

MAGISTERARBEIT / MASTER'S THESIS

Titel der Magisterarbeit / Title of the Master's Thesis

Krankheitsfördernde Kommunikation:
Das soziale Netzwerk Instagram als
Kommunikationsraum für Pro Ana-Gemeinschaften

verfasst von / submitted by

Theresa Truttmann, Bakk. phil.

angestrebter akademischer Grad / in partial fulfilment of the requirements for the degree of
Magistra der Philosophie (Mag.phil.)

Wien, 2016 / Vienna 2016

Studienkennzahl lt. Studienblatt /
degree programme code as it appears on
the student record sheet:

A 066 841

Studienrichtung lt. Studienblatt /
degree programme as it appears on
the student record sheet:

Magisterstudium Publizistik und
Kommunikationswissenschaft

Betreut von / Supervisor:

Univ. Prof. Dr. Wolfgang Duchkowitsch

Eidesstattliche Erklärung

Ich erkläre hiermit an Eides Statt, dass ich die vorliegende Arbeit selbstständig angefertigt habe. Die aus fremden Quellen direkt oder indirekt übernommenen Gedanken wurden als solche kenntlich gemacht.

Diese Arbeit wurde bisher weder in gleicher noch in ähnlicher Form einer anderen Prüfungsbehörde vorgelegt und auch noch nicht veröffentlicht.

Wien, am

Unterschrift

Danksagung

Zuerst möchte ich mich bei meinen Eltern Elisabeth und Felix dafür bedanken, dass sie mir mein Studium durch ihre Unterstützung ermöglicht haben und mir immer mit Rat und Tat zur Seite standen.

Ebenfalls möchte ich mich bei meiner Schwester Steffi bedanken, die mir stets viel Geduld, Interesse und Hilfsbereitschaft entgegenbrachte. Sie hat mich zu diesem spannenden Thema inspiriert und mir sehr oft mit ihrem Fachwissen und zahlreichen Ideen weitergeholfen. Danke für alles!

Bedanken möchte ich mich ebenso bei Julia für ein tolles Interview, ihre Informationsbereitschaft und interessanten Gedanken.

Ein herzliches Dankeschön gilt auch meiner Cousine Martina und meinen Freundinnen Isabella, Nicoletta, Bianca und Carmen für das Ausbessern meiner Fehler, die Hilfe bei der Korrektur und das Interesse an meinem Forschungsthema.

Meiner Freundin und Kollegin Kathi danke ich besonders für ihre Zeit, ihre Freundschaft und ihre Motivation über die Dauer unseres gesamten Studiums.

Außerdem danke ich meinem Freund und Lebensmensch Bernhard dafür, dass er mir in schwierigen Phasen nicht nur beigestanden, sondern auch wieder Mut gemacht hat.

Abschließend gebührt mein Dank Herrn Univ.-Prof. Dr. Wolfgang Duchkowitsch, der meine Magisterarbeit betreut und begutachtet hat, für die Inspiration und die konstruktive Kritik.

Danke an all diese Menschen für ihre Zeit – am Ende ist sie das Wertvollste was wir haben.

Vorwort

Die Magisterarbeit *„Krankheitsfördernde Kommunikation: Das soziale Netzwerk Instagram als Kommunikationsraum für Pro Ana-Gemeinschaften“* ist im Rahmen des Abschlusses des Studiums Publizistik und Kommunikationswissenschaften an der Universität Wien entstanden. Im Zeitraum zwischen Januar 2016 und September 2016 habe ich mich der Datenerhebung und -auswertung sowie dem Verfassen meiner Magisterarbeit gewidmet. Diese Forschungsarbeit entstand aufgrund intensiver Beschäftigungsarbeit mit dem sozialen Netzwerk Instagram. Nach umfangreicher Recherche stellte sich heraus, dass Instagram für manche Personen viel mehr als nur eine Content-Plattform darstellt.

Hinter einer Instagram-Scheinwelt voller bunter Bildern, verschönernden Filtern und kreativen Hashtags verbirgt sich so einiges was, innerhalb der kurzen Zeit in der das Netzwerk im Internet abrufbar ist, noch nicht hervorgebracht wurde. Dinge, die genau das Gegenteil von dem verkörpern, was Instagram eigentlich vermitteln möchte. Es ist an der Zeit Aufmerksamkeit dafür aufzubringen und sich mit Gefahren im Social Media-Bereich intensiv auseinander zu setzen. Soziale Netzwerke bringen nicht nur innovative Kommunikationsmöglichkeiten mit sich, sondern ebenso äußerst gefährliche Begebenheiten wie Cybermobbing, Stalking, Internetsucht, Shitstorms und vieles mehr. Pro Ana ist eines der sozialen Phänomene, welche besonders im Internet Platz für die Verbreitung von essstörungsspezifischen Idealen findet. Gerade soziale Plattformen machen es hierbei möglich, innerhalb kurzer Zeit sehr viele Personen zu erreichen – und auch zu beeinflussen.

Essstörungen werden in der Gesellschaft sehr oft tabuisiert und verpönt. Dennoch stellen diese häufig einen großen Punkt im Leben von vielen Kindern und Jugendlichen dar. Auch im Zusammenhang mit Social Media sind Essstörungen sehr oft ein Thema. Demnach sind Präventions- und Aufklärungsarbeit notwendige Aspekte um diesbezüglich Medienkompetenz zu erlangen. Es ist wichtig über die Verwendung von Medien Bescheid zu wissen, deren Vor- und Nachteile sowie etwaige Gefahrenpunkte zu kennen. Pro Ana ist nur ein Teil medialer Phänomene, welche im Hinblick auf soziale Netzwerke noch relativ unerforscht sind. Speziell die Plattform Instagram bringt einige Themenaspekte mit sich, die für zukünftige Forschungsarbeiten essentiell sein könnten. Das Ziel dieser Magisterarbeit ist es, einen Grundstein für weiterführende Forschungsarbeiten zu legen. Die Wahl des Forschungsthemas ist hauptsächlich auf persönliches Interesse und die Leidenschaft für Social Media zurückzuführen.

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung	1
2. Erkenntnisinteresse.....	4
3. Relevanz	6
4. Forschungsstand.....	7
5. Begriffsdefinitionen.....	7
5.1. Öffentlichkeit	7
5.2. Kommunikationsraum	9
5.3. Soziale Netzwerke	11
5.3.1. Kommunikation in sozialen Netzwerken	13
5.3.2. Identität in virtuellen Sozialräumen.....	15
5.4. Soziale Beziehungen in der Online-Kommunikation	17
5.4.....	20
5.5. Krankheitsfördernde Kommunikation mittels sozialen Netzwerken	21
5.6. Instagram	23
5.6.1. Kritik an Instagram	24
5.6.2. Tipps für Eltern.....	24
5.6.3. Essstörungen auf Instagram	25
5.6.4. Schönheitsideale/Trends auf Instagram	26
5.6.5. „the thigh-gap“	26
5.6.6. „the collarbone-challenge“	27
5.6.7. „the bikini-bridge“	27
5.6.8. „the bellybutton-challenge“	27
5.6.9. „the paper-waist-challenge“	27
5.7. Hashtags	28
5.8. Essstörungen	29

5.8.1. Magersucht/Anorexia nervosa	30
5.8.2. Bulimie/ Bulimia nervosa.....	32
5.8.3. Essattacken/ Binge Eating Disorder	33
5.8.4. Nicht näher bezeichnete Essstörungen	34
5.9. Ursachen für Essstörungen	34
5.10. Essstörungen in den Medien	36
5.11. Pro Ana.....	38
5.11.1. Ana als Freundin.....	43
5.11.2. „My friend Ana“	44
6. Studien	47
6.1. Studie 1 – Pro Ana Foren im Internet	47
6.2. Studie 2 – The urgent matter of online pro-eating disorder content and children clinical practice	48
6.3. Studie 3 – e-Ana and e-Mia: A Content Analysis of Pro-Eating Disorder Web Sites	49
6.4. Studie 4 – Pro-Anorexia and Anti-Pro-Anorexia Videos on YouTube: Sentiment Analysis of User Responses	50
7. Theorien	51
7.1. Medienwirkungsforschung	51
7.2. Uses and Gratifications Approach	54
7.2.1. Entwicklung des Ansatzes	54
7.3. Der symbolische Interaktionismus	57
8. Empirie	59
8.1. Forschungsfragen.....	59
8.2. Gütekriterien	60
8.3. Methodenauswahl.....	61
8.3.1. Die Datenerhebung: qualitative Inhaltsanalyse	62
8.3.2. Methodisches Vorgehen	62
8.3.3. Datenschutz.....	63

8.3.4. Die Datenauswertung: Induktive Kategorienbildung nach Mayring	64
9. Kategorien.....	66
9.1. Kategorie 1: Pro Ana: Lifestyle und Religion	66
9.2. Kategorie 2: Recovery-Pages	71
9.2.1. Pro-Recovery-Seiten	71
9.2.2. Schein-Recovery-Seiten.....	73
9.2.3. Anti-Recovery-Seiten	74
9.3. Kategorie 3: Fitspiration vs. Thinspiration	75
9.4. Kategorie 4: Mischformen/ komorbide Krankheitsbilder	77
9.5. Kategorie 5: Anti-Pro Ana.....	80
10. Auswertung und Erläuterung der Ergebnisse.....	82
11. Forschungsausblick	90
12. Fazit	93
13. Quellen.....	95
14. Internetquellen	99
15. Anhang.....	100
15.1. Begleitfragebogen	100
15.2. Transkriptionsregeln.....	102
15.3. Transkriptionen	103
15.3.1. Interview 1: Frau MMag. Stefanie Truttmann	103
15.3.2. Interview 2: Frau Mag. Dr. Julia Philipp.....	112
15.3.3. Interview 3: Frau Mag. Elke Prochazka	127
15.4. Forschungsrelevante Hashtags.....	130
15.5. Abstract Deutsch.....	132
15.6. Abstract Englisch	133

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Instagram: Ana4LifeInsta, 2016	38
Abbildung 2: Instagram: Ana Buddy, 2016	39
Abbildung 3: Instagram: Thinspiration, 2016	40
Abbildung 4: Instagram: Thinspiration 2, 2016	41
Abbildung 5: Instagram: Diätplan-Radikaldiät, 2016	42
Abbildung 6: Instagram: Ana als Freundin, 2016	43
Abbildung 7: Instagram: Ana als Freundin 2, 2016	43
Abbildung 8: Instagram: Thinspiration 3, 2016	45
Abbildung 9: Instagram: Thinspiration 4, 2016	45
Abbildung 10: Instagram: Thinspiration 5, 2016	46
Abbildung 11: Instagram: forschungsrelevante Hashtags mit den meisten Beiträgen, 2016	65
Abbildung 12: Instagram: Thinspiration 6, 2016	68
Abbildung 13: Instagram: Thinspiration 7, 2016	69
Abbildung 14: Instagram: Ana-Gruppe, 2016	70
Abbildung 15: Instagram: Anorexia Tipps, 2016	71
Abbildung 16: Instagram: Schein-Recovery-Beitrag, 2016	73
Abbildung 17: Instagram: Schein-Recovery-Beitrag 2, 2016	74
Abbildung 18: Instagram: Anti-Recovery-Beitrag, 2016	74
Abbildung 19: Instagram: Pro Ana-Karikatur, 2016	76
Abbildung 20: Instagram: Inhaltshinweis Essstörungen, 2016	77
Abbildung 21: Instagram: Inhaltshinweis Selbstverletzung, 2016	78
Abbildung 22: Instagram: Pro Ana-Hashtags 2, 2016	78
Abbildung 23: Instagram: Anti-Pro Ana, 2016	80
Abbildung 24: Instagram: Anti-Pro Ana 2, 2016	80
Abbildung 25: Instagram: Different Bodies-Karikatur, 2016	81
Abbildung 26: Instagram: Pro Ana-Hashtags 3, 2016	83
Abbildung 27: Instagram: Not Skinny Enough-Karikatur, 2016	86
Abbildung 28: Instagram: Still Hungry-Thinspiration, 2016	86

1. Einleitung

„It's not a diet – it's a lifestyle“ – Anonym

In Zeiten, in denen sich die virtuelle Existenz bei manchen UserInnen¹ teilweise bunter gestaltet als das reale Leben, ist nichts wichtiger, als das Bild des eigenen Selbst auf sozialen Plattformen wie Facebook, Twitter, Instagram und Co. ins richtige Licht zu rücken, sich zu vernetzen und mit anderen UserInnen die gleichen Interessen zu teilen. Virtuelle Freundschaften werden in der heutigen Zeit immer wichtiger. Auch Idole bzw. Idealbilder und Lifestyles bilden sich in diesen Online-Gesellschaften. Natürlich kommt es dabei auch darauf an, wie bzw. wo die Vernetzung stattfindet, inwiefern diese die UserInnen beeinflusst und auch wonach konkret gesucht bzw. was konsumiert wird. Den Lifestyle von jemandem zu kopieren, muss nicht zwangsweise gefährlich sein oder einen negativen Einfluss auf das eigene Leben haben. Eine zentrale Annahme dieser Magisterarbeit ist allerdings, dass verschiedene Lifestyle-Formationen regelrecht Propaganda zur Selbstzerstörung sind und eine große Gefahr für die UserInnen darstellen.

Pro Ana, als Abkürzung für Pro Anorexia nervosa, ist genau eine dieser Bewegungen, welche hauptsächlich online ihren Zuspruch findet und definitiv als gefährlich eingestuft werden sollte. Das „Pro“ bei Pro Ana, steht für die Zuneigung und die Liebe zur Krankheit Anorexia nervosa bzw. Magersucht. Ergänzend gibt es auch eine Pro Mia-Gruppierung. Mia steht hierbei für Bulimia nervosa bzw. für die Krankheit Bulimie.²

Durch zahlreiche Blogs, Seiten und sozialen Netzwerke konnte sich der Pro Ana-Lifestyle zu einer aufrechten Community entwickeln. Die Gesundheitskommunikation in verschiedenen Online-Foren bietet die Möglichkeit, anonym, zeit- und ortsunabhängig nach Rat und Unterstützung zu suchen. In Foren dieser Art, können alle gesundheitsbezogenen Fragen gestellt und erfahrungsbasierende Ratschläge von Gleichgesinnten eingeholt werden.

¹ Englisch für NutzerInnen

² vgl. Schuster, 2011, S. 120f

Eben diese Peer-to-Peer Kommunikation übertrug sich in den letzten Jahren immer mehr auf die Plattformen von sozialen Netzwerken. Immer wieder finden sich Seiten auf Social Media-Kanälen, welche für den gesundheitskommunikativen Austausch von Ratschlägen und Hilfeleistungen gedacht sind.

Soziale Netzwerke, welche ebenso als Content-Plattformen in der Welt der Onlinemedien angesehen werden, bieten eine völlig neue mediale Form der Gesundheitskommunikation. Das soziale Netzwerk Instagram ist eine kostenlose Plattform, die es möglich macht, durch ein eigenes Profil, Fotos und Videos mit seinen FollowerInnen³ zu teilen.

Instagram ist als App verfügbar. Die Nutzung auf einem Smartphone macht das soziale Netzwerk noch einfacher in dessen Verwendung und optimiert die Kommunikation erneut hinsichtlich Schnelligkeit und Flexibilität. Es ist also möglich durch eine kleine App auf dem eigenen Smartphone und dessen mobiler Nutzbarkeit, zeit- und ortsunabhängig, Fotos und Videos mit FollowerInnen zu teilen und somit eine immerwährende Kommunikation aufrecht zu erhalten.⁴

Durch Verlinkungen bzw. sogenannte Hashtags ist es möglich, zahlreiche verschiedene Profile und Seiten auf dem sozialen Netzwerk Instagram aufzurufen. Es stellte sich in der Beobachtung zu der vorliegenden Forschungsarbeit heraus, dass Instagram einen großen Kommunikationsraum für Pro Ana-Gruppierungen darstellt. Innerhalb der einzelnen Profile ist es möglich, via geposteter Fotos und Videos einer Person, diese zu kommentieren, zu kritisieren, die bildliche Darstellung zu bewerten und somit auch eine krankheitsfördernde Kommunikation zu leisten. Von gegenseitigen Ermutigungen zur Gewichtskontrolle bzw. –abnahme - und strengen Fastenkuren, bis hin zu Gratulationen und Komplimenten, wenn man auf diversen Profilfotos besonders schlank aussieht – auf Instagram ist es möglich, sich gegenseitig über das Posten von Bildern zu beurteilen, sich Ratschläge zu geben und auf neue Trends aufmerksam zu machen. Die perfekte Basis für eine Community, welche Selbsthass, Magerwahn und die damit einhergehende Selbstzerstörung wie eine Art Religion ausübt.

Zur Erstellung der vorliegenden Forschungsarbeit wurde nicht nur auf Literaturquellen bzw. Internetquellen, sondern auch auf recherchebasiertes Wissen zurückgegriffen. Diese Arbeit entstand auf Basis ausgeprägter Erfahrungswissen, welche ebenso für die Forschung verwendet wurden. Textstellen, welche auf Bildungs- bzw. Recherchekenntnissen beruhen, sind

³ NutzerInnen eines Netzwerkes, welche die Postings anderen NutzerInnen „mitverfolgen“ oder Personen mit denen man auf der Plattform vernetzt ist

⁴ vgl. Kobilke, 2014, Kapitel 1.1

nicht durch einen Verweis gekennzeichnet und gelten somit als ausschließliche Erfahrungsquelle ohne wissenschaftsbasiertem Hintergrund.

Im ersten Abschnitt der Masterarbeit, wird ein kurzer Überblick über den aktuellen Forschungsstand des Themas gegeben. Außerdem werden forschungsrelevante Begriffe wie „Kommunikationsraum“, „Soziale Netzwerke“ und essstörungsspezifische Bezeichnungen dargelegt und näher erläutert. Vier Studien werden erörtert, um die aktuelle Forschungslage zu untermauern. Der theoretische Teil steht demnach im ersten Abschnitt im Vordergrund der Forschungsarbeit.

Der zweite Abschnitt besteht aus dem empirischen Teil und fasst die Methode sowie auch die, aus der aktuellen Untersuchung konzipierten, Kategorien zusammen. Der Forschungshergang sowie die Kategorienbildung werden ebenso eingearbeitet.

Abschließend werden die Ergebnisse zusammengefasst und innerhalb eines Fazits näher beschrieben und erläutert. Außerdem rundet ein Forschungsausblick inklusive weiterführender Ansätze für zukünftige Forschungsarbeiten die Arbeit ab.

2. Erkenntnisinteresse

Die Vernetzung innerhalb der sozialen Netzwerke lässt eine völlig neue Darstellungsform der eigenen Identität zu. Es ist möglich, sehr viel von sich selbst preiszugeben und auf eine virtuelle Art und Weise zu zeigen, wie man lebt, was man liebt und wer man ist, oder zumindest wer man angibt zu sein. Die fortlaufende Entwicklung des sozialen Netzwerkes Instagram kann man gewissermaßen im Sekundentakt mitverfolgen. Die stetige Interaktion mit anderen UserInnen macht es möglich, sich permanente Bestätigung, Zuneigung, Feedback oder auch Kritik und Ablehnung anderer einzuholen. Auf dieser Content-Plattform besteht eine stetige Vernetzung durch das Teilen von Bildern und Kurzvideos, das Posten von Kommentaren, sowie auch durch die Verwendung von Hashtags.

Pro Ana-Gemeinschaften, gelten als fragwürdige und dennoch gefährliche Communities in der heutigen Zeit. Diese wird von Mitgliedern als Peer-to-Peer Gesundheits- bzw. Ernährungskommunikationsportal betrachtet und stellt gewissermaßen eine geschlossene, virtuelle Selbsthilfegruppe dar. Instagram ist indessen eine stark frequentierte, öffentliche Plattform, auf der starke Interaktion und Resonanz der Pro Ana-Community zu beobachten ist.

Diese Forschungsarbeit beschäftigt sich hauptsächlich mit Instagram-Seiten von weiblichen Jugendlichen, welche aktiv über die Krankheit Magersucht bzw. Bulimie, sowie auch über den Pro Ana-Lifestyle auf der sozialen Plattform berichten. Ziel dieser Forschungsarbeit ist es, die positiven wie auch die negativen Effekte von virtuellen Selbsthilfegruppen bzw. Online-Gesundheitskommunikation zu beleuchten. Weiters sollen diverse Pro Ana-Gruppierungen und Unterschiede hinsichtlich des Posting-Verhaltens aufgezeigt werden. Die Postings bzw. die Interaktion innerhalb der Mitglieder der Pro Ana-Gemeinschaft wird anhand einer qualitativen Inhaltsanalyse inkl. Kategorisierung der unterschiedlichen Pro Ana-Instagram-Seiten erläutert und dargebracht. Außerdem werden etwaige Lösungsmöglichkeiten für krankheitsfördernde Kommunikation auf sozialen Netzwerken aufbereitet und für weitere Forschungsarbeiten exzerpiert.

Der Forschungsvorgang bzw. das Aufdecken, oder auch Entdecken, der Pro Ana-Profile und Seiten auf Instagram, erfolgt durch die direkte Verwendung von Hashtags. Durch die hashtagbasierte Suchfunktion ist es möglich, themenspezifischer nach Profilen zu suchen und die Nachvollziehbarkeit der Forschungsmethode zu gewährleisten. An dieser Stelle muss darauf hingewiesen werden, dass ein sehr großer Teil von pro ana-spezifischen Seiten bzw. Profilen, mit gesundheits-/krankheitsspezifischem Schwerpunkt, aufgrund der Datenschutzrichtlinien und

Privatsphäreinstellungen, nicht für die Öffentlichkeit einsehbar sind. Dies erschwert nicht nur die Erhebung der qualitativen Analyse, sondern verhindert ebenso das Aufdecken und Melden möglicher gefährlicher Seiten und Profile.

Durch die vorliegende Arbeit soll nicht nur ein kompakter Einblick in die Pro Ana-Community auf Instagram gegeben, sondern auch Themenschwerpunkte für zukünftige Forschungszwecke erläutert und aufgezeigt werden. Besonders wichtig zu erwähnen sind hierbei ein disziplinübergreifender Aspekt des Themas an sich, sowie auch der stetig fortlaufende und schnelllebige Prozess der Entwicklung des Internets bzw. Plattformen mit sozialem Kontext. Disziplinen, welche die aktuelle Themendarstellung betreffen, sind hauptsächlich Psychologie und Kommunikationswissenschaft. In diesem Bezugsrahmen ist darauf zu achten, inwiefern sich die Kommunikation auch während des Forschungsprozesses der vorliegenden Arbeit entwickelt und welche Neuheiten, Tools und Anwendungen soziale Plattformen als kommunikative Prämierung hinzufügen. Applikationsübergreifende Tools zur Interaktion mit anderen UserInnen bieten, vor allem im Social Media Bereich, sehr oft die Möglichkeit, durch wenige einzelne Klicks ein breiteres Publikum zu erreichen.

Die Auswirkungen von Pro Ana bzw. krankheitsfördernder Kommunikation im Social Media-Bereich sind im europäischen Raum noch größtenteils unerforscht. Die vorliegende Forschungsarbeit soll dazu dienen, einen ersten Grundstein bzw. eine Basis für weitere Untersuchungen, hinsichtlich Pro Ana-Gruppierungen auf sozialen Netzwerk-Applikationen, zu bieten.

3. Relevanz

Der Punkt Relevanz listet einige nennenswerte Aspekte, im Hinblick auf zukünftige, disziplinübergreifende Forschungsarbeiten, auf und erläutert diese in kurzen, prägnanten Abschnitten. Im Rahmen der vorliegenden Forschungsarbeit werden bereits viele verschiedene Themengebiete erwähnt, welche den Grundbaustein für weitere wissenschaftliche Forschungen darstellen. In den folgenden Aufzählungen wird auf diverse Themenaspekte, welche eine hohe wissenschaftliche Relevanz aufweisen, eingegangen.

- Beleuchtung der krankheitsfördernden Kommunikation auf der sozialen Plattform Instagram
- Pro Ana-Lifestyle und dessen Kommunikationsformen
- Die Verwendung von Hashtags als virtuelles Hilfsmittel zur Verbreitung/Vermarktung des Pro Ana-Lifestyles
- Die Kommunikation hinsichtlich Ratschlägen und Hilfestellungen bzw. Ermutigungen und Anstiftung von Kindern und Jugendlichen zur Verbesserung der Medienkompetenz im Umgang mit dem sozialen Netzwerk Instagram
- Bezug zur Online- bzw. Medienkommunikation
- Präventionsaussichten für Bildungsinstitutionen
- Aufklärungsarbeit hinsichtlich der Krankheit Anorexia nervosa/ Bulimia nervosa
- Disziplinübergreifende Relevanz in punkto Aufklärungsarbeit im Zusammenhang mit Essstörungen und sozialen Medien
- Aufzeigen neuer Forschungsaussichten in Bezug auf psychische Erkrankungen
- Aufzeigen neuer Forschungsaussichten in Bezug auf soziale Netzwerke
- Aufzeigen neuer Forschungsaussichten bezüglich Prävention und Aufklärungsarbeit

4. Forschungsstand

Im Forschungsstand sollen bisherige Erkenntnisse im Hinblick auf Pro Ana im Zusammenhang mit sozialen Netzwerken zusammengefasst werden. Weiters wird ein kurzer Überblick über krankheitsfördernde Kommunikation in Verbindung mit Internet, bzw. sozialen Netzwerken und im Speziellen der Plattform Instagram, gegeben. Außerdem werden Aspekte der Pro Ana-Bewegung erläutert und mit bisherigen Beispielen und Ergebnissen in Verbindung gebracht.

5. Begriffsdefinitionen

Unter Begriffsdefinitionen werden relevante Begriffe, welche im Zusammenhang mit der Forschungsarbeit stehen, erläutert bzw. definiert. Die Präzisierung der Bezeichnungen dient zur Erweiterung der Interpretation innerhalb des Forschungsverlaufes.

5.1. Öffentlichkeit

In vielerlei Hinsicht kann Öffentlichkeit an sich bereits als Kommunikationsraum bestimmt werden. Um den Begriff Kommunikationsraum definieren zu können, muss vorerst der Begriff der Öffentlichkeit erläutert werden. Öffentlichkeit ist ein wesentlicher Punkt in der Publizistik und Kommunikationswissenschaft. Die Öffentlichkeit wird beispielsweise durch Medien hergestellt und über diese ist es auch möglich, in einem gewissen öffentlichen Raum zu interagieren. In der Öffentlichkeit findet gesellschaftlicher und sozialer Austausch statt und Medien stellen Raum für genau diese zur Verfügung.⁵

⁵ vgl. Haas, 2008, S. 17

Es gibt verschiedene Modelle von Öffentlichkeit. Haas⁶ spricht von 3 Modellen:

- die einfache Öffentlichkeit
- die mittlere und Versammlungsöffentlichkeit
- die komplexe bzw. massenmediale Öffentlichkeit

Die einfache Öffentlichkeit kann auch als Alltagsöffentlichkeit bezeichnet werden, zeichnet sich hauptsächlich durch spontane oder auch kurzfristige Kommunikationssituationen aus und erfordert die physische Anwesenheit der TeilnehmerInnen, sowie eine gemeinsame sprachliche Ebene. Es handelt sich im Falle einer einfachen Kommunikation demnach um eine direkte, interpersonale Kommunikation.

Die mittlere Öffentlichkeit zeichnet sich durch eine Art strukturierte Organisation bzw. Versammlung aus. Die Beziehung bzw. der Kommunikationsaustausch findet häufig auf einer gewissermaßen nicht wechselseitigen Basis statt, die Rollen zwischen Kommunikator und Publikum sind nicht unbedingt austauschbar. Kommuniziert wird in diesem Fall auf direktem Wege, jedoch nicht zwangsläufig einseitig.

Die komplexe bzw. massenmediale Öffentlichkeit verläuft durch technische Hilfsmittel und zeichnet sich durch hochkomplexe Kommunikationsstrukturen aus. Die Rollenaufteilung zwischen Kommunikator und Empfänger ist hier deutlich ausgeprägt. Medien sind beispielsweise Vermittler, können aber auch zu Sprechern werden und somit Produkte der Öffentlichkeit wiedergeben und verbreiten.⁷

„In der Öffentlichkeit findet Diskurs und gesellschaftlicher Austausch statt, Medien stellen dafür Raum zur Verfügung, konstituieren diesen Raum – und versorgen ihn neben anderen Akteuren auch mit Inhalten.“⁸

⁶ 2008

⁷ vgl. Haas, 2008, S.20

⁸ Lojka/ Wippersberg, 2010, S. 57

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass keine fixe Definition von Öffentlichkeit möglich ist, diese sich jedoch ganz klar durch Kommunikation, Diskurs sowie Verhandlungs- und Interaktionsspielraum darstellen lässt. Der grundlegende Aspekt der Öffentlichkeitsdeutung liegt also auf einer kommunikativen, intersubjektiven Basis inklusive wechselseitiger Beobachtung. Öffentlichkeit ist außerdem für mehr als nur eine Person bestimmt, widerspiegelt jedoch nicht automatisch die öffentliche Meinung einer Gesellschaft.⁹

5.2. Kommunikationsraum

Der Umschwung in der Kommunikation bzw. der Massenkommunikation hinsichtlich der technischen Entwicklung und des digitalen Fortschritts, bedeutet auch für die Interaktion der UserInnen von (Massen-)Medien eine Veränderung. Laut Krotz¹⁰ ist es im Kommunikationsraum Internet möglich, auf verschiedenen Wegen gleichzeitig zu kommunizieren. Dies hebt schlussendlich die Kommunikationswahl bzw. den Kommunikationshergang auf eine neue Ebene.¹¹

Nach Maletzke¹² kann der Begriff Kommunikation als „*Bedeutungsvermittlung zwischen Lebewesen*“¹³ bezeichnet werden. Durch diese Bezeichnung rücken soziale Kommunikationsprozesse in den Vordergrund und legen den Interessensfokus auf diese. Jede menschliche Regung kann als Kommunikation bezeichnet werden. Somit fällt auch der Begriff Verhalten unter Kommunikation. Jegliches Verhalten gegenüber jemand anderem ist ein kommunikativer Ausdruck und eine soziale Verhaltensweise.¹⁴

Laut Watzlawick et. al¹⁵ kann man Verhalten und Kommunikation auf einer Ebene betrachten. Seine berühmten Formulierungen „*Man kann sich nicht nicht verhalten.*“¹⁶ und „*Man kann nicht nicht kommunizieren.*“¹⁷, wird auch in der heutigen kommunikationswissenschaftlichen

⁹ vgl. Lojka/ Wippersberg, 2010, S. 58

¹⁰ 1996

¹¹ vgl. Krotz, 1996, S.73

¹² 1963

¹³ Maletzke, 1963, S.18 zit. Nach Burkart, 2002, S.20

¹⁴ vgl. Burkart, 2002, S.20

¹⁵ 1969

¹⁶ Watzlawick, 1963, S.18 zit. Nach Burkart, 2002, S.22

¹⁷ ebd.

Theorieforschung erhebliche Bedeutung zugesprochen. Demnach kann man sagen, dass alles Verhalten und Handeln als Kommunikation angesehen werden kann.¹⁸

Durch Kommunikation kann Verständigung hergestellt werden. Diese dient dazu, einen Sachverhalt bzw. eine Intention dem Gegenüber mitzuteilen – ihn daran teilhaben zu lassen. Kommunikation verfolgt also immer ein bestimmtes Ziel und zwar das Ziel des Verständnisses und schließlich der Verständigung.¹⁹

Den Begriff Kommunikationsraum kann in Bezug auf das World Wide Web, als Bereich definiert werden, in welchem es möglich ist, neue Kommunikationskanäle durch neue Kommunikatoren bzw. Kommunikationsinstrumente, -formen und –verhaltensweisen zu schaffen. Die Beziehungspflege erfolgt speziell im World Wide Web durch eine virtuelle Interaktionsweise. Gerade in der Online-PR bzw. Public (Online-) Relations, setzt man auf die Kommunikation mit virtuellen Dialoggruppen. Durch den Umfang des World Wide Web ergibt sich eine Vielfalt an Kommunikationsmöglichkeiten.²⁰

In der virtuellen Welt bzw. in den neuen Medien ist es möglich sich jederzeit zu vernetzen und zeit- und ortsunabhängig mit anderen Personen zu kommunizieren. Man ist sozusagen „dauervernetzt“. Jede Interaktion, sei diese noch so gering, kann eine Reaktion hervorrufen. Dies macht es möglich die Kommunikation an sich auf ein völlig neues Level zu setzen. Sie ist nicht mehr begrenzt durch verschiedene Faktoren wie Zeit, Ort oder aber auch Inhalt, sondern verläuft virtuell in einem neuen Ausmaß. So ist es möglich, mit mehreren Personen gleichzeitig zu kommunizieren, private oder öffentliche Kommunikationsräume zu schaffen, sowie verschiedene Themenaspekte zeitgleich zu behandeln und durch jeden Dialog, durch jede Preisgabe von Information, seine Meinung frei zu äußern und dauerhaft zu interagieren. Durch diese einfache Vernetzungsform ist es möglich, Themenbereiche schnell und unkontrolliert zu verbreiten, eine hohe Aufmerksamkeitsspanne zu erlangen und freie, umfangreiche Diskussionen zu starten und auch wieder abklingen zu lassen. Es ist also möglich, durch virtuelle Aktivität jederzeit in positive oder negative Interaktion mit einem anderen Dialogpartner zu treten.²¹

¹⁸ vgl. Burkart, 2002, S.22

¹⁹ vgl. Burkart, 2002, S.26

²⁰ vgl. Grupe, 2011, S.369

²¹ vgl. Grupe, 2011, S.374

5.3. Soziale Netzwerke

„Die Gesamtheit der sozialen Beziehungen einer Person (Ego, Fokalpherson) zu anderen Menschen (Alteri) sowie deren Beziehung untereinander bezeichnet man als soziales Netzwerk (egozentrisches Netzwerk, persönliches Netzwerk).“²²

Kommunikation umfasst auch den Vorgang der Sozialisation. Mit Sozialisation ist das „sich Entwickeln“ in einem vorgegebenen, vergesellschafteten Umfeld bzw. System gemeint. Die soziale Entwicklung verläuft generationsbedingt anders und gestaltet sich individuell. Kommunikation ist ein ebenso wichtiger Bestandteil der sozialen Entwicklung wie das soziale Umfeld an sich.²³ Daher sind in der heutigen Zeit virtuelle soziale Netzwerke genauso wichtig für den Sozialisationsvorgang wie das soziale Umfeld im realen Leben.

Das Internet bietet eine hervorragende Plattform für soziale Netzwerke. Ein soziales Netzwerk baut auf Verbindungen untereinander. Es ist also möglich, sich auf einer Plattform zu „vernetzen“ und mit anderen Personen auf eine freie Art, zeit- und ortsungebunden, zu kommunizieren. Ein soziales Netzwerk dient also als ein Funktionssystem zur Überwindung von Kommunikationsbarrieren wie z.B. Ort, Zeit, physische Anwesenheit etc.²⁴

Wenn von digitaler Kommunikation oder Social Media gesprochen wird, dann ist damit die Online-Kommunikation, also die Internetkommunikation, gemeint. Hier werden Inhalte mit anderen Personen geteilt, welche Gemeinschaften und Beziehungen abbilden.²⁵

Die Kommunikation innerhalb virtueller sozialer Netzwerke kann ebenso als Kommunikation in einem Massenmedium bezeichnet werden bzw. als Massenkommunikation. Natürlich kommt es hierbei auch auf die inhaltliche Perspektive und das Ausmaß der Kommunikation an. Jedoch alleine die Möglichkeit mit mehreren Personen gleichzeitig bzw. auch mit „Massen“ zu kommunizieren, lässt soziale Netzwerke als eine Art Massenmedium durchgehen. Burkart²⁶ bezeichnet Massenkommunikation auch als eine bestimmte Art der Zielgruppenkommunikation.

²² Döring, 1998, S.318

²³ vgl. Burkart, 2002, S.144f

²⁴ vgl. Weyer, 2014, S.293

²⁵ vgl. Wampfler, 2014, S.18

²⁶ 2002

Kommunikation hat immer ein Ziel – das „Gehört werden“, die Aufmerksamkeit auf etwas zu lenken und jemanden damit zu erreichen.²⁷

Maletzke²⁸ spricht bei RezipientInnen von Massenmedien, von einem dispersen Publikum, welches sich aus mehreren Individuen bzw. auch kleinen Gruppen zusammensetzt. Dieses ist meist räumlich und zeitlich voneinander getrennt und weist keine reale zwischenmenschliche Beziehung zueinander auf. Sie interagieren anonym, sind sich aber stets bewusst, dass mehrere Personen/ RezipientInnen Inhalte des Massenmediums konsumieren. Innerhalb eines massenmedialen Publikums herrschen keine Strukturen oder traditionelle Vorgangsweisen.²⁹

Laut Maletzke³⁰ ist Massenkommunikation, und somit auch die Kommunikation innerhalb sozialer Netzwerke, nicht wirklich als Kommunikation zu bezeichnen, denn eine zwischenmenschliche Art der Interaktion findet nur online statt.³¹

Soziale Netzwerke müssen drei Kriterien erfüllen:

- *„Auf den Plattformen interagieren eindeutig identifizierbare Profile, die durch User gefüllt werden, entweder durch die Inhaber des Profils, Dritttuser oder das System selbst.*
- *Sie können Verbindungen und Beziehungen zwischen Usern öffentlich ausdrücken, so dass andere die einsehen und nachvollziehen können.*
- *Sie können Nachrichteneinflüsse von Inhalten, die User durch ihre Verbindung mit dem Netzwerk generiert haben, hervorbringen oder zum Konsum beziehungsweise zur Interaktion anbieten.“³²*

²⁷ vgl. Burkart, 2002, S.166

²⁸ 1963

²⁹ vgl. Maletzke, 1963, S.28ff

³⁰ 1998

³¹ vgl. Maletzke, 1998, S.47

³² vgl. Wampfler, 2014, S.18 zit. nach: Ellison/Boyd, 2013, S.158

Es lässt sich also sagen, dass sogenannter Content³³ bzw. Nachrichtenströme von UserInnen konsumiert, produziert und verbreitet werden. Soziale Netzwerke lassen sich durch ihren schnellen Wandel nur schwer erforschen. So ist es laut Wampfler³⁴ möglich, genaue Daten über Facebook zu erlangen, jedoch sehr schwierig soziale Netzwerke, welche als Applikationen auf Smartphones gehandelt werden, wie zum Beispiel WhatsApp oder Instagram, nachzuvollziehen bzw. Daten zu sammeln und auszuwerten. Der aktuelle Zustand von sozialen Plattformen lässt sich ebenso nur schwer erläutern, da sich zum Beispiel die Nutzungsweise der Netzwerke sehr häufig ändert und die Nutzungsdauer somit variiert. Außerdem sind die Nutzungsarten sehr unterschiedlich. Teilweise werden Applikationen bzw. Netzwerke anders von den UserInnen verwendet, als vom Hersteller erwartet. Datenauswertungen können über einen längeren Zeitraum gemacht werden, sind aber bis zu ihrer Publikation meist schon veraltet.³⁵

5.3.1. Kommunikation in sozialen Netzwerken

Kommunikation im Internet ist eine der außergewöhnlichsten und einflussreichsten Veränderungen, welche hinsichtlich der Onlinemedien, vor allem in Bezug auf soziale Netzwerke, beobachtbar ist. Soziale Netzwerke machen es möglich, die „face-to-face“ bzw. die persönliche Kommunikation maßgeblich zu verringern und eröffnen dahingehend völlig neue Kommunikationswege und –formen. Der Kommunikationsschwerpunkt auf sozialen Plattformen liegt dennoch im privaten Bereich. UserInnen verwenden soziale Netzwerke also hauptsächlich für den privaten Gebrauch und zur Diskussion über persönliche Themen. Daraus entstehen oftmals virtuelle Freundschaften, welche die Beziehungen außerhalb des Internets ergänzen.

Soziale Netzwerke erleichtern die Kommunikation im Alltag erheblich. Sie machen es für Personen möglich, sich gegenseitig zu lesen, zu hören, zu sehen –ohne sich wirklich zu begegnen.³⁶

³³ Englisch für Inhalte

³⁴ 2014

³⁵ vgl. Wampfler, 2014, S.18

³⁶ vgl. Wampfler, 2014, S. 19

Im Internet ist es möglich, eigene Identitäten zu bilden und zu kreieren und sich somit eine eigene Wirklichkeit aufzubauen. Durch die medialen Strukturen und Elemente der sozialen Netzwerke ist die Vernetzung an sich bzw. das Knüpfen von Kontakten auch immer „einfacher“ bzw. simpler gestaltet. Es bilden sich virtuelle, soziale Strukturen, welche für das gesellschaftliche Leben immer bedeutender werden.³⁷

Das Internet ist das größte öffentliche Netzwerk weltweit. In mehreren gesellschaftlichen Bereichen ist das World Wide Web nicht mehr wegzudenken. Ohne Internet könnte heutzutage vieles nicht mehr funktionieren. Die Art und Weise wie, mit wem und vor allem wann wir online kommunizieren, erleichtert nicht nur die Kommunikationsform an sich, sondern ebenso den Austausch von beispielsweise kultureller Information, netzwerkübergreifender bzw. globaler Nachrichten und eröffnet völlig neue Berufs- und Ausbildungswege. Außerdem ist es durch das Web möglich, soziale Beziehungen „barrierefrei“ aufrechtzuerhalten und Kontakte unabhängig von Zeit und Ort zu pflegen. Durch die Aktivität auf sozialen Netzwerken gestaltet sich das soziale Umfeld für einzelne Personen bzw. Personengruppen völlig neu.³⁸

³⁷ vgl. Fuhse/ Stegbauer, 2011, S.9

³⁸ vgl. Döring, 1998, S.32

5.3.2. Identität in virtuellen Sozialräumen

Identität, im klassischen Sinne, bedeutet das Bewusstsein, sich von anderen Menschen zu unterscheiden (Individualität), über die Zeit hinweg (Kontinuität) und durchwegs auch nach außen erkennbar (Konsistenz) dieselbe Person zu bleiben. Identität setzt sich nicht nur mit den herkömmlichen Merkmalen wie Name, Alter und Herkunft auseinander, sondern schließt ebenso Aspekte wie Persönlichkeit, Interessen und andere Attribute, mit welchen sich die Person identifizieren kann, mit ein. Laut Döring³⁹ geht es bei der Identitätsentwicklung darum, die Identifikation des Selbst im Laufe der Adoleszenz zu einem Ganzen zu integrieren.⁴⁰

Laut Abels⁴¹ ist Identität nicht nur wofür wir uns selbst halten, sondern auch wofür uns andere halten. Jeder Mensch hat von sich ein bestimmtes Wirklichkeitsbild und eine bestimmte Vorstellung/Erwartung der Wirklichkeit in Bezug auf jemand anderen. Durch Zuschreibung einer bestimmten vorausgesetzten Verhaltensweise definiert man die soziale Identität – bewertet jemanden sozusagen nach seinen eigenen Erwartungen. Das Individuum bekommt einen Status bzw. ein gewisses Bild zugeschrieben.⁴²

Als Identität lässt sich also das Wissen, das Verhalten und die Erfahrung eines Individuums, welche es auf sich selbst bezieht und welche es von anderen zugeschrieben bekommt, definieren. Als Person identifiziert man sich mit seinen persönlichen Verhaltensweisen, Entscheidungen, Erwartungen und Überzeugungen. Die eigene Identität wird demnach aus diesen Aspekten kreiert. Die eigene Rolle bzw. die Wahrnehmung des eigenen Selbst, sowie auch die Rollenübernahme, das Hineinversetzen in andere um sich mit deren Augen zu sehen, schärfen und formen die eigene Identität. Der Blick auf das Selbst- und das Fremdbild ist hierbei besonders wichtig.⁴³

Dies hat ebenso Einfluss auf die Selbstdarstellung. Gerade im Bereich der virtuellen Kommunikation geht großteils um Darstellungsformen, Image und Auftreten. Selbstvermarktung auf sozialen Netzwerken bzw. im World Wide Web an sich verläuft häufig durch das Zeigen von Statussymbolen, Kleidung oder bestimmten Verhaltensweisen. Identität wird auf sozialen Netzwerken quasi geschaffen und beläuft sich auf die Untermauerung des Selbst durch bestimmtes öffentliches Handeln und interagieren, das Liken bzw. Teilen von Beiträgen und Inhalten, sowie

³⁹ 1999

⁴⁰ vgl. Döring, 1999, S.255

⁴¹ 2010

⁴² vgl. Abels, 2010, S.352f

⁴³ vgl. Frass/Meier/Pentzold, 2012, S.73f

auch durch das Freigeben von Content auf dem eigenen Netzwerkprofil. Die virtuelle Identität ist also form- und beeinflussbar. Identität in der Online-Kommunikation lässt sich stets neu erfinden und ermöglicht die Herstellung einer selbst erstellten, wandelbaren Online-Identität.⁴⁴

„Mit virtueller Identität (synonym: Online-Identität) ist eine dienst- und anwendungsspezifische, mehrfach in konsistenter und für andere Menschen wieder erkennbarer Weise verwendete, subjektiv relevante Präsentation einer Person im Netz gemeint“⁴⁵

Die Darstellung des Selbst ist nur notwendig, wenn sich diese beobachten lässt, das heißt wenn sich das Individuum in der Öffentlichkeit befindet. Die Person muss hinsichtlich der Selbstdarstellung auch wahrhaftig davon überzeugt sein, ihr Ziel des gewünschten Eindrucks bei der gewünschten Öffentlichkeit zu erreichen.⁴⁶

„Welche Identitäten wir entwickeln, wie wir sie darstellen und wie wir die Identitäten anderer Personen wahrnehmen, hängt entscheidend davon ab, in welchen medialen Umgebungen wir auf welche Weise mit anderen Menschen in Kontakt treten.“⁴⁷

Die Entwicklung einer medialen virtuellen Identität hängt nicht nur von den jeweiligen Persönlichkeitsattributen ab, sondern ebenso vom jeweiligen Zugang zu einem Massenmedium. Eine Gruppenzugehörigkeit entwickelt sich durch die soziale Identität und den Zugang bzw. den Nutzen des jeweiligen Mediums.⁴⁸

⁴⁴ vgl. ebd.

⁴⁵ Döring, 2003, S.341 zit. nach: Frass/Meier/Pentzold, 2012, S.75

⁴⁶ vgl. Döring, 1999, S.261f

⁴⁷ Döring, 1991, S.265

⁴⁸ vgl. ebd.

5.4. Soziale Beziehungen in der Online-Kommunikation

Eine soziale Beziehung zwischen zwei oder mehreren Personen kann dadurch entstehen, dass diese sich wiederholt einander zuwenden bzw. miteinander kommunizieren. Eine soziale Beziehung entwickelt sich also durch häufigen Kontakt zu mehreren Zeitpunkten. Diese lassen sich in formale und persönliche Beziehungen einteilen. Die Bindung spielt bei den persönlichen Beziehungen eine größere Rolle, da es darauf ankommt, mit welcher emotionalen Haltung man zueinander steht.⁴⁹

Bei formalen Beziehungen geht es meistens um Funktionen, gegenseitiges Geben und Nehmen in einem Gesellschaftssystem, wie zum Beispiel das Abschließen eines Vertrages, das Austauschen von Informationen, Gütern und Dienstleistungen. Die Interaktionsstrukturen sind durch Formalitäten und zum Beispiel durch Hierarchieverhältnisse definiert. Persönliche Beziehung besitzen mehr Freiheit in ihrer Kommunikations- und Interaktionsweise. Innerhalb von persönlichen Beziehungen befindet sich ein Gefühl von Verständnis, Zuneigung und Nähe zwischen den InteraktionspartnerInnen. Wechselseitige Wertschätzung ist ein wichtiger Aspekt der Verhältnisebene bei Beziehungen. Diese sind beispielsweise Freundschaftsbeziehungen, familiäre Beziehungen etc. Hierbei kommt es, wie bereits erwähnt, auf die Intensität der Bindung an. Es geht hierbei primär um die Wahrnehmung der Beziehung zueinander und ob diese als stark oder schwach einzustufen ist.⁵⁰

Eine soziale Gruppe entsteht dann, wenn zwei oder mehrere Personen regelmäßig miteinander kommunizieren und interagieren. Hinsichtlich der Internetforschung lässt sich sagen, dass sich virtuelle Online-Beziehungen sogenannter Cyber- oder Internet-Communities dadurch bilden, dass sich die Gruppenmitglieder zwar „zusammenschließen“, jedoch vermehrt virtuell, also im World Wide Web, miteinander kommunizieren. Trotz des Gruppenbegriffs handelt es sich nicht unbedingt um eine Community, bei der die Rollenverteilung immer eindeutig verteilt ist und sich jeder auf den Rückhalt der Gruppe stützen kann.

⁴⁹ vgl. Döring, 1991, S.316f

⁵⁰ vgl. ebd.

Für das Funktionieren von Online-Beziehungen in Internet-Communities sind folgende Merkmale entscheidend:

- die ständige Möglichkeit der Kommunikation -> **ongoing interaction**
- klare Abgrenzung der Umwelt, sowie der Rollenstruktur und des Regelmusters innerhalb der Gruppe bzw. des Kommunikationsverlaufes -> **boundary and structuration**
- das Gefühl der Zugehörigkeit -> **sense of membership**
- Kooperation und Teamwork bzw. gegenseitige Unterstützung zur Erreichung eines gemeinsamen Ziels -> **collaboration**⁵¹

Mitglieder in derartigen Online-Communities finden sich je nach Interessensmotiven zusammen. Nicht jedes Mitglied besitzt die gleiche Rolle innerhalb der Gemeinschaft. So ist zu unterscheiden zwischen verschiedenen Typen:

- **Regulars** -> Stammmitglieder: verfassen viele Beiträge, sehr aktiv
- **Lurker** -> Beobachter des Geschehens: sind eher passiv
- **Moderatoren** -> Diskussionsleiter: sind sehr aktiv⁵²

Durch Online-Communities ist es möglich, auch Randgruppenthemen aufzugreifen. Dies erfolgt beispielsweise in virtuellen Selbsthilfegruppen, bei denen Themenaspekte im Kommunikationsmittelpunkt stehen, welche von der Gesellschaft tabuisiert werden oder über welche lieber anonym, von der realen Welt abgeschottet, gesprochen wird. Bei Minderheiten, welche durch Online-Communities Anschluss und Zugehörigkeit erfahren, wird das Online-Engagement als sehr positiv eingeschätzt. Themenbereiche wie Sexualität, Behinderung, Krankheit oder Ethnizität, werden in virtuellen Communities aufgegriffen. Experten schätzen diese Art der Kommunikation als förderlich und positiv ein. Betrifft der Themenschwerpunkt einer virtuellen Community etwa religiöse oder politische Aspekte, so sind diese mit Vorsicht zu betreten, da Gruppierungen mit kulturellem Kontext oft für Propagandazwecke missbraucht werden.⁵³

⁵¹ vgl. Schweiger/ Beck, 2010, S.173

⁵² vgl. Schweiger/ Beck, 2010, S.177

⁵³ vgl. Schweiger/ Beck, 2010, S.178

Laut Schweiger/ Beck⁵⁴ ist ebenso darauf zu achten, ob Inhalte, bei denen es um potentiell krankheitsförderndes bzw. selbstschädigendes/selbstgefährdendes Verhalten geht, innerhalb einer Community geteilt werden sollten. Somit lässt sich sagen, dass Gruppierungen, welche sich ausführlich mit Suizid oder Essstörungen befassen, als gefährlich eingeschätzt werden können. Durch die intensive Beschäftigung mit den Inhalten und der Interaktion mit anderen (kranken) Mitgliedern, kann eine sogenannte „Trigger-Wirkung“ entstehen und das selbstverletzende/selbstschädigende Verhalten verstärkt oder gar erst angeregt werden. Wie wichtig diese Online-Gemeinschaften für die Mitglieder dennoch sind, lässt sich aufgrund mangelnder Forschung bisher nicht festlegen. Es kommt hierbei ebenso auf das persönliche Engagement jedes einzelnen Mitglieds an und hängt vom Bezug zur Gruppe bzw. der Rolle innerhalb der Gemeinschaft ab. So wird ein Moderator oder ein Stammmitglied einer Community eventuell mehr sozialen Nutzen abgewinnen als ein Beobachter oder passives Mitglied. Hier ist ganz klar zwischen den Bezugs- und Partizipationsaspekten zu differenzieren.⁵⁵

Ein neuer Trend auf sozialen Netzwerken, wie beispielsweise auf der Content-Plattform Instagram, bildet die Pro Ana-Bewegung. Dabei geht es um Jugendliche mit Essstörungen, welche ihre Krankheit auf Social Media-Kanälen preisgeben und teilweise zelebrieren bzw. huldigen. Betroffene tauschen sich online über ihre Krankheit aus. Die Pro Ana-Bewegung ist ein Beispiel für eine soziale Community mit Selbsthilfegruppencharakter, bei welcher die Wirkung des kommunikativen Austauschs als eher fragwürdig angesehen wird.⁵⁶

⁵⁴ 2010

⁵⁵ vgl. Schweiger/ Beck, 2010, S.179

⁵⁶ vgl. Bundesministerium für Familien und Jugend, 2016, <https://www.bmfj.gv.at/ministerin/Aktuelles/Themen/PK-Esstörungen.html> [Zugriff: 16.05.2016]

5.4. Gesundheitskommunikation im Internet

Das Internet ist, in Zeiten von Social Media und Co, eines der meist genutzten Medien. Ohne Internet würde vieles, auch den Alltag betreffend, nicht mehr möglich sein. Soziale Netzwerke sind ein nicht mehr wegzudenkendes Tool, um im alltäglichen Raum miteinander zu kommunizieren. Sie dienen einer völlig neuen Interaktionsform, welche online bzw. virtuell und auch sehr oft anonym ausgeführt wird. Dabei ist unter verschiedenen Netzwerkarten zu unterscheiden. Auch die Themenbereiche, welche auf derartigen Plattformen behandelt werden, lassen sich differenzieren. Durch die Möglichkeit der anonymen Kommunikation ist auch das Themengebiet Gesundheit in der virtuellen Welt ein oft diskutierter und behandelter Schwerpunkt. Gesundheitskommunikation im Internet, bzw. Onlinediskussionsforen, gibt es bereits seit den 1980er Jahren, damals noch in Form von Mailinglisten. Gesundheitskommunikation online wird auch häufig als Electronic Health bzw. E-Health bezeichnet. Durch die häufige Nutzung von Smartphones zur virtuellen Kommunikation gibt es im Bereich der Gesundheitskommunikation bereits die Bezeichnung Mobile Health bzw. M-Health.⁵⁷

Hauptsächlich werden Plattformen mit gesundheitsspezifischem Angebot zur Wissenssteigerung genutzt. NutzerInnen von Gesundheitsplattformen verwenden das jeweilige Netzwerk, um sich mit anderen Personen auszutauschen, Tipps zu holen oder sich über bestimmte gesundheitsbezogene Themen zu informieren.⁵⁸

Onlineplattformen mit gesundheitsbezogenem Schwerpunkt gibt es in Bezug auf diverse Krankheiten, Schulmedizin und auch Alternativmedizin. Zahlreiche Foren, Plattformen und Netzwerke befassen sich mit gesundheitsbewusster Ernährung, Vegetarismus/ Veganismus, Fitness und Gesundheitstrends. Diese Formationen der gesundheitsspezifischen Online-Kommunikation bringen aufgrund der hohen Nutzungsrate auch gewisse Effekte mit sich. An dieser Stelle ist allerdings zu beachten, unter welchen Voraussetzungen und mit welchem Nutzungshintergrund sich UserInnen der Gesundheitsinformation bedienen. Effekte müssen nicht zwangsläufig positiv oder negativ ausfallen, jedoch ist immer der Hintergrund der Informationseinholung zu beachten.⁵⁹

⁵⁷ vgl. Döring, 2014, S.286

⁵⁸ vgl. Schweiger/ Beck, 2010, S.349

⁵⁹ vgl. Döring, 2014, S:290f

5.5. Krankheitsfördernde Kommunikation mittels sozialen Netzwerken

Ein großes Risiko in der gesundheitsspezifischen Online-Kommunikation stellen selbstorganisierte Gruppierungen dar, welche selbst- und fremdschädigendes bzw. krankheitsförderndes Verhalten vermitteln und teilweise auch glorifizieren. An dieser Stelle erwähnt Döring⁶⁰ als konkretes Beispiel Pro Anorexie- bzw. Pro Bulimie-Foren (Po Ana/ Pro Mia), welche innerhalb einer krankheitsspezifischen Community, Essstörungen als erstrebenswerten Lifestyle darstellen und ein essgestörtes Verhalten loben und ehren. Wichtig ist hierbei, dass derartige Communities bzw. Profile, speziell in sozialen Netzwerken, nicht übersehen werden, sondern klar gegen sie gearbeitet werden muss, indem man diese bei den Administratoren melden und/oder sperren lässt. Präventionsarbeit, Zielgruppenkommunikation und Öffentlichkeitsaufklärung stellt hier ganz klar einen zukünftigen Schwerpunkt dar.⁶¹

Kommunikation in Bezug auf die Gesundheit findet heutzutage vermehrt online statt. Auf Online-Foren bzw. Frage und Antwort-Portalen, werden einige krankheitsbezogene Themen aufgegriffen. Unter dem Begriff Peer-to-Peer Gesundheitskommunikation lässt sich dieser Aspekt gesammelt begreifen. Gesundheitsbezogene Themen werden zwischen Laien in diversen Onlinediskussionsforen, -Videokanälen (wie z.B. YouTube) oder über Mobile Apps (wie z.B. Instagram etc.) kommuniziert. Eine Peer-to-Peer-Gesundheitskommunikation, also eine Kommunikation unter Gleichgesinnten mit (meistens) dem gleichen Ziel und einer ähnlichen Ausgangslage, kann sowohl einen sozialen, unterstützenden Wert haben und den UserInnen ein gewisses Gemeinschaftsgefühl vermitteln, sowie den Selbstwert steigern, als auch einen gesundheitsschädigenden Einfluss besitzen. Dies geschieht beispielsweise durch minderes medizinisches Wissen, Ferndiagnosen, Cyber-Mobbing, mangelnde Informationsqualität etc. Eine Arzt-Patienten-Kommunikation kann eine Peer-to-Peer-Kommunikation niemals ersetzen.⁶²

⁶⁰ 2014

⁶¹ vgl. Döring, 2014, S.292f

⁶² vgl Döring, 2014, S:290f

Die sogenannten neuen Medien (das Internet, Mobiltelefon etc.) haben einen erheblichen Einfluss auf die Veränderung der Onlinekommunikation generell. Durch sogenannte Mobile Apps ist es möglich, zeit- und ortsunabhängig in Onlineforen zu interagieren. Das hebt die Kommunikation im Internet auf ein neues Level. Videos und Fotos können oft mit nur einem Klick mit FreundInnen und FollowerInnen auf dem jeweiligen sozialen Netzwerk geteilt werden.⁶³

Ein negativer Aspekt der Gesundheitskommunikation via Internet bzw. Social Media ist, dass man für eine Laien-Diagnose das Haus nicht mehr verlassen muss. Für jemanden der beispielsweise seine Krankheit verstecken oder das Ausmaß der Krankheit verheimlichen möchte, bietet diese Form von Kommunikation eine krankheitsunterstützende Wirkung. Dadurch bleibt das Ausmaß der Krankheit oft unerkannt. Das Gruppengefühl durch Gleichgesinnte in Gesundheitsforen bzw. die Beratung eines Laien, kann zur Verstärkung bzw. Aufrechterhaltung der Symptome beitragen und verhindert oft eine Genesung, welche durch die Beratung eines Facharztes gegeben wäre.⁶⁴ Wie bereits erwähnt, kann eine Peer-to-Peer-Kommunikation einen Besuch bei einem Arzt niemals ersetzen.

Online-Diskussionsforen bzw. Gesundheitsforen im Internet gab es bereits bevor soziale Netzwerke ein wichtiger Bestandteil der Onlinewelt wurden. Gesundheitskommunikation via Peer-to-Peer ist ein längst erforschtes Teilgebiet der sozialen Kommunikationsforschung. Manche Selbsthilfegruppen existieren nach wie vor noch als Mailingliste und gestalten ihre Kommunikation über ihre E-Mail Mailbox. Die Peer-to-Peer Kommunikation via Social Media hingegen lässt noch einige Lücken offen.⁶⁵ Diese Forschungsarbeit soll dazu dienen, einige dieser Forschungslücken zu füllen.

⁶³ vgl. Döring, 2014, S.286

⁶⁴ vgl. Porsch/Pieschl, 2014, S.248

⁶⁵ vgl. Döring, 2014, S. 287

5.6. Instagram

Die Applikation Instagram ist eine kostenlose Plattform für Smartphones und bietet den NutzerInnen die Möglichkeit, Bilder und sogar kurze Videos miteinander zu teilen. Mit dieser App ist es möglich, Bilder und Videos durch spezielle Filter zu bearbeiten und anschließend ebenso auf anderen Social-Media-Plattformen zu teilen. Die Applikation wurde aufgrund ihrer vielseitigen Filter zur Foto- und Videomontage bekannt. Hauptsächlich bezieht man sich hier auf die Möglichkeit der Nutzung eines Vintage-Foto-Filters, mit dem es möglich ist, die Fotos so zu bearbeiten, als seien sie beispielsweise echte Polaroid-Fotos oder mit einer analogen Kamera gemacht worden.⁶⁶

Instagram wurde von Kevin Systrom und Mike Krieger im Jahr 2010 in San Francisco gegründet und aufgebaut. Die Applikation wird derzeit von über 300 Millionen UserInnen genutzt, welche täglich über 60 Millionen Fotos auf dem Netzwerk posten. Instagram ist Teil der Facebook, Inc. Um dem sozialen Netzwerk beitreten zu können, muss man unter anderem folgende „basic terms“ erfüllen/ befolgen:

- Mindestalter 13 Jahre
- Keinerlei Diskriminierung, Hass, Druck, Stalking etc. ausüben
- Keine Nacktbilder/ pornografische Inhalte posten
- Keine Passwörter freigeben
- Der Account ist nicht käuflich/verkäuflich etc.⁶⁷

Instagram ermöglicht es seinen UserInnen ohne hochwertiges Fotoequipment schöne Bilder zu machen, diese durch einen Filter besonders hervorzuheben und mit seinen FollowerInnen zu teilen. Somit können private Bilder, durch ein paar einfache Klicks und kurze Fotobearbeitung, in eine schöne Form gebracht werden. Ebenso unkompliziert wie das Hochladen von Bildern und Videos ist das Teilen von diesen auf anderen, vernetzten, sozialen Plattformen wie beispielsweise Facebook und Twitter. Die soziale Plattform Instagram macht es möglich, ganz alltägliche Dinge der UserInnen festzuhalten und gesammelt in einem Profil zu veröffentlichen.

⁶⁶ vgl. Kobilke, 2014, Kapitel 1.1

⁶⁷ vgl. Instagram: Nutzungsbedingungen und Datenschutzrichtlinien. 2016, <https://help.instagram.com/478745558852511> [Zugriff: 18.07.2016]

Die Vielfalt und Kreativität mit der die UserInnen ihre Bilder und Videos gestalten, hat oftmals inspirierenden und kulturellen Charakter.⁶⁸

Die Applikation ist mittlerweile aber auch eine beliebte Vermarktungsform. So gibt es aktuell fast kein Unternehmen mehr, welches nicht auf die Plattform und deren Werbungs- und Verbreitungsmöglichkeiten zurückgreift. Derzeit verfügt Instagram über mehr als 200 Millionen NutzerInnen von denen ca. 76 Millionen fast täglich auf der Plattform aktiv sind. Der Großteil der UserInnen ist zwischen 14 und 29 Jahre alt und der Anteil der weiblichen NutzerInnen überwiegt an dieser Stelle.⁶⁹

5.6.1. Kritik an Instagram

Heftige Kritik erntete Instagram im Jahr 2012, nachdem es von der sozialen Plattform Facebook übernommen wurde. Dieses änderte die AGB dahingehend, dass Angaben zur Person bzw. Informationen wie Identität, Verwertungsrechte von Fotos sowie Nutzungsdaten an Facebook übermitteln wurden. Als sich allerdings die Verwendung des sozialen Netzwerkes durch die Änderungsmaßnahmen erheblich reduzierte, nahm Instagram diese zurück und formulierte die bereits vorhandenen Richtlinien um. Ein Verkauf der Fotos stand laut Kobilke⁷⁰ nie zur Diskussion.

5.6.2. Tipps für Eltern

Unter den Datenschutzrichtlinien finden sich auch Tipps für Eltern und den Umgang mit Instagram. Darunter befinden sich allgemeine Punkte wie zum Beispiel „Was ist Instagram?“ oder „Wer kann die Fotos meines Teenagers sehen?“, sowie auch wichtige Informationen zur Sicherheit der Privatsphäre auf dem sozialen Netzwerk. Es gibt außerdem eine Art Leitfaden für Eltern zum Download bereitgestellt.⁷¹ Wenn Eltern sich demnach über Instagram, dessen Datenschutzrichtlinien und Sicherheitsrichtlinien informieren wollen, bietet Instagram einiges an Informationsangebot, auf welches Eltern auch ohne Instagram-Account zugreifen können.

⁶⁸ vgl. Kobilke, 2014, Kapitel 1.2

⁶⁹ vgl. Kobilke, 2014, Kapitel 1.4

⁷⁰ vgl. Kobilke, 2014, Kapitel 1.6

⁷¹ vgl. Instagram: Nutzungsbedingungen und Datenschutzrichtlinien: Tipps für Eltern. 2016, https://help.instagram.com/154475974694511/?ref=hc_fnav [Zugriff: 18.07.2016]

5.6.3. Essstörungen auf Instagram

Da das Thema Essstörungen auf Instagram bereits viel diskutiert ist und täglich einige Postings mit essstörungsbezogenem Kontext auf die Plattform hochgeladen werden, gibt es im Instagram-Hilfebereich eine eigene Rubik zu diesem Schwerpunkt. Darunter findet man folgende Aufzählungspunkte:

- Symptome
- Tipps
- Ressourcen⁷²

Unter dem Punkt „Symptome“ werden allgemeine Anzeichen für Essstörungen erläutert und unmissverständlich erklärt. Dabei wird vor allem auch darauf hingewiesen, dass Menschen mit Essstörungen nicht zwangsläufig dünn sein müssen und nicht alle essgestörten Personen offensichtlich hungern. Deshalb werden in weiterer Folge einige Symptome aufgezählt, an denen man erkennen kann, dass eine Person eventuell Probleme mit Nahrung und Körpergewicht hat. Darunter befinden sich Punkte wie die häufigen Bemerkungen, jemand fühle sich zu dick oder gar übergewichtig, obwohl diese/ dieser es offensichtlich nicht ist, die häufige Beschäftigung mit Diäten, eine strikte Kontrolle der Nahrungsaufnahme sowie das Durchführen und Einhalten eines sehr strengen Sportprogramms. Weitere Anzeichen wie das häufige Aufsuchen des Badezimmers nach der Nahrungsaufnahme und die Einnahme von Abführmittel oder gar regelmäßiges Erbrechen nach dem Essen, werden ebenso als Kriterien genannt. Außerdem gibt Instagram Ratschläge, wie man bei der Vermutung, jemand leide an einer Essstörung, damit umgehen soll, an wen man sich wenden kann und was man nicht machen sollte, wie beispielsweise, nicht mehr Hilfe an bieten als man geben kann, die Person zum Essen zwingen etc. Abschließend werden von Instagram Einrichtungen, Institutionen bzw. Webseiten zur Hilfe in Bezug auf Essstörungen genannt. Leider findet man an dieser Stelle ausschließlich Institutionen und Websites in den USA, Kanada und dem Vereinigten Königreich.⁷³

⁷² Instagram: Nutzungsbedingungen und Datenschutzrichtlinien: Essstörungen. 2016, https://help.instagram.com/252214974954612/?ref=hc_fnav [Zugriff: 18.07.2016]

⁷³ vgl. Instagram: Nutzungsbedingungen und Datenschutzrichtlinien: Essstörungen. 2016 https://help.instagram.com/252214974954612/?ref=hc_fnav [Zugriff: 18.07.2016]

5.6.4. Schönheitsideale/Trends auf Instagram

Mit der Entwicklung von Instagram entstanden auch immer mehr Trends, welche sich auf skurrile Art und Weise in Beiträgen und Postings der UserInnen äußerten. Dies bezieht sich hauptsächlich auf Körperkultur, Lifestyle und vor allem Trends, welche sich auf eine schlanke Figur, sowie ein gewisses Schönheitsideal.

Beispiele hierbei sind:

- „the thigh-gap“
- „the collarbone-challenge“
- „the bikini-bridge“
- “the bellybutton-challenge”
- “the paper-waist-challenge”
- “Fitspo – strong is the new skinny”

In folgenden Punkten werden die Trends anhand einer kurzen Beschreibung veranschaulicht bzw. erläutert. Die Beschreibung der Instagram-Trends bzw. Challenges erfolgt aufgrund persönlichen Erfahrungen und der Recherchetätigkeiten der Forscherin auf der sozialen Plattform.

5.6.5. „the thigh-gap“

Bei dem “thigh-gap”-Trend geht es darum einen möglichst großen Spalt („gap“) zwischen den Oberschenkeln zu haben. Je größer der Abstand, zwischen den Beinen, desto eher hat man das Schönheitsideal erreicht und gilt als schlank.

5.6.6. „the collarbone-challenge“

Bei dieser Challenge geht es darum, so viele Münzen wie möglich (oder anderen kleinen Gegenständen) in die Kerbe zwischen seinem Schultergelenk und seinem Schlüsselbein zu bekommen. Je mehr Münzen man darin unterbringen kann, desto schlanker und attraktiver ist man – die Challenge gilt als bestanden.

5.6.7. „the bikini-bridge“

Als „bikini-bridge“ gilt der Spalt zwischen Hüftknochen und Bikinihöschchen. Je höher bzw. größer der Spalt, desto dünner ist man.

5.6.8. „the bellybutton-challenge“

Bei dieser Challenge, muss man dem Arm hinter dem Körper seinen Bauchnabel erreichen.

5.6.9. „the paper-waist-challenge“

Hier gilt jene/jener als schlank, welche/welcher nicht „dicker“ als ein Blatt Papier ist. Meistens wird hier die Breite eines A4 Blattes als Maßstab genommen.

5.7. Hashtags

Unter dem Begriff Hashtag versteht man die Verlinkung eines Wortes zu einer Seite oder im Fall des sozialen Netzwerkes Instagram die Verlinkung zu anderen Postings. Der Begriff setzt sich aus den beiden Wörtern „Hash“ und „Tag“ zusammen, welche aus dem Englischen mit „Raute“ bzw. „Doppelkreuz“ und „Markierung“ übersetzt werden können. Durch Hashtags können verschiedenste Postings zu einem Thema verlinkt und beispielsweise über die Suchfunktion auf Instagram gesammelt abgerufen werden. Die Verlinkung funktioniert, indem man nach dem Doppelkreuz (#) ein bestimmtes Wort setzt. In sozialen Netzwerken wird dies automatisch zu einem Link umgewandelt. Bei der Wahl der Wörter sind den UserInnen keine kreativen Grenzen gesetzt. Insbesondere die soziale Plattform Twitter hat Hashtags berühmt gemacht. Diese wurden, wie bereits erwähnt, dazu erfunden, um verschiedenste Postings zu einem Thema zusammengefasst anzuzeigen und den NutzerInnen mit Hilfe von Hashtags das Suchen von Postings bzw. den Informationsfluss zu einem Thema zu erleichtern.⁷⁴

Unter verschiedenen Hashtags wie zum Beispiel **#magersucht**, **#thinspiration** oder **#proana**, können auf Instagram Profile gefunden werden, welche sich ausgiebig mit den Themen Gewichtsverlust, Ernährung, Gewichtskontrolle etc. befassen. Daraus können ganze Netzwerke innerhalb der sozialen Plattform entstehen, welche sich immer weiter ausbreiten und Mitglieder sammeln. Teilweise verläuft die eigentliche Vernetzung auch nur über Instagram und verweist auf weitere soziale Netzwerke, über die man sich eventuell sogar besser „vernetzen“ und austauschen kann, wie beispielsweise WhatsApp, Snapchat oder KIK. Es geht also darum, mit Gleichgesinnten zu interagieren, den Abnehmprozess, sowie die Krankheit selbst, zu zelebrieren und sich gegenseitig zu unterstützen. Der Prozess verläuft demnach wie in einer Selbsthilfegruppe, bei der die Hilfestellungen widersprüchlich sind. Auf der einen Seite werden extreme Diättipps gegeben, auf der anderen Seite soll der Weg zum Heilungsprozess gezeigt und dargelegt werden.⁷⁵

⁷⁴ vgl. Kobilke, 2014, Kapitel 1.5

⁷⁵ vgl. Wampfler, 2014, S.71

5.8. Essstörungen

Essen ist in der medialen Welt seit jeher ein präsent Thema. Zahlreiche Kochbücher, Magazine, TV-Shows etc. befassen sich durchwegs mit essensbezogenen Aspekten. Dies beginnt bei der Nahrungsauswahl, über die Nahrungszubereitung bis hin zum Nahrungsverzehr. Essen kann man grundsätzlich nicht ausweichen oder gar meiden – es ist ein zentraler Bestandteil jedes individuellen Alltags. Täglich und kontinuierlich zu essen wird in einer modernen Welt grundsätzlich nicht in Frage gestellt, jedoch befasst man sich heutzutage immer mehr mit der Auswahl seiner Nahrungsmittel. Die Art zu essen wird immer mehr zu einem Lifestyle, durch den sich diverse Gesellschaftskreise definieren und ausdrücken. Dennoch ist es im besten Fall so, dass Essen, sowie die Nahrungsaufnahme an sich, Genuss und Freude bereitet.⁷⁶

Das westliche Schönheitsideal bewegt sich hierbei zwischen schlank und dünn bzw. sehr dünn und setzt Schlankheit den Bereichen Erfolg und Schönheit voraus. Die moderne Körperkultur setzt Schönheit mit Sport und Magerwahn gleich und entspricht demnach keinem realistischen Ideal, welches durch ein normales Essverhalten erreicht werden kann. Dünn bzw. schlank zu sein, fordert von sehr viele Menschen oftmals große Einbußen, Druck, Unzufriedenheit etc. Diese Personen entwickeln oftmals ein gestörtes Ess- und Ernährungsverhalten und verfolgen dabei das Ziel, dem kollektiven Schlankheitswahn gerecht zu werden. Sie befassen sich vermehrt mit ihrer Figur, Gewichtskontrollen, sowie dem eigenen Selbst- und Erscheinungsbild. Hieraus entstehen sogenannte Essstörungen bzw. Körperschemastörungen. Dabei gibt es verschiedene Muster von nicht-normativem Essverhalten inklusive einer surrealen bzw. dysfunktionalen Beurteilung von Körper bzw. Figur und Gewicht.⁷⁷

⁷⁶ vgl. Biedert, 2008, S.7

⁷⁷ vgl. ebd.

Auf folgende Essstörungen wird aus forschungsrelevanten Gründen näher eingegangen, da diese die bekanntesten Vertreter der Erkrankung sind:

- Magersucht/Anorexia nervosa
- Bulimie/Bulimia nervosa
- Essattacken/Binge Eating Disorder
- Nicht näher bezeichnete Essstörungen

Mischformen der angegebenen Essstörungen sind häufig und nicht untypisch.⁷⁸

In Österreich sind, laut eines Berichts des Bundesministeriums für Familien und Jugend, 7500 Jugendliche unter 20 Jahren an einer Essstörung erkrankt. Zwischen 90 und 97% der betroffenen Personen sind Mädchen.⁷⁹

5.8.1. Magersucht/Anorexia nervosa

„Das Kernmerkmal der Anorexia nervosa ist ein selbst herbeigeführter Gewichtsverlust. Das Körpergewicht liegt mindestens 15 Prozent unter dem zu erwartenden Gewicht. Bei Betroffenen in der Vorpubertät kann eine altersentsprechende Gewichtszunahme ausbleiben“⁸⁰

Bei Anorexia nervosa bzw. Magersucht, ist das Krankheitsbild teilweise sehr unterschiedlich. Je nach Auslöser und Krankheitsverlauf variiert die Krankheit bzw. die Beziehung zum eigenen Körper. Betroffene stehen mit dem eigenen Körperbild stark in Konflikt und verlieren jegliches Gefühl für eine gesunde Körper- bzw. Esskultur.⁸¹

⁷⁸ vgl. Schuster, 2011, S.11

⁷⁹ vgl. Bundesministerium für Familie und Jugend, <https://www.bmfj.gv.at/ministerin/Aktuelles/Themen/PK-Esstörungen.html>, Zugriff: 16.05.2016

⁸⁰ Biedert, 2008, S.11

⁸¹ vgl. Fahrig/ Horn, 2013, S.10

Die Bezeichnung Anorexia nervosa bedeutet übersetzt gewissermaßen „die nervlich bedingte Appetitlosigkeit“. Magersucht wird häufig als die bekannteste und somit am meisten auftretende Essstörung genannt, wobei dies nicht genau festgelegt werden kann. Sie ist die äußerlich auffälligste Krankheit und Essstörungsform.⁸² Wenn man von Magersucht spricht, meint man ein extremes Untergewicht, welches unterhalb eines BMI⁸³ von 17,5 kg/m² liegt. Der Body Mass Index ist eine Möglichkeit zur Beurteilung des Körpergewichts, jedoch ist der BMI nicht zu 100% aussagekräftig und sagt nichts Eindeutiges über die Körperzusammensetzung bzw. die Statur eines Menschen voraus. Er gilt lediglich als Maßzahl zur Kategorieneinteilung. Außerdem ist zu berücksichtigen, dass sich der BMI mit dem Alter erhöht. Der Normalbereich eines BMI liegt zwischen 18,5 bis 25 kg/m². Ab einem Wert von über 25 kg/m² gilt man als übergewichtig, ab einem Wert unter 18,5 kg/m² als untergewichtig. Ist der Wert höher als 30 kg/m² spricht man von Adipositas/ Fettleibigkeit.⁸⁴

Grundsätzlich wird in Österreich nach den ICD10-Kriterien gearbeitet bzw. diagnostiziert.⁸⁵ Diese Kriterien zeigen deutlich, dass der Gewichtsverlust bei der Diagnose von Anorexia nervosa im Vordergrund steht. Wesentlich für eine Diagnose ist auch, ob der Gewichtsverlust bewusst und selbstständig herbeigeführt wurde. Die regelmäßige Beschäftigung mit Figur und Körper, sowie mit Essen und Aussehen spielt ebenso eine wichtige Rolle.⁸⁶

Das Essverhalten bei Magersucht ist entweder restriktiv, das heißt es kommt durch beabsichtigte Nahrungsreduktion zu Gewichtsverlust, oder purgativ, sprich der Gewichtsverlust wird durch Erbrechen und/oder die Verwendung von Abführmitteln herbeigeführt. Das Denken und Handeln bei Personen mit der Krankheit Anorexia nervosa dreht sich hauptsächlich um die Gewichtskontrolle bzw. den Gewichtsverlust. Magersucht tritt am häufigsten bei jungen Mädchen auf. Die Anzahl der männlichen Betroffenen steigt jedoch stetig. Bei 15% der erkrankten Personen führt die Krankheit Anorexia nervosa zum Tod.⁸⁷

⁸² vgl. Schuster, 2011, S.11

⁸³ BMI= Body Mass Index. Dieser berechnet sich folgendermaßen: BMI (kg/m²)= Körpergewicht (kg):Körpergröße² (m²).

⁸⁴ vgl. Gesundheit.at, https://www.gesundheit.gv.at/Portal.Node/ghp/public/content/Der_Body-Mass-Index_HK.html [Zugriff: 16.05.2016]

⁸⁵ vgl. ICD-CODE, <http://www.icd-code.de/icd/code/F50.0.html>, [Zugriff: 29.08.2016]

⁸⁶ vgl. Philip, 2016, Zeile 293-299

⁸⁷ vgl. Schuster, 2011, S.11

5.8.2. Bulimie/ Bulimia nervosa

Merkmale von Bulimia nervosa sind regelmäßig auftretende Essanfälle mit Kontrollverlust. Die Betroffenen nehmen dabei eine beachtliche Menge an Nahrung zu sich. Vor allem der Kontrollverlust lässt darauf deuten, dass Personen mit Bulimia nervosa unter einem Essenszwang leiden und sich aus diesem Grund überessen. Regelmäßiger Verlust der Selbstbeherrschung bzw. –kontrolle geht meist mit einem Essanfall einher. Bulimia nervosa ist, ebenso wie Magersucht, eine Krankheit, welche am häufigsten bei jungen Frauen und Mädchen verbreitet ist.⁸⁸

Um das Gewicht trotz starker Zufuhr von Nahrung unter Kontrolle zu halten, werden meist einige Gegenmaßnahmen, abgesehen vom herbeigeführten Erbrechen, unternommen. Um diese große Zufuhr an Energie zu kompensieren, werden starke Gewichtskontrollen durchgeführt. Das regelmäßige Einnehmen von Abführmitteln (sogenanntes Purging-Verhalten), sowie das strikte Diäthalten und Fasten (Nicht-Purging-Verhalten), sind Beispiele für eine derartige Kompensation. Hinzu kommen außerdem starke Unsicherheit und Unzufriedenheit mit der Figur und große Sorgen um Gewicht und Körpermaße. Dies stellt die wohl größte Belastung der Betroffenen dar.⁸⁹

Die Krankheit Bulimia nervosa bleibt oft lange Zeit unbemerkt, was vor allem an der regelmäßigen Nahrungsaufnahme der betroffenen Personen liegt. Typischerweise wird bei einer Essattacke eine erheblich hohe Zahl an Nahrungsmitteln verzehrt. Teilweise nehmen Erkrankte bei einem Anfall durchschnittlich zwischen 3000 und 4000 Kalorien zu sich. Die Anfälle treten sehr häufig im Zusammenhang mit einer strikten Diät auf. Die Häufigkeit einer derartigen Attacke variiert allerdings und ist je nach Krankheitsausmaß unterschiedlich.⁹⁰

Das höchste Erkrankungsrisiko liegt laut Biedert⁹¹ bei Frauen im Alter von 20-24 Jahren, das heißt das Durchschnittsalter liegt etwas höher als bei Anorexia nervosa. Probleme mit dem Essen können jedoch bereits in der Pubertät auftreten.⁹²

⁸⁸ vgl. Biedert, 2008, S.29

⁸⁹ vgl. Biedert, 2008, S.30

⁹⁰ vgl. ebd.

⁹¹ 2008

⁹² vgl. Biedert, 2008, S.32

5.8.3. Essattacken/ Binge Eating Disorder

Merkmale einer Binge Eating Disorder sind regelmäßige Essattacken ohne die zusätzliche Kompensierung durch beispielsweise Erbrechen oder die Einnahme von Abführmitteln. Diese Anfälle gehen aber ebenso mit dem durch den einschlägigen Kontrollverlust des Betroffenen einher und führen zur Aufnahme erheblich großer Mengen an Nahrungsmitteln. Es wird solange Nahrung zu sich genommen, bis ein unangenehmes Völlegefühl bzw. deutliche Übelkeit auftritt. Eine derartige Attacke findet meist statt, wenn die Erkrankten alleine sind und tritt mit anschließendem Schuld- und Schamgefühlen, Ekel und Hilflosigkeit auf. Der deutliche Unterschied zur Krankheit Bulimia nervosa besteht, wie bereits erwähnt, darin, dass die Essanfälle nicht oder nicht regelmäßig durch Gegenmaßnahmen kompensiert werden. Das heißt eine Maßnahme zur Verhinderung der Gewichtszunahme wird meist nicht unternommen und dies führt oft zu starkem Übergewicht. Einige erkrankte Personen haben zwar bereits einige Diäten umgesetzt, werden aber durch regelmäßige Attacken und einem gestörten bzw. negativen Körperbild beeinflusst. Binge Eating Essanfälle treten oft durch Stimmungsschwankungen bzw. negative Stimmung oder intensive Freude auf. Die Nahrungsaufnahme steht in diesem Krankheitsbild jedoch nicht im Vordergrund, sondern viel mehr der Verlust der Kontrolle, sowie das Ausmaß der Attacke an sich.⁹³

Binge Eating Disorder bzw. Essattacken treten bei Frauen und Männern, anders als bei Anorexia nervosa und Bulimia nervosa, gleichermaßen auf. Eine Binge Eating Disorder tritt, ebenso wie bei anderen Essstörungen, erstmals im jungen Erwachsenenalter auf. Diese Essstörung ist aber im Vergleich zu Magersucht und Bulimie noch recht unerforscht.⁹⁴

⁹³ vgl. Biedert, 2008, S.52f

⁹⁴ vgl. Biedert, 2008, S.55

5.8.4. Nicht näher bezeichnete Essstörungen

Bei der Kategorie der nicht näher bezeichneten Essstörungen handelt es sich häufig um Mischformen von Krankheitsmerkmalen der Anorexia nervosa bzw. Bulimia nervosa oder Einzelvariationen aus den genannten Krankheiten. Diese Abwandlungen setzen sich also aus Bestandteilen der Anorexie oder Bulimie zusammen, erfüllen jedoch nicht die kompletten Diagnosekriterien und bilden somit eine nicht näher bezeichnete Essstörung. Untersuchungen zeigen, dass Essstörungen mit einer nicht näheren Bezeichnung am häufigsten diagnostiziert werden. Klinisch gesehen sind diese Mischformen oder Abwandlungen allerdings als nicht weniger gefährlich anzusehen als Anorexia nervosa oder Bulimia nervosa.⁹⁵

5.9. Ursachen für Essstörungen

Bei Essstörungen stellt nicht immer die Angst vor Gewichtszunahme den Hauptfaktor der Erkrankung dar, sondern oftmals eine Mischung aus mehreren Aspekten und dysfunktionalen Lebensbereichen. Die prädisponierenden Faktoren für eine Essstörung sind:

- Biologische Faktoren
- Soziokulturelle Faktoren
- Familiäre Faktoren
- Persönlichkeitsfaktoren⁹⁶

Der Bereich der biologischen Faktoren setzt sich aus genetischen und körperlichen Faktoren zusammen. Die Position der genetischen Faktoren stützt sich beispielsweise auf die Häufung einer Essstörung im familiären Umfeld. Auch neurobiologische Veränderungen im Körper können eine Essstörung auslösen. Dies hängt teilweise mit einem gestörten Hormonhaushalt, zum Beispiel in der Pubertät, zusammen. Ein körperlicher Faktor, welcher ebenso Einfluss auf die Entstehung einer Essstörung nehmen kann, ist ein von Natur aus höheres Körpergewicht.

⁹⁵ vgl. Biedert, 2008, S.72f

⁹⁶ vgl. Legenbauer/ Vocks, 2006

Ein höheres „Grundgewicht“ bzw. ein höherer BMI, wird meist mit einem negativen Körperbild assoziiert. Ernährungsphysiologische Faktoren, wie eine Störung des Hunger- und Sättigungsgefühls, können ebenso zu einer Essstörung beitragen. Wenn erziehungsmaßgeblich eine andere Wahrnehmung bezüglich Ernährung bzw. Essverhaltens vermittelt wurde, kann sich ein Fehlverhalten hinsichtlich der Nahrungsaufnahme beispielsweise von der Mutter auf das Kind übertragen.⁹⁷

Soziokulturelle Faktoren sind die wohl medial meist verbreiteten Ansätze, welche eine Essstörung begünstigen können. Darunter fällt hauptsächlich ein medial dargestelltes, überhöhtes Schlankheits- und Schönheitsideal. Der gesellschaftliche Aspekt spielt bei einer Essstörung oft eine große Rolle, da meist ein gesellschaftliches Schlankheitsideal als Maßstab für junge Frauen und Mädchen gilt. Nicht nur Medien nehmen hierbei Einfluss auf das Idealbild hinsichtlich des Körpers, sondern ebenso das soziale Umfeld. Familie und soziale Gruppen, in denen sich die Betroffenen befinden, haben ebenso erheblichen Einfluss auf die Einstellung und die Wahrnehmung des Körper- bzw. Idealbildes der Betroffenen. Familiäre wie auch individuelle Ursachen für die Entwicklung einer Essstörung sind unter anderem ein hohes Maß an Perfektionismus, Leistungsorientierung, Überbehütung des Kindes inkl. geprägtem Harmoniebedürfnis und Konfliktscheue, sowie auch ein niedriger Selbstwert und kognitive Defizite wie die Überbewertung von Körper und Figur. Dies sind Gegebenheiten, welche zu der Entwicklung einer Essstörung im Laufe des Lebens beitragen können.⁹⁸

Faktoren, welche zum Beispiel zur Aufrechterhaltung einer Essstörung beitragen, sind geregelte Maßnahmen hinsichtlich des Essverhaltens, Kontrollzwang hinsichtlich des eigenen Selbst- und Körperbildes, Stress und Coping, dysfunktionale Denkmuster bzw. dysfunktionale Körperschemawahrnehmung. Faktoren, welche zur Aufrechterhaltung einer Essstörung beitragen, stehen mit prädisponierenden Faktoren meist eng in Verbindung und interagieren in Form eines Teufelskreises von dysfunktionaler Körperwahrnehmung.⁹⁹

⁹⁷ vgl. Legenbauer/ Vocks, 2006, S.22f

⁹⁸ vgl. Legenbauer/ Vocks, 2006, S.23-26

⁹⁹ vgl. Legenbauer/ Vocks, 2006, S.28ff

5.10. Essstörungen in den Medien

Die Darstellung von Körperbildern in den Medien ist heutzutage ein fester Bestandteil der Berichterstattung. Besonders in Bereichen, in denen die Schönheit bzw. das Aussehen eine Rolle spielt, wird auch Bezug auf Figur bzw. den Körper genommen. Medien haben hier großen Einfluss auf das Selbst- und Körperbild. Sie vermitteln Schönheitsideale und Rollenvorstellungen, welche hauptsächlich auf die Perfektion eines schlanken Körperbildes abzielen.¹⁰⁰

Im öffentlichen Raum werden Essstörungen und mögliche Auslösefaktoren seit Jahren diskutiert. Essstörungen werden oftmals als ein Ergebnis bzw. eine Nebenwirkung der heutigen Leistungsgesellschaft ausgelegt. Durch ein vorgegebenes Ideal, wie beispielsweise Schlankheit bedeutet Schönheit und Erfolg, werden vor allem junge Frauen unter Druck gesetzt. Diese können dem Druck oft nicht standhalten bzw. das ideale Schlankheitsbild nicht erfüllen. Überwiegend in Frauenzeitschriften wird das Körperbild sehr oft zum Thema gemacht. Diätprodukte bzw. Ernährungstipps gehören zum Verkaufsschema derartiger Magazine.¹⁰¹

Frauen werden in Magazinen, speziell auf Coverbildern, sehr perfektioniert dargestellt. Der Fokus soll hierbei eindeutig auf dem Aussehen liegen. Bezug auf Leistungen der Frau wird selten genommen und in Tageszeitungen, Nachrichten- und Wirtschaftsmagazinen wird fast völlig auf die Darstellung von Frauen verzichtet. Der Einfluss der Medien ist gerade im jungen Alter sehr hoch und deshalb tragen mediale Körperbilddarstellungen oft als Bestandteil zur Entwicklung einer Essstörung bei. Das medial vermittelte Bild der Frau bezieht sich hauptsächlich auf ihren Körper und mobilisiert somit oft Unzufriedenheit und drückt das Selbstwertgefühl von KonsumentInnen erheblich.¹⁰²

Körperunzufriedenheit ist einer der Hauptfaktoren, welcher ein Risiko für eine Essstörung darstellt. Ein regelrechter, teils medienvermittelter Schlankheitswahn führt zu Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper und dies endet oft in pathologischem Essverhalten.¹⁰³

¹⁰⁰ vgl. Waldherr/ Rabl/ Rathner, 2007, Folien 3,
http://www.essstoerungshotline.at/downloads/dokumente/Waldherr_Karin.pdf [Zugriff: 01.08.2016]

¹⁰¹ vgl. Cuntz/ Hillert, 2008, S.7

¹⁰² vgl. Reich/ Götz-Kühne/Killius, 2004, S.34

¹⁰³ vgl. Waldherr/ Rabl/ Rathner, 2007, Folien 5,
http://www.essstoerungshotline.at/downloads/dokumente/Waldherr_Karin.pdf [Zugriff: 01.08.2016]

„Indem Medien Botschaft vermitteln, dass der „richtige Look“ der Weg zur Erreichung von Liebe, Akzeptanz und Anerkennung ist, tragen sie zur Verinnerlichung des Schlankheitsideals, zu höherer Unzufriedenheit mit eigenem Körper, Verringerung des Selbstwertgefühles, Diäten, und ev. zu einer Essstörung bei.“¹⁰⁴

Verschiedene Studien zeigen einen signifikanten Zusammenhang zwischen Unzufriedenheit mit dem Körper, depressivem Verhalten, einem niedrigen Selbstwertgefühl bei jungen Frauen und Mädchen und dem Betrachten von Fotos aus der Werbung von sehr dünnen Models. Bei der Betrachtung von normalgewichtigen Menschen auf Fotos tritt kein Unwohlsein auf. Außerdem besteht ein Zusammenhang zwischen Frauen, welche bereits von einer Essstörung betroffen sind bzw. zu einer Essstörung neigen und dem starken Drang zur Erreichung des Schlankheitsideals. Weitere Zusammenhänge zeigen sich zwischen erhöhtem Fernsehkonsum und bulimischen Verhaltensweisen.¹⁰⁵

¹⁰⁴ Waldherr/ Rabl/ Rathner, 2007, Folien 27,
http://www.essstoerungshotline.at/downloads/dokumente/Waldherr_Karin.pdf [Zugriff: 01.08.2016]

¹⁰⁵ vgl. Waldherr/ Rabl/ Rathner, 2007, Folien 16-17,
http://www.essstoerungshotline.at/downloads/dokumente/Waldherr_Karin.pdf [Zugriff: 01.08.2016]

5.11. Pro Ana

Im Internet, bzw. auf sozialen Netzwerken, befinden sich zahlreiche Foren, Chatrooms und Plattformen für Betroffene von Essstörungen. Diese sind hauptsächlich Informations- bzw. Beratungsseiten. Unter diesen Websites befinden sich ebenso zahlreiche Selbsthilfeplattformen, welche zur Behandlung und Beratung von Betroffenen für Betroffene dienen, also eine sogenannte Peer-to-Peer-Hilfeleistung. Diese Art von Plattform soll essgestörten Personen dabei helfen, ihre Krankheit zu bekämpfen bzw. zu überwinden, sich auszutauschen und sich gegenseitig Mut zu machen. Anders äußern sich hierbei Pro Anorexie-Foren (kurz Pro Ana), welche sich positiv zur Krankheit Anorexia nervosa äußern, diese verherrlichen und sich klar und deutlich als BefürworterInnen der Krankheit sehen.¹⁰⁶



Da Name Pro Ana kommt aus dem Lateinischen und lässt sich zerlegen in „Pro“ (für) und „Ana“ (Anorexia nervosa). Die Pro Ana-Community ist eine junge Bewegung des 21. Jahrhunderts und hat ihren Ursprung im Internet.¹⁰⁷

Abbildung 1: Instagram: AnaPro, 2016

Die Pro Ana Bewegung existiert seit mehreren Jahren und lässt sich, wie bereits erwähnt, überwiegend im Internet bzw. auf sozialen Netzwerken vorfinden. Pro Ana gilt als soziales Phänomen. Sie ist eine Bewegung von BefürworterInnen der Krankheit Anorexia nervosa, welche die Krankheit nicht nur leben, sondern schon fast religiös glorifizieren. Primär interagiert diese Community in sozialen Foren und Netzwerken, in denen das Thema Magersucht verstärkt behandelt bzw. auch befürwortet wird. Für AnorektikerInnen stellt die Krankheit eine Art Lebensstil dar und verherrlicht den Zwang, weder zu essen und noch zu genießen. Magersucht wird also in vollen Zügen gelebt und verehrt. Auf zahlreichen Pro Ana-Websites befinden sich die sogenannten 10 Gebote der Pro Ana-Bewegung, der „Ana-Psalm“.¹⁰⁸

¹⁰⁶ vgl. Porsch/ Pieschl, 2014, S. 250

¹⁰⁷ vgl. Schuster, 2011, S. 120

¹⁰⁸ vgl. Gugutzer/Böttcher, 2012, S.297

Hier ein Beispiel einer Pro Ana-Befürworterin aus dem Jahr 2015

1. Meine Diät sei streng. Ich darf nicht wollen.
2. Sie lässt mich hungrig zu Bett gehen.
3. Sie führt mich an den Konditoreien vorbei.
4. Sie stellt meine Willensstärke auf die Probe.
5. Sie führt mich auf dem Weg der Veränderung, um meines Körpers willen.
6. Auch wenn ich durch die Gänge der Gebäckabteilung gehe, werde ich keine süßen Brötchen kaufen, weil sie fett machen.
7. Kuchen und Torten führen mich in Versuchung.
8. Vor mir ist ein Tisch gedeckt mit grünen Bohnen und Salat.
9. Ich fülle meinen Magen mit Flüssigkeiten. Mein Kalorienlimit für den Tag ist überschritten.
10. Sicherlich werden mir Kalorien- und Gewichtstabellen an allen Tagen meines Lebens folgen denn SO will es Ana- mein ein und alles.¹⁰⁹



Abbildung 2: Instagram: Ana Buddy, 2016

Die ersten Pro Ana-Foren gab es bereits in den 1990er Jahren auf englischsprachigen Internetseiten. Im Jahr 2000 berichteten erstmals Medien in den USA über die Bewegung. Circa im Jahr 2005 wurde die Pro Ana-Bewegung auch in Deutschland bekannt. Ana-Foren sind meist streng organisiert und nicht für jede/jeden zugänglich. Dies liegt hauptsächlich daran, dass Ana-BefürworterInnen oft starker Kritik und Empörung ausgesetzt sind.¹¹⁰

¹⁰⁹ My Own Ana – World, 2015, http://myownanaworld.blogspot.co.at/2015/03/anas-psalm_22.html. [Zugriff: 21.02.2016]

¹¹⁰ vgl. Prosch/Pieschl, 2014, 250

Aus Rechercheerfahrungen innerhalb des Forschungszeitraumes Mai 2016 lässt sich sagen, dass Pro Ana-Foren und Chatrooms teilweise sehr strenge Aufnahmekriterien haben. Wenn man Mitglied einer Pro Ana-Onlinecommunity werden möchte, muss man üblicherweise sehr viel von sich preisgeben, wie beispielsweise Name, Alter, aktuelles Gewicht, Wunschgewicht, Bodychecks¹¹¹, Body Mass Index, etc. Das Profil ist durch regelmäßige Updates aktuell zu halten. Entspricht man nicht den Aufnahmekriterien, besteht Gefahr von Betrug oder Unwahrheit gegenüber „Ana“ und man wird aus der Gruppe ausgeschlossen/ ausgewiesen. Einige Foren bestehen ebenso auf das Ausfüllen eines Fragebogens zur konkreten Beschreibung ihres Essverhaltens. Haben die zukünftigen Mitglieder das Aufnahmeverfahren bestanden, so müssen sich diese beinahe täglich in der Gruppe melden oder auch ein Fastentagebuch vorweisen.¹¹²

Befindet sich die Gruppe zum Beispiel auf einem sozialen Netzwerk, so ist es für die Admins der Plattform gegebenenfalls möglich, diverse Chatportale und/oder Profile zu sperren und/oder zu löschen. Selbstverständlich ist dies abhängig von der Art des Netzwerkes. Es ist einfacher Pro Ana- Gruppen auf Facebook zu kontrollieren, als beispielsweise auf WhatsApp oder einer anderen derartigen Applikation mit Chat-Funktion.

Bei Pro Ana-Foren handelt es sich um Selbsthilfegruppen, also im eigentlichen Sinne um Peer-to-Peer-Groups. Die Kommunikation und das Ziel der Gruppe ist jedoch teils widersprüchlich, zumal einerseits den Mitgliedern oft bewusst ist, dass sie eine Krankheit haben, welche herkömmlicher Weise von einem Arzt/Psychologen behandelt werden sollte, aber andererseits ihre Krankheit buchstäblich vergöttern, diese fest in ihrem Leben integrieren und nicht loslassen möchten.

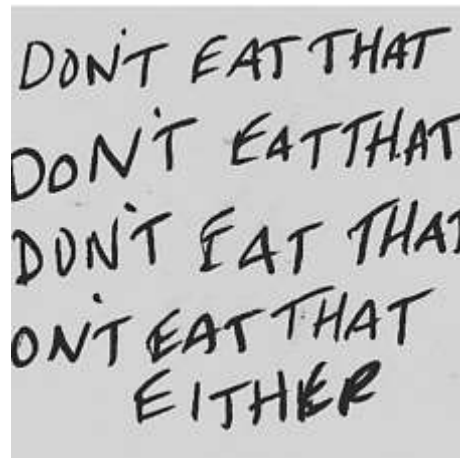


Abbildung 3: Instagram: Thinspiration, 2016

Wer der Ana-Community angehören will, muss sich, abgesehen von der Bekennung zur Krankheit Anorexia nervosa, an strenge Regeln halten: von strengem Fasten über den kompletten Verzicht von gewissen Lebensmitteln bis hin zum Schreiben eines Briefes an „Ana“. Ein weiterer Punkt, an dem die Bewegung sektenähnliche Züge annimmt.¹¹³

¹¹¹ Hier: Visuelle Aufnahmen des eigenen Körpers zur Gewichtskontrolle

¹¹² vgl. Schubert, 2011, S.121

¹¹³ vgl. Schuster, 2011, S.120

Das Fasten bzw. „Diäthalten“ ist für die „Anas“ ein sehr wichtiger Punkt, zu dem sie sich gegenseitig immer wieder animieren. Tipps und Tricks sollen dabei helfen, so wenig wie möglich Nahrungsmittel am Tag zu sich zu nehmen und dies vor der Außenwelt möglichst geschickt zu verbergen. Sätze zur Motivation bzw. sogenannte „Thinlines“ sollen den Mitgliedern dabei helfen, das nötige Durchhaltevermögen bei Diäten und Fastenkuren aufzubringen. Es gibt außerdem Anleitungen zur Interaktion mit anderen Menschen, insbesondere sind hier Elternteile bzw. das generelle soziale Umfeld gemeint.¹¹⁴

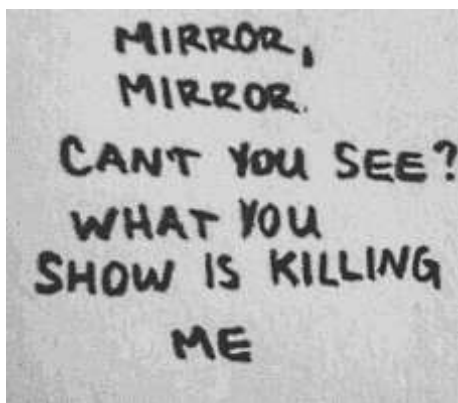


Abbildung 4: Instagram: Thinspiration 2, 2016

„[...] bei der Krankheit ist es ja so, dass man sich ä:hm 24 Stunden am Tag mit nichts anderem mehr beschäftigt und das den kompletten Alltag und das komplette Leben bestimmt und sich den ganzen Tag die Gedanken nur darum drehen „wie schaffe ich es, dass ich mein Essen nicht essen muss ohne, dass es den anderen auffällt“, „wie schaffe ich es, dass ich möglichst wenig Kalorien zu mir nehme“, „was esse ich, damit ich möglichst wenig Kalorien zu mir nehmen“, „wie schaffe ich es, dass ich durchhalte, dass ich nichts essen“ und ich glaube auch für Mädchen, die nicht bewusst jetzt auf Pro Ana sind, ist die Krankheit irgendwo ein bisschen ein Lifestyle [...]“¹¹⁵

Es gilt hierbei jedoch, zwischen der klassischen Pro Ana-Bewegung und denjenigen, die nicht nur Pro Ana sind, sondern zudem keinen Wert darauf legen ihre Gesundheit wiederzuerlangen und ein sehr ernsthaftes Krankheitsbild darstellen, zu unterscheiden. Die klassische Pro Ana-Bewegung lebt die Krankheit als bewusst gewählten Lebensstil bzw. nach dem Motto „Anorexie kann man lernen“, denn dies ist etwas Erstrebenswertes. Allerdings kann man sich die Krankheit Anorexia nervosa nicht einfach aussuchen um ab einem gewissen Zeitpunkt bewusst und zielgesetzt „krank“ bzw. magersüchtig zu werden. Somit muss hier zwischen den klassischen Pro Ana-BefürworterInnen, welche die Krankheit als Lebensstil anerkennen, und den Pro Anas, welche

¹¹⁴ vgl. ebd.

¹¹⁵ Truttmann, 2016, Zeile 76-82

unter Anorexie leiden und mit der Krankheit leben und auch in Ruhe gelassen werden wollen, unterschieden werden.¹¹⁶

Diättipps bzw. Tipps zu Fastenkuren umfassen teilweise sehr unrealistische Ernährungsmaßnahmen. Es wird häufig darauf hingewiesen, sich nur flüssig zu ernähren oder tageweise auf Nahrung zu verzichten. Ein aktuelles Beispiel konnte auf dem sozialen Netzwerk Instagram gefunden werden. Dieses Beispiel beinhaltet eine Radikal-Diät, mit der man laut Diätplan in nur zwei Wochen ca. zehn bis fünfzehn Kilogramm

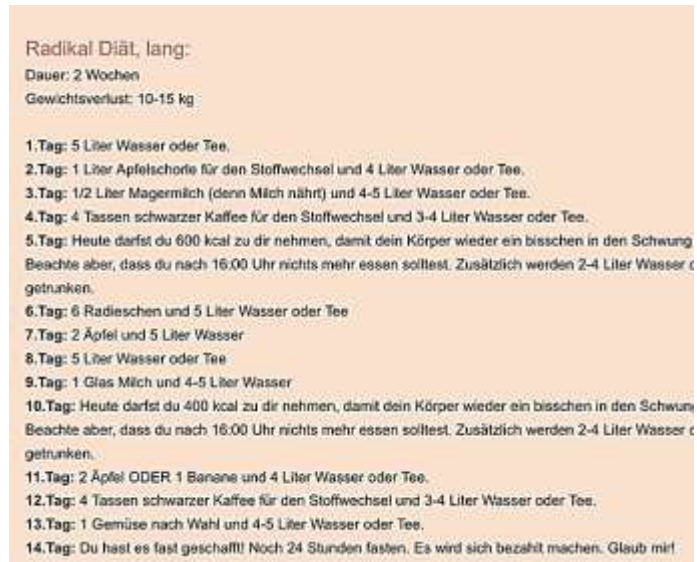


Abbildung 5: Instagram: Diätplan-Radikaldiät, 2016

abnehmen soll. Die Abbildung fünf wurde als Screenshot mit Hilfe eines Smartphones angefertigt und ist aus diesem Grund nicht vollständig anzeigbar.

Der Schwerpunkt der Diät liegt hierbei auf flüssiger Ernährung, bis hin zum völligen Verzicht auf Nahrung, abgesehen von Wasser. Die durchschnittliche Kalorienzufuhr, welche eine Frau pro Tag benötigt, beträgt in etwa 2000 Kalorien.¹¹⁷ Die durchschnittliche Kalorienzufuhr, welche ein Mann pro Tag benötigt, beträgt in etwa 2500 Kalorien.¹¹⁸ Dieser Vergleich lässt deutlich erkennen, dass die Radikal-Diät, bzw. der Diät-Tipp der Pro Ana-Bewegung, einen viel zu niedrigen Kaloriengehalt beinhaltet.

Weiteres werden nicht nur Tipps zur Reduzierung der Nahrungsaufnahme gegeben, sondern auch Hinweise zur Entledigung der bereits aufgenommenen Nahrung. Die Aufforderung zur Einnahme von Laxanzien¹¹⁹ bis hin zu Tipps für das „richtige“ Erbrechen bzw. wie man das Erbrochene am besten versteckt oder die Entledigungsmaßnahmen generell, vor beispielsweise Elternteilen, geheim hält, sind keine Seltenheit bei Pro Anas.

¹¹⁶ vgl. Philipp, 2016, Zeile 324-345

¹¹⁷ vgl. Clark/ Lauren, 2015, S.132

¹¹⁸ vgl. Bäßler/ Fek/ Lang, 1973, S.138

¹¹⁹ Laxativa bzw. Abführmittel -> Arzneimittel zur Anregung der Verdauung

5.11.1. Ana als Freundin



Abbildung 6: Instagram: Ana als Freundin, 2016

„Gerade wenn im Leben etwas Traumatisches geschehen ist, man das Gefühl hat, den Halt verloren zu haben, dann kann das eine Essstörung begünstigen. Es entsteht das Gefühl, etwas im Leben (hier das Gewicht bzw. den Körper) kontrollieren zu können. Die Essstörung erscheint als eine Art Problemlösung.“¹²⁰

Pro Ana bzw. Ana verkörpert eine Art Stimme, von der Anorexie-AnhängerInnen quasi geführt bzw. dominiert werden. Diese Stimme sagt ihnen zum Beispiel „Iss‘ das nicht“ oder auch „du bist dick“, „du darfst nur die Hälfte essen“, „du musst Sport machen“. Mit anderen Worten ist die Stimme auch als „das Gewissen“ anzusehen. Die Anorexie wird hierbei als Freundin charakterisiert, weil „sie“ eine stete Begleiterin darstellt, welche der erkrankten Person durch die Krankheit hinweg besteht.¹²¹

Strenge Fastenkuren, Gewichtsabnahme zur Verbesserung des Erscheinungsbildes, Gedankenkreisen um Ernährungsmaßnahmen und Kalorien, die Angst vor Kontrollverlust in Bezug auf den eigenen Körper - das alles sind Symptome und Zwänge, von denen betroffene Personen mit einer Essstörung regelrecht gesteuert werden. Aufgrund der forschungsrelevanten Recherchetätigkeit wird vermutet, dass Pro Anas ihre Krankheit deshalb als eine Freundin annehmen, weil sie diese als das Einzige sehen, was sie besitzen bzw. unter Kontrolle haben.



Abbildung 7: Instagram: Ana als Freundin 2, 2016

¹²⁰ Prochazka, 2016, Zeile 724-727

¹²¹ vgl. Truttmann, 2016, Zeile 41-47

Anorexie ist eine Krankheit, mit der man sich als betroffene Person sehr leicht identifizieren kann. Für die Pro Ana-Bewegung wird diese nicht mehr als Krankheit wahrgenommen, sondern zum Mittelpunkt des Lebens gemacht, um welchen sich das alltägliche Leben aufbaut. In Pro Ana-Gruppen bekommen die BefürworterInnen viel Bestätigung bzw. Bestärkung und erzielen dadurch einen erhöhten sekundären Krankheitsgewinn.¹²²

5.11.2. „My friend Ana“

Im folgenden Kapitel, soll eine kurze Filmanalyse des Kurzfilms „My friend Ana“ von Laura Turek aus dem Jahr 2007 eingebaut werden. Dies dient zum Verständnis und zur Erläuterung der freundschaftlichen Position der Krankheit im Leben von Anorexie-BefürworterInnen.

Der Kurzfilm „My friend Ana“ von Laura Turek beschreibt sehr markant das Ausmaß der Krankheit Anorexia nervosa und ebenso die Rolle der Krankheit als „Freundin“. In diesem Film ist ein junges Mädchen namens Sophie in der Hauptrolle. Sie ist voller Selbstzweifel, Selbsthass und Unsicherheit, leidet sehr unter dem Druck ihres Umfeldes bzw. der Außenwelt und ist außerdem von der Krankheit Anorexia nervosa betroffen. Schauplatz des Films ist hauptsächlich eine Art Lager, in dem sich mehrere Mädchen befinden, die regelmäßig auf einem Feld graben und mit Schaufeln arbeiten. Sophie findet sich plötzlich ebenso in diesem Lager, welches aussieht wie ein Arbeitslager mit weit geöffneten Toren. Es liegt Sophie also frei zu gehen, wann immer sie will. Sophie trifft Ana, welche anbietet ihre Freundin zu sein und hier als Metapher für die Krankheit gelten soll. Diese nimmt ihr das Essen weg, verstärkt ihre Selbstzweifel und kritisiert sie stark. Sehr oft geraten die beiden in Konflikt, denn Sophie will Ana manchmal gar nicht als Freundin und dennoch ist sie die einzige Freundin, die sie hat. Gegen Ende des Films sitzt Sophie mit ihrer Familie rund um den Esstisch. Diese fordern sie auf, das Essen auf ihrem Teller aufzuessen. Dies ist die Chance für Sophie aus dem Lager, welches offenbar nur in ihren Gedanken existiert, zu fliehen. In der abschließenden Szene sieht man jedoch Sophie zusammen mit Ana auf dem Weg zur Toilette. Das Mädchen ist kurz davor zu erbrechen, um sich der aufgenommenen Nahrung wieder zu entledigen. Ana bestärkt sie in ihrer Entscheidung und sagt, sie wolle ihr helfen. Daraufhin erbricht Sophie.

¹²² vgl. Philipp, 2016, Zeile 405-411

Hey Fatass.

We're you thinking about eating? Well read this.

Look at you. Look at yourself. You. Are. FAT. You know why? Because you eat all the damn time, that's why. You need to get off of your lard ass and do some exercise. 100 jumping jacks. 70 crunches. 50 sit ups. 40 squats. 30 lunges. 20 mountain climbers. 10 push ups. It'll feel so much better than eating whatever the hell you were just thinking about. Don't eat that. Don't you know what food is? It's just a nice way to see fat. Fat just sits around and makes you jiggle and unattractive. You know who likes fat ass girls? NOBODY. You can't control yourself, can you? Whatever you see, you just put it in your mouth, you don't care that it just turns into fat. Sits around your stomach and fills in where your thigh gap would be if you were worthy of having one. Just do yourself a favor. Don't eat that. Do some exercise, drink some water. I promise it's better than eating whatever you were just thinking about. The craving will pass. I promise. *Don't eat, you'll be happier.*

Abbildung 8: Instagram: Thinspiration 3, 2016

gemobbt, nicht beachtet oder allein gelassen wird. An dieser Stelle ist anzumerken, dass Anorexie eine intrapsychische Krankheit ist, welche also durch gewisse Faktoren ausgelöst, also getriggert, werden kann.¹²³

Inwieweit sich die Kommunikation mit „Ana“ äußert, hängt hauptsächlich von der Form des Mediums bzw. der Interaktionsmöglichkeiten ab. Die Kommunikation von sogenannten Pro Ana-Foren gestalten sich hauptsächlich durch

- Bewerbung extremer Methoden zur Abnahme von Gewicht und Nahrungsmittelreduzierung
- Idealisierung von untergewichtigen Frauen
- Akzeptanz von Anorexie als Krankheit
- Wunsch nach unzensiertem Austausch
- Anonymer Informationsaustausch

Diese Punkte ergeben sich auch aus dem, bereits oben genannten, Ana Psalm bzw. die Ana-Gebote, oder auch dem Ana-Brief. Ein Beispiel bzw. einschlägige Auszüge eines Ana-Briefes, lassen sich vermehrt auf Pro Ana-Foren oder Blogs finden. Bei einem Ana-Brief handelt es sich um eine Botschaft von „Ana“ an ihre AnhängerInnen.

¹²³ vgl. Essstörungskongress Wien, 2016, Workshop Pro Ana

In der Schlusszene sieht man die beiden nochmals auf dem Feld im Arbeitslager. Ana liegt entspannt und lächelnd im Gras, während Sophie wieder mit der Schaufel arbeitet und gräbt. Zum Ende kann man erkennen, dass sich Sophie ihr eigenes Grab schaufelt, während Ana siegessicher zusieht.

Dieser Film zeigt das Ausmaß der Krankheit und die Wirkung der sogenannten „inneren“ Stimme. Magersucht wird ebenso als eine Art Teufelskreis dargestellt, in dem „Ana“ als Freundin zu Sophie hält während sie von allen anderen fallengelassen,



Abbildung 9: Instagram: Thinspiration 4, 2016

„Erlaube mir mich vorzustellen. Mein Name, oder wie ich von sogenannten "Ärzten" genannt werde, ist Anorexie. Mein vollständiger Name ist Anorexia nervosa, aber du kannst mich Ana nennen.

Ich hoffe, wir werden gute Freunde. In der nächsten Zeit werde ich viel Zeit in dich investieren und ich erwarte das Gleiche von dir. In der Vergangenheit hast du mit bekommen, wie deine Lehrer und Eltern über dich sprachen. Du bist "so reif", "intelligent", "gibst immer alles" und in dir steckt "so viel Potential". Wohin hat dich das alles gebracht, wenn ich fragen darf?? Nirgendwo hin! Du bist nicht perfekt, du strengst dich nicht genug an und darüber hinaus verschwendest du deine Zeit damit, mit diesen Freunden zu reden und über sie und das Zeichnen nachzudenken. Dieser Luxus wird dir in Zukunft nicht gestattet sein. [...] Ich bin in deinem Kopf, deinem Herzen und deiner Seele. Die Schmerzen des Hungers, die du vorgibst zu spüren, bin ich in dir.“¹²⁴

„Ana is Love - Hunger is Beautiful“¹²⁵

Der Blog, welcher den Ana-Brief beinhaltet und veröffentlicht hat, äußert sich eindeutig als Pro Ana-Blog, veröffentlicht jedoch bereits seit dem Jahr 2011 keine Beiträge mehr. Gelöscht oder gesperrt wurde der Blog jedoch nicht.



Abbildung 10: Instagram: Thinspiration 5, 2016

Für „Pro Anas“ gilt es, „Ana“ stets glücklich zu machen, sie nicht zu enttäuschen und sich an die Regeln und Gebote von „Ana“ zu halten. In diversen Foren und Blogs werden zur Erreichung dieses Ziels vereinzelte Tipps und Tricks gepostet, sowie auch „Thinspos“ bzw. sogenannte Motivationsbeiträge, welche dazu dienen das Durchhaltevermögen zu steigern. „[...] Pro Ana ist halt etwas, was einem Stütze gibt.“¹²⁶ Teilweise werden, im

Zusammenhang mit Anorexie, ganz bewusst die Begriffe Religion bzw. Lifestyle verwendet, um den Ernst und die Bedeutsamkeit der Pro Anorexie-Community hervorzuheben.

¹²⁴ Ana-til-the-end.blogspot, 2009, <http://ana-till-the-end.blogspot.co.at/2009/03/anas-brief.html> [Zugriff: 16.08.2016]

¹²⁵ ebd.

¹²⁶ Truttmann, 2016, Zeile 217-221

6. Studien

Aktuell dominieren in der Essstörungsforschung hauptsächlich quantitative Studien zum Onlinephänomen Pro Ana. In den folgenden Punkten werden einige Eckdaten der effizientesten Studien vorgestellt und in kompakten Abschnitten näher erläutert.

6.1. Studie 1 – Pro Ana Foren im Internet

Eichberg/ Flümann/ Hansges¹²⁷ führten eine quantitative Studie zu Pro Ana-Onlineforen durch, welche darauf abzielte, herauszufinden inwieweit der Konsum von pro ana-spezifischem Content Effekte auf die UserInnen der Onlineforen hat bzw. welche Nutzen diese daraus ziehen. Sie führten eine Onlinebefragung durch und kamen zu dem Ergebnis, dass 97,7% der UserInnen derartiger Onlineforen weiblich und eine sehr hohe psychische Belastung aufweisen. Es stellte sich heraus, dass das durchschnittliche Alter der NutzerInnen bei ca. 20 Jahren liegt. Ca. 92% der ProbandInnen gaben an, an Essstörungen zu leiden.¹²⁸ Die häufigsten Nutzungsmotive der UserInnen sind Gleichgesinnte zu treffen Peer-to-Peer-Kommunikation und gegenseitige Unterstützung und Verständnis zu erlangen. 14,5% gaben an, Pro Ana als eine Art Selbsthilfegruppe anzusehen bei der es darum geht, sich beim Abnehmen zu unterstützen, 8,6% der Befragten gab an, Pro Ana als Lifestyle oder Hobby zu leben. Der Hauptanteil (85,5%) der TeilnehmerInnen sehen Pro Ana als Selbsthilfegruppe, welche darauf ausgerichtet ist, sich gegenseitig lediglich Tipps zu geben, wie man mit einer Essstörung leben kann.¹²⁹

Laut Interpretation der Ergebnisse dieser Studie liegt kein akuter Grund, vor Pro Ana-Foren im Internet zu verbieten. Je nach Motiv und Anlass der Nutzung dieser Foren lassen sich individuell Pro- und Kontra-Argumente für derartige Foren finden. Grundsätzlich geht aus dieser Studie hervor, dass Pro Ana NutzerInnen keine homogene Gruppe darstellen, sondern in verschiedene Nutzertypen eingeteilt werden können.¹³⁰

¹²⁷ 2011

¹²⁸ vgl. Eichberg/Flümann/ Hansges, 2011, S. 495

¹²⁹ vgl. Eichberg/Flümann/ Hansges, 2011, S. 497

¹³⁰ vgl. Eichberg/Flümann/ Hansges, 2011, S. 499

- „Typ 1 -> heilungsorientierter Nutzertyp (37,3%)
- Typ 2 -> bewältigungsindifferente Nutzertyp (22,3%)
- Typ 3 -> krankheitsaufrechterhaltende Nutzertyp (40,5%)“¹³¹

Daraus ergibt sich, dass jener Typ, welcher versucht die Krankheit aufrechtzuerhalten, der am meisten verbreitete Typ laut vorliegender Studie ist.

6.2. Studie 2 – The urgent matter of online pro-eating disorder content and children clinical practice

In dieser Studie geht es um die Frage, inwieweit Pro Ana-Websites und Blogs Einfluss darauf haben, wie Kinder und Jugendliche der Krankheit gegenüberstehen bzw. inwieweit sich die Kommunikation auf diesen Seiten als krankheitsfördernd erweist. Hier wird ebenfalls das Teilen von Pro-Esstörungs-Content auf Social Media Kanälen als aktuelles Problem angesehen, welches sich immer weiter ausbreitet und eine akute Gefahr für Kinder und Jugendliche darstellt. Aus dieser Studie gehen auch etwaige Guidelines für Eltern und Ärzte hervor.¹³²

Laut Custers¹³³ kann die Offenbarung und Deklaration der Gefühle eines Pro Ana-Mitglieds gegenüber der Pro Ana-Community dazu führen, dass sich die Essstörung erheblich verstärkt und zur Aufrechterhaltung dieser führt. Man sieht hierbei die Krankheit als starke Verbindung innerhalb der Community. Von 182 StudienteilnehmerInnen, bei denen eine Essstörung diagnostiziert wurde, gaben rund 36% an, eine Pro-Esstörungswebseite besucht zu haben. Aus diesem Prozentsatz gaben 96% der Befragten an, neue Methoden zur Abnahme von Gewicht auf einer derartigen Seite gelernt zu haben und zusätzlich geben 69% an, diese Methoden auch als Folge auf den Besuch der Website verwendet zu haben.¹³⁴

¹³¹ Eichberg/Flümann/ Hansges, 2011, S. 498

¹³² vgl. Custers, 2015, S. 429

¹³³ 2015

¹³⁴ vgl. Custers, 2015, S.430

Es ist anzunehmen, dass es durch das verstärkte Aufkommen von sozialen Netzwerken in den vergangenen Jahren für junge Personen sehr einfach gemacht wird, sich essstörungsspezifische Informationen anzueignen. Als Beispiel nennt Custers¹³⁵ das Netzwerk YouTube, bei dem es einigen audiovisuellen Content bezüglich Pro Anorexie gibt. Aus etwa 140 Videos werden Pro Ana-Videos beispielsweise drei Mal öfter aufgerufen, als Videos mit rein gesundheitsinformativem Inhalt.¹³⁶

Als Guidelines für Ärzte und Eltern nennt sie hier zum Beispiel den informativen Umgang mit der Krankheit Anorexie bzw. den Austausch von ungesunden/ krankheitsfördernden Onlineaktivitäten zu gesundheitsfördernden Online- und Offlineaktivitäten. Außerdem werden Aufklärung, allgemeine soziale Erziehung und Prävention als wichtige Aspekte genannt.¹³⁷

6.3. Studie 3 – e-Ana and e-Mia: A Content Analysis of Pro-Eating Disorder Web Sites

Aus dieser Studie aus dem Jahr 2010 geht hervor, dass ein sehr großer Teil der Pro Ana-Websites öffentlich zugänglich ist. Von ca. 60 Websites besaßen 84% Pro Ana-Content und 63% Pro Mia-Content. 17% dieser Seiten waren eindeutig Pro Ana, 2% Pro Mia und ca. 4% Pro Recovery. Diese Seiten boten klaren Besserungs- bzw. Genesungsinhalt und bewarben Essstörungen als Krankheit von der man geheilt werden kann. Etwa 40% der Seiten warnten die UserInnen davor, dass die Inhalte mögliche Trigger-Faktoren beinhalten und etwaiger Content als Auslöser oder Verstärker der Krankheit dienen kann.¹³⁸ Aus der Conclusio dieser Studie ist zu entnehmen, dass bereits im Jahr 2010 ein starker Anstieg von pro ana-spezifischen Seiten, auch hinsichtlich der Inhalte auf sozialen Plattformen, vermutet wurde.¹³⁹

¹³⁵ 2015

¹³⁶ vgl. Custers, 2015, S.431

¹³⁷ vgl. Custers, 2015, S.433

¹³⁸ vgl. Borzekowski et.al, 2010, S. 1528

¹³⁹ vgl. Borzekowski et. al, 2010, S.1533

6.4. Studie 4 – Pro-Anorexia and Anti-Pro-Anorexia Videos on YouTube: Sentiment Analysis of User Responses

In dieser Studie wurden YouTube-Videos untersucht, welche im Zusammenhang mit der Pro Ana-Bewegung stehen und mehr als sechs Millionen Mal auf der sozialen Plattform angesehen wurden. Hauptsächlich standen die UserInnen-Kommentare im Mittelpunkt der Beobachtung bzw. der Auswertung der Studie. Es wurden Kommentare von Pro Ana-Videos mit Anti-Pro Ana-Videos verglichen. Dabei ließ sich feststellen, dass Anti-Pro Ana-Videos auf YouTube mehr Zuspruch (Likes) und positive Kommentare erhalten als Pro Ana-Videos. Schlussendlich konnte allerdings kein signifikanter Unterschied zwischen Pro Ana und Anti-Pro Ana-Videos erörtert werden.¹⁴⁰

Ziel dieser Studie war es, neue Aspekte der Pro Ana-Bewegung, hinsichtlich des sozialen Netzwerkes YouTube, hervorzubringen. Es konnte festgestellt werden, dass Anti-Pro Ana-Videos mehr positive Kommentare erhalten als Pro Ana-Videos. Das Feedback im Allgemeinen zu Anti-Anorexie-Videos ist wesentlich besser und positiver und soll hauptsächlich dazu dienen, UserInnen darin zu bestärken, sich in Behandlung zu geben.¹⁴¹

¹⁴⁰ vgl. Oksanen et. al, 2015, S.5

¹⁴¹ vgl. Oksanen et. al, 2015, S.7

7. Theorien

In diesem Kapitel sollen verschiedene wissenschaftliche Theorien aufgezeigt werden, welche darauf ausgelegt sind zu begründen, warum junge Frauen und Mädchen das soziale Netzwerk Instagram als Mittel zur (Krankheits-)Kommunikation nutzen und welche Einflüsse dies auf die eigene Psyche haben kann. Außerdem sollen Beweggründe der Nutzung damit identifiziert und aufgezeigt werden.

7.1. Medienwirkungsforschung

Die Medienwirkungsforschung ist ein häufig erforschtes Phänomen, welches in der heutigen Gesellschaft bereits kontrovers diskutiert wurde. Hierbei lässt sich die Wirkung der unterschiedlichen Medien, deren Form der Verbreitung und die Art der Plattform unterscheiden. Massenmedien erreichen ihre RezipientInnen auf andere Weise, als zum Beispiel klassische Medien wie Fernsehen oder Radio. Medieneffekte werden auch häufig als negativ bzw. manipulativ eingestuft und unterstreichen oft nur den schlechten Ruf der aktuellen Medienlandschaft.¹⁴²

Von Begriffen wie beispielsweise Medienpropaganda, Manipulation und Beeinflussung wird in der Medienforschung oft Gebrauch gemacht, um darauf hinzuweisen, dass die mediale Irreführung bzw. die medialen Tricks durchaus bewusst wahrgenommen werden. MediennutzerInnen schätzen sich selbst als nicht beeinflussbar ein, die „Anderen“ jedoch stehen laut ihnen stark unter dem Einfluss der Medien. Dies wird als der sogenannte „Third Person Effekt“ bezeichnet. Dieser Effekt wird hauptsächlich dann besprochen, wenn es um negative Darstellung in den Medien geht, wie zum Beispiel in Themenbereichen wie Politik oder Werbung. Medien werden auch häufig als die vierte Gewalt, neben Legislative, Judikative und Exekutive, angesehen.¹⁴³

In der Medienwirkungsforschung ist die sogenannte Medienkompetenz ein äußerst wichtiger Punkt der heutigen Informations- und Mediengesellschaft. Dieses Themengebiet beschäftigt sich, wie der Namen schon sagt, mit der Kompetenz der RezipientInnen und inwiefern sich diese als medienkompetent bezeichnen können. Der Umgang mit diversen Medienangeboten spielt hierbei eine große Rolle, deshalb kann auch von Medienerziehung gesprochen werden. Medienkompetenz

¹⁴² vgl. Bonfadelli/Friemel, 2011, S.16

¹⁴³ vgl. Bonfadelli/Friemel, 2011, S.18

zu besitzen, bedeutet aus einem umfangreichen Angebot an Medien, selbstbestimmt und selbstorientiert, auszuwählen und sich nach den eigenen Interessen und Bedürfnissen zu orientieren, sowie Manipulation zu erkennen.¹⁴⁴

Unterscheidet man diverse Medienwirkungsphänomene, so spricht man vorwiegend von Dreien:

- die Präkommunikative Phase – beschäftigt sich erstmal mit der eigentlichen Mediennutzung. Hier wird sich mit der Frage der Mediennutzung im Alltag, im Berufsleben und zu welchen bestimmten Anlässen das Medium verwendet wird, beschäftigt.
- die Kommunikative Phase – beschäftigt sich mit der Medienrezeption bzw. inwieweit sich die RezipientInnen auf das Medium einlassen und die vom Medium preisgegebenen Inhalte aufnehmen.
- die Postkommunikative Phase – beschäftigt sich mit der Medienwirkung. Wurden die Inhalte aufgenommen und vom den RezipientInnen weiterverarbeitet und festgelegte Meinungen beeinflusst oder gar verändert?¹⁴⁵

Wenn man ganz allgemein von Medienwirkung spricht, so meint man damit eher die Effekte in der postkommunikativen Phase. Als grundlegende Basiskonzepte der Medienwirkungsforschung gelten zunächst Begriffe wie „Information“, „Wissen“ und „Einstellung“. „Wissen“ und „Einstellung“ bestehen meist schon vor der Mediennutzung bzw. dem Konsum, die „Information“ erfolgt erst durch die jeweilige Nutzung des Mediums. Es gilt das Wissen zu erweitern und die Einstellung zu verändern bzw. festzulegen. Findet eine Meinungsänderung aufgrund der Rezeption eines Mediums statt, so spricht man von einer medialen Einflussnahme.¹⁴⁶

¹⁴⁴ vgl. Bonfadelli/Friemel, 2011, S.19

¹⁴⁵ vgl. Bonfadelli/Friemel, 2011, S.27f

¹⁴⁶ vgl. Bonfadelli/Friemel, 2011, S.137

Die affektiven Effekte der Medienwirkung sind in den vergangenen Jahren Mittelpunkt der modernen Medienwirkungsforschung geworden. Die emotionale Wirkung von Medien ist laut aktuellen Forschungen nicht zu unterschätzen und stellt somit einen wichtigen Aspekt in der heutigen Medienauswahl bzw. Selektierung des Medienangebots dar. Durch den Konsum diverser Medienformate aus verschiedenen Bereichen, können Emotionen und Stimmungen der RezipientInnen teilweise reguliert und gesteuert werden. Dadurch wird nicht nur der Medienkonsum, sondern auch die Meinungsbildung maßgeblich beeinflusst.¹⁴⁷

Die Darstellung des Körpers in Medien ist ebenso ausschlaggebend für einige Forschungsansätze der Medienwirkungsforschung. Hierbei wird hauptsächlich die Medienwirkung auf das eigene und fremde Körperbild erforscht. Die Darstellung und Wahrnehmung des Körpers, vor allem in Massenmedien, nimmt zudem starken Einfluss auf die Wahrnehmung des Selbst bzw. des persönlichen Körperbildes. Wykes/ Gunter¹⁴⁸ kommen in Bezug auf die virtuelle Darstellung des Körperbildes zu dem Ansatz, dass die mediale Darstellung des Körpers eine wichtige Orientierungsfunktion für RezipientInnen hat. Vor allem die Einstellung zum eigenen Körperbild wird stark durch die Medien beeinflusst. Im Speziellen werden junge Frauen und Mädchen vom medial vermittelten Körperbild beeinflusst. Diese Darstellung wird sehr häufig idealisiert – Medien schaffen sozusagen ein nicht reales Idealbild und geben dadurch ein Körperidol vor. Dies kann einen erheblichen Einfluss auf das Selbstbild und die Selbsteinschätzung hinsichtlich des eigenen Körpers haben. Man kann davon ausgehen, dass die mediale Körperidealisierung einen negativen Einfluss auf RezipientInnen hat.¹⁴⁹

Nach Perloff¹⁵⁰ lässt sich sagen, dass nicht nur der generelle Konsum von Massenmedien einen Einfluss auf die eigene Körperwahrnehmung hat, sondern auch der Konsum von Content auf Social Media Kanälen. Die Wirkung von idealisierten Körperbildern auf junge Frauen und Mädchen ist oft negativ behaftet und der Grund für die Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper. Das eigene Körperbewusstsein, das vorgegebene Frauenbild, die virtuellen sozialen Beziehungen, sowie die Nutzung von diversen Sozialen Netzwerken an sich, ist ausschlaggebend für das Ausmaß der Wirkung auf das eigene Selbst. NutzerInnen vergleichen sich oft mit sogenannten „Körpervorbildern“ und geraten somit in eine negative Endlosschleife.¹⁵¹

¹⁴⁷ vgl. Bonfadelli/Friemel, 2011, S.125

¹⁴⁸ 2005

¹⁴⁹ vgl. Wykes/Gunter, 2005, S.172f

¹⁵⁰ 2014

¹⁵¹ vgl. Perloff, 2014, S.368f

7.2. Uses and Gratifications Approach

Der Uses and Gratifications Approach, kurz UGA, legte einen wichtigen Grundstein in der Mediennutzungsforschung und damit auch für die aktuelle Forschungsarbeit. Der Ansatz bietet eine theoretische Basis und beleuchtet essentielle Punkte hinsichtlich Nutzen und Belohnung der UserInnen neuer Medien. Vor diesem Hintergrund soll untersucht werden, welche Bedürfnisse die UserInnen zu befriedigen versuchen und warum daher genau diese von Darstellung des eigenen Selbst auf Instagram-Seiten gewählt oder sogar bevorzugt wird und warum der Konsum derartiger Plattformen die Bedürfnisse der UserInnen befriedigt.¹⁵²

Die/der RezipientIn wählt das Medium selbst aus, wobei sie/er das Medium nach ihrer/seiner Bedürfnisbefriedigung richtet. Für Medien heißt dies nun, dass sie als Plattform für virtuelle Selbsthilfegruppen manchen NutzerInnen die höchstmögliche Bedürfnisbefriedigung garantieren und einen wichtigen Part in der Sozialisierung der UserInnen darstellen. Des Weiteren bedeutet es, dass Medien nicht automatisch genutzt werden. Hier gilt es zu untersuchen, aus welchem Grund die RezipientInnen ein bestimmtes Medium auswählen.¹⁵³

7.2.1. Entwicklung des Ansatzes

In den 1970er Jahren entstand der UGA-Ansatz und verlieh damit der Wirkungsforschung neue Impulse. Mittlerweile hat der Nutzen- und Belohnungsansatz den Status einer klassischen Theorie. Durch die immer wieder kehrende starke Kritik des UGA konnte sich dieser stetig weiterentwickeln und neue Aspekte in seinen Forschungsansatz aufnehmen. Beim UGA haben Bedürfnisse und Nutzungsmotive der RezipientInnen einen relativ hohen Stellenwert, weil sie als Auslöser für die Wahl der Kommunikationsquelle gelten. Sie bestimmen aber auch die Wahl der Kommunikationsinhalte und haben deshalb oftmals einen eskapistischen Hintergrund.

¹⁵² vgl. Leber, 1988, S.59f

¹⁵³ vgl. Bonfadelli, 2002, S.79ff.

Daraus ergeben sich drei Gruppen von Bedürfnistypologien:

- monofunktionale (zum Beispiel Mediennutzung als Eskapismus)
- bifunktionale (zum Beispiel Informations- vs. Unterhaltungsfunktionen)
- multifunktionale Bedürfniskonzeptionen¹⁵⁴

Bei den multifunktionalen Bedürfnistypologien werden vier Untergruppen unterschieden:

1. *„Kognitive Bedürfnisse: Resultieren aus Orientierungs- und Entscheidungsprobleme des Handelnden gegenüber der Umwelt und umfassen Subdimensionen wie unspezifische Neugier, Kontrolle der Umwelt, Lernen, Realitätsexplorierung, Wissenserweiterung und Handlungsanweisung sowie Selbsterfahrung.*
2. *Affektive Bedürfnisse: Ihnen unterliegen Probleme der individuumszentrierten Stimmungskontrolle wie Entspannung und Rekreation durch Unterhaltung [...].*
3. *Sozial-interaktive Bedürfnisse: Basieren auf dem Wunsch nach Geselligkeit und sozialem Kontakt mit und Anerkennung durch andere Menschen. Medien liefern dafür Anlässe und Themen für Gespräche [...].*
4. *Integrativ-habituelle Bedürfnisse: Entstehen aus dem Wunsch nach Vertrauen, Geborgenheit und Sicherheit sowie Stabilität und Wertverstärkung bezüglich verschiedenster Referenzgruppen wie Familie, Freunde etc. Medien ermöglichen dies über habituelle Nutzungsmuster und ritualisierte Inhaltsstrukturen.“¹⁵⁵*

¹⁵⁴ vgl. Bonfadelli, 2002, S.82f

¹⁵⁵ Bonfadelli, 2002, S.83

Kritisiert wird am Uses and Gratifications Approach hauptsächlich, dass dieser die eigenständige Aktivität des Publikums zu sehr in den Mittelpunkt stellt. Die Medienzuwendung ist, laut Kritikern, oftmals nicht zielorientiert oder gar selbstbestimmt. Teilweise wird der Konsum auch durch gelebte Rituale dominiert, wie beispielsweise der abendliche TV-Konsum oder das Radiohören am Morgen. Die Publikumsaktivität basiert hierbei also nicht auf zielgerichteten, sondern auf ritualisierten bzw. gewohnheitsbedingten Konsum.¹⁵⁶

Um den UGA-Ansatz mit der Nutzung und Wirkung von sozialen Netzwerken, im Speziellen Instagram, verknüpfen zu können, kann man davon ausgehen, dass RezipientInnen derartige Social Media Kanäle verwenden, um das eigene Selbst mit einem Idealbild zu vergleichen. Es wird davon ausgegangen, dass der individuelle Umgang mit derartigem Content ausschlaggebend für die Entwicklung einer Essstörung bzw. einer Störung der Wahrnehmung des Körperbildes ist. Hierbei wird gezielt nach essstörungsförderndem Content gesucht, um sich und sein eigens kreiertes Selbst in seiner Krankheit zu bestärken. Der Konsum verläuft anfangs somit eher zielgerichtet und nicht ritualisiert.

¹⁵⁶ vgl. Bonfadelli, 2002, S. 84 f

7.3. Der symbolische Interaktionismus

Der symbolische Interaktionismus ist eine mikrosoziologische Theorie, die in den 60er Jahren des letzten Jahrhunderts entstanden ist. Im Zentrum des Theorieansatzes steht das Individuum als soziales Wesen, das mit anderen in Beziehung tritt. Interaktion ist notwendig um eine funktionierende Kommunikation aufrecht zu erhalten.¹⁵⁷

Diese Interaktion findet, wie der Name der Theorie schon sagt, in einer symbolischen Welt statt. Im Falle der aktuellen Forschungsarbeit, beläuft sich Symbolik hauptsächlich auf die virtuelle Kommunikation innerhalb eines sozialen Netzwerkes, welche auf der Nutzung von Hashtags basiert. Diese sind in diesem Falle also mit Symbolen gleichzusetzen.

Laut Krotz¹⁵⁸ ist der Mensch grundsätzlich ein soziales Wesen mit dem stetigem Bedürfnis und Streben nach Interaktivität, real wie auch virtuell. In einer symbolischen Welt, in der die Kommunikation sich durchwegs aus Symbolen bzw. symbolischer Interaktionsweise zusammensetzt, handeln, leben und kommunizieren vor allem UserInnen im Internet bzw. auf sozialen Netzwerken mit Symbolik. Die Kommunikation via Symbolik und deren bestimmten Bedeutungsweisen, setzt teilweise, innerhalb einer sozialen Gruppe, einen gemeinsamen kulturellen Hintergrund voraus.¹⁵⁹

„Für den symbolischen Interaktionismus gibt es keine Welt an sich, sondern nur Welten die sie sich Menschen füreinander konstruieren.“¹⁶⁰ Im Fall des sozialen Netzwerkes Instagram findet Kommunikation via Fotos, Videos, Symbolen oder Hashtags und Kommentaren statt.

„Weil soziales Geschehen und soziale Strukturen aus dem sozialen Handeln der Menschen entstehen, entwirft der Symbolische Interaktionismus damit das Bild einer Welt, die durch und durch sozial ist, insofern sie von den vergesellschafteten Individuen erzeugt ist.“¹⁶¹

¹⁵⁷ vgl. Krotz, 2008, S.29ff

¹⁵⁸ 1996

¹⁵⁹ vgl. Krotz, 1996, S.74

¹⁶⁰ Abels, 2002, S.169

¹⁶¹ Krotz, 1996, S.74

Nach Blumer¹⁶², beruht der Symbolische Interaktionismus auf 3 Ansätzen:

1. Menschen handeln gegenüber Dingen auf der Grundlage der Bedeutung, die diese Dinge für sie besitzen. Unter Dingen wird alles verstanden, was der Mensch in seiner Umwelt wahrnimmt, wie zum Beispiel Gegenstände.
2. Die Bedeutung dieser Dinge entsteht durch Interaktion
3. Die Bedeutungen werden in einem interpretativen Prozess abgeändert¹⁶³

Weitere Ausführungen von Blumer¹⁶⁴ gibt es über die Identität des Individuums. Er geht davon aus, dass sich die Gesellschaft im Individuum spiegelt. So entstehen das „I“ und das „Me“, wobei das I die individuellen Wünsche vertritt (impulsives Ich), das „Me“ hingegen als „soziales Ich“ bestimmt wird und daher als die Perspektive des anderen zu sehen ist. Im Prozess der Sozialisation entsteht das „Me“. Man lernt sich mit den Augen anderer zu sehen und identifiziert sich mit diesem Blickwinkel. Des Weiteren ermöglicht die Auseinandersetzung mit anderen die Fähigkeit zur Rollenübernahme. Oftmals kann hier auch die Auseinandersetzung bzw. Identifikation mit fiktiven Charakteren gemeint sein.¹⁶⁵ Im Falle der vorliegenden Forschungsarbeit beziehen sich die fiktiven Charaktere auf Personen einer virtuellen Welt bzw. oftmals auf Charaktere, welche auf der virtuellen Existenz eines sozialen Netzwerks beruhen.

Zusammenfassend, kann festgehalten werden, dass sich die Identität des Menschen im Prozess der sozialen Interaktion entwickelt. Heutzutage findet neben face-to-face Kommunikation auch sehr viel virtuelle Kommunikation statt. Mediennutzung ist ein aktiver, fortlaufender Prozess, in welchem UserInnen medialen Vorgängen und Erschaffungen Bedeutungen zuweisen, die in ihrem Alltag Sinn machen.¹⁶⁶

¹⁶² 1973

¹⁶³ vgl. Blumer, 1973, S.81

¹⁶⁴ 1973

¹⁶⁵ vgl. Richter, 2001, S.188ff

¹⁶⁶ vgl. Mikos, 2001, S.55

8. Empirie

In den folgenden Kapiteln werden die Methoden zur Datenerhebung, sowie auch der Untersuchungsvorgang und die Auswertungsmethode näher erläutert. Im Speziellen die Datenerhebung bzw. der vorherige Recherche- und Untersuchungsvorgang wird mit der literarischen Basis der Forschungsarbeit verknüpft werden. Die Auswertung und Untermalung der Kategorienbildung wird mit den Ergebnissen der Expertinneninterviews verknüpft und zusammenfassend dargestellt. Ein abschließendes Fazit und ein Forschungsausblick sollen die Forschungsarbeit abrunden und weitere Deutungen und Anregungen für etwaige zukünftige Forschungen geben.

8.1. Forschungsfragen

Folgende Forschungsfragen sollen im Laufe der Forschungsarbeit untersucht und mittels der vorgegebenen Methoden ausgewertet werden:

- **F1:** Inwiefern gestaltet sich die Kommunikation innerhalb der Pro Ana-Bewegung?
 - **F1.a:** Welche Themen werden innerhalb der Pro Ana Bewegung hauptsächlich bearbeitet?
- **F2:** Inwiefern äußert sich die Kommunikation der Pro Ana-Bewegung auf dem sozialen Netzwerk Instagram?
 - **F2a:** Inwiefern spielen Hashtags bei der Vernetzung der Pro Ana-Bewegung auf Instagram eine Rolle?
- **F3:** Inwieweit werden andere Krankheitsbilder mit dem Pro Ana-Lifestyle auf dem sozialen Netzwerk Instagram in Verbindung gebracht?
- **F4:** Inwieweit ist die Krankheits- bzw. Gesundheitskommunikation auf sozialen Netzwerken wie Instagram als gefährlich einzustufen?
 - **F4a:** Inwiefern äußert sich die bildliche Darstellung der Pro Ana-Bewegung auf dem sozialen Netzwerk Instagram?
- **F5:** Auf welche Art könnte die Gesundheitskommunikation auf einem sozialen Netzwerk wie Instagram positive Auswirkungen auf die UserInnen haben?
- **F6:** Auf welche Art könnte man der Gefahr von krankheitsfördernder Kommunikation in sozialen Netzwerken entgegenwirken?

8.2. Gütekriterien

In der empirischen Forschung gibt es gewisse Gütekriterien, die als Qualitätsstandards eingehalten werden müssen. In der quantitativen Sozialforschung sind diese **Objektivität**, **Reliabilität** und **Validität**. Diese Bewertungskriterien müssen in jeder Forschung überprüft und dokumentiert werden.¹⁶⁷ Man ist sich bislang nicht einig darüber, ob die Gütekriterien der quantitativen Sozialforschung ebenso auf die qualitative Sozialforschung übertragen werden könnten. Es ist allerdings darauf zu achten, bestimmte Kriterien auch im Falle einer qualitativen Forschung einzuhalten. Für die aktuelle Forschungsarbeit sind folgende Gütekriterien relevant:

- Objektivität
- Nachvollziehbarkeit
- Transparenz
- Kohärenz
- Relevanz

Das Gütekriterium **Objektivität** ist ein äußerst wichtiger Ansatz hinsichtlich jeglicher Forschungen, quantitativ oder qualitativ. Eine objektive Ausgangslage ist Voraussetzung für einen nicht-einseitigen Forschungsvorgang. Wichtig bei qualitativer Forschung ist, das Thema und die darin enthaltenen Vorgänge und Methoden möglichst nachvollziehbar zu gestalten. Deshalb gilt **Nachvollziehbarkeit** als ein weiteres essentielles Kriterium. Forschungsfragen bzw. der gesamte Forschungsweg soll nachvollziehbar und transparent dargestellt werden. **Transparenz** gilt ebenso als ein Teilaspekt qualitativer Gütekriterien. Jemand der kein Grundwissen bzw. Vorwissen bezüglich des Forschungsthemas besitzt, soll einen genauso guten Einblick in die Themenschwerpunkte bekommen, wie jemand der über bereits vorhandenes Basiswissen verfügt.

¹⁶⁷ Vgl. Seipel/Rieker, 2003, S. 133f

Ein weiteres Kriterium ist die **Kohärenz**. Hierbei geht es darum, einen Zusammenhang mit der Theorie herzustellen und zu erörtern, ob die Aussagen und Ansätze in sich schlüssig sind. Offene Punkte und widersprüchliche Schwerpunkte können im Zuge dessen geklärt und gegebenenfalls beantwortet werden. Als letztes Kriterium wird die **Relevanz** genannt. Welchen Zweck hat die aktuelle Forschung für weitere Arbeiten? Können durch die verwendete Theorie und Empirie neue Deutungen gewonnen werden? Dies sind unter anderem Anhaltspunkte, welche man bei Bearbeitung einer qualitativen Forschungsarbeit beachten muss.¹⁶⁸

8.3. Methodenauswahl

Die Methode wurde ausgewählt, um das Forschungsthema so konkret und zielführend wie möglich zu bearbeiten. In den folgenden Punkten werden der Forschungsvorgang bzw. die Datenerhebung sowie die Datenauswertung der vorliegenden Arbeit näher beleuchtet.

Für die Untersuchung wurden Interviews mit Pro Ana-Expertinnen durchgeführt, um die besonderen Aspekte der Pro Ana-Bewegung, sowie auch die Gestaltung der Kommunikation dieser Community, besser zu beleuchten und aus medizinischer bzw. psychologischer Sicht darstellen zu können. Hierzu wurde ein Leitfaden erstellt, um die Interviews gegebenenfalls in eine Richtung zu lenken bzw. den Gesprächsfluss aufrecht zu erhalten. Diese Interviews sind kein Punkt des Hauptteils der Datenerhebung, sondern dienen lediglich zur Unterstützung der Vorrecherche. Außerdem sollen sie dazu beitragen, die dargestellte Theorie, sowie etwaige Kategorien durch fundierte Fakten, aus dem psychologischen bzw. dem medizinischen Bereich, zu untermauern und diverse essentielle Inhalte eindeutiger herausarbeiten zu können.

Der Grund für die Auswahl der Methoden liegt hauptsächlich an der bisher eher geringen Forschung hinsichtlich Pro Ana und Social Media bzw. Instagram. Eine qualitative Inhaltsanalyse wurde ausgewählt, da eine quantitative Analyse hinsichtlich der Schwerpunkte auf Instagram bzw. der verwendeten Hashtags sowie der Forschungsgegebenheiten in Bezug auf Pro Ana nur schwer durchsetzbar gewesen wäre.

¹⁶⁸ vgl. Steinke, 2009, S. 319-331

8.3.1. Die Datenerhebung: qualitative Inhaltsanalyse

Eine Inhaltsanalyse ist ein Auswertungsverfahren, welches den Zweck verfolgt, (kommunikations-) wissenschaftliches Material inhaltlich zusammenzufassen und zu erörtern. Bei einer qualitativen Inhaltsanalyse fällt diese Erörterung individuell und themenangepasst aus. Das Ziel einer derartigen Analyse ist es, durch eine systematische Vorgehensweise eine klare Struktur hinsichtlich der gegebenen Themenaspekte und verschiedenen Schwerpunkte zu schaffen.¹⁶⁹

Es wurden 50 Hashtags zur Suche von Pro Ana-Instagram-Profilen (-Seiten) verwendet, in die Beobachtung aufgenommen und durch eine qualitative Inhaltsanalyse nach Mayring¹⁷⁰ ausgewertet. Die ausgewählten Hashtags des sozialen Netzwerkes Instagram, sowie die dadurch beobachteten und analysierten Profile, wurden nach gründlicher Abhandlung und Auseinandersetzung in bestimmte Themenbereiche geteilt und kategorisiert, sodass die Auswertung detaillierter und exakter stattfinden konnte.

8.3.2. Methodisches Vorgehen

Instagram-Profile, welche mit Inhalten bezüglich der Pro Ana-Bewegung in Verbindung gebracht werden bzw. auf deren ein klares „pro ana-typisches“ Verhalten zu beobachten ist, sollen zur Forschung herangezogen werden. Derartige Profile und Seiten sollen folgende Merkmale beinhalten, um eine Analyse zu ermöglichen:

- Optische Gestaltung - die Postings beinhalten hauptsächlich Bilder und Videos mit essstörungsspezifischem Hintergrund
- Sprachliche Gestaltung - die Verwendung „pro ana-typischer“ Hashtags, die Verherrlichung der Krankheit Anorexia nervosa, Aufforderung der Betreiber zu Abnehmkuren etc.
- Pro Ana-Inhalte und Postings bzw. Kommentare über Gewicht stehen im Vordergrund der Seite

¹⁶⁹ vgl. Mayring, 2008; S.11ff

¹⁷⁰ 2008

Die Untersuchungsprofile des sozialen Netzwerks Instagram wurden hauptsächlich durch die Suchfunktion, bzw. durch die Verwendung von Hashtags, zur Forschung hinzugezogen. Die forschungsrelevanten Profile konnten aufgrund der Verwendung spezifischer Hashtags in der Suchfunktion auf Instagram gefunden werden. Es wurde demnach analysiert, welche Profile bei welchem Hashtag auf dem sozialen Netzwerk Instagram aufscheinen. Die Analyse und Auswahl der verwendeten Hashtags und den daraus resultierenden Profilen ergibt sich durch eine umfangreiche und aufschlussreiche Vorrecherche, welche drei Monate, vom 01. Februar 2016 bis 30. April 2016, stattgefunden hat.

Die Kategorien konnten aufgrund der verwendeten, forschungsrelevanten Hashtags, bzw. der Suchergebnisse auf der Explorationsseite von Instagram, gebildet werden. Die vollständige Liste der zur Untersuchung herangezogenen Hashtags befindet sich im Anhang der vorliegenden Arbeit.

Der forschungsrelevante Zeitraum für die Analyse beläuft sich auf 01.Mai 2016 bis 31.Mai 2016. Innerhalb dieses Monats konnte festgestellt werden, welche Profile und Seiten essstörungsspezifische Schwerpunkte bzw. Pro Ana-Postings beinhalten, inwiefern sich die Kommunikation bzw. krankheitsfördernde Kommunikation äußert und ob sozusagen ein relevantes Reizmuster zu erkennen ist. Außerdem konnte untersucht werden, inwieweit sich die Hashtags verändern bzw. welche Hashtags von den UserInnen vermehrt zur Vernetzung innerhalb der Pro Ana-Community verwendet wurden. Die Suche via Hashtags bzw. die Profilanalyse anhand der gefundenen Profile durch die Hashtagfunktion, lässt eine Nachvollziehbarkeit der Untersuchung zu. Dadurch, dass einige Profile auf Instagram sehr strenge Privatsphäreinstellungen haben und demnach nicht öffentlich einsehbar sind, wäre die Nachvollziehbarkeit bei einer reinen Profilanalyse auf dem sozialen Netzwerk nicht möglich bzw. forschungsirrelevant.

8.3.3. Datenschutz

Aus Datenschutzgründen werden die Namen der verschiedenen Profile und Seiten für die Forschungsarbeit unkenntlich gemacht. Aufgrund des §7 MedienG. Schutz des persönlichen Lebensbereiches darf die Identität der UserInnen nicht bekannt gegeben werden, da somit ein Verstoß gegen §7 MedienG. vorliegen würde. Dies betrifft auch öffentlich zugängliche Profile auf dem sozialen Netzwerk Instagram.

Auch das verwendete Bildmaterial für die vorliegende Forschungsarbeit wurde sorgfältig ausgewählt. Aufgrund der Sicherung des Bildnisschutzes laut §78 UrhG wurden keine Bilder von Personen in die aktuelle Forschungsarbeit aufgenommen. Das Bildmaterial belongs der Urheberin/ dem Urheber und ist somit laut §10, §14, §15 sowie §16 UrhG geschützt.

8.3.4. Die Datenauswertung: Induktive Kategorienbildung nach Mayring

Eine zusammenfassende Inhaltsanalyse mit anschließender induktiver Kategorienbildung hat das Ziel, das gegebene Material auf die wichtigsten Aspekte der Forschung zu reduzieren und nur die prägnantesten Punkte herauszugreifen. Die einzelnen Forschungsinhalte werden in den etwaigen Kategorien erörtert, zusammengefasst und gegebenenfalls mit dem Theorieteil in Verbindung gebracht.¹⁷¹ Das Ausgangsmaterial wird klar eingegrenzt und inhaltlich strukturiert. Gegenüberstellungen und Unterschiede können somit in einen direkten Vergleich gebracht werden.¹⁷² Die Kategorienbezeichnungen ergeben sich aus den prägenden Zusammenhängen der Forschungsergebnisse.

„In der Logik der Inhaltsanalyse muß (sic!) vorab das Thema der Kategorienbildung theoriegeleitet bestimmt werden, welches Material Ausgangspunkt der Kategoriedefinition sein soll. Dadurch wird Unwesentliches, Ausschmückendes, vom Thema Abweichendes ausgeschlossen. Die Fragestellung der Analyse gibt dafür die Richtung an.“¹⁷³

Die induktive Kategorienbildung hat den Nutzen, dass die Kategorien aus einem Verallgemeinerungsprozess herabgeleitet werden, sich individuell und innovativ entwickeln können und eher nicht auf vorgegebene Konzepte stützen. Dieser Vorgang der offenen Kodierung bezieht sich auf eine sehr gegenstandsnahe Abbildung des Materials und wird nicht durch vorherige Annahmen verzerrt.¹⁷⁴

¹⁷¹ vgl. Mayring, 2008, S.58

¹⁷² vgl. Mayring, 2008, S.89

¹⁷³ Mayring, 2008, S.76

¹⁷⁴ vgl. Mayring, 2008, S.75f

Das Material wird je nach Absatz und Zeile durchgearbeitet und gegebenenfalls bereits kategorisiert. Innerhalb der Bearbeitung werden die Kategorien gebildet und das Material selektiert und unterteilt. Die Anzahl der Kategorien ergibt sich aus den jeweiligen Themenspektren des zu bearbeiteten Materials. Am Ende stellt diese Art der Auswertung und Erörterung ein System an Kategorien dar, welches sich aus bestimmten Themenaspekten und kompakten Material- bzw. Textauszügen zusammensetzt.¹⁷⁵

Die Hashtags, welche zur Suche bzw. Ansicht der Profile verwendet wurden, ergeben sich aus ganz alltäglichen und essstörungsverwandten Begriffen. Zur Untersuchung wurden rund 50 verschiedene Hashtags, sowie die dadurch aufscheinenden Profile und Seiten, herangezogen. Die Auswahl der Hashtags belief sich auf der bewussten Suche nach Pro Ana-Seiten, Diättipps, Profilen mit anorexieverherrlichenden Deskriptionen sowie essstörungsglorifizierenden Inhalten innerhalb der drei-monatigen Vorrecherche. Beispiele für derartige Hashtags sind **#thinspiration** oder auch **#thinspo**, eine Zusammensetzung aus thin -> dünn und inspiration -> Inspiration, **#proana**, **#anaismybestfriend**, **#stopeating**, **#anorexie**, **#magersucht** etc. Es galt hauptsächlich Hashtags zur Beobachtung bzw. Forschung heranzuziehen, welche in einem essstörungsspezifischen Zusammenhang stehen und diesen sehr deutlich auf dem sozialen Netzwerk Instagram vermitteln.

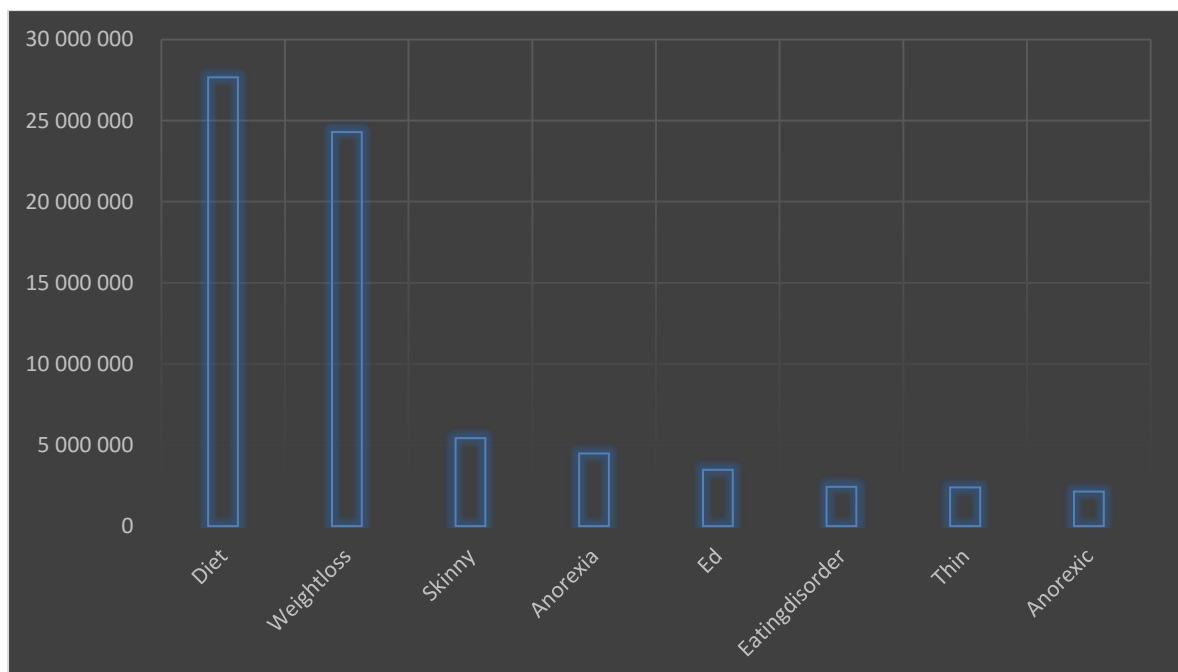


Abbildung 11: Instagram: forschungsrelevante Hashtags mit den meisten Beiträgen, 2016

¹⁷⁵ vgl. ebd.

Anhand der Untersuchung konnten acht Hashtags auf dem Social Media-Kanal Instagram gefunden werden, welche essstörungsspezifischen Content enthalten und über eine Million Beiträge aufzeigen. Mithilfe der Abbildung 1 lässt sich zeigen, dass von 50 zur Untersuchung herangezogenen Hashtags, **#diet** mit rund 28 Millionen Beiträgen, der am meisten verwendete forschungsrelevante Hashtag ist, sehr dicht gefolgt von **#weightloss** mit über 24 Millionen Beiträgen auf dem sozialen Netzwerk Instagram.

9. Kategorien

Vor dem Hintergrund der forschungsrelevanten Ergebnisse, konnten folgende Kategorien zur Datenauswertung und Interpretation gebildet werden.

1. Pro Ana: Lifestyle und Religion
2. Recovery-Pages
3. Fitspiration vs. Thinspiration
4. Mischformen/ komorbide Krankheitsbilder
5. Anti-Pro Ana

9.1. Kategorie 1: Pro Ana: Lifestyle und Religion

In dieser Kategorie können alle verwendeten forschungsrelevanten Hashtags zusammengefasst werden. Die erste Kategorie entspricht somit einer Art „Überkategorie“, welche Bezugspunkte bzw. Hashtags aus allen folgenden Kategorien beinhaltet. Hauptsächlich dominieren in dieser Kategorie jene Hashtags, welche essstörungsspezifische bzw. pro ana-spezifische Profile und Seiten auf dem sozialen Netzwerk Instagram, hervorbringen. Typische Pro Ana-Hashtags sind beispielsweise der Hashtag Nr. 1 **#proana**, ebenso in differenzierten Schreibweisen wie Hashtag Nr.2 und Nr.3, sowie sämtlich Hashtags welche „ana“ als eindeutige Bezeichnung in sich tragen. Dies betrifft zum Beispiel Hashtags wie Nr.8 **#proanorexia**, Nr.25 **#anaimback** Nr.15 und 16 **#anaismyfriend** und **#anaismybestfriend**, sowie auch eindeutige Hashtagbezeichnungen, welche sich auf Figur, Abnehmen oder das Gewicht beziehen. Hier als Beispiel Hashtag Nr. 3 **#fasting**, Nr.37-40

#mustbeskinny, **#mustbethin**, **#mustnoteat** und **#noeating** sowie auch Nr.43-45 **#eatingproblems**, **#feelingfat** und **#hungern**.

Derartige Hashtags werden auch sehr häufig gesperrt. So konnte innerhalb des Forschungsmonats festgestellt werden, dass z. B. der Hashtag Nr.1 **#proana** von Instagram gesperrt wurde. Wenn man also auf Instagram nach **#proana** sucht, wird angezeigt, dass zu dieser Verlinkung kein passender Content gefunden wurde. An dieser Stelle ist der Kreativität hinsichtlich der Zusammenstellung von Hashtags, weder durch eine Meldung an die AdministratorInnen noch durch eine Hashtagblockierung, eine Grenze gesetzt. So findet man unter verschiedenen Schreibweisen wie **#proanaaa** bzw. **#proanna** sehr viel essstörungsbezogene Inhalte auf dem sozialen Netzwerk. Dies stellt für die AdministratorInnen auf Instagram ein Problem hinsichtlich der Verfolgung und Entfernung von triggernden bzw. gefährlichen Profilen und Hashtags dar.

Die Analyse der Profile und Seiten, welche in diese Kategorie fallen, beziehen sich eindeutig auf pro ana-spezifischen Content und beinhalten zu einem sehr großen Teil triggernde Bezugspunkte. Die genaue Analyse der Profile zeigte, dass nicht nur essstörungsspezifische Hashtags verwendet werden, sondern bereits in der Deskription des Profils pro ana-typische Begriffe und auch teilweise eine „Trigger-Warnung“ vom Admin des Profils angegeben wurde. Es ist allerdings anzumerken, dass Pro Ana-Profile auf dem sozialen Netzwerk nicht auftauchen, wenn man nicht explizit auf der Suche nach derartigen Profilen und Seiten ist. Um pro ana-spezifischen Content zu finden, muss konkret nach diesem gesucht werden.

Es zeigte sich im Laufe des Forschungsmonats, dass derartige Profile immer wieder gemeldet und auch gelöscht werden. Allerdings erhält man von Instagram regelrecht eine Warnung über mögliche triggernde und verstörende Inhalte. Dies geschieht bereits bei der Suche bzw. Verwendung derartiger Hashtags in der Suchfunktion. Sobald diese Warnung mit einem Klick entfernt wurde, werden jedoch ohne jegliche Zensur sämtliche essstörungsbezogene und pro ana-spezifische Profile und Seiten auf Instagram angezeigt.

An dieser Stelle ist anzumerken, dass sich Instagram ganz klar zu einem Verbot von Pornografie, erotischen Inhalten und Nacktheit bekennt, es jedoch ohne große Mühe möglich ist, bei der Suche nach Pro Ana-Profilen mit dem Hashtag **#proanaaa** rund 5.500 Beiträge auf dem Social Media-Kanal zu finden. Innerhalb des Forschungsmonats konnten lediglich Profile gefunden werden, welche von Mädchen und jungen Frauen geführt werden. Profile und Seiten, welche einen männlichen Administrator besitzen, konnten nicht ausfindig gemacht werden.

Profile und Seiten auf Instagram mit Pro Ana-Bezug sind außerdem mit jenen Hashtags versehen, welche von den 50 untersuchten Verlinkungen über eine Million Beiträge aufzeigen. Die Hashtags **#diet**, **#weightloss** und **#skinny** liegen hier an oberster Stelle. Die Analyse zeigte teils verstörende Bilder von abgemagerten Mädchen, welche durch die Bildbeschreibung klar kommunizieren, dass sie Pro Ana sind und „Ana“ explizit als ihre „Freundin“ bezeichnen. Es stellte sich anhand der Untersuchung heraus, dass Userinnen vermehrt Anorexie als den einzigen Ausweg zur Selbstkontrolle bezeichnen und regelrecht darum kämpfen, die Anorexie aufrecht zu erhalten und regelmäßig zu fasten.

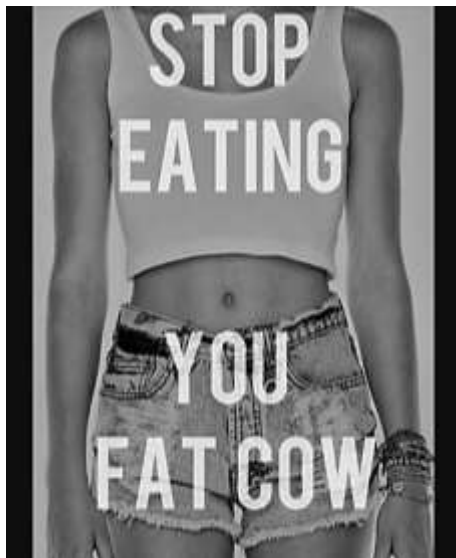


Abbildung 12: Instagram: Thinspiration 6, 2016

Bodycheck-Profile sind auf dem sozialen Netzwerk Instagram ebenso keine Seltenheit. Diese Profile werden meist sehr regelmäßig betrieben und fast täglich upgedatet. Das Bildmaterial derartiger Seiten ist häufig mit dem Hashtag **#bodycheck** versehen, wobei sich hier kein gängiges Muster herauslesen ließ und deshalb dieser Hashtag nicht als notwendig für diese Forschungsarbeit angesehen wird. Derartiger Content ist hingegen sehr oft mit körperbezogenen Hashtags versehen wie z.B. Nr.22 **#wanttobeskinny**, Nr. 49 **#skinnylegs**, Nr.50 **#thighgap** oder ähnlichen Hashtags bezüglich Trends auf Instagram, Nr.12 **#skinnylove** sowie Nr.9 **#thin** und Nr.13 **#skinny**, welche jeweils weit über eine Million Beiträge aufwerfen. Diese Bodycheck-Profile, bei denen es um regelmäßige Gewichtskontrolle und körperbezogene Updates geht, verwenden in der Beschreibung des Contents sowie auch teilweise in ihrer Biografie, die Angaben von Gewicht und/oder BMI.

Diese Angaben sollen zur Gewichtsabnahme anregen und liegen hierbei unter der Grenze des Normalgewichtes (18,5 bis 25 kg/m²) oder eindeutig unter der Grenze zu Untergewichts bzw. der magischen Zahl der Anorexia nervosa-Diagnosekriterien (17,5 kg/m²)¹⁷⁶. Um „Ana“ nicht zu enttäuschen, wird auf die Regelmäßigkeit der Bodychecks Acht gegeben und das Gewicht stetig kontrolliert.

¹⁷⁶ vgl. Philipp, 2016, Zeile 302-303

Ebenfalls ein sehr häufiger Schwerpunkt auf Pro Ana-Profilen auf Instagram sind Diättipps. Diese beinhalten nicht nur die Reduktion der Nahrung auf ein Minimum, sondern die regelmäßige Kontrolle der Kalorienzufuhr, der Nahrungsauswahl sowie der Einnahme von Abführmitteln und Diätpillen. Es wird auf die vermehrte Zufuhr von Flüssigkeit hingewiesen und das Einhalten von gewissen Fast-Tagen, an denen sehr wenig bis gar nichts zu sich genommen werden darf. Die gegenseitige Motivation bzw. weitere und vermehrte Tipps sind aus den Kommentaren zu entnehmen. Innerhalb des Forschungsmonats stellte sich heraus, dass sich die Kommentare hinsichtlich Pro Ana eher positiv gestalten und die „Anas“ durch ihre FollowerInnen klaren Zuspruch erhalten. Dies machen sie durch eindeutiges Interesse, Nachfrage und Würdigung deutlich und bringen durch Kommentare bzw. Hashtags wie **#bodygoals** diese noch eindeutiger zum Ausdruck.

Die Diättipps, welche pro ana-bezogen auf Instagram zu finden sind, beziehen sich auf surreale



Abbildung 13: Instagram: Thinspiration 7, 2016

und teilweise nicht nachvollziehbare Angaben. Der Aufruf zur Nulldiät wird klar kommuniziert. Weiters werden Tipps zur Ablenkung bei Hunger gegeben. Diese belaufen sich auf sehr viel Sport, übermäßige Koffeinzufuhr sowie den medialen Konsum von essstörungsspezifischen Inhalten wie Bilder, Videos und Textauszüge, welche hauptthematisch aus körperbezogenen Inhalten bestehen, die darauf hinweisen, dass man ohnehin „zu fett“ ist und im Sinne von „Ana“ handeln muss/soll.

Sehr gesundheitsschädigend ist sowohl der Aufruf zur Nulldiät, als auch der Aufruf zum Erbrechen im Anschluss an die Nahrungszufuhr. Diese Vorgehensweise wird hauptsächlich von Personen betrieben, welche von der Krankheit Bulimia nervosa betroffen sind und demnach eher Pro Mia als Pro Ana sind. Der Tipp zum Erbrechen wird von Pro Anas nur gegeben, wenn nicht regelmäßig gefastet bzw. das Fasten nicht ordnungsgemäß eingehalten wurde.

Die Anzahl der Beiträge, welche unter den Hashtags Nr.2 **#proanaa**, Nr.41 **#proanna**, sowie den Hashtags Nr.15 **#anaismyfriend**, Nr.16 **#anaismybestfriend** und Nr.46 **#anaticps** zu finden sind, belaufen sich auf mehrere tausend Profile und Seiten, welche öffentlich auf dem sozialen Netzwerk einsehbar sind. Es wird vermutet, dass es sich bei der Anzahl von privaten Profilen und Seiten um eine sehr hohe Dunkelziffer handelt und die Community verstärkt in einem privatisierten Netzwerk agiert.

Einladungen in etwaige Chatrooms auf Instagram, sowie auch auf anderen Social Media-Plattformen wird ebenso sehr häufig von den UserInnen bzw. den Pro Ana-AnhängerInnen gewünscht. Im Laufe der Forschung ergab sich der Einblick in mehrere Pro Ana-Chatrooms auf Instagram, WhatsApp und Facebook. Ein ebenso beliebtes soziales Netzwerk ist KIK, welches ähnlich wie WhatsApp aufgebaut ist, mit der Ausnahme, dass die Möglichkeit besteht, mit dieser Applikation noch anonym zu interagieren und zu kommunizieren. Bei WhatsApp muss die Telefonnummer bzw. das Adressbuch des Smartphones freigegeben werden. Bei KIK erfolgt die



Vernetzung lediglich über einen Nutzernamen, was zur Aufrechterhaltung der Anonymität beiträgt.

Abbildung 14: Instagram: Ana-Gruppe, 2016

Die Aufforderungen und Einladungen in externe Chatrooms tragen zur Erkenntnis bei, dass sich die Kommunikation über Pro Ana auf sozialen Netzwerken mittlerweile viel weitläufiger und interaktiver gestaltet, als es bisher bekannt war.

9.2. Kategorie 2: Recovery-Pages

Die Forschungsergebnisse dieser Kategorie, kann man in drei Teilen auswerten bzw. darlegen. Der Begriff Recovery soll hier stellvertretend für den Begriff Genesung verwendet werden, da dieser auf dem sozialen Netzwerk Instagram eher von den UserInnen verwendet wird.

Es lässt sich unterscheiden zwischen:

- **Pro-Recovery-Seiten**
- **Schein-Recovery-Seiten**
- **Anti-Recovery-Seiten**

Anorexia tips!!!!!!

occultbunny:

-see a therapist or other mental health professional if you can
-seriously
-anorexia isn't trendy
-don't give people tips on how to starve themselves
-especially since most people on this website are teenagers
-seriously what the fuck don't give people tips on how to harm themselves

Abbildung 15: Instagram: Anorexia Tipps, 2016

9.2.1. Pro-Recovery-Seiten

Der Hashtag Nr.17 **#anorexiarecovery** kristallisierte sich für diese Unterkategorie als ausschlaggebend heraus. Unter dieser Verlinkung sind auf der Social Media-Plattform Instagram Profile und Seiten zu finden, welche sich hauptsächlich mit Essen, Rezepten und einer positiven Einstellung zu Nahrungsmitteln und zum Leben befassen. Anorexie PatientInnen posten auf Instagram ihren Weg zur Besserung bzw. zur Genesung. Diese Profile und Seiten sind, wie bereits erwähnt, durchwegs positiv gestaltet. Teilweise werden auch Vorher/Nachher-Fotos gepostet, welche als Abschreckung für die FollowerInnen von (Pro-) Recovery-Seiten dienen sollen.

Derartige Profile und Seiten werden von den UserInnen auch deshalb geführt, um durch Struktur und Regelmäßigkeit ihr Essverhalten zu dokumentieren. Wie bereits erwähnt, ist Kontrolle ein zentraler Punkt innerhalb der Krankheit Anorexia nervosa. Deshalb wird vermutet, dass stetige Updates sowie Postings über die gegessenen Nahrungsmittel, zur Kontrolle des Genesungsprozesses beitragen.

Der Hashtag Nr.17 **#anorexianervosarecovery** wirft innerhalb der Suchfunktion auf Instagram 122.125 Beiträge auf. Wenn man nach diesem Hashtag sucht, werden in der oberen Leiste der Applikation „ähnliche“ bzw. „verwandte“ Hashtags angeboten, um auf weitere Recovery-Seiten zu gelangen. Beispiele hierfür sind: **#edfighter** (eating disorder fighter), **#edfam** (eating disorder family), **#anawarrior**, **#beatana**, etc.

Die Pro-Recovery-Seiten zeigen deutlich, wie wichtig die Ernährung im Allgemeinen für essgestörte Personen ist. Die Umstellung von wenig bis gar keiner Nahrung zu gesunder Nahrung kostet die UserInnen viel Kraft und Instagram bietet ihnen durch das Posten von motivierenden Bildern und Videos, sowie den medialen Konsum von essensbezogenem Content, die Möglichkeit, sich selbst und auch andere dauerhaft zu motivieren und erheblichen Einfluss auf den Genesungsprozess zu haben. Nicht viele magersüchtige Personen schaffen die endgültige Umstellung in eine gesunde Ernährungsweise. Es wird vermutet, dass speziell derartige Content-Applikation wie Instagram dazu beitragen können, durch regelmäßiges Posten den Genesungsprozess zu fördern bzw. zu steigern.

Zudem wird angenommen, dass Pro-Recovery-Seiten, denselben bzw. einen sehr ähnlichen Effekt auf Menschen mit einer Essstörung haben können. Durch den öffentlichen Charakter und der offenen Umgangsweise von Pro-Recovery-Seiten fühlen sich gleichgesinnte Personen angesprochen, geben Feedback, fördern damit den Austausch bzw. reduzieren die Isolation und stellen ein Gemeinschaftsgefühl her. Es wird vermutet, dass derartige Seiten, auf denen LeidensgenossInnen ihre eigene Geschichte erzählen und sich gegenseitig motivieren können, eindeutig zu einer Verbesserung des Allgemeinzustandes der UserInnen führen können.

9.2.2. Schein-Recovery-Seiten

Sogenannte Schein-Recovery-Seiten werden hauptsächlich von UserInnen betrieben, welche sich nicht auf dem Weg zur Genesung befinden. Diese geben vor, Pro-Recovery zu sein und posten dennoch essstörungsverherrlichenden Content und äußern eine eher negative Einstellung zu normalem Essverhalten. Skepsis der UserInnen befindet sich in dieser Kategorie auch gegenüber Nahrungsmitteln, der Nahrungszufuhr an sich sowie der Körperwahrnehmung und der Einstellung zu Körperidealen. Die UserInnen geben eine Anti-Pro Ana-Einstellung an und posten gleichzeitig skurrile Abnehmtipps und –tricks und teilen Diätvorschläge auf dem Netzwerk.

In diese Kategorie fallen hauptsächlich Hashtags wie Nr.17 **#anorexianervosarecovery** in Verbindung mit Hashtags wie z.B. Nr. 12 **#skinnylove**, Nr.14 **#superskinny**, Nr.31 **#ed**, Nr.33 **#weightloss**, Nr.43 **#eatingproblems**, Nr.25 **#anasoldier** oder aber auch Nr.11 **#thinspo**. Diese Hashtags werden also verwendet, um den Schein einer Recovery-Seite zu wahren und trotzdem Diättipps zu posten. Der Hashtag **#recovery** wurde hierbei nicht zu den forschungsrelevanten Verlinkungen gezählt, da dieser zu umfangreich und nicht zwangsweise im Zusammenhang mit essstörungsbezogenem Content auf der sozialen Plattform von den UserInnen verwendet wird.

Please Dont Report, Just Block

Not pro anything or diagnosed with any eating disorder. 🐾🐾🐾 (This account is intended for me to repost any ana tips I might find useful and thinspo)

Abbildung 16: Instagram: Schein-Recovery-Beitrag, 2016

Abbildung 16 zeigt das Posting einer Person, welche Instagram als Distributionsplattform für Ana-Tipps verwendet. Diese gibt sowohl an nicht Pro Ana zu sein, als auch Ana Tipps und Thinspiration-Postings, welche sie für hilfreich erachtet, auf ihrem Account zu posten. Anzugeben, nicht Pro Ana zu sein aber ohnedies Anorexia bzw. Ana Tipps zu posten, erscheint sehr widersprüchlich. Es wird vermutet, dass durch derartige Profile und Seiten ein gegenteiliger Effekt von Genesung bei den UserInnen und FollowerInnen entsteht.

Anhand der Abbildung 17 kann erkannt werden, dass es essgestörte UserInnen auf Instagram gibt, welche zwar Pro Recovery sind, aber ihren Genesungsweg weiterhin Bodychecks, Diättipps und ähnlichen Trigger-Content posten. Nicht immer erhalten diese den Zuspruch den sie erwarten bzw. erhoffen. Es stellte sich demnach heraus, dass es nicht nur Vorteile hat den Genesungsweg in einem sozialen Netzwerk zu posten, da vermutet wird, dass negative Response teilweise eine

Rückwirkung bzw. eine Verschlechterung des Zustandes bewirken könnte.

wrong?did i offend anyone? So sorry if i did i don't mean too #anorexia #anorexic #anorexianervosa #ana #picslip #bodycheck #nervosa #edfamily #edwarrior #eatingdisorder
Alle 25 Kommentare anzeigen
[Redacted] How the hell is this a "pro recovery" page?? I find this very triggering. Poor girl needs HELP not people praising her for ED. She's killing herself slowly yet getting high fives from young girls?
[Redacted] if you read her captions in her last posts she has been trying to recover for her family. She is trying her best. So next time you want to say something make sure you have your information before you say stuff. If its triggering [...]
[Redacted] People want thinspos and you want to recover, so they unfollow but recovery is so much better 🍷

Abbildung 17: Instagram: Schein-Recovery-Beitrag 2, 2016

9.2.3. Anti-Recovery-Seiten

Forschungsrelevante Hashtags welche in dieses Kategoriemuster fallen, sind eindeutig pro anorektisch und sprechen sich klar gegen jede Hilfe zur Genesung und gegen Recovery aus. Eine passende Verlinkung ist hierbei beispielsweise Nr.24 **#fuckrecovery**, mit knapp 2000 Beiträgen, Nr.30 **#fasting**, mit ca. 800.000 Beiträgen, Nr.41 **#noeating**, mit rund 13.500 Beiträgen, Nr.37 **#mustbeskinny**, mit rund 11.000 Beiträgen und Nr.48 **#notinrecovery**, mit ca. 3000 Beiträgen.

Auf diesen Profilen und Seiten befinden sich hauptsächlich Postings bzw. Bilder, welche sich klar gegen einen Weg Richtung Gesundheit bzw. Genesung aussprechen. Diese fallen eindeutig unter Pro Ana und bieten für essgestörte Personen einen entschiedenen Trigger-Faktor. Derartige Seiten werden zwar von Instagram gesperrt, jedoch durch die hohe Social Media-Nutzung der UserInnen immer wieder neu gegründet und besser in die Applikation integriert bzw. versteckt. Das heißt, diese Anti-Recovery-Seiten können nur sehr schwer kontrolliert werden und sind kaum aufzuhalten.

Die Abbildung 18 zeigt eine UserIn, welche auf einem öffentlichen, sozialen Netzwerk darum bittet, keine Hilfe, Mitleid oder Aufmerksamkeit zu bekommen. Aus diesem Profil geht klar hervor, dass



Abbildung 18: Instagram: Anti-Recovery-Beitrag, 2016

die/der UserIn mit der Krankheit leben will und diese ebenso anhand eines Instagram-Profiles glorifiziert. Aus dem Bild geht der eindeutige Zuspruch zu Ana hervor.

Im Laufe des Forschungsmonats, ergab sich die Gelegenheit zu beobachten, wie diese Anti-Recovery-Seiten gemeldet, gesperrt und erneut unter neuem Namen oder mit Hilfe anderer Hashtags verbreitet wurden. Daraus lässt sich erkennen, dass es sehr schwer ist, die Verbreitung derartiger Profile und Seiten zu stoppen oder Einfluss auf die Entwicklung zu nehmen. Es wird vermutet, dass Anti-Recovery-Seiten eine sehr hohe Wirkung bei deren KonsumentInnen erzielen.

9.3. Kategorie 3: Fitspiration vs. Thinspiration

Fitspirations, also Tipps und Inspirationen zur Verbesserung der Fitness, sind auf Instagram ebenso weit verbreitet, wie beispielsweise Profile und Seiten mit Kochrezepten, Sportübungen, Lifestyle-Anregungen und auch Abnehminspirationen. Seiten, die in erster Linie aus Diät- und Abnehmtipps bestehen, werden im Jugendjargon Thinspos oder Thinspiration genannt.

Der ursprüngliche Grund für Fitspirations ist die Darstellung von Fitnessübungen im Zusammenhang mit der richtigen Ernährung und auf welchem Weg diese zu einem besseren bzw. gesünderen Körperbild bzw. Körperbewusstsein helfen können. Thinspirations hingegen bestehen aus Abnehmtipps mit essstörungsspezifischem Hintergrund. Derartige Postings, von welchen derzeit unter dem Hashtag Nr.10 **#thinspiration** ca. 8000 Beiträge auf Instagram angezeigt werden, werden oft mit Fitspiration-Postings verglichen oder sogar gleichgesetzt. Hier ist jedoch ganz klar zu unterscheiden zwischen Abnehmtipps, welche den Gewichtsverlust als einziges Ziel voraussetzen, so wie es meist bei Thinspirations der Fall ist, und Diättipps, welche die gesunde Ernährung bzw. ein ausgeglichenes Körpergefühl fördern sollen.

Fitspiration-Seiten bestehen oftmals aus gesundheitsspezifischem Content, welcher dazu dienen soll, sich ein Ernährungs- oder Sportziel zu setzen, sich gegenseitig zu einer gesunden Lebensweise zu motivieren und Beispiele einer solchen gesundheitsbewussten Lebensweise aufzuzeigen. An dieser Stelle ist zu erwähnen, dass es auch sehr viele Vorher/Nachher- Bilder als Fitspirations auf Instagram gibt. Diese sollen zeigen, dass jeder Mensch mit der richtigen Ernährung und viel Sport, sein Ziel erreichen kann und sich die Lebenseinstellung, sowie das gesamte Körperbild deutlich verbessern. Fitspirations fordern auf nicht nur gesund, sondern auch sehr viel zu essen und genau dies anschließend durch Bewegung und Sport in Energie und

Muskelmasse umzuwandeln. Derzeit befinden sich unter dem Hashtag **#fitspiration** rund neun Millionen Beiträgen auf dem sozialen Netzwerk Instagram. Weiterführende Hashtags werden hier ebenso angezeigt. An oberster Spitze befinden sich hier die Hashtags **#fitspo**, mit ca. 33 Millionen Beiträgen, **#fitnessjourney**, mit ca. fünf Millionen Beiträgen und der Hashtag **#fitstagram**, mit eine Million Beiträgen.

Es stellte sich innerhalb des Forschungsmonats heraus, dass auch diese Art zu leben gefährlich bzw. zu einer Sucht werden kann. Es lässt sich sagen, dass Menschen mit einer reinen gesunden Lebensweise und/oder dem übermäßigen Betrieb von Sport, durchaus ähnliche Züge aufweisen können, wie jene von einer Essstörung betroffene Person. Der Kontrollzwang sowie auch der Zwang zu ausschließlich gesundem Essen und die Verweigerung jeglichen Fettgehalts und/oder Zucker, kann ebenfalls als gesundheitsgefährdend bzw. gesundheitsschädigend eingestuft werden. Es gilt auch hier, das Maß und Ziel zu kennen.

Unter dem Hashtag Nr.11 **#thinspo**, sind derzeit ca. 41.000 Beiträge auf Instagram zu finden. Es stellte sich heraus, dass deutlich weniger Thinspiration-Posting auf der sozialen Plattform um Umlauf sind, als beispielsweise **#fitspos**. Der Ablauf bzw. die Struktur derartiger Profile und Seiten bzw. dessen Postings und Beitragsmuster, verläuft auf eine sehr ähnliche Art und Weise. Die Entwicklung bzw. das Ziel ist ebenso ident. Es werden ein besseres Körpergefühl und/oder ein Gewichtsverlust angestrebt.

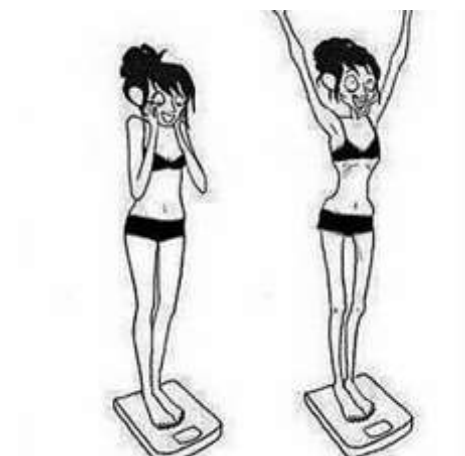


Abbildung 19: Instagram: Pro Ana-Karikatur, 2016

Bei sogenannten Thinspos verlaufen der Hergang bzw. die Inspiration und die Motivation anders als bei Fitspos. Während Fitspos ein gutes und positives Körpergefühl vermitteln wollen, wird bei Thinspos das Bild vermittelt, ein positives Körpergefühl nur durch reduzierte bzw. stark verminderte Nahrungsaufnahme zu erreichen. Auf ungesunde Art und Weise wird hier versucht, die FollowerInnen zum Abnehmen zu motivieren und sie darin zu bestärken, so wenig wie möglich an Nahrungsmitteln zu sich zu nehmen.

Es lässt sich sagen, dass durch Thinspiration-Postings bzw. Thinspos ein eher negatives Körperbild vermittelt wird. Es wird davon ausgegangen, dass diese einen negativen Einfluss auf die Körperwahrnehmung von UserInnen hat und diese dadurch einem Trigger-Faktor ausgesetzt sind. Der Hashtag Nr.34 **#diet**, mit rund 28 Millionen Beiträgen auf Instagram, stellte sich innerhalb des Forschungsmonats als jener forschungsrelevante Hashtag, mit den meisten Postings und Verlinkungen, heraus. Ebenso wurden die Hashtags Nr.35 **#dieting**, Nr.12 **#skinnylove**, Nr.36 **#starve** und Nr.9 **#thin** als nennenswert im Zusammenhang mit Thinspos herausgearbeitet.

9.4. Kategorie 4: Mischformen/ komorbide Krankheitsbilder

Die Kategorie Mischformen bzw. komorbide¹⁷⁷ Krankheitsbilder entstand vorwiegend aus den Hashtags Nr.2 **#proanaaa**, Nr.4 **#anorexia**, Nr.5 **#anorexianervosa**, Nr.7 **#eatingsdisorder**, Nr.18 **#mia**, Nr. 28 **#anorexic**, Nr.36 **#starve**, Nr.45 **#hungern**, Nr.40 **#noeating**, Nr.41 **#proanna** und Nr.42 **#secretsociety123**.

Inhaltshinweis	
Bitte beachte: Diese Beiträge enthalten möglicherweise drastische Gewaltdarstellung.	Auf der Suche nach Profilen mit Hilfe der angegebenen Hashtags wurde sehr häufig die abgebildete Warnung von Instagram eingeblendet. Diese soll vor etwaigem verstörenden Content warnen und bietet einen weiterführenden Link zu mehr Informationen im Umgang mit Essstörungen, welcher von der Plattform selbst zur Verfügung gestellt wird. Diese Warnung kann, wie bereits erwähnt, durch einen Klick entfernt werden. Eine Alterseingabe oder Identifizierung wird an dieser Stelle von der Plattform nicht verlangt. Somit haben Kinder und Jugendliche ab 13 Jahren (das soziale Netzwerk Instagram ist für Kinder und Jugendliche ab 13 Jahren erlaubt) freien Zugang zu teilweise durchaus gefährlichen Inhalten über Essstörungen oder Ähnlichem.
Für Informationen zu und Hilfe bei Essstörungen, tippe bitte auf „Weitere Informationen“.	
Für weitere Informationen besuche https://help.instagram.com/252214974954612	
Abbrechen Beiträge anzeigen	

Abbildung 20: Instagram: Inhaltshinweis Essstörungen, 2016

Instagram ist für Kinder und Jugendliche ab 13 Jahren erlaubt) freien Zugang zu teilweise durchaus gefährlichen Inhalten über Essstörungen oder Ähnlichem.

¹⁷⁷ Komorbidität = Beigleiterkrankung

Unter die Kategorie Mischformen bzw. komorbide Krankheitsbilder fallen jegliche Arten von Postings und Seiten mit essstörungsspezifischem Hintergrund im Zusammenhang mit anderen psychischen Krankheitsformen und Folgeerkrankungen. In dieser Kategorie soll der Inhalt, der Umgang auf Instagram bzw. das gefährliche Ausmaß auf sozialen Netzwerken, sowie auch die Wirkung und Effekte derartiger Profile und Seiten erläutert und dargelegt werden.

Die Komorbiditätsrate bei Essstörungen weist insbesondere affektive Störungen auf. Diese sind beispielsweise depressive Verhaltensweisen, sowie Zwangs- und Angststörungen. Diese Störungsbilder gelten als die häufigsten Begleitkrankheiten bei Essstörungen und entwickeln sich aus neurobiologischen Fehlerscheinungen, welche vor allem mit einem gestörten Hormonhaushalt im Körper zusammenhängen. Dies lässt sich teils auf die stark reduzierte Nahrungsaufnahme zurückführen.¹⁷⁸ Weitere Krankheitsbilder, welche sich innerhalb der Vorrecherche sowie der Forschungsmonats gezeigt haben, sind Borderline-Persönlichkeitsstörungen und selbstverletzendes Verhalten. An dieser Stelle ist



Abbildung 22: Instagram: Pro Ana-Hashtags 2, 2016

Inhaltshinweis

Bitte beachte: Diese Beiträge enthalten möglicherweise drastische Gewaltdarstellung.

Für Informationen zu und Hilfe bei Selbstmord oder Selbstverletzung, tippe bitte auf „Weitere Informationen“.

Für weitere Informationen besuche <http://befrienders.org>

Abbrechen

Beiträge anzeigen

Abbildung 21: Instagram: Inhaltshinweis Selbstverletzung, 2016

anzumerken, dass selbstverletzendes Verhalten eine aggressive Handlungsweise gegen den eigenen Körper ist, welche überwiegend zur Emotionsregulation angewendet wird.¹⁷⁹

Mischformen bzw. komorbide Krankheitsbilder gibt es auf Instagram sehr häufig. Diese Postings werden von UserInnen also nicht nur mit magersuchts- bzw. essstörungsbezogenen Hashtags unterlegt, sondern ebenso mit beispielsweise Hashtags wie **#ritzen**, mit rund 198.000

¹⁷⁸ vgl. Legenbauer/ Vocks, 2006, S.11

¹⁷⁹ vgl. Brunner/Resch, 2009, S.49

Beiträgen, **#depression**, mit rund 9 Millionen Beiträgen und/oder **#selfharm**, **#suizid**, **#suicidal** etc. Das heißt der geposteten Bilder und Videos auf dem sozialen Netzwerk beziehen sich nicht mehr ausschließlich auf Essen und Abnehmen sondern auf Selbsthass, Selbstzerstörung, Selbstmordgedanken, selbstverletzendes Verhalten etc.

Es stellte sich heraus, dass sehr viele dieser Instagram-UserInnen bereits in ihrer Profil-Deskription ihre diagnostizierten Krankheiten bekanntgeben. So ist es nicht unüblich, dass einige Beiträge auf Instagram zu finden sind, welche essstörungsspezifischen Content im Zusammenhang mit psychiatrischen Störungsbildern aufweisen. Zwar wird bei der Sucheingabe von Hashtags wie **#suicidal**, **#iwanttodie** und **#selfharm** ebenso ein Warnhinweis von Instagram aufgezeigt, jedoch ist auch dieser mit nur einem Klick und ohne weiterführende Kontrollfunktion bezüglich des Alters etc. zu verbergen. Unter dem forschungsrelevanten Hashtag **#secret_society123**, mit ca. 400.000 Beiträgen auf Instagram, sind sehr viele derartiger Postings, Profile und Seiten zu finden. Diese enthalten teilweise sehr verstörende Gewaltdarstellungen, beinhalten definitiv einen Trigger-Faktor und sind als höchstgefährlich einzustufen.

Die Problemstellung verläuft schlichtweg sehr ähnlich wie beispielsweise bei „reinen“ Pro Ana-Profilen und Seiten und ist ebenso, wie bereits erwähnt, nicht minder gefährlich, wenn nicht sogar wesentlich beunruhigender. Es wird vermutet, dass derartiger Content einen ähnlichen „Selbsthilfegruppen-Effekt“ mit sich bringt und der sozialen Isolation dadurch entgegengewirkt werden soll/kann. Eine Annahme besteht darin, dass Inhalte dieserart einen ähnlichen oder zumindest vergleichbaren Trigger-Faktor für UserInnen darstellen. Es wird angenommen, dass diese Profil- und Seitenmischformen unzählig auf dem sozialen Netzwerk Instagram im Umlauf sind und das Ausmaß solcher Postings und Beiträge anhand des aktuellen Forschungsstandes nicht zu erraten ist.

9.5. Kategorie 5: Anti-Pro Ana



Abbildung 23: Instagram: Anti-Pro Ana, 2016

In dieser Kategorie können die Profile und Seiten der Untersuchung, welche zwar durch die gleichen forschungsrelevanten Hashtags gefunden und untersucht wurden, jedoch keinen essstörungsspezifischen Content beinhalten, zusammengefasst werden. Diese Forschungsergebnisse belaufen sich auf einige wenige Profile und Seiten, welche durch die gezielte Verlinkung der Hashtags Nr.2 **#proanaaa**, Nr.4 **#anorexia**, Nr.5 **#anorexianervosa**, Nr.7 **#eatingdisorder**, Nr.10 **#thinspiration** etc. auf der Plattform Instagram aufgezeigt werden.

Ziel dieser Profile und Seiten ist es, durch entgegengesetzten Content, gegen den Magerwahn, Essstörungen und Pro Ana innerhalb des sozialen Netzwerkes vorzugehen. Hierbei soll durch gezielte Postings, welche Anti-Pro Ana-Inhalte aufweisen und sich eindeutig gegen jegliche Form von essstörungsverherrlichendem Verhalten aussprechen, gegen Pro Anorexia nervosa-AnhängerInnen vorgegangen werden.



Abbildung 24: Instagram: Anti-Pro Ana 2, 2016

Kerngedanke derartiger Postings auf Anti-Pro Ana-Profilen und –Seiten ist es, durch gezielte Verwendung essstörungsspezifischer Hashtags UserInnen auf die Profile und Seiten aufmerksam zu machen und bestenfalls „umzustimmen“ und durch auffällige Beiträge zu stoppen. Auch Hilfeleistungen und weiterführende Links werden auf Anti-Pro Ana-Seiten angeboten. Es wird auf jegliche Gefahren der Krankheit Anorexia nervosa bzw. Bulimia nervosa, sowie auch etwaige psychiatrische Störungen und deren Folgen, aufmerksam gemacht. Außerdem wird hierbei der Trigger-Faktor von Pro Ana-Seiten, sowie dessen Auswirkungen auf UserInnen innerhalb des



Abbildung 25: Instagram: Different Bodies-Karikatur, 2016

sozialen Netzwerks, angeführt. Diese Profile und Seiten distanzieren sich ganz klar von jeglicher Glorifizierung gegenüber Essstörungen, psychiatrische Störungen, sonstige Krankheiten, sowie auch Körperkultur an sich, und versuchen ein eher positives Bild gegenüber Selbstliebe, Selbstwertgefühl, Essverhalten und Körperkultur an die RezipientInnen der Anti-Pro Ana-Seiten heranzutragen.

Innerhalb des Forschungsrahmens wurde das Ergebnis erlangt, dass es weitaus weniger solcher Profile und Seiten auf dem sozialen Netzwerk Instagram gibt. Trotz der durchwegs positiven Vorgehensweise in Bezug auf Postings und regelmäßige Updates, sowie auch positiver Content hinsichtlich Körper, Nahrungsmittel etc., wird davon ausgegangen, dass diese Profile und Seiten eher weniger Einfluss auf UserInnen haben. Es besteht die Hypothese, dass positiver Content auf einem sozialen Netzwerk eher keine positive Wirkung auf betroffene der Krankheit Anorexia nervosa bzw. Bulimia nervosa hat. Wenn sich Betroffene aber bereits auf dem Genesungsweg befinden, wird davon ausgegangen, dass Bilder, Motivationssprüche und –inhalte durchaus einen positiven Effekt auf anorektische Personen haben können. In Bezug auf Pro Ana-AnhängerInnen wird dies jedoch eher ausgeschlossen.

10. Auswertung und Erläuterung der Ergebnisse

Dieses Kapitel dient zur Darlegung und Zusammenfassung der Ergebnisse. Die Kategorien, welche in den vorherigen Kapiteln gebildet und erläutert wurden, werden nun zur Beantwortung der Forschungsfragen herangezogen.

Bereits in den 1990er Jahren gab es Foren der Pro Ana- Bewegung sowie deutliche Medienpräsenz im amerikanischen Raum. Seit gut elf Jahren ist Pro Ana auch in Deutschland bzw. Österreich angekommen. Normalerweise bevorzugen AnhängerInnen der Pro Ana-Bewegung unter sich zu bleiben und die Kommunikation auf gesicherte, durch strenge Aufnahmekriterien versetzte, Foren zu beschränken.¹⁸⁰

Um an dieser Stelle auf die erste Forschungsfrage einzugehen, „Inwiefern gestaltet sich die Kommunikation innerhalb der Pro Ana-Bewegung?“, muss gesagt werden, dass Pro Ana sich bisher nicht derart zugänglich gezeigt hat. Die Kommunikation verlief, aufgrund der starken Empörung gegenüber der Glorifizierung von Anorexia nervosa, eher versteckt und war auf kleinste Kreise und Foren beschränkt. Die Kommunikationsinhalte unterscheiden sich jedoch kaum im Hinblick auf die heutige, „modernere“ Pro Ana-Bewegung. Abnehmtipps und –tricks, Diätaufgaben, im Sinne von „Ana“ zu handeln und Gewichtszunahme unter jeden Umständen zu vermeiden, sind auch heute noch Themenschwerpunkte der Kommunikation innerhalb der Community, um damit Forschungsfrage 1.a. zu beantworten.

Der Pro Ana-Bewegung ist es wichtig, wie bereits erwähnt, im Sinne von „Ana“ zu handeln. Das heißt, innerhalb der Pro Ana-Community wird Anorexia nervosa nicht als Krankheit sondern quasi als „Freundin“ oder „Wegbegleiterin“ wahrgenommen. Pro Ana bedeutet, im Sinne dessen zu handeln, was die Krankheit aufrechterhält.

Kommunikation ist zudem auch eine Art und Weise der Sozialisation.¹⁸¹ Dies bedeutet im engeren Sinn, dass soziale Netzwerke in der heutigen Gesellschaft bereits ein nicht mehr wegzudenkendes System zur Sozialisation bzw. zur Vorbeugung von sozialer Isolation darstellen. Es wird vermutet, dass, speziell wenn es um Krankheits- bzw. Gesundheitskommunikation geht, soziale Netzwerke dazu beitragen können, trotz gesundheitlicher Probleme keine soziale Einschränkung zu erleben.

¹⁸⁰ vgl. Prosch/ Pieschl, 2014, S.205

¹⁸¹ vgl. Burkart, 2002, S.144f

Die Kommunikation der Pro Ana-Bewegung auf Instagram ist viel weitläufiger als es auf den ersten Blick erscheint. Innerhalb des Netzwerkes gibt es unzählige Pro Ana-Profile und –Seiten, welche durch essstörungsspezifischen Content die Krankheit Anorexia nervosa anpreisen bzw. glorifizieren und als Lifestyle identifizieren.

An dieser Stelle lassen sich, wie in den Kategorien bereits spezifiziert wurde, mehrere Abspaltungen hinsichtlich der Vorgehensweise bzw. der Verbreitung der Pro Ana-Inhalte, sowie auch der Zielsetzung an sich, differenzieren. Wie sich innerhalb der Forschung herausstellte, gibt es einerseits Profile und Seiten, welche Pro Ana als eine Art Lebensstil, ähnlich wie Veganismus, Vegetarismus oder auch andere Ernährungsweisen, verherrlichen, einfach „dünn“ sein wollen und dies als Körperideal ansehen. Andererseits gibt es Profile und Seiten von UserInnen, welche von der Krankheit Anorexia Nervosa direkt betroffen sind und den Magerwahn bzw. die Krankheit auf dem sozialen Netzwerk ausleben und andere von ihren anorektischen Glaubenssätzen überzeugen wollen. Keine der Spezifizierungen sind minder gefährlich.

Die Kommunikation der Pro Ana-Bewegung auf Instagram, äußert sich demnach, innerhalb des Netzwerkes, als sehr interaktiv und weit verbreitet. Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die zweite Forschungsfrage damit beantwortet werden kann, dass sich die Themenschwerpunkte innerhalb der Pro Ana-Instagram-Community, auf Diättipps, Motivationstipps zur Gewichtsabnahme, Sporttipps, sehr skurrilem Bildmaterial, Bodychecks mit BMI-Angaben und täglichen Updates zu Körper, Gewicht, Nahrung und Fasten beziehen. Unter anderem wird das soziale Netzwerk auch verwendet, um sich mit anderen Pro Ana-AnhängerInnen zu vernetzen und beispielsweise in einem Chat oder auf einer separaten Plattform eine Ana-Gruppe zu gründen. Derartige Gruppen werden gebildet, um den Austausch zwar teilweise anonymisiert fortzusetzen aber ohne den Einfluss eines öffentlichen Netzwerkes.

#anabuddyneeded #ana #anabuddy
#bones #collarbones #legs #anorexic
#mager #magersüchtig #girl #diet #dmme
#anabuddies #notproanything #happygirl
#hipbones #ribs #bodygoals #mia #ana

Abbildung 26: Instagram: Pro Ana-Hashtags 3, 2016

Hashtags spielen bei der Verbreitung von Pro Ana-Profilen und Seiten bzw. essstörungs- und krankheitsbezogenem Content eine sehr große, wenn nicht sogar die wichtigste Rolle. Es stellte sich heraus, dass durch die Verwendung von Hashtags mit essstörungsspezifischem Hintergrund, sehr viele Beiträge gefunden werden können und dadurch eine sehr große Plattform für derartige Aspekte gegeben ist.

Die Forschungsfrage 2.a., inwiefern Hashtags bei der Vernetzung der Pro Ana-Bewegung auf Instagram eine Rolle spielt, kann als damit beantwortet werden, dass Hashtags im Hinblick auf die Vernetzung innerhalb der Community eine zentrale Rolle spielen. Ohne Hashtags wäre es für UserInnen bzw. AnhängerInnen der Pro Ana-Bewegung vermutlich eher schwer, sich mit der Community richtig zu vernetzen. Ziel des sozialen Netzwerkes Instagram ist es, seine Inhalte durch Hashtags zu verbreiten, Likes und FollowerInnen zu generieren und zu gewinnen und demnach ist die Verwendung von Hashtags eine Notwendigkeit.

Laut Krotz¹⁸² ist der Mensch ein soziales Wesen mit einem ausgeprägten Bedürfnis nach Interaktivität und Sozialisation, im realen Leben wie in der virtuellen Welt. In diesem Sinne, lassen sich seine Annahmen der Kommunikation mit Hilfe von Symbolik, innerhalb des sozialen Netzwerkes Instagram, auf Hashtags übertragen. So ist anzunehmen, dass auf der Plattform sehr viel mit Symbolik und verdeckten Hashtags gearbeitet wird.

Die dritte Forschungsfrage, inwieweit andere Krankheitsbilder mit dem Pro Ana-Lifestyle auf dem sozialen Netzwerk Instagram in Verbindung gebracht werden, lässt sich hauptsächlich durch die Ergebnisse der Kategorie vier beantworten. Durch die Verwendung einiger der forschungsrelevantesten Hashtags wie beispielsweise Nr.2 **#proanaaa**, Nr.4 **#anorexia**, Nr.5 **#anorexianervosa**, Nr.7 **#eatingdisorder** oder aber auch Nr.42 **#secretcommunity123**, konnten auf dem Netzwerk unzählige Mischformen diverser Krankheits- und Störungsbilder gefunden werden.

Wie bereits in Kategorie vier erwähnt, weist die Komorbiditätsrate bei Essstörungen insbesondere affektive Störungen auf. Depressionen, Zwangs- und Angststörungen sind psychische Krankheiten, welche auch auf dem sozialen Netzwerk Instagram häufig im Zusammenhang mit Essstörungen thematisiert werden. Diese Begleiterscheinungen werden teilweise bereits in den Deskriptionen der UserInnen erwähnt und mit einer Essstörung in Verbindung gebracht. Das heißt, bei einigen Profilen und Seiten wird bereits vorab erwähnt, dass es sich bei den UserInnen um psychisch labile Personen handelt.

Beiträge auf solchen Profilen und Seiten, bestehen meist aus skurrilem Bildmaterial mit teilweise essstörungsspezifischem Hintergrund im Zusammenhang mit komorbiden psychischen Störungen. Sehr oft werden Essstörungen auf diese Weise in Verbindung mit selbstverletzendem Verhalten gebracht. Der aktive Aufruf sich selbst zu verletzen wird jedoch selten gemacht. Dem gegenüber steht der Aufruf, sich Diäten und surrealen Körperidealen zuzuwenden. Zwar wird bei der Eingabe

¹⁸² 1996

bzw. der Verwendung von Hashtags wie **#anorexianervosa**, **#anorexia**, **#hungern**, **#suicidal**, **#iwanttodie** oder auch **#selfharm**, von Instagram eine Warnung bezüglich der aufscheinenden Beiträge aufgezeigt, jedoch kann diese Warnung ohne der Eingabe von Alter einfach weggedrückt werden. Es besteht die Möglichkeit, verstörende und krankheitsverherrlichende Profile und Seiten bei Instagram zu melden und/oder zu blockieren. Das Problem an dieser Stelle ist die Masse an Seiten und Hashtags, welche sich immer wieder neu bilden und verbreiten. Derartige Postings besitzen definitiv einen Trigger-Faktor, ebenso wie beispielsweise „reine“ Pro Ana bzw. krankheits- oder gesundheitsbezogenen Seiten. Bei einigen Profilen und Seiten wird eine Trigger-Warnung bereits in der Deskription angeführt.

Ebensolche Profile und Seiten werden hinsichtlich der aktuellen Forschung als besonders gefährlich eingestuft. Die Möglichkeit jederzeit auf Postings, welche Gewichtsverlust, falsche Körperideale und psychische Krankheiten, in dieser Art und Weise verbreiten und teilweise stark verherrlichen, können eine erhebliche Wirkung und starke Effekte auf Kinder und Jugendliche haben. Es wird davon ausgegangen, dass Kinder und Jugendliche im späten Kindesalter, trotz der Bezeichnung als digital natives und der Vermittlung und medialen Aufklärung in Schulen, nicht die nötige Medienkompetenz aufweisen können um sich von derartigen Profilen und Seiten zu distanzieren.

Wiederum geschieht der Umgang mit medialen Angeboten je nach Interesse. Demnach kann eine gute Medienerziehung auch nicht ihren Zweck erfüllen, wenn gewisse Themenbereiche selbstorientiert und nach eigenen Bedürfnissen ausgewählt werden. Es ist also durchaus möglich Medienkompetenz zu besitzen, denn dies bedeutet ausschließlich den selbstständigen und interessenbezogenen Umgang mit medialem Gut, und trotzdem auf Pro Ana-Seiten gelangen, welche beispielsweise auch außerhalb des sozialen Netzwerkes liegen.¹⁸³ Es wird aber vermutet, dass eine gewisse Medienkompetenz davor schützen kann, missbräuchlich mit derartigen Seiten umzugehen.

Krankheits- bzw. Gesundheitskommunikation ist, aufgrund des hohen Trigger-Faktors, sowie der unkontrollierten Verbreitung in einem sozialen Netzwerk, welches für Kinder und Jugendliche als frei zugänglich gilt, als eher gefährlich einzustufen. Die Forschungsfrage vier kann folglich damit beantwortet werden, dass es sehr viele Beiträge zu krankheits- bzw. gesundheitsbezogenen Hashtags, sowie auch etliche eindeutige Pro Ana-Profile und Seiten, gibt. Essstörungsspezifische bzw. Pro Ana-Beiträge sind weiter verbreitet innerhalb des Netzwerkes, als es den Anschein

¹⁸³ vgl. Bonfadelli/Friemel, 2011, S.19

macht. Je kreativer und ausgefallener die Hashtags gestaltet werden, desto tiefer Einblicke gewinnt man in die Pro Ana-Kommunikation bzw. die Community. Es wird davon ausgegangen, dass es viel mehr essstörungsbezogene Hashtag-Codes gibt, welche auf dem Netzwerk im Umlauf sind. Dies könnte ebenso auf andere Krankheitsbilder, sowie Gewaltdarstellungen und Pornografie umgewälzt werden.

Die Forschungsfrage 4.a lässt sich damit beantworten, dass hauptsächlich Bildmaterial auf dem sozialen Netzwerk Instagram im Umlauf ist, welche essstörungsbezogenen Inhalte aufweist. Das heißt, innerhalb des Bildes oder Videos, werden Themenschwerpunkte wie Diäten, falsche Körperideale, Gewichtskontrollen, Ernährungstipps und Körpermaße behandelt.

Abbildung 27 ist ein Beispiel dafür, welche Art von Bildmaterial teilweise auf dem Netzwerk verbreitet ist und wie das Körperideal von „Pro Anas“ aussieht. Selbstwert und Selbstliebe wird bei Pro Ana eher klein geschrieben und hat keinen großen Stellenwert. Die AnhängerInnen gehen davon aus, dass sie die Krankheit verdient haben und sich mit hungern und abmagern bestrafen müssen. Diese Einstellung bzw. auch der Aspekt des Gruppenzwangs wird bei dieser Abbildung sehr deutlich.



Abbildung 27: Instagram: Not Skinny Enough-Karikatur, 2016

Look at what you are about to eat. Then read this. Are you hungry? Are you really hungry? Could you go without it? Think of how great you'll feel. Think how great you'll look. Push it to one side. Down a pint of water. Now. Right now. Halve the plate. Throw one half away. Now look back at the food. Are you still hungry? Go and look in the mirror. Right now. Turn to the side. List from top to bottom which bits you want to change. Write them down. Read it. Twice. Go and brush your teeth. Drink another glass of water. Do 10 sit-ups. Don't you feel great? Yeah, look at you. Look at the food. You don't wanna eat that. How great do you feel? How good are you doing? Throw the other half away. Give it to someone else. Put it away somewhere. I bet you feel good now. Do 10 more sit-ups. Go and take a shower. Look at yourself in the mirror. Turn to the side. That's gonna look so much better tomorrow morning. Think about what happens when you eat something. You chew it, you swallow, it goes into your stomach. Then slowly your body absorbs all those calories, all that sugar, all that fat. Go look in the mirror. Poke your belly. Squeeze your arms and legs. Have a glass of water. Delicious refreshing filling water. Free of calories. Super healthy. Now, think of someone. Someone you've seen, someone you know, someone famous. Think of someone skinny. Super beautiful. You're gonna look like them. Now think of someone fat. Someone you've seen, someone you know, someone famous. You aren't them. They envy you. They want to be you. Look at you, you are fucking beautiful. Get up. Stretch. Feel your ribs. Think of that fat person. Think of all the fat covering their body. Chubby. Fat. Chunky. Squishy. Gross. Obese. Tubby. Plump. Thick. Porky...

STILL HUNGRY?

Abbildung 28: Instagram: Still Hungry-Thinspiration, 2016

Abbildung 28 beschreibt einen typischen Pro Ana-Tipp bzw. eines der Motivationsbilder wenn es um die Einhaltung von Diäten geht. Sich den Text auf dem Bild durchzulesen soll scheinbar dazu führen, den Hunger zu stillen bzw. das Durchhaltevermögen zu stärken. Derartige Bilder sind weit verbreitet auf der Plattform und Hauptbestandteil der

Thinspiration bzw. Pro Ana-Bewegung.

Diese Motivationstipps um das Durchhaltevermögen bei einer Diät oder beim Fasten zu stärken, machen die Zwanghaftigkeit innerhalb der Bewegung deutlich.

Warum sich Personen auf sozialen Netzwerken bzw. generell mit Pro Ana befassen, ist vermutlich darauf zurück zu führen, dass sie trotz einer Krankheit, welche sie eher von anderen Menschen distanziert und isoliert, ein Zugehörigkeitsgefühl empfinden, nach Aufmerksamkeit suchen und mit Gleichgesinnten interagieren wollen. Das heißt, um eine Antwort für die fünfte Forschungsfrage zu erläutern, es können durchaus positive Aspekte aus der Onlinekommunikation gewonnen werden. Durch die Kommentarfunktion auf Instagram ist es möglich, sich direktes Feedback von seinen FollowerInnen zu holen. Dies passiert nicht nur auf eine negative Art und Weise. Die Kommentare von Beiträgen auf Pro Ana-Profilen und Seiten, sind teilweise auch gegen eine Essstörung gerichtet. Manche FollowerInnen bestärken die Pro Ana-AnhängerInnen in dem sie ihnen positives Feedback zu Aussehen oder Abnehmtipps geben. Andere versuchen auf eine nette Weise negatives Feedback zu geben und sagen den Betroffenen, dass sie schön sind wie sie sind, nicht mehr abnehmen müssen und bieten auch teilweise an, private Gespräche mit ihnen zu führen. Inwiefern Pro Ana-AnhängerInnen dieses Angebot annehmen, kann bisher nicht belegt werden.

Es lässt sich sagen, dass zumindest aus psychologischer Sicht, ein sekundärer Krankheitsgewinn auch insofern besteht, dass die UserInnen auf derartigen Seiten, anonym über ihre Krankheit offen sprechen können und sich durch Feedback verstanden und zugehörig fühlen.¹⁸⁴ Auf sozialen Netzwerken bekommen sie viel Bestätigung und Bestärkung, was wiederum der sozialen Isolation entgegenwirkt.¹⁸⁵ Wenn man allerdings negative Kommentare erhält, kann hier eine Art Teufelskreis entstehen. Negative Kommentare von Personen, die mit der Thematik Anorexia nervosa keine Berührungspunkte aufweisen und beispielsweise nur durch Zufall auf einer Pro Ana-Seite stoßen, kann dies für die Betroffenen durchaus sehr schädlich sein. Durch negative Rückmeldungen kann das Gefühl entstehen, der Essstörungsstimme noch mehr Folge leisten zu müssen. Jegliche Kommentare und Postings, welche sich in irgendeiner Art und Weise negativ auf Betroffene der Krankheit Anorexia nervosa/ Bulimia nervosa auswirken, können das Krankheitsbild verschlechtern.¹⁸⁶ Abgesehen davon, kann einer derartigen (und vor allem öffentlichen) Kommunikationsweise über eine Krankheit wie Anorexia nervosa nur wenig Positives abgenommen werden, da der Trigger-Faktor an dieser Stelle, als sehr hoch eingestuft wird.

¹⁸⁴ vgl. Truttmann, 2016, Zeile 109-113

¹⁸⁵ vgl. Philipp, 2016, Zeile 405-411

¹⁸⁶ vgl. Philipp, 2016, Zeile 491-496

Der Grund warum sich Personen mit Pro Ana befassen und auf sozialen Netzwerken nach Anschluss und Kommunikationsbasis suchen, kann beispielsweise auf den Uses and Gratifications Approach zurückgeführt werden. Dieser besagt, dass NutzerInnen bedürfnisorientiert bzw. bedürfnisstillend handeln und eigenständig passende mediale Inhalte konsumieren. Außerdem ist medialer Konsum von Ritualen geprägt, was sich ebenso auf die RezipientInnen auswirken kann.¹⁸⁷ Den UGA-Ansatz mit Instagram zu verbinden, ist in diesem Fall leicht, da speziell soziale Netzwerke Inhalte anbieten können, aus welchen UserInnen Nutzen und Wirkung ziehen. Im Fall Pro Ana geht es darum, das Selbstbild mit dem Idealbild zu vergleichen. Es wird davon ausgegangen, dass essstörungsspezifischer bzw. gesundheits- und ernährungsbezogener Content auf dem Netzwerk gesucht und verarbeitet bzw. ein Nutzen daraus gezogen wird. Derartiger Konsum kann zur Entwicklung und Verstärkung einer Essstörung beitragen.

Die Forschungsfrage sechs „Auf welche Art könnte man der Gefahr von krankheitsfördernder Kommunikation in sozialen Netzwerken entgegenwirken“ kann mit folgendem Wort am besten beantwortet werden → **Prävention**.

Laut Eichberg/ Flümann/ Hansges¹⁸⁸ liegt aktuell kein zwingender Grund vor, Pro Ana-Foren bzw. Seiten im Internet zu verbieten. ¹⁸⁹ Pro Ana-AnhängerInnen lassen sich, wie ebenso aus der vorliegenden Forschungsarbeit hervorgeht, in verschiedene Gruppen einteilen. Dabei unterscheiden sich nicht nur die Kommunikationsart sondern ebenso die Nutzungs- und Interaktionsgründe.

¹⁸⁷ vgl. Bonfadelli, 2002, S. 84 f

¹⁸⁸ 2011

¹⁸⁹ vgl. Eichberg/Flümann/ Hansges, 2011, S. 499

„Die Erfahrung hat gezeigt, dass z.B. durch das Sperren gewisser Hashtags, die Seiten noch versteckter angelegt wurden. Ich denke, dass hier Verbote nicht zielführend sind. Man hat durch Befragungen den Anhaltspunkt, dass jedes Dritte Mädchen durch Medienberichte von den Gruppen erfahren hat. Hier gilt es also eine klare Zielrichtung, vorzugeben, dass sowohl Präventionsprogramme als auch Medien nicht bei der Bekanntmachung helfen. Vielmehr geht es darum, leicht zugänglich zu machen, wo man Hilfe findet, wenn man von einer Essstörung betroffen ist bzw. generell mehr zu schulen, was Anzeichen sind, damit auch Bezugspersonen früher reagieren können. Generell gilt es Jugendlichen und auch Kindern leichter und auch möglichst kostengünstig psychologische Unterstützung und auch Therapie in belastenden Situationen möglich zu machen.“¹⁹⁰

Aus den Interviews der Forschungsarbeit geht hervor, dass es einerseits eine Notwendigkeit ist, gegen Pro Ana vorzugehen, da die Verbreitung auf sozialen Netzwerken ein sehr großes Ausmaß annimmt. Verstärkte Kontrollen könnten ein Anfang sein.¹⁹¹ Profile und Seiten zu sperren führt meistens nicht zu dem gewünschten Effekt der Reduktion sondern kann eine gegenteilige Reaktion auslösen.¹⁹² In erster Linie geht es aber darum, Präventionsprogramme zu aktivieren und Hilfestellen leichter zugänglich zu machen. Dies wird vorerst als der einzige Weg betrachtet, eine Verbesserung der Situation, nicht nur auf sozialen Netzwerken, zu verbessern. Bezüglich der exakten Vorgehensweise ist nach wie vor noch viel Forschungsraum offen und notwendig.

¹⁹⁰ Prochazka, 2016, Zeile 780-789

¹⁹¹ vgl. Truttmann, 2016, Zeile 234-238

¹⁹² vgl. Philipp, 2016, Zeile 636-645

11. Forschungsausblick

Der Forschungsausblick soll dazu dienen, nicht beantwortete bzw. offene Forschungsfragen darzulegen und neue Themenschwerpunkte für zukünftige Forschungsarbeiten zu generieren. Außerdem wird innerhalb dieses Kapitels erörtert, welche Bezugspunkte hinsichtlich Pro Ana / Pro Mia in den kommenden Jahren erwartet und welche Aspekte zur Erstellung von Präventionsprogrammen beachten werden sollen.

Innerhalb der aktuellen Forschungsarbeit, konnten alle zu bearbeiteten Forschungsfragen untersucht und beantwortet werden. Während des Forschungszeitraumes ergaben sich jedoch laufend neue Forschungsaspekte, welche für weiterführende Forschungsarbeiten relevant sein könnten. Hierbei ist in erster Linie zu erwähnen, dass aus Zeitgründen nur eine eher geringe Anzahl an Hashtags untersucht worden ist. Das soziale Netzwerk Instagram, bietet einige Hashtags, welche zu weiteren Forschungszwecken verwendet werden können. Dabei kann auch eine detailliertere Profilanalyse eine Rolle spielen bzw. die Kommentarfunktion auf der Plattform interessant sein. Hashtags sind auf dem Netzwerk jedoch der ausschlaggebende Punkt, warum die interaktive Vernetzung funktioniert und stattfinden kann.

Im Laufe der aktuellen Forschung konnte außerdem festgestellt werden, dass die in der Kategorie vier beschriebenen Mischformen und komorbide Diagnosen auf Instagram sehr weit verbreitet sind. Demnach wäre eine Arbeit über die Darstellung von selbstverletzendem und depressivem Verhalten auf Instagram für zukünftige Forschungsbereiche sinnvoll. Eine derartige Arbeit wäre ebenso disziplinübergreifend essentiell. Weiterführende Forschung hinsichtlich Social Media sind für wissenschaftliche Bereiche der Psychologie, Pädagogik, Publizistik und Kommunikationswissenschaft, sowie Soziale Arbeit, Soziologie und eventuell Kulturwissenschaft relevant.

Weiters hat sich herausgestellt, dass vor allem die applikations- bzw. netzwerkübergreifende Kommunikationsweise zunimmt. Das heißt es ist möglich, ein Posting auf mehreren Netzwerken gleichzeitig zu posten. Dies wiederum erschwert die Kontrolle von unangebrachten Inhalten.

Hinsichtlich der Pro Ana-Gemeinschaft ist zu beachten, dass sich die Kommunikation auf Instagram innerhalb des aktuellen Forschungszeitraumes bereits weiterentwickelt und bis zu einem gewissen Grad, auch verändert hat. Seit 02. August 2016 ist es auf Instagram möglich, sogenannte Instastories zu posten. Diese werden hochgeladen und nach 24 Stunden wieder automatisch von

der Plattform entfernt. Dies wurde von Instagram eingeführt um der Popularität des Netzwerkes Snapchat entgegenzuwirken. Auf Snapchat ist es möglich, Storys und Snaps¹⁹³ zu verschicken bzw. zu posten, welche ebenso nach einem Tag wieder von der Plattform verschwinden. Dies macht Kontrolle und Überwachung von unangebrachten Postings mit beispielsweise essstörungsspezifischen, krankheitsbezogenen (psychische Krankheiten und/ oder selbstverletzendem Verhalten) sowie sexualisierten bzw. pornografischen Inhalten für AdministratorInnen nicht einfach und erschwert den Prozess der Blockierung und Meldung. Hashtagüberwachung könnte eine bedingte Lösung für Instagram sein und wird auch teilweise bereits betrieben.

Soziale Netzwerke wie Instagram, Snapchat, KIK, WhatsApp, Viber oder aber auch der Facebook-Messenger, bei welchen eine Chatfunktion gegeben ist, stellen hinsichtlich krankheitsfördernder Kommunikation eine sehr große Gefahr dar. Überlegungen hinsichtlich Überwachung und Kontrolle sind zudem unumgänglich. Die Frage nach der Kommunikationsfreiheit erschwert sich demnach zunehmend.

Da die Gegebenheit der Medienkompetenz ein entscheidendes Problem darstellt, sollte an diesem Punkt vermehrt gearbeitet werden. Weiterführende Medienkompetenz sollte Kindern und Jugendlichen, ab einem gewissen Alter bzw. bereits in der Grundschule vermittelt werden. Zukünftige Aufklärungsarbeit im Zusammenhang mit Prävention bzw. ordentlichen Präventionsprojekten müssten gestartet werden. Dies bezieht sich ebenso auf Präventionsarbeit für Eltern und Erziehungsberechtigte. Nachdem das Internet bzw. die mediale und virtuelle Welt an sich, stetig wächst und sich schnelllebig weiterentwickelt, gilt es hier neue Ansätze bezüglich Präventionsarbeit zu entwickeln. Das Internet, bzw. soziale Netzwerke, sind in der heutigen Zeit ein fixer Bestandteil der Kommunikation, welcher aus der medialen Welt nicht mehr wegzudenken ist. Diese Art von Kommunikation, sowie etwaige Aufklärungsarbeiten sollten dringen durchdacht werden und sich ebenfalls weiterentwickeln.

Gerade in Bezug auf Essstörungen ist es notwendig, auf Gefahren in sozialen Netzwerken hinzuweisen und darüber aufzuklären. Je mehr Medienkompetenz heutzutage bereits in Bildungsinstitutionen vermittelt wird, desto geringer verhält sich die Schadensdifferenz in Bezug auf Kinder und Jugendliche. Wenn man offen über die Gefahren von Pro Ana/ Pro Mia in Schulklassen spricht, ist dies jedoch nach wie vor ein fragwürdiger Punkt, da man davon ausgehen muss, dass SchülerInnen gegebenenfalls nicht wissen was Pro Ana / Pro Mia bedeutet. Durch die vermeintlich

¹⁹³ Fotos auf Snapchat, welche nach 24 Stunden wieder von der Plattform entfernt werden

gut gemeinte Aufklärungsarbeit würde in diesem Fall die Aufmerksamkeit erst auf die Thematik gelenkt werden. Es gilt an dieser Stelle sehr sensibel mit dem Thema, sowie mit gefährlichen Einflüssen im Internet generell, umzugehen.¹⁹⁴

„Noch nie waren Schönheitsideale so wenig erreichbar, wie in unserer jetzigen Zeit und noch nie war das Augenmerk so sehr auf das Aussehen gerichtet. Sieht man sich z.B. Profile von Jugendlichen in Instagram an, dann wird fast ausschließlich über das Aussehen zurück gemeldet. Jugendlichen sind die Beeinflussungen meist nicht bewusst. Hier liegt ein großes Präventionspotential, das wir versuchen zu nützen.“¹⁹⁵

Workshops und Kurse, welche sich mit unterschiedlichen Themenbereichen rund um das Internet und die mediale Welt befassen, können im Rahmen des Bundesministeriums für Familie und Jugend, des Instituts für Suchtprävention und der Medizinischen Universität Wien besucht werden. Hinweise und Informationen zu aktuellen Workshops findet man unter folgenden Websites:

- <https://www.bmfj.gv.at/jugend/medien-jugend/workshops-und-seminare.html>
- <https://www.saferinternet.at/>
- <http://www.praevention.at/sucht-und-suchtvorbeugung/verhaltenssuchte/essstoerungen.html>
- <http://www.karwautz.at/index.htm>
- <https://www.suceat.at/allgemeine-informationen/>

¹⁹⁴ vgl. Prochazka, 2016, Zeile 729-731

¹⁹⁵ Prochazka, 2016, Zeile 743-747

12. Fazit

Einerseits lässt sich sagen, dass das soziale Netzwerk Instagram noch eine relativ junge Plattform auf dem Markt bzw. innerhalb der virtuellen Welt darstellt und andererseits besitzt das Netzwerk bereits einen sehr hohen Nutzungsumfang. Instagram hat, so wie jedes mediale soziale Netzwerk bisher, unter keinen bewussten Umständen das Ziel verfolgt, ein Portal für Krankheits- bzw. Gesundheitskommunikation zu werden. Soziale Netzwerke im Internet bringen unzählige Vorteile für die generelle, moderne Kommunikation mit sich. Zeit- und ortsunabhängig miteinander kommunizieren zu können macht viele alltägliche Dinge sehr einfach und unkompliziert. Fotos und Videos von Freunden und Verwandten in Echtzeit ansehen zu können, bietet eine völlig neue Interaktionsweise und lässt eine neue Form der Sozialisation zu. Soziale Netzwerke sind also durchaus eine positive Innovation – aber leider häufig mit negativem Beigeschmack.

Wie in jedem Netzwerk kann auch hier nicht alles einwandfrei funktionieren. Mediale Sozialisation ist zwar ein guter Aspekt der Medienwelt, kann jedoch zu sozialer Isolation führen. Gerade wenn es um Verlinkung, Markierung und das Teilen von Beiträgen geht, ist ein soziales Netzwerk mit Vorsicht zu genießen. Postings, welche beispielsweise auch Bildmaterial beinhalten, können unendlich vervielfacht und somit auch zu Zwecken missbraucht werden, welche von den UserInnen nicht gewünscht sind. Der Missbrauch von Bildmaterial, die Vervielfältigung geistigen Eigentums, sowie auch Gefahren wie unter anderem Cybermobbing oder Shitstorms sind eindeutig negative Aspekte von sozialen Netzwerken, denen sich alle UserInnen aussetzen.

Wenn man die wichtigsten Punkte noch einmal zusammenfasst, ist Pro Ana ein soziales Onlinephänomen, welches durch das Aufkommen diverser sozialer Netzwerke, neue Kommunikationsarten entwickelte. Speziell auf der Content-Plattform Instagram befinden sich verstärkt Pro Ana- bzw. essstörungsspezifische Profile und Seiten, generiert von den NutzerInnen des Portals. Innerhalb der Forschung stellte sich heraus, dass Instagram durchaus einen weitläufigen und umfangreichen Kommunikationsraum für Pro Ana-Gemeinschaften bietet. Nicht immer sind alle Profile frei zugänglich, manche Personen haben ihre Plattformen auch vor der Öffentlichkeit geschützt. Vernetzt sind all diese Seiten durch die Verwendung ähnlicher oder gleicher Hashtags. Somit wird vermutet, dass sich ein sehr großer Teil der gesamten Pro Ana-Bewegung auf dem sozialen Netzwerk Instagram aufhält, da es immer wieder neue Profile und Seiten gibt, welche nicht gesperrt oder ausschließlich für das Posten triggernder Inhalte ermahnt werden.

Als Profile und Seiten mit dem höchsten Trigger-Faktor, werden jene eingestuft, welche sogenannte Mischformen bzw. komorbide Krankheitsbilder auf Instagram preisgeben. Pro Ana im Zusammenhang mit einer anderen psychischen Krankheit wie beispielsweise eine Depression oder selbstverletzendes Verhalten, wird als höchstgefährlich und triggernd angesehen. Abgesehen von Bildmaterial zu Körperidealen, Diäten und Nahrungsmitteln, ist es nicht unüblich über die Verwendung der Hashtags Nr.4 **#anorexia**, Nr.9 **#thin**, Nr.13 **#skinny**, Nr.7 **#eatingdisorder**, Nr.33 **#weightloss** etc. auf Content zu stoßen, welcher selbstverletzendes Verhalten in Form von schneiden, schlagen oder verbrennen beinhaltet.

Die qualitative Methode, welche für die aktuelle Forschungsarbeit verwendet wurde, konnte nur einen geringen Teil der auf Instagram verwendeten essstörungsspezifischen Hashtags abdecken. Das Ausmaß und die Verbreitung der Pro Ana-Bewegung wurde zu Beginn der Forschung unterschätzt. Eine qualitative Methode ist dennoch ein notwendiger Ansatz zur ersten Herangehensweise an Pro Ana auf sozialen Netzwerken. Diese Arbeit dient als Grundlage und Basiswissen für kommende Forschungen im Zusammenhang mit Pro Ana und sozialen Netzwerken. Die Verwendung einer quantitativen Methode könnte für zukünftige Forschungsarbeiten relevant werden, wobei hier die Problematik der Teilnahme von Pro Ana-AnhängerInnen zu beachten ist.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die dargelegte Forschungsarbeit, einen ersten Eindruck verschafft, welches Ausmaß Pro Ana auf dem sozialen Netzwerk Instagram annimmt. Zukünftige Forschungsarbeiten werden hinsichtlich der Verbreitung der Pro Ana-Community auf sozialen Netzwerken, sowie auch in Bezug auf die Auswirkungen von sozialen Netzwerken auf die UserInnen und der Umgang mit Krankheits- bzw. Gesundheitskommunikation an sich, sehr viel Forschungsspielraum haben. Tatsache ist, dass Social Media das gesellschaftliche Leben sehr stark verändert, hinsichtlich virtueller Kommunikation als Gesamtheit, virtueller Selbsthilfegruppen und medial verbreiteter Körper- und Schönheitsideale – ob es nun gewollt ist, oder nicht.

13. Quellen

Abels, Heinz: *Einführung in die Soziologie*. 1. Auflage Wiesbaden. VS Verlag für Sozialwissenschaften. 2001

Abels, Heinz: *Identität: Über die Entstehung des Gedankens, dass der Mensch ein Individuum ist, den nicht leicht zu verwirklichenden Anspruch auf Individualität und die Tatsache, dass Identität in Zeiten der Individualisierung von der Hand in den Mund lebt*. 2. Überarbeitete und erweiterte Auflage. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften. 2010

Bäßler, Karl H./ Fekl, Werner/ Lang, Konrad: *Grundbegriffe der Ernährungslehre*. Berlin: Springer Verlag. 1973

Biedert, Esther: *Essstörungen*. München: Ernst Reinhardt GmbH & Co KG Verlag. 2008

Blumer, Herbert: *der methodologische Standort des Symbolischen Interaktionismus*. In: AG Bielefelder Soziologie(Hrsg.) Alltagswissen, Interaktion und gesellschaftliche Wirklichkeit, Band 1: Symbolischer Interaktionismus und Erhnomethodologie. Reinbek: Rowohlt. 1973: S. 80-146

Bonfadelli, Heinz: *Medieninhaltsforschung. Grundlagen, Methoden, Anwendungen*. Konstanz: UKV Verlagsgesellschaft mbH. 2002.

Bonfadelli, Heinz/ Friemel, Thomas N.: *Medienwirkungsforschung*. 4. Auflage. Konstanz/ München: UVK Verlagsgesellschaft. 2011

Borzekowski, Dina/Schenk, Summer/ Wilson, Jenny/ Peebles, Rebecka: e-Ana and e-Mia: A Content Analysis of Pro-Eating Disorder Web Sites. *American Journal of Public Health*: Vol. 100, No. 8. 2010, 1526-1534

Brunner, Romuald/Resch, Franz: *Borderline-Störungen und selbstverletzendes Verhalten bei Jugendlichen: Ätiologie, Diagnostik und Therapie*. 2. Auflage. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht GmbH. 2009

Burkart, Roland: *Kommunikationswissenschaft: Grundlagen der Problemfelder*. 4. Auflage. Wien/Köln/Weimar: Böhlau Verlag. 2002

Clark, Joshua/ Lauren, Mark: *Fit ohne Geräte für Frauen: Trainieren mit dem eigenen Körpergewicht*. 9. Auflage. München: Riva Verlag. 2015

Cuntz, Ulrich/ Hillert, Andreas: *Essstörungen: Ursachen, Symptome, Therapien*. 4. Auflage. München:Verlag C.H. Beck oHG. 2008

Custers, Kathleen: The urgent matter of online pro-eating disorder content and children: clinical practice. *European Journal of Pediatrics*: Issue 4. 2015, S. 429-433

Döring, Nicola: *Sozialpsychologie des Internet: die Bedeutung des Internet für Kommunikationsprozesse, Identitäten, soziale Beziehungen und Gruppen*. Göttingen/Bern/Toronto/Seattle: Hogrefe, Verlag für Psychologie. 1998

Döring, Nicola: *Peer-to-Peer-Gesundheitskommunikation mittel Social Media*. In: Hurrelmann, Klaus/ Baumann, Eva: *Handbuch Gesundheitskommunikation*. Bern: Verlag Hans Huber, Hogrefe AG. 2014. S. 286-303

Eichenberg, Christiane/ Flümman, Andrea/ Hensges, Kristin: Pro Ana-Foren im Internet: Befragungsstudie ihrer Nutzerinnen. *Psychotherapeut*: Ausgabe 56. 2011, S. 492-500

Ellison, N. B. / Boyd, D.: *Sociality through Social Network Sites*. In: Dutton, W.H.: *The Oxford Handbook of Internet Studies*. Oxford: Oxford University Press. 2013

Fahrig, Hermann/ Horn, Hildegard: *Magersucht bei Kindern und Jugendlichen*. In: Seidler, Günter H.: *Magersucht: Öffentliches Geheimnis*. Gießen: Psychosozial-Verlag. 2013

Frass, Claudia/ Meier, Stefan/ Pentzold, Christian: *Online-Kommunikation: Grundlagen, Praxisfelder und Methoden*. München: Oldenbourg Wissenschaftsverlag GmbH. 2012

Fuhse, Jan/ Stegbauer, Christian: *Kultur und mediale Kommunikation in sozialen Netzwerken*. Wiesbaden: Springer Fachmedien Verlag GmbH, 2011

Grupe, Stephanie: *Public Relations: Ein Wegweiser für die PR-Praxis*. Berlin Heidelberg: Springer-Verlag. 2011

Gugutzer, Robert/ Böttcher, Moritz: *Körper, Sport und Religion: Zur Soziologie religiöser Verkörperungen*. Wiesbaden: Springer Fachmedien. 2012

Kobilke, Kristina: *Erfolgreich mit Instagram: Mehr Aufmerksamkeit mit Fotos & Videos*. 1. Auflage. Frechen: mitp Verlags GmbH & Co. KG. 2014

Krotz, Friedrich: *Parasoziale Interaktion und Identität im elektronischen mediatisierten Kommunikationsraum*. In: Vorderer, Peter: *Fernsehen als „Beziehungskiste“: Parasoziale*

Beziehungen und Interaktionen mit TV-Personen. Opladen: Westdeutscher Verlag. 1996, S. 73-90

Krotz, Friedrich: *Handlungstheorien und Symbolischer Interaktionismus als Grundlage kommunikationswissenschaftlicher Forschung.* In: Winter, Carsten/Hepp, Andreas/ Krotz, Friedrich (Hrsg.): *Theorien der Kommunikations- und Medienwissenschaft. Grundlegende Diskussionen, Forschungsfelder und Theorienentwicklung.* 1. Auflage. Wiesbaden. VS Verlag für Sozialwissenschaften. 2008

Krypczyk, Kathrin/ Ritscher, Bodo: *Jede Krankheit konnte tödlich sein: Medizinische Versorgung, Krankheiten und Sterblichkeit im sowjetischen Speziallager Buchenwald 1945-1950.* Göttingen: Wallstein Verlag. 2005

Leber, Martin: *Die Beziehung zwischen Mediennutzungsverhalten und nicht-medialen Freizeitaktivitäten: Ansätze einer freizeitsoziologischen Weiterung des „Uses-and-Gratifications-Approach“.* Bern [u. a.]: Lang. 1988

Legenbauer, Tanja/ Vocks, Silja: *Manual der kognitiven Verhaltenstherapie bei Anorexie und Bulimie.* Heidelberg: Springer Medizin Verlag. 2006

Maletzke, Gerhard: *Kommunikationswissenschaft im Überblick. Grundlagen, Probleme, Perspektiven.* Opladen/Wiesbaden: Westdeutscher Verlag GmbH. 1998

Maletzke, Gerhard: *Psychologie der Massenkommunikation.* Hamburg: Hans Bredow-Institut. 1963

Mayring, Philip: *Qualitative Inhaltsanalyse: Grundlagen und Techniken.* 10. Auflage. Weinheim und Basel: Beltz Verlag. 2008

Mikos, Lothar: *Fern-Sehen. Bausteine zu einer Rezeptionsästhetik des Fernsehens.* Berlin: Vistas. 2001

Oksanen, Atte/ Garcia, David/ Räsänen, Pekka et.al: Pro-Anorexia and Anti-Pro-Anorexia Videos on YouTube: Sentiment Analysis of User Responses. *Journal of Medical Internet:* Vol. 17, No. 11. 2015, S. 1-5

Perloff, Richard M.: Social Media effect on young women's body image concerns: Theoretical perspectives and an agenda for research. In: *Sex Roles*, 71. S. 363-377. 2014

- Porsch, Torsten/ Pieschl, Stephanie: *Neue Medien und deren Schatten: Mediennutzung, Medienwirkung und Medienkompetenz*. Göttingen: Hogrefe Verlag GmbH. 2014
- Reich, Günter/ Götz-Kühne, Cornelia/ Killius, Uta: *Essstörungen: Magersucht, Bulimie, Binge Eating*. Stuttgart: TRIAS Verlag in MVS Medizinverlage Stuttgart GmbH & Co. KG. 2004
- Richter, Rudolf: *Soziologische Paradigmen. Eine Einführung in klassische und moderne Konzepte*. Wien. WUV- Universitätsverlag. 2001: S. 188- 193
- Seipel, Christian/ Rieker, Peter: *Integrative Sozialforschung: Konzept und Methoden der qualitativen und quantitativen empirischen Forschung*. Weinheim: Juventa. 2003
- Schweiger, Wolfgang/Beck, Klaus: *Handbuch Online-Kommunikation*. 1. Auflage. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften. 2010
- Steinke, Ines: *Kriterien qualitativer Forschung: Ansätze zur Bewertung qualitativ-empirischer Sozialforschung*. Weinheim: Juventa. 1999
- Wampfler, Philippe: *Generation „Social Media“: Wie digitale Kommunikation Leben, Beziehungen und Lernen Jugendlicher verändert*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG. 2014
- Weyer, Johannes: *Soziale Netzwerke: Konzepte und Methoden der sozialwissenschaftlichen Netzwerkforschung*. München: Oldenburger Wissenschaftsverlag GmbH. 2014
- Wykes, Maggie/ Gunter, Barrie: *The Media and the body image. If looks could kill*. London/ Thousand Oaks/ New Delhi: SAGE Publications. 2005
- Haas, Hannes: *Medienkunde: Grundlagen, Strukturen, Perspektiven*. 2. Überarbeitete und erweiterte Auflage. Wien: WUV-Universitätsverlag. 2008
- Loijka, Klaus/ Wippersberg, Julia: *Öffentliche Kommunikation: Studienvorbereitung Publizistik- und Kommunikationswissenschaft*. Wien: Facultas Verlags- und Buchhandels AG. 2010
- Schuster, Nicole: *Wenn Essen Angst macht: Essstörungen – Fakten, Geschichten und Hilfen*. Stuttgart: W. Kohlhammer GmbH. 2011

14. Internetquellen

Ana Till The End: <http://ana-till-the-end.blogspot.co.at/search?updated-min=2011-01-01T00:00:00%2B01:00&updated-max=2012-01-01T00:00:00%2B01:00&max-results=1> [Zugriff: 16.08.2016]

Bundesministerium für Familien und Jugend: *7.500 Jugendliche in Österreich leiden unter Essstörungen: Neue Präventionsprojekte des BMFJ starten – Projekt von „Safer Internet“ zu Glorifizierung von Essstörungen in den sozialen Medien*. Wien. 2015.

<https://www.bmfj.gv.at/ministerin/Aktuelles/Themen/PK-Esstörungen.html> [Zugriff am 01.06.2016]

ICD-CODE: *Verhaltensauffälligkeiten mit körperlichen Störungen und Faktoren: Essstörungen*: <http://www.icd-code.de/icd/code/F50.0.html> [Zugriff: 29.08.2016]

Instagram: *Datenschutzrichtlinien*: <https://help.instagram.com/478745558852511> [Zugriff: 18.07.2016]

Institut Suchtprävention: Sucht und Vorbeugung: *Essstörungen*: <http://www.praevention.at/sucht-und-suchtvorbeugung/verhaltenssuechte/essstoerungen.html> [Zugriff: 02.09.2016]

Safer Internet: *Das Internet sicher nutzen*: <https://www.saferinternet.at/> [Zugriff: 02.09.2016]

Waldherr, Karin/ Rabl, Sandra/ Rathner, Günther: *Essstörungen, Rollenmodelle und Medien*. Wien/ Innsbruck. 2007

http://www.essstoerungshotline.at/downloads/dokumente/Waldherr_Karin.pdf [Zugriff: 01.08.2016]

15. Anhang

15.1. Begleitfragebogen

Es ist anzumerken, dass sich einige Fragen erst nach der Einstiegsfrage ergeben haben und dieser Begleitfragebogen nur ein Muster darstellt, welches zur Orientierung, während des Interviewverlaufs, dient.

Einstiegsfrage:

1. Vielen Dank, dass Sie sich für ein Interview bereit erklärt haben....Wie Sie sicher wissen, gibt es bereits unzählige gesundheits- bzw. krankheitsfördernde Foren im Internet, wo sich vor allem Jugendliche gerne Tipps holen und miteinander kommunizieren.. Nun zeichnet sich krankheitsfördernde Kommunikation auch immer mehr als Trend auf sozialen Netzwerken ab. Warum denken Sie ist es gerade für Personen mit Anorexia nervosa eine Option sich Hilfe bzw. Tipps und Tricks auf Social Media Plattformen zu suchen?
2. Welche Kriterien müssen Betroffene erfüllen damit die Diagnose Anorexia nervosa gestellt werden kann?
3. Wann haben Sie das erste Mal von Pro Ana gehört?
4. Wodurch charakterisiert sich Pro Ana bzw. was macht eine Pro Ana Bewegung aus?
5. Sind Sie in ihrem beruflichen Alltag bereits mit PatientInnen konfrontiert worden, welche der Pro Ana-Bewegung angehören?
6. Aus psychologischer Sicht: Was glauben Sie, welche Beweggründe hinter Pro Ana stecken? Was treibt Jemanden dazu eine Krankheit wie Anorexie als einen Lifestyle oder sogar als Religion anzusehen?
7. Sehen Sie Vorteile in einer solchen Kommunikation? (Wenn ja, welche...)
8. Wo sehen Sie Gefahren?

9. Inwieweit denken Sie, dass die virtuelle Kommunikation auf Social Media Kanälen Personen mit der Krankheit Anorexia nervosa lieber ist als Face-to-Face- Kommunikation bzw. welche Vorteile glauben Sie können diese Personen daraus ziehen?
10. Innerhalb der Pro Ana-Bewegung geben sich die Betroffenen gegenseitig Abnehmtipps und Tricks wie z.B.: nach 19 Uhr nichts mehr essen, kein Fast Food, sich nicht die Zähne putzen nach dem Erbrechen etc. ... Sehen Sie einige dieser Tipps als nachvollziehbar oder völlig aus der Luft gegriffen?
11. Personen der Pro Ana-Bewegung machen sehr oft sogenannte „Bodychecks“ und stellen ihre Ergebnisse online. Inwieweit kann diese Art der Freizügigkeit der Verbesserung/Verschlechterung des Zustandes dienen?
12. Was könnte man aus psychologischer Sicht tun, um gegen Pro Ana beispielsweise bei PatientInnen vorzugehen?
13. Was raten Sie (oder würden Sie raten) ihren PatientInnen, wenn es um Pro Ana geht?
14. Warum glauben Sie, sehen Pro Ana-AnhängerInnen in ihrer Krankheit bzw. in Anorexia nervosa (kurz: Ana) eine Freundin?
15. Was könnte man jemandem raten, der mit Pro Ana in irgendeiner Form zu tun hat oder auf ein Pro Ana Forum/Profil im Internet stößt?
16. Wie kann man als Elternteil mit einem an Anorexia nervosa erkrankten Jugendlichen umgehen bzw. gibt es spezielle Tipps wie man Betroffene vor Pro Ana schützen kann?
17. Durch die große Interaktion auf sozialen Netzwerken wie Facebook, Instagram etc. verbreiten sich Pