. (2007). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children*. London: Routledge.
- Halliwell, E., Dittmar, H. & Orsborn, A. (2007). The effects of exposure to muscular male models among men: Exploring the moderating role of gym use and exercise motivation. *Body Image*, 4, 278-287.
- Humphreys, P. & Paxton, S. J. (2004). Impact of exposure to idealised male images on adolescent boys' body image. *Body Image*, 1, 253-266.
- John, O. P., Donahue, E. M. & Kentle, R. L. (1991). *The „Big Five“ Inventory – Versions 4a and 54*. Berkeley: University of California, Berkeley, Institute of Personality and Social Research.
- Johnson, P. J., McCreary, D. R. & Mills, J. S. (2007). Effects of Exposure to Objectified Male and Female Media Images on Men's Psychological Well-Being. *Psychology of Men and Masculinity*, 8, 95-102.
- Kvalem, I. L., von Soest, T., Roald, H. E. & Skolleborg, K. C. (2006). The interplay of personality and negative comments about appearance in predicting body image. *Body Image*, 3, 263-273.

- Leit, R. A., Pope, H. G. & Gray J. J. (2001). Cultural Expectations of Muscularity in Men: The Evolution of Playgirl Centerfolds. *International Journal of Eating Disorders*, 29, 90-93.
- Lorenzen, L. A., Grieve, F. G. & Thomas, A. (2004). Exposure to Muscular Male Models Decreases Men's Body Satisfaction. *Sex Roles*, 51, 743-748.
- McCabe, M. P. & Ricciardelli, L. A. (2001). Parent, peer, and media influences on body image and strategies to both increase and decrease body size among adolescent boys and girls. *Adolescence*, 36, 225–240.
- McCreary, D. R. & Sasse, D. K. (2000). An exploration of the drive for muscularity in adolescent boys and girls. *Journal of American College Health*, 48, 297-304.
- McCreary, D. R., Sasse, D. K., Saucier, D. M. & Dorsch, K. D. (2004). Measuring the drive for muscularity: Factorial validity of the drive for muscularity scale in men and women. *Psychology of Men and Masculinity*, 5, 49–58.
- McCreary, D. R. (2011). Body Image and Muscularity. In T. F. Cash & L. Smolak, (Hrsg.), *Body image: A Handbook of Science, Practice and Prevention* (2. Aufl.) (198-205). New York: The Guilford Press.
- Monaghan, L. (2005). Discussion piece: A Critical take on the obesity debate. *Social Theory and Health*, 3, 302-314.
- Mulgrew, K. E. & Volcevski-Kostas, D. (2012). Short term exposure to attractive and muscular singers in music video clips negatively affects men's body image and mood. *Body Image*, 9, 543-546.
- Ogden, J. & Munday, K. (1996). The effect of the media on body satisfaction: The role of gender and size. *European Eating Disorders Review*, 4, 171–181.
- Olivardia, R., Pope, H. G., Borowiecki, J. J. & Cohane, G. H. (2004). Biceps and Body Image: the Relationship Between Muscularity and Self Esteem, Depression and Eating Disorder Symptoms. *Psychology of Men & Masculinity*, 5, 112-120.
- Page, R. M. & Allen, O. (1995). Adolescents Perception of Body Weight and Weight Satisfaction. *Perceptual and Motor Skills*, 81, 81-82.

- Pope, H. G., Gruber, A. J., Mangweth, B., Bureau, B., deCol, C., Jourvent, R. & Hudson, J. I. (2000). Body image perception among men in three countries. *American Journal of Psychiatry*, 157, 1297-1301.
- Pope, H. G., Phillips, K. A. & Olivardia, R. (2000b). *The Adonis Complex. The secret crisis of male body obsession*. New York: The Free Press.
- Rammstedt, B. & John, O. P. (2005). Kurzversion des Big Five Inventory (BFI-K): Entwicklung und Validierung eines ökonomischen Inventars zur Erfassung der fünf Faktoren der Persönlichkeit. *Diagnostica*, 51, 195-206.
- Ricciardelli, L. A. & McCabe, M. P. (2001). Self-Esteem and Negative Affect as Moderators of Sociocultural Influences on Body Dissatisfaction, Strategies to Decrease Weight, and Strategies to Increase Muscle Among Adolescent Boys and Girls. *Sex Roles*, 44, 189-207.
- Roberts, A. & Good, E. (2010). Media images and female body dissatisfaction: The moderating effects of the Five-Factor traits. *Eating Behaviours*, 11, 211-216.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Schmitt, M. & Maes, J. (2000). Vorschlag zu Vereinfachung des Beck-Depressions-Inventars (BDI). *Diagnostica*, 46, 38-46.
- Smolak, L. & Stein, J. A. (2006). The relationship of drive for muscularity to sociocultural factors, self esteem, physical attributes, gender role, and social comparison in middle school boys. *Body Image*, 3, 121-129.
- Swami, V., Hadji-Michael, M. & Furnham, A. (2008). Personality and individual difference correlates of positive body image. *Body Image*, 5, 322-325.
- Swami, V., Taylor, R. & Carvalho, C. (2011). Body dissatisfaction assessed by the Photographic Figure Rating Scale is associated with sociocultural, personality and media influences. *Scandinavian Journal of Psychology*, 52, 57-63.
- Swami, V., Tran, U. S., Hoffmann Brooks, L., Kanaan, L. & Luesse, E.-M. (2013). Body image and personality: Associations between the Big Five Personality Factors, actual-ideal weight discrepancy, and body Appreciation. *Scandinavian Journal of Psychology*, 54, 146-151.



Tiggemann, M. (2002). Media Influences of Body Image Development. In T. F. Cash & T. Pruzinsky (Hrsg.), *Body Image. A handbook of theory, research and clinical practice*. (91-98). New York: The Guilford Press.

Tylka, T. L. (2011). Refinement of the tripartite influence model for men: Dual body image pathways to body change behaviors. *Body Image*, 8, 199-207.

Westmoreland Corson, P. & Andersen, A. E. (2002). Body Image Issues among Boys and Men. In T. F. Cash & T. Pruzinsky (Hrsg.), *Body Image. A handbook of theory, research, and clinical practice*. (192-199). New York: The Guilford Press.

## **14. VERZEICHNISSE**

### **14.1. LITERATURVERZEICHNIS**

Agliata, D. & Tantleff-Dunn, S. (2004). The impact of media exposure on males' body image. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23, 7-22.

American Psychiatric Association. (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (4th ed., text revision)*. Washington, DC: APA.

Arbour, K. P. & Martin Ginis, K. A. (2006). Effects of exposure to muscular and hypermuscular media images on young men's muscularity dissatisfaction and body dissatisfaction. *Body Image*, 3, 153-161.

Asendorpf, J. B. & Neyer, F. J. (2012). *Psychologie der Persönlichkeit* (5. Auflage). Berlin: Springer Medizin.

Ata, R. N., Ludden, A. B. & Lally, M. M. (2007). The effects of gender and family, friend, and media influences on eating behaviors and body image during adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 36, 1024–1037.

Barlett, C. P., Vowels, C. L. & Saucier, D. A. (2008). Meta-analyses of the effect of media images on men's body-image concerns. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 27, 279-310.

Barth, B. & Cerny, S. (2012). *Presstext AIM-Consumer- Q1 2012*. Verfügbar unter: [http://www.integral.co.at/downloads/Internet/2012/05/Presstext\\_AIM-Consumer\\_Q1\\_2012.pdf](http://www.integral.co.at/downloads/Internet/2012/05/Presstext_AIM-Consumer_Q1_2012.pdf) [26.5.14].

- Beck, A. T., Ward, C. H., Mendelson, M., Mock, J. & Erbaugh, J. (1961). An inventory for measuring depression. *Archives of general psychiatry*, 4, 561-571.
- Bibliographisches Institut GmbH (2013). *Duden*. Verfügbar unter:  
<http://www.duden.de/rechtschreibung/pedantisch> [18.5.2014].
- Blond, A. (2008). Impacts of exposure to images of ideal bodies on male body dissatisfaction: A review. *Body Image*, 5, 244-250.
- Borkenau, P. & Ostendorf, F. (1993). *NEO-Fünf-Faktoren Inventar (NEO-FFI)*. Göttingen: Hogrefe.
- Borkoles, E., Polman, R. & Levy, A. (2010). Type-D personality and body image in men: the role of exercise status. *Body Image*, 7, 39-45.
- Bortz, J. & Döring, N. (2006). *Forschungsmethoden und Evaluation für Human- und Sozialwissenschaftler*. Heidelberg: Springer Medizin Verlag.
- Boyes, A. D., Fletcher, G. J. O. & Latner, J. D. (2007). Male and female body image and dieting in the context of intimate relationships. *Journal of Family Psychology*, 21, 764-768.
- Brehm, S. S. & Brehm, J. W. (1981). *Psychological reactance: A theory of freedom and control*. New York: Academic Press.
- Cafri, G. & Thompson, J. K. (2004). Measuring Male Body Image: A Review of the Current Methodology. *Psychology of Men and Masculinity*, 5, 18-29.
- Cafri, G., Thompson, J. K., Ricciardelli, L., McCabe, M., Smolak, L. & Yesalis, C. (2005). Pursuit of the muscular ideal: Physical and psychological consequences and putative risk factors. *Clinical Psychology Review*, 25, 215-239.
- Carlson Jones, D. (2011). Interpersonal and Familial Influences on the Body Image. In T. F. Cash & L. Smolak, (Hrsg.), *Body image: A Handbook of Science, Practice and Prevention* (2. Aufl.) (110-118). New York: The Guilford Press.
- Cash, T. F. (2000). MBSRQ USERS' MANUAL (Third Revision, January, 2000)
- Cash, T. F. & Pruzinsky, T. (Hrsg.). (2002). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. New York: The Guilford Press.

- Cash, T. F. (2004). Body image: past, present and future. *Body Image*, 1, 1-5.
- Cash, T. F. & Smolak, L. (Hrsg.). (2011). *Body image: A Handbook of Science, Practice and Prevention* (2. Aufl.). New York: The Guilford Press.
- Center for Disease Control and Prevention (2006). Youth risk behavior surveillance-United States, 2005. *Surveill Summ, MMWR*, 55, 1–107.
- Cohen, J. (1992). A Power Primer. *Psychological Bulletin*, 112, 155-159.
- Collani, G. & Herzberg, P. Y. (2003). Eine revidierte Fassung der deutschsprachigen Skala zum Selbstwertgefühl von Rosenberg. *Zeitschrift für Differentielle und Diagnostische Psychologie*, 24, 3–7.
- Collins, R. L. (1996). For better or worse: The impact of upward social comparison on self-evaluations. *Psychological Bulletin*, 119, 51-69.
- Conner, M., Martin, E. & Silverdale, N. (1996). Dieting in adolescence : An application of the theory of planned behaviour. *British Journal of Health Psychology*, 1, 315-325.
- Cortina, J. M. (1993). What is Coefficient Alpha? An Examination of Theory and Applications. *Journal of Applied Psychology*, 78, 98-104.
- Davis, C., Karvinen, K. & McCreary, D. R. (2005). Personality correlates of a drive for muscularity in young men. *Personality and individual differences*, 39, 349-259.
- Denollet, J. (2005). Standard assessment of negative affectivity, social inhibition and Type D personality. *Psychosomatic Medicine*, 67, 89-97.
- Eccles-Parsons, J., Adler T. F. & Kaczala, C.-M. (1982). Socialization of achievement attitudes and beliefs: parental influences. *Child Development*, 53, 310-321.
- Farquhar, J. C. & Wasylkiw, L. (2007). Media Images of Men: Trends and Consequences of Body Conceptualization. *Psychology of Men & Masculinity*, 8, 145-160.
- Feingold, A. (1992). Good-looking people are not what we think. *Psychological Bulletin*, 111, 304-341.
- Ferguson, C. J. (2013). In the Eye of the Beholder: Thin-Ideal Media Affects Some, but Not Most, Viewers in a Meta-Analytic Review of Body Dissatisfaction in Women and Men. *Psychology of Popular Media Culture*, 2, 20-37.

- Ferring, D. & Filipp, S.-H. (1996). Messung des Selbstwertgefühls: Befunde zur Reliabilität, Validität und Stabilität der Rosenberg-Skala. *Diagnostica*, 42, 284–292.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7, 117–140.
- Field, A. (2009). *Discovering Statistics Using SPSS* (3. Auflage). London: Sage Publications.
- Fisher, S. & Cleveland, S. E. (1958). *Body image and personality*. Oxford: Van Nostrand.
- Forston, M. T. & Stanton, A. L. (1992). Self-discrepancy theory as a framework for understanding bulimic symptomatology and associated distress. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 11, 103–118.
- Franzoi, S. L., Kessenich, J. & Sugrue, R. A. (1989). Gender Differences in the experience of body awareness: An experimental sampling study. *Sex Roles*, 21, 499-515.
- Franzoi, S. L. (1995). The Body-As-Object Versus The Body-As-Process: Gender Differences and Gender Considerations. *Sex Roles*, 33, 417-437.
- Furnham, A. & Greaves, N. (1994). Gender and locus of control correlates of body image dissatisfaction. *European Journal of Personality*, 8, 183–200.
- Galioto, R., Karazsia, B. T. & Crowther, J. H. (2012). Familial and peer modeling and verbal commentary: Associations with muscularity-oriented body dissatisfaction and body change behaviors. *Body Image*, 9, 293-297.
- Garner, D. (1997). Survey says: Body image poll results. *Psychology Today*, 31, 30–87.
- Giles, D. C. & Close, J. (2008). Exposure to lad magazines and drive for muscularity in dating an non-dating young men. *Personality and Individual Differences*, 44, 1610-1616.
- Goethals, G. R. & Darley, J. M. (1977). Social comparison theory: An attributional approach. In J. M. Suls & R. L. Miller (Hrsg.), *Social comparison processes: Theoretical and Empirical Perspectives* (259-278). Washington, DC: Hemisphere.
- Grieve, F. G. (2007). A Conceptual Model of Factors Contributing to the Development of Muscle Dysmorphia. *Eating Disorders: The Journal of Treatment & Prevention*, 15, 63-80.
- Groesz, L. M., Levine, M. P. & Murnen, S. K. (2002). The effect of experimental presentation of thin media images on body satisfaction: A meta-analytic review. *International Journal of Eating Disorders*, 31, 1-16.

- Grogan, S. & Richards, H. (2002). Body image: focus groups with boys and men. *Men and Masculinities*, 4, 219–233.
- Grogan, S. (2007). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children*. London: Routledge.
- Halliwell, E., Dittmar, H. & Orsborn, A. (2007). The effects of exposure to muscular male models among men: Exploring the moderating role of gym use and exercise motivation. *Body Image*, 4, 278-287.
- Harrison, K. (2001). Ourselves, our bodies: Thin-ideal media, self-discrepancies, and eating disorder symptomatology in adolescents. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 20, 289-323.
- Hatoum, I. J. & Belle, D. (2004). Mags and Abs: Media Consumption and Bodily Concerns in Men. *Sex Roles*, 51, 397-407.
- Hausenblas, H. A. & Fallon, E. A. (2002). Relationship among Body Image, Exercise Behaviour, an Exercise Dependence Syndroms. *International Journal of Eating Disorders*, 32, 179-185.
- Hausenblas, H. A. & Symons Downs, D. (2002). Exercise dependence: a systematic review. *Psychology of Sport and Exercise*, 3, 89-123.
- Hautzinger, M., Bailer, M., Worrall, H. & Keller, F. (2000). Beck-Depressions-Inventar (BDI). Testhandbuch (3. Aufl.). Bern: Huber.
- Heatherton, T. F. & Polivy, J. (1991). Developing and validation of a scale for measuring state self esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 895–910.
- Herkner, W. (2001). *Lehrbuch Sozialpsychologie* (2. unveränderte Auflage). Bern: Huber.
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94, 319–340.
- Hildebrandt, T., Langenbucher, J., Carr, S., Sanjuan, P. & Park, S. (2006). Predicting intentions for long-term anabolicandrogenic steroid use among males: A covariance structure model. *Psychology of Addictive Behaviors*, 20, 234-240.
- Hildebrandt, T. & Lai, J. (2011). Body Image and Appearance- and Performance-Enhancing Drug Use. In T. F. Cash & L. Smolak, (Hrsg.), *Body image: A Handbook of*

*Science, Practice and Prevention* (2. Aufl.) (314-322). New York: The Guilford Press.

Humphreys, P. & Paxton, S. J. (2004). Impact of exposure to idealised male images on adolescent boys' body image. *Body Image*, 1, 253-266.

John, O. P., Donahue, E. M. & Kentle, R. L. (1991). *The „Big Five“ Inventory – Versions 4a and 54*. Berkeley: University of California, Berkeley, Institute of Personality and Social Research.

Johnson, P. J., McCreary, D. R. & Mills, J. S. (2007). Effects of Exposure to Objectified Male and Female Media Images on Men's Psychological Well-Being. *Psychology of Men and Masculinity*, 8, 95-102.

Kammer, D. (1983). Eine Untersuchung der psychometrischen Eigenschaften des deutschen Beck-Depressionsinventars (BDI). *Diagnostica*, 29, 48–60.

Karazsia, B. T. & Crowther, J. H. (2010). Sociocultural and psychological links to men's engagement in risky body change behaviors. *Sex Roles*, 63, 747– 756.

Kearney-Cooke, A. (2002). Familial Influences on Body Image Development. In T. F. Cash & T. Pruzinsky (Hrsg.), *Body Image. A handbook of theory, research and clinical practice*. (91-98). New York: The Guilford Press.

Krüger, C., Borgmann, L., Antonik, T. & Meyer A.-K. (2012). *Datenauswertung mit SPSS*. Verfügbar unter: [http://www.zhb.tu-dortmund.de/wb/Row/Medienpool/Downloads/Skript\\_1\\_3.pdf](http://www.zhb.tu-dortmund.de/wb/Row/Medienpool/Downloads/Skript_1_3.pdf) [3.7.2014].

Kvalem, I. L., von Soest, T., Roald, H. E. & Skolleborg, K. C. (2006). The interplay of personality and negative comments about appearance in predicting body image. *Body Image*, 3, 263-273.

Labre, M. P. (2005). Burn fat, build muscle: A content analysis of Men's Health and Men's Fitness. *International Journal of Men's Health*, 4, 187–200.

Leit, R. A., Pope, H. G. & Gray J. J. (2001). Cultural Expectations of Muscularity in Men: The Evolution of Playgirl Centerfolds. *International Journal of Eating Disorders*, 29, 90-93.

- Lock, J., Reisel, B. & Steiner, H. (2001). Associated health risks of adolescents with disordered eating: How different are they from their peers? Results from a high school survey. *Child Psychiatry and Human Development*, 31, 249–265.
- Lorenzen, L. A., Grieve, F. G. & Thomas, A. (2004). Exposure to Muscular Male Models Decreases Men's Body Satisfaction. *Sex Roles*, 51, 743-748.
- Lynch, S. M. & Zellner, D. A. (1999). Figure preferences in two generations of men: The use of figure drawings illustrating differences in muscle mass. *Sex Roles*, 40, 833–843.
- Major, B., Testa, M. & Bylsma, W. H. (1991). Responses to Upward and Downward Comparisons: The Impact of Esteem-Relevance and Perceived Control. In J. M. Suls & T. A. Wills (Hrsg.), *Social Comparison. Contemporary Theory and Research*. (237-260). Hillsdale, New Jersey: Erlbaum.
- Maloney, M., McGuire, J., Daniels, S. & Specker, B. (1989). Dieting behaviour and eating attitudes in children. *Pediatrics*, 84, 482-487.
- Maltby, J., Day, L. & Macaskill, A. (2011). *Differentielle Psychologie, Persönlichkeit und Intelligenz* (2., aktualisierte Auflage). München: Pearson Studium.
- Maravelias, C., Dona, A., Stefanidou, M. & Spiliopoulou, C. (2005). Adverse effects of anabolic steroids in athletes: A constant threat. *Toxicology Letters*, 158, 167-175.
- Markus, H. (1977). Self-schema and processing information about the self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35, 63–78.
- May, A. L., Kim, J., McHale, S. M. & Crouter, A. C. (2006). Parent-adolescent relationships and the development of weight concerns from early to late adolescence. *International Journal of Eating Disorders*, 39, 729–740.
- McCabe, M. P. & Ricciardelli, L. A. (2001). Parent, peer, and media influences on body image and strategies to both increase and decrease body size among adolescent boys and girls. *Adolescence*, 36, 225–240.
- McCabe, M. P. & McGreevy, S. (2010). The role of partners in shaping the body image and body change strategies of adult men. *Health*, 2, 1002–1009.

- McCreary, D. R. & Sasse, D. K. (2000). An exploration of the drive for muscularity in adolescent boys and girls. *Journal of American College Health*, 48, 297-304.
- McCreary, D. R., Sasse, D. K., Saucier, D. M. & Dorsch, K. D. (2004). Measuring the drive for muscularity: Factorial validity of the drive for muscularity scale in men and women. *Psychology of Men and Masculinity*, 5, 49 – 58.
- McCreary, D. R., Saucier, D. M. & Courtenay, W. H. (2005). The drive for muscularity and masculinity: Testing the association among gender role traits, behaviors, attitudes and conflict. *Psychology of Men and Masculinity*, 6, 83-94.
- McCreary, D. R. (2011). Body Image and Muscularity. In T. F. Cash & L. Smolak, (Hrsg.), *Body image: A Handbook of Science, Practice and Prevention* (2. Aufl.) (198-205). New York: The Guilford Press.
- Mellor, D., Fuller-Tyszkiewicz, M., McCabe, M. P. & Ricciardelli, L. A. (2010). Body Image and Self-Esteem Across Age and Gender: A Short-Term Longitudinal Study. *Sex Roles*, 63, 672-681.
- Misar-Dietz, C. (2010). *MedienPuzzle 10. Mediennutzung von Jugendlichen. Erhebung zum Medienalltag von Österreichs SchülerInnen der 7. bis 13. Schulstufe*. Wien: Buchmarketing.
- Mishkind, M., Rodin, J., Silberstein, L. & Striegel-Moore, R. (1986). The embodiment of masculinity: Cultural, psychological, and behavioral dimensions. *American Behavioral Scientist*, 29, 545–562.
- Monaghan, L. (2005). Discussion piece: A Critical take on the obesity debate. *Social Theory and Health*, 3, 302-314.
- Mulgrew, K. E. & Volcevski-Kostas, D. (2012). Short term exposure to attractive and muscular singers in music video clips negatively affects men's body image and mood. *Body Image*, 9, 543-546.
- Murnen, S. K. (2011). Gender and Body Images. In T. F. Cash & L. Smolak, (Hrsg.), *Body image: A Handbook of Science, Practice and Prevention* (2. Aufl.) (173-179). New York: The Guilford Press.
- Murray, T. & Lewis, V. (2014). Gender-Role Conflict and Men's Body Dissatisfaction: The Moderating Role of Age. *Psychology of Men and Masculinity*, 15, 40-48.



- Neumark-Sztainer, D., Story, M., Falkner, N. H., Beuhring, T. & Resnick, M. D. (1999). Sociodemographic and personal characteristics of adolescents engaged in weight loss and weight/muscle gain behaviors: Who is doing what? *Preventative Medicine: An International Journal Devoted to Practice and Theory*, 28, 40–50.
- Neumark-Sztainer, D. & Hannan, P. J. (2000). Weight-related behaviors among adolescent girls and boys: Results from a national survey. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*, 154, 569–577.
- O’Dea, J. A. & Abraham, S. (1999). Onset of disordered eating attitudes and behaviors in early adolescence: Interplay of pubertal status, gender, weight, and age. *Adolescence*, 34, 671–679.
- O’Dea, J. A. & Caputi, P. (2001). Association between socioeconomic status, weight, age and gender, and the body image and weight control practice of 6- to 19 year old children and adolescents. *Health education research*, 16, 521-532.
- Ogden, J. (1992). *Fat chance: The myth of dieting explained*. London: Routledge.
- Ogden, J. & Mundray, K. (1996). The effect of the media on body satisfaction: The role of gender and size. *European Eating Disorders Review*, 4, 171–181.
- Ogden, J. & Taylor, C. (2000). Body dissatisfaction within couples. *Journal of Health Psychology*, 5, 25–32.
- Olivardia, R., Pope, H. G. & Hudson, J. I. (2000). Muscle dysmorphia in male weightlifters: A case-control study. *American Journal of Psychiatry*, 157, 1291–1296.
- Olivardia, R., Pope, H. G., Borowiecki, J. J. & Cohane, G. H. (2004). Biceps and Body Image: the Relationship Between Muscularity and Self Esteem, Depression and Eating Disorder Symptoms. *Psychology of Men & Masculinity*, 5, 112-120.
- Ostendorf, F. & Angleitner, A. (2004). *NEO-PI-R. NEO-Persönlichkeitsinventar nach Costa und McCrae*. Revidierte Fassung. Göttingen: Hogrefe.
- Page, R. M. & Allen, O. (1995). Adolescents Perception of Body Weight and Weight Satisfaction. *Perceptual and Motor Skills*, 81, 81-82.

- Peterson, K. A., Paulson, S. E. & Williams, K. K. (2007). Relations of Eating Disorder Symptomology with Perceptions of Pressures from Mothers, Peers, and Media in Adolescent Girls and Boys. *Sex Roles*, 57, 629-639.
- Pompper, D. (2010). Masculinities, the metrosexual, and media images: Across dimensions of age and ethnicity. *Sex Roles*, 63, 682–696.
- Pope, H. G. & Katz, D. L. (1994). Psychiatric and medical effects of anabolic-androgenic steroid use: A controlled study of 160 athletes. *Archives of General Psychiatry*, 5, 375-382.
- Pope, H. G., Gruber, A. J., Choi, P., Olivardia, B. A. & Phillips, K. A. (1997). Muscle Dysmorphia: An Underrecognized Form of Body Dysmorphic Disorder. *Psychosomatics*, 38, 548-557.
- Pope, H. G., Gruber, A. J., Mangweth, B., Bureau, B., deCol, C., Jourvent, R. & Hudson, J. I. (2000). Body image perception among men in three countries. *American Journal of Psychiatry*, 157, 1297-1301.
- Pope, H. G., Phillips, K. A. & Olivardia, R. (2000b). *The Adonis Complex. The secret crisis of male body obsession*. New York: The Free Press.
- Rammstedt, B. & John, O. P. (2005). Kurzversion des Big Five Inventory (BFI-K): Entwicklung und Validierung eines ökonomischen Inventars zur Erfassung der fünf Faktoren der Persönlichkeit. *Diagnostica*, 51, 195-206.
- Ricciardelli, L. A., McCabe, M. P. & Banfield, S. (2000). Body image and body change methods in adolescent boys: Role of parents, friends, and the media. *Journal of Psychosomatic Research*, 49, 189–197.
- Ricciardelli, L. A. & McCabe, M. P. (2001). Self-Esteem and Negative Affect as Moderators of Sociocultural Influences on Body Dissatisfaction, Strategies to Decrease Weight, and Strategies to Increase Muscle Among Adolescent Boys and Girls. *Sex Roles*, 44, 189-207.
- Ricciardelli, L. A. & McCabe, M. P. (2003). A longitudinal analysis of the role of psychosocial factors in predicting body change strategies among adolescent boys. *Sex Roles*, 45, 349–360.

- Ricciardelli, L. A. & McCabe, M. P. (2011). Body Image Developments in Adolescent Boys. In T. F. Cash & L. Smolak, (Hrsg.), *Body image: A Handbook of Science, Practice and Prevention* (2. Aufl.) (85-92). New York: The Guilford Press.
- Roberts, A. & Good, E. (2010). Media images and female body dissatisfaction: The moderating effects of the Five-Factor traits. *Eating Behaviours*, 11, 211-216.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Saß, H., Wittchen, H.-U. & Zaudig, M. (2003). *Diagnostisches und statistisches Manual psychischer Störungen DSM-IV-TR*. Göttingen: Hogrefe.
- Schilder, P. (1950). *The image and appearance of the human body*. New York: International Universities Press.
- Schmitt, M. & Maes, J. (2000). Vorschlag zu Vereinfachung des Beck-Depressions-Inventars (BDI). *Diagnostica*, 46, 38-46.
- Schmitt, M., Beckmann, M., Dusi, D., Maes, J., Schiller, A. & Schonauer, K. (2003). Messgüte des vereinfachten Becks-Depressions-Inventars (BDI-V). *Diagnostica*, 49, 147-156.
- Scully, D., Kremer, J., Meade, M. M., Graham, R. & Dudgeon, K. (1998). Physical exercise and psychological well-being: A critical review. *British Journal of Sports Medicine*, 32, 111–120.
- Serdula, M. K., Collins, M. E., Williamson, D. F., Anda, R. F., Pamuk, E. & Byers, T. E. (1993). Weight control practices of U.S. adolescents and adults. *Annals of Internal Medicine*, 119, 667–671.
- Shisslak, C. M., Crago, M. & Estes, L. S. (1995). The spectrum of eating disturbances. *International Journal of Eating Disorders*, 18, 209–219.
- Smolak, L. & Stein, J. A. (2006). The relationship of drive for muscularity to sociocultural factors, self esteem, physical attributes, gender role, and social comparison in middle school boys. *Body Image*, 3, 121-129.

- Stanford, J. N. & McCabe, M. P. (2002). Body image ideal among males and females: Sociocultural influences and focus on different body parts. *Journal of Health Psychology, 7*, 675-684.
- Stice E., Agrad W. S. & Hammer L. D. (1999). Risk factors for the emergence of childhood eating disturbances. A five-year prospective study. *International Journal of Eating Disorders, 25*, 375–387.
- Suls, J. M., Martin, R. & Wheeler, L. (2002). Social Comparison: Why, with whom, and with what effect? *Current Directions in Psychological Science, 11*, 159-163.
- Swami, V., Hadji-Michael, M. & Furnham, A. (2008). Personality and individual difference correlates of positive body image. *Body Image, 5*, 322-325.
- Swami, V., Taylor, R. & Carvalho, C. (2011). Body dissatisfaction assessed by the Photographic Figure Rating Scale is associated with sociocultural, personality and media influences. *Scandinavian Journal of Psychology, 52*, 57-63.
- Swami, V., Tran, U. S., Hoffmann Brooks, L., Kanaan, L. & Luesse, E.-M. (2013). Body image and personality: Associations between the Big Five Personality Factors, actual-ideal weight discrepancy, and body Appreciation. *Scandinavian Journal of Psychology, 54*, 146-151.
- Thompson, J. K., Heinberg, L. J., Altabe, M. & Tantleff-Dunn, S. (1999). *Exacting beauty: Theory, assessment and treatment of body image disturbance*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Thompson, M. J. (2000). Gender in magazine advertising: Skin sells best. *Clothing and Textiles Research Journal, 18*, 178-181.
- Tylka, T. L. (2011). Refinement of the tripartite influence model for men: Dual body image pathways to body change behaviors. *Body Image, 8*, 199-207.
- Tiggemann, M. (2002). Media Influences of Body Image Development. In T. F. Cash & T. Pruzinsky (Hrsg.), *Body Image. A handbook of theory, research and clinical practice*. (91-98). New York: The Guilford Press.
- Turner, S. L., Hamilton, H., Jacobs, M., Angood, L. M. & Dwyer, D. H. (1997). The influence of fashion magazines on the body image satisfaction of college women: an exploratory analysis. *Adolescence, 32*, 603-614.

Universitätsklinikum Heidelberg (o. J.). *Body-Mass-Index (BMI) Rechner*. Verfügbar unter <http://www.klinikum.uni-heidelberg.de/bmi.110731.0.html> [21.4.14].

Weise, G. (1975). *Psychologische Leistungstests*. Göttingen: Hogrefe.

Westmoreland Corson, P. & Andersen, A. E. (2002). Body Image Issues among Boys and Men. In T. F. Cash & T. Pruzinsky (Hrsg.), *Body Image. A handbook of theory, reserach, and clinical practice*. (192-199). New York: The Guilford Press.

Wheeler, L. (1991). A Brief History of Social Comparison Theory. In J. M. Suls, & T. A. Wills (Hrsg.), *Social Comparison. Contemporary Theory and Research*. (3-19). Hilsdale, New Jersey: Erlbaum.

Wills, T. A. (1981). Downward comparison principles in social psychology. *Psychological Bulletin*, 90, 245-271.

Wood, J. V. (1989). Theory and research concerning social comparisons of personal attributes. *Psychological Bulletin*, 106, 231-248.

Van den Berg, P., Paxton, S. J., Keery, H., Wall, M., Guo, J. & Neumark-Sztainer, D. (2007). Body dissatisfaction and body comparison with media images in males and females. *Body Image*, 4, 257-268.

Zehetner, H. (2010). *Die Mediennützung der österreichischen Jugendlichen*. Verfügbar unter [http://mediaresearch.orf.at/c\\_studien/studenttag%20jugend.pdf](http://mediaresearch.orf.at/c_studien/studenttag%20jugend.pdf) [23.5.14].

Zmijewski, C. F. & Howard, M. O. (2003). Exercise dependence and attitudes toward eating among young adults. *Eating Behaviours*, 4, 181-195.

## 14.2. ABBILDUNGSVERZEICHNIS

|                                                                       |    |
|-----------------------------------------------------------------------|----|
| Abbildung 1: Tripartite Influence Model (Thompson et al., 1999) ..... | 19 |
| Abbildung 2: Quadripartite Influcence Modell (Tylka, 2011). .....     | 20 |
| Abbildung 3: Stimulusbild „Body as Object“ .....                      | 62 |
| Abbildung 4: Stimulusbild „Body as Process“ .....                     | 62 |
| Abbildung 5: Stimulusbild Kontrollgruppe.....                         | 62 |
| Abbildung 6: Altersverteilung gesamt .....                            | 64 |
| Abbildung 7: Alterskategorien .....                                   | 64 |

|                                                                                      |     |
|--------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Abbildung 8: Verteilung der Variable Bildung gesamt .....                            | 66  |
| Abbildung 9: Mittelwerte der Variablen Größe, Gewicht und BMI .....                  | 69  |
| Abbildung 10: Gewichtskategorien der Stichprobe .....                                | 69  |
| Abbildung 11: Verteilung der Variable Beziehungsstatus .....                         | 70  |
| Abbildung 12: Mittelwerte der Variable Körperbewertung .....                         | 79  |
| Abbildung 13: Mittelwerte der Variable Muskelbewertung .....                         | 81  |
| Abbildung 14: Mittelwerte der Variable Depression .....                              | 83  |
| Abbildung 15: Mittelwerte der Variable Selbstwert .....                              | 85  |
| Abbildung 16: Mittelwerte der Variable Körperbewertung .....                         | 88  |
| Abbildung 17: Mittelwerte der Variable Muskelbewertung .....                         | 90  |
| Abbildung 18: Mittelwerte der Variable Körperbewertung .....                         | 92  |
| Abbildung 19: Mittelwerte der Variable Muskelbewertung .....                         | 94  |
| Abbildung 20: Mittelwerte der Variable Körperbewertung .....                         | 96  |
| Abbildung 21: Mittelwerte Muskelbewertung .....                                      | 98  |
| Abbildung 22: Mittelwerte der Variable Körperbewertung .....                         | 100 |
| Abbildung 23: Mittelwerte der Variable Muskelbewertung .....                         | 102 |
| Abbildung 24: Mittelwerte der Variable Körperbewertung .....                         | 104 |
| Abbildung 25: Mittelwerte der Variable Muskelbewertung .....                         | 106 |
| Abbildung 26: Mittelwerte der Variable Körperbewertung im Bezug auf Beziehungsstatus |     |
| 109                                                                                  |     |
| Abbildung 27: Mittelwerte der Variable Muskelbewertung im Bezug auf Beziehungsstatus | 110 |
| Abbildung 28: Mittelwerte der Variable Körperbewertung im Bezug auf BMI .....        | 111 |
| Abbildung 29: Mittelwerte der Variable Muskelbewertung im Bezug auf BMI .....        | 111 |
| Abbildung 30: Mittelwerte der Variable Muskelbewertung im Bezug auf Alter .....      | 112 |

### 14.3. TABELLENVERZEICHNIS

|                                                                                                                                                                 |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabelle 1: Körperunzufriedenheit von Männern verschiedener Altersgruppen .....                                                                                  | 18 |
| Tabelle 2: Ergebnisse der Variablen Selbstbewusstsein und depressive Symptomatik pro Gruppe .....                                                               | 39 |
| Tabelle 3: Die Persönlichkeitsdimension Offenheit für Erfahrungen, ihre Facetten und beschreibende Adjektive (Ostendorf und Angleitner, 2004, S. 34- 38). ..... | 41 |
| Tabelle 4: Die Persönlichkeitsdimension Gewissenhaftigkeit, ihre Facetten und beschreibende Adjektive (Ostendorf und Angleitner, 2004, S. 34- 38). .....        | 42 |

|                                                                                                                                                                      |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabelle 5: Die Persönlichkeitsdimension Extraversion, ihre Facetten und beschreibende Adjektive (Ostendorf und Angleitner, 2004, S. 34- 38).....                     | 43 |
| Tabelle 6: Die Persönlichkeitsdimension Verträglichkeit, ihre Facetten und beschreibende Adjektive (Ostendorf und Angleitner, 2004, S. 34- 38).....                  | 44 |
| Tabelle 7: Die Persönlichkeitsdimension Neurotizismus, ihre Facetten und beschreibende Adjektive (Ostendorf und Angleitner, 2004, S. 34- 38).....                    | 45 |
| Tabelle 8: Mittelwerte und Standardabweichungen der Object/Process Kategorisierung der Stimulusbilder .....                                                          | 52 |
| Tabelle 9: Mittelwertsunterschiede der Konzeptualisierungsgruppen bezüglich Muskulosität, Männlichkeit, körperlicher und allgemeiner Attraktivität.....              | 53 |
| Tabelle 10: Mittelwerte der Bewertungen der körperlichen und allgemeinen Attraktivität, Muskulosität und Männlichkeit der Stimulusbilder. ....                       | 54 |
| Tabelle 11: Mittelwertsunterschiede der Konzeptualisierungsgruppen .....                                                                                             | 55 |
| Tabelle 12: Mittelwertsunterschiede der optimierten Konzeptualisierungsgruppen bezüglich Muskulosität, Männlichkeit, körperlicher und allgemeiner Attraktivität..... | 55 |
| Tabelle 13: Normalverteilungstestung der Variable Alter .....                                                                                                        | 65 |
| Tabelle 14: Überprüfung der Varianzhomogenität der Variable Alter .....                                                                                              | 65 |
| Tabelle 15: Höchste abgeschlossene Bildung der drei Untersuchungsgruppen.....                                                                                        | 66 |
| Tabelle 16: Überprüfung der Varianzhomogenität der Variable „Formale Bildung“ .....                                                                                  | 67 |
| Tabelle 17: Deskriptive Statistik der Variable Größe .....                                                                                                           | 67 |
| Tabelle 18: Deskriptive Statistik der Variable Gewicht.....                                                                                                          | 68 |
| Tabelle 19: Deskriptive Statistik der Variable BMI.....                                                                                                              | 68 |
| Tabelle 20: Kolmogorov-Smirnov Test zur Überprüfung der Normalverteilung der Variablen Größe, Gewicht und BMI.....                                                   | 68 |
| Tabelle 21: Kruskal-Wallis Test zur Überprüfung der Varianzhomogenität der Variablen Größe, Gewicht und BMI.....                                                     | 68 |
| Tabelle 22: Gewichtskategorien der drei Untersuchungsgruppen .....                                                                                                   | 70 |
| Tabelle 23: Beziehungsstatus der Untersuchungsgruppen.....                                                                                                           | 71 |
| Tabelle 24: Reliabilitäten der Hauptskalen des BFI-K .....                                                                                                           | 71 |
| Tabelle 25: Trennschärfekoeffizienten der Items des BFI-K.....                                                                                                       | 72 |
| Tabelle 26: Trennschärfekoeffizienten der RSES .....                                                                                                                 | 73 |
| Tabelle 27: Trennschärfekoeffizienten der BASS .....                                                                                                                 | 73 |
| Tabelle 28: Trennschärfekoeffizienten der DMS .....                                                                                                                  | 74 |
| Tabelle 29: Trennschärfekoeffizienten des BDI-V .....                                                                                                                | 75 |

|                                                                                                                                                |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabelle 30: Levene Tests zur Überprüfung der Varianzhomogenität .....                                                                          | 76 |
| Tabelle 31: Überprüfung der Normalverteilung mithilfe der Konfidenzintervalle von Schiefe und Kurtosis. ....                                   | 77 |
| Tabelle 32: Mittelwerte und Standardabweichungen der Variable Körperbewertung.....                                                             | 78 |
| Tabelle 33: Ergebnis der einfaktoriellen Varianzanalyse der Variable Körperbewertung .....                                                     | 78 |
| Tabelle 34: Berechnung der Helmert-Kontraste bezüglich der Variable Körperbewertung....                                                        | 78 |
| Tabelle 35: Mittelwerte und Standardabweichungen der Variable Muskelbewertung .....                                                            | 80 |
| Tabelle 36: Ergebnis der einfaktoriellen Varianzanalyse der Variable Muskelbewertung.....                                                      | 80 |
| Tabelle 37: Berechnung der Helmert-Kontraste bezüglich der Variable Muskelbewertung ...                                                        | 80 |
| Tabelle 38: Mittelwerte und Standardabweichungen der Variable depressive Symptomatik .                                                         | 82 |
| Tabelle 39: Ergebnis der einfaktoriellen Varianzanalyse der Variable depressive Symptomatik                                                    | 82 |
| Tabelle 40: Berechnung der Helmert-Kontraste bezüglich der Variable depressive Symptomatik .....                                               | 82 |
| Tabelle 41: Mittelwerte und Standardabweichungen der Variable Selbstwert .....                                                                 | 83 |
| Tabelle 42: Ergebnis der einfaktoriellen Varianzanalyse der Variable Selbstwert.....                                                           | 84 |
| Tabelle 43: Berechnung der Helmert-Kontraste bezüglich der Variable Selbstwert .....                                                           | 84 |
| Tabelle 44: Mediane der Big Five Persönlichkeitsfaktoren .....                                                                                 | 85 |
| Tabelle 45: Persönlichkeitsfaktoren gruppiert .....                                                                                            | 86 |
| Tabelle 46: Korrelation der Big Five Persönlichkeitsfaktoren mit der Variable Körperbewertung.....                                             | 86 |
| Tabelle 47: Korrelation der Big Five Persönlichkeitsfaktoren mit der Variable Muskelbewertung .....                                            | 87 |
| Tabelle 48: Mittelwerte und Standardabweichungen der Variable Körperbewertung im Bezug auf die Variable Offenheit.....                         | 88 |
| Tabelle 49: Ergebnis der zweifaktoriellen Varianzanalyse der Variable Körperbewertung mit den Faktoren Untersuchungsgruppe und Offenheit ..... | 89 |
| Tabelle 50: Mittelwerte und Standardabweichungen der Variable Muskelbewertung im Bezug auf die Variable Offenheit.....                         | 90 |
| Tabelle 51: Ergebnis der zweifaktoriellen Varianzanalyse der Variable Muskelbewertung mit den Faktoren Untersuchungsgruppe und Offenheit ..... | 91 |
| Tabelle 52: Mittelwerte und Standardabweichungen der Variable Körperbewertung im Bezug auf die Variable Gewissenhaftigkeit .....               | 92 |



|                                                                                                                                                         |     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Tabelle 53: Ergebnis der zweifaktoriellen Varianzanalyse der Variable Körperbewertung mit den Faktoren Untersuchungsgruppe und Gewissenhaftigkeit ..... | 93  |
| Tabelle 54: Mittelwerte und Standardabweichungen der Variable Muskelbewertung im Bezug auf die Variable Gewissenhaftigkeit .....                        | 94  |
| Tabelle 55: Ergebnis der zweifaktoriellen Varianzanalyse der Variable Muskelbewertung mit den Faktoren Untersuchungsgruppe und Gewissenhaftigkeit ..... | 95  |
| Tabelle 56: Mittelwerte und Standardabweichungen der Variable Körperbewertung im Bezug auf die Variable Extraversion.....                               | 96  |
| Tabelle 57: Ergebnis der zweifaktoriellen Varianzanalyse der Variable Körperbewertung mit den Faktoren Untersuchungsgruppe und Extraversion .....       | 97  |
| Tabelle 58: Mittelwerte und Standardabweichungen der Variable Muskelbewertung im Bezug auf die Variable Extraversion.....                               | 98  |
| Tabelle 59: Ergebnis der zweifaktoriellen Varianzanalyse der Variable Muskelbewertung mit den Faktoren Untersuchungsgruppe und Extraversion .....       | 99  |
| Tabelle 60: Mittelwerte und Standardabweichungen der Variable Körperbewertung im Bezug auf die Variable Verträglichkeit .....                           | 99  |
| Tabelle 61: Ergebnis der zweifaktoriellen Varianzanalyse der Variable Körperbewertung mit den Faktoren Untersuchungsgruppe und Verträglichkeit.....     | 100 |
| Tabelle 62: Mittelwerte und Standardabweichungen der Variable Muskelbewertung im Bezug auf die Variable Verträglichkeit.....                            | 101 |
| Tabelle 63: Ergebnis der zweifaktoriellen Varianzanalyse der Variable Muskelbewertung mit den Faktoren Untersuchungsgruppe und Verträglichkeit.....     | 102 |
| Tabelle 64: Mittelwerte und Standardabweichungen der Variable Körperbewertung im Bezug auf die Variable Neurotizismus.....                              | 103 |
| Tabelle 65: Ergebnis der zweifaktoriellen Varianzanalyse der Variable Körperbewertung mit den Faktoren Untersuchungsgruppe und Neurotizismus .....      | 104 |
| Tabelle 66: Mittelwerte und Standardabweichungen der Variable Muskelbewertung im Bezug auf die Variable Neurotizismus.....                              | 105 |
| Tabelle 67: Ergebnis der zweifaktoriellen Varianzanalyse der Variable Muskelbewertung mit den Faktoren Untersuchungsgruppe und Neurotizismus .....      | 106 |
| Tabelle 68: Modellzusammenfassung der multiplen Regression mit der abhängigen Variable Körperbewertung.....                                             | 107 |
| Tabelle 69: Koeffizienten der multiplen Regressionsanalyse der Variable Körperbewertung                                                                 |     |

|                                                                                                              |     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Tabelle 70: Modellzusammenfassung der multiplen Regression mit der abhängigen Variable Muskelbewertung ..... | 108 |
| Tabelle 71: Koeffizienten der multiplen Regressionsanalyse der Variable Muskelbewertung                      | 108 |

## **15. ANHANG**

### **15.1. FRAGEBÖGEN**

#### **15.1.1. PRETEST**

Aus ökonomischen Gründen wird an dieser Stelle nicht der vollständige Pretest-Fragebogen dargestellt, sondern nur vier exemplarische Seiten.



Bewerten Sie bitte das Bild anhand folgender Kriterien:

|                           | sehr niedrig          |                       |                       |                       |                       |                       |                       | sehr hoch             |
|---------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Muskulosität              | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Männlichkeit              | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| körperliche Attraktivität | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| allgemeine Attraktivität  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

|                                                         | gar nicht             |                       |                       |                       |                       |                       |                       | sehr                  |
|---------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Wie aktiv wirkt der Mann?                               | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie stark wirkt die körperliche Anstrengung des Mannes? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie natürlich wirkt die Körperhaltung des Mannes?       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

---



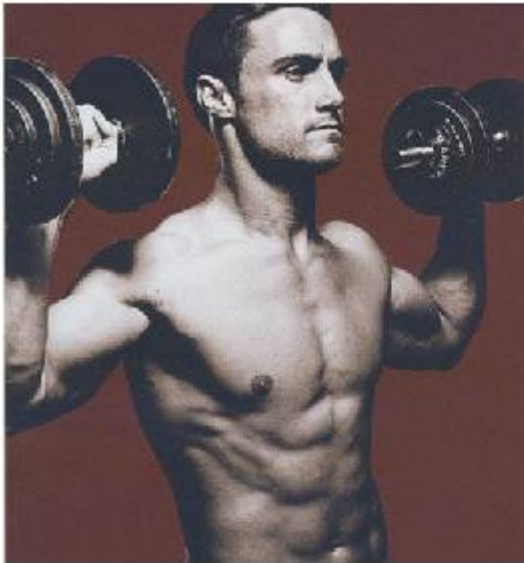
Bewerten Sie bitte das Bild anhand folgender Kriterien:

|                           | sehr niedrig          |                       |                       |                       |                       |                       |                       | sehr hoch             |
|---------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Muskulosität              | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Männlichkeit              | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| körperliche Attraktivität | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| allgemeine Attraktivität  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

|                                                         | gar nicht             |                       |                       |                       |                       |                       |                       | sehr                  |
|---------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Wie aktiv wirkt der Mann?                               | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie stark wirkt die körperliche Anstrengung des Mannes? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie natürlich wirkt die Körperhaltung des Mannes?       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

---



Bewerten Sie bitte das Bild anhand folgender Kriterien:

|                           | sehr niedrig          |                       |                       |                       |                       |                       |                       | sehr hoch             |
|---------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Muskulosität              | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Männlichkeit              | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| körperliche Attraktivität | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| allgemeine Attraktivität  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

|                                                         | gar nicht             |                       |                       |                       |                       |                       |                       | sehr                  |
|---------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Wie aktiv wirkt der Mann?                               | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie stark wirkt die körperliche Anstrengung des Mannes? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie natürlich wirkt die Körperhaltung des Mannes?       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

---



Bewerten Sie bitte das Bild anhand folgender Kriterien:

|                           | sehr niedrig          |                       |                       |                       |                       |                       |                       | sehr hoch             |
|---------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Muskulosität              | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Männlichkeit              | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| körperliche Attraktivität | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| allgemeine Attraktivität  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

|                                                        | gar nicht             |                       |                       |                       |                       |                       |                       | sehr                  |
|--------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Wie aktiv wirkt der Mann                               | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie stark wirkt die körperliche Anstrengung des Mannes | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie natürlich wirkt die Körperhaltung des Mannes       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

---

### 15.1.2. HAUPTSTUDIE

Im Folgenden werden die Fragebögen der Hauptstudie dargestellt. Da sich die Kontrollgruppe, die „Body as Object“ Gruppe und die „Body as Process“ Gruppe nur bezüglich der Stimulusbilder voneinander unterscheiden, wird nur der Kontrollgruppenfragebogen vollständig dargestellt. Aus den Fragebögen der „Body as Object“ und der „Body as Process“ Gruppen wurden nur die Stimulusbilder dargestellt.

### 15.1.2.1. Kontrollgruppe

Sehr geehrte TeilnehmerInnen,

vielen Dank, dass Sie mich bei meiner Diplomarbeit zum Thema "Kaufanreiz von Hochglanzmagazinen" unterstützen.

Die Studie wird ca. 10- 15 Minuten in Anspruch nehmen.

Ich bitten Sie, alles auszuschalten, das Sie während der Studie stören könnte (Handy, Skype, Facebook, ...).

Bearbeiten Sie die Aufgaben bitte mit Sorgfalt und lesen Sie die Instruktionen genau durch. Bitte beantworten Sie alle Fragen möglichst spontan, vollständig und ehrlich - es gibt weder richtige noch falsche Antworten!

Alle Daten werden selbstverständlich anonym behandelt und dienen ausschließlich Forschungszwecken im studentischen Rahmen.

Vielen Dank für Ihre Mithilfe,  
Anna Größwang

---

#### 1. Geschlecht

[Bitte auswählen] ▾

#### 2. Wie alt sind Sie?

Ich bin | \_\_\_\_ | Jahre

#### 3. Welchen Bildungsabschluss haben Sie?

---



[Bitte auswählen] ▾

4. Geben Sie bitte ihre Körpergröße in cm an.

Größe:

5. Geben Sie bitte ihr aktuelles Körpergewicht in kg an.

Gewicht:

6. Geben Sie bitte ihren aktuellen Beziehungsstatus an.

[Bitte auswählen] ▾

---

Inwieweit treffen die folgenden Aussagen auf Sie persönlich zu?

Wählen Sie dazu bitte die entsprechende Kategorie und kreuzen Sie sie rechts neben der jeweiligen Aussage an.

|                                                                           | sehr<br>unzutreffend  | eher<br>unzutreffend  | weder noch            | eher<br>zutreffend    | sehr<br>zutreffend    |
|---------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Ich bin eher zurückhaltend, reserviert.                                   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich neige dazu, andere zu kritisieren.                                    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich erledige Aufgaben gründlich.                                          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich werde leicht deprimiert,<br>niedergeschlagen.                         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich bin vielseitig interessiert.                                          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich bin begeisterungsfähig und kann<br>andere leicht mitreißen.           | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich schenke anderen leicht Vertrauen,<br>glaube an das Gute im Menschen.  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich bin bequem, neige zur Faulheit.                                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich bin entspannt, lasse mich durch<br>Stress nicht aus der Ruhe bringen. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich bin tief sinnig, denke gerne über                                     | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Sachen nach.

|                                                                  |                       |                       |                       |                       |                       |
|------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Ich bin eher der „stille Typ“, wortkarg.                         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich kann mich kalt und distanziert verhalten.                    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich bin tüchtig und arbeite flott.                               | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich mache mir viele Sorgen.                                      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich habe eine aktive Vorstellungskraft, bin phantasievoll.       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich gehe aus mir heraus, bin gesellig.                           | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich kann mich schroff und abweisend anderen gegenüber verhalten. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich mache Pläne und führe sie auch durch.                        | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich werde leicht nervös und unsicher.                            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich schätze künstlerische und ästhetische Eindrücke.             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich habe nur wenig künstlerisches Interesse.                     | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

---

Es werden Ihnen nun sechs fiktive Magazincovers präsentiert.

Bitte geben Sie an, wie ansprechend Sie Titelbild und Titelgeschichte finden und wie wahrscheinlich es ist, dass Sie diese Ausgabe des Magazins kaufen würden.

---



gar nicht

sehr

Wie sehr spricht Sie die Titelgeschichte dieses Magazins an?



Wie sehr spricht sie das Titelbild dieses Magazins an?



Wie wahrscheinlich ist es, dass Sie dieses Magazin kaufen würden?



gar nicht

sehr

Wie sehr spricht Sie die Titelgeschichte dieses Magazins an?



Wie sehr spricht sie das Titelbild dieses Magazins an?



Wie wahrscheinlich ist es, dass Sie dieses Magazin kaufen würden?

☐☐☐☐☐

## 500 Autos im Betriebskostenvergleich:

Wertverlust, Steuern, Versicherung, Wartung, Tanken,...



|                                                                   | gar nicht             |                       |                       |                       | sehr                  |
|-------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Wie sehr spricht Sie die Titelgeschichte dieses Magazins an?      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie sehr spricht sie das Titelbild dieses Magazins an?            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie wahrscheinlich ist es, dass Sie dieses Magazin kaufen würden? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |



|                                                                   | gar nicht             |                       |                       |                       | sehr                  |
|-------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Wie sehr spricht Sie die Titelgeschichte dieses Magazins an?      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie sehr spricht sie das Titelbild dieses Magazins an?            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie wahrscheinlich ist es, dass Sie dieses Magazin kaufen würden? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |



|                                                                   | gar nicht             |                       |                       |                       | sehr                  |
|-------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Wie sehr spricht Sie die Titelgeschichte dieses Magazins an?      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie sehr spricht sie das Titelbild dieses Magazins an?            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie wahrscheinlich ist es, dass Sie dieses Magazin kaufen würden? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |



## Normverbrauch und Wahrheit: Der große Verbrauchsschmäh



|                                                                   | gar nicht             |                       |                       |                       | sehr                  |
|-------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Wie sehr spricht Sie die Titelgeschichte dieses Magazins an?      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie sehr spricht sie das Titelbild dieses Magazins an?            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie wahrscheinlich ist es, dass Sie dieses Magazin kaufen würden? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Im Folgenden geht es um Ihre allgemeinen Gefühle sich selbst gegenüber.

Bitte lesen Sie jede der folgenden Aussagen durch und entscheiden Sie, wie stark diese auf Sie für gewöhnlich zutrifft. Sie können zwischen vier Abstufungen wählen, die von 1 („trifft gar nicht zu“) bis 4 („trifft voll und ganz zu“) reichen.

|                                                                    | 1                     | 2                     | 3                     | 4                     |
|--------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Alles in allem bin ich mit mir selbst zufrieden.                   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Hin und wieder denke ich, daß ich gar nichts taue.                 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich besitze eine Reihe guter Eigenschaften.                        | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich kann vieles genauso gut wie die meisten anderen Menschen auch. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

|                                                                                                          |                       |                       |                       |                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Ich fürchte, es gibt nicht viel, worauf ich stolz sein kann.                                             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich fühle mich von Zeit zu Zeit richtig nutzlos.                                                         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich halte mich für einen wertvollen Menschen, jedenfalls bin ich nicht weniger wertvoll als andere auch. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich wünschte, ich könnte vor mir selbst mehr Achtung haben.                                              | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Alles in allem neige ich dazu, mich für einen Versager zu halten.                                        | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich habe eine positive Einstellung zu mir selbst gefunden.                                               | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Geben Sie bitte an wie zufrieden bzw. unzufrieden Sie mit den folgenden Aspekten ihres Körpers sind.

Sie können zwischen fünf Abstufungen wählen, die von 1 („sehr unzufrieden“) bis 5 („sehr zufrieden“) reichen.

|                                                     | 1                     | 2                     | 3                     | 4                     | 5                     |
|-----------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Gesicht (Gesichtszüge, Teint/Hautbild)              | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Haare (Farbe, Volumen, Struktur)                    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| unterer Rumpf (Oberschenkel, Waden, Hintern, Hüfte) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| mittlerer Rumpf (Bauch, Taille)                     | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| oberer Rumpf (Brust, Schultern, Arme)               | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Muskelspannung/Muskeltonus                          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Gewicht                                             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Größe                                               | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Gesamterscheinung                                   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Lesen Sie bitte jedes Item genau durch und wählen Sie den Wert aus, der am besten auf Sie zutrifft.

|                                                                                                  | 1<br>immer            | 2<br>sehr oft         | 3<br>oft              | 4<br>manchmal         | 5<br>selten           | 6<br>nie              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Ich wünsche mir, muskulöser zu sein.                                                             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich denke, ich wäre selbstbewusster wenn ich muskulöser wäre.                                    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich denke, ich würde besser aussehen, wenn ich fünf Kilo an Masse zunehmen würde.                | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich denke, ich würde mich stärker fühlen, wenn ich ein bisschen mehr Muskelmasse zunehmen würde. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich denke, meine Arme sind nicht muskulös genug.                                                 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich denke, meine Brust ist nicht muskulös genug.                                                 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich denke, meine Beine sind nicht muskulös genug.                                                | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

In diesem Fragebogen geht es um ihr gegenwärtiges Lebensgefühl.

Bitte geben Sie zu jeder Frage an, wie häufig Sie die genannte Stimmung oder Sichtweise erleben.

|                                         | nie<br>1              | 2                     | 3                     | 4                     | 5                     | immer<br>6            |
|-----------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Ich bin traurig.                        | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich sehe mutlos in die Zukunft.         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich fühle mich als Versager(in).        | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Es fällt mir schwer etwas zu genießen.  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich habe Schuldgefühle.                 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich fühle mich bestraft.                | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich bin von mir enttäuscht.             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich werfe mir Fehler und Schwächen vor. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich denke daran, mir etwas anzutun.     | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich weine.                              | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich fühle mich gereizt und verärgert.   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |



|                                           |                       |                       |                       |                       |                       |                       |
|-------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Mir fehlt das Interesse an Menschen.      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich schiebe Entscheidungen vor mir her.   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich bin besorgt um mein Aussehen.         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich muss mich zu jeder Tätigkeit zwingen. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich habe Schlafstörungen.                 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich bin müde und lustlos.                 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich habe keinen Appetit.                  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ich mache mir Sorgen um meine Gesundheit. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Sex ist mir gleichgültig.                 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

---

**Danke für Ihre Teilnahme!**

#### 15.1.2.2. „Body as Process“ Gruppe



|                                                                   | gar nicht             |                       |                       |                       | sehr                  |
|-------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Wie sehr spricht Sie die Titelgeschichte dieses Magazins an?      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie sehr spricht sie das Titelbild dieses Magazins an?            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie wahrscheinlich ist es, dass Sie dieses Magazin kaufen würden? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

---



|                                                                   | gar nicht                        |                       |                       |                       | sehr                  |
|-------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Wie sehr spricht Sie die Titelgeschichte dieses Magazins an?      | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie sehr spricht sie das Titelbild dieses Magazins an?            | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie wahrscheinlich ist es, dass Sie dieses Magazin kaufen würden? | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Die 10 besten Tipps um ihre  
Muskelkraft zu erhöhen!



gar nicht

sehr

Wie sehr spricht Sie die Titelgeschichte dieses Magazins an?



Wie sehr spricht sie das Titelbild dieses Magazins an?



Wie wahrscheinlich ist es, dass Sie dieses Magazin kaufen würden?



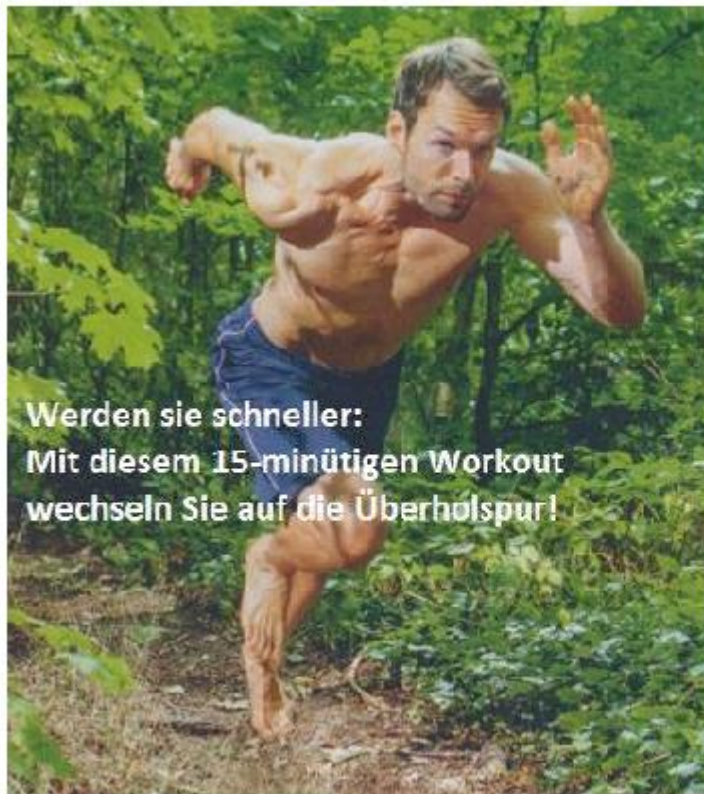


|                                                                   | gar nicht             |                       |                       |                       | sehr                  |
|-------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Wie sehr spricht Sie die Titelgeschichte dieses Magazins an?      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie sehr spricht sie das Titelbild dieses Magazins an?            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie wahrscheinlich ist es, dass Sie dieses Magazin kaufen würden? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |



|                                                                   | gar nicht                        |                       |                       |                       | sehr                  |
|-------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Wie sehr spricht Sie die Titelgeschichte dieses Magazins an?      | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie sehr spricht sie das Titelbild dieses Magazins an?            | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie wahrscheinlich ist es, dass Sie dieses Magazin kaufen würden? | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |





|                                                                   | gar nicht                        |                       |                       |                       | sehr                  |
|-------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Wie sehr spricht Sie die Titelgeschichte dieses Magazins an?      | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie sehr spricht sie das Titelbild dieses Magazins an?            | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie wahrscheinlich ist es, dass Sie dieses Magazin kaufen würden? | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

### 15.1.2.3. „Body as Process“ Gruppe



|                                                                   | gar nicht             |                       |                       |                       | sehr                  |
|-------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Wie sehr spricht Sie die Titelgeschichte dieses Magazins an?      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie sehr spricht sie das Titelbild dieses Magazins an?            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie wahrscheinlich ist es, dass Sie dieses Magazin kaufen würden? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

---





|                                                                   | gar nicht             |                       |                       |                       | sehr                  |
|-------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Wie sehr spricht Sie die Titelgeschichte dieses Magazins an?      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie sehr spricht sie das Titelbild dieses Magazins an?            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie wahrscheinlich ist es, dass Sie dieses Magazin kaufen würden? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |



|                                                                   | gar nicht             |                       |                       |                       | sehr                  |
|-------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Wie sehr spricht Sie die Titelseite dieses Magazins an?           | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie sehr spricht sie das Titelbild dieses Magazins an?            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie wahrscheinlich ist es, dass Sie dieses Magazin kaufen würden? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |



**Last Minute zum  
Strandbody:  
Ohne Studio, ohne Geräte.**

|                                                                   | gar nicht             |                       |                       |                       | sehr                  |
|-------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Wie sehr spricht Sie die Titelgeschichte dieses Magazins an?      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie sehr spricht sie das Titelbild dieses Magazins an?            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie wahrscheinlich ist es, dass Sie dieses Magazin kaufen würden? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

**Stark wie nie:**

**Der neueste  
Trainingsplan  
für Arme, Beine,  
Rücken und Brust!**



|                                                                   | gar nicht             |                       |                       |                       | sehr                  |
|-------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Wie sehr spricht Sie die Titelgeschichte dieses Magazins an?      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie sehr spricht sie das Titelbild dieses Magazins an?            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie wahrscheinlich ist es, dass Sie dieses Magazin kaufen würden? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

---



**Schneller zum  
Traumbody:**  
**Der ultimative Plan für  
breite Schultern und  
eine schmale Taille!**

|                                                                   | gar nicht             |                       |                       |                       | sehr                  |
|-------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Wie sehr spricht Sie die Titelgeschichte dieses Magazins an?      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie sehr spricht sie das Titelbild dieses Magazins an?            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wie wahrscheinlich ist es, dass Sie dieses Magazin kaufen würden? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

---

## 15.2. LEBENSLAUF

### Persönliche Daten

|                     |                             |
|---------------------|-----------------------------|
| Name:               | Anna Größwang               |
| Hauptwohnsitz:      | Degengasse 73/28, 1160 Wien |
| Telefonnummer:      | +43 (660) 29 69 198         |
| E-Mail:             | annagroesswang@gmx.at       |
| Geburtsdatum:       | 17.11.1988                  |
| Geburtsort:         | Ried im Innkreis            |
| Familienstand:      | ledig                       |
| Staatsbürgerschaft: | Österreich                  |
| Religion:           | Römisch-Katholisch          |

### Ausbildung

|              |                                         |
|--------------|-----------------------------------------|
| 1995 – 1999: | Volksschule Frankenburg                 |
| 1999 – 2007: | Bundesgymnasium Vöcklabruck             |
| Seit 2008:   | Studium der Psychologie an der Uni Wien |

### Besondere Kenntnisse

Englisch (Sehr gut)  
Spanisch (Grundkenntnisse)  
MS Office

### Bisherige Arbeitgeber

Gasthaus Kalleitner, Weyregg am Attersee  
Erlebnisbad Attersee  
Marktgemeinde Vöcklabruck  
Postsparkasse Vöcklabruck  
Knorr Lagerlogistik Wels  
Schlecker Drogeriemarkt Wien  
Herba Chemosan  
Kulinarik Gastronomie und Frischküche GmbH Wien  
Lebenshilfe Wien

Backbone Irish Pub

Autistenhilfe Wien

Jugend am Werk

Orthopädische Praxis Dr. Mikayel

Österreichische Kinderfreunde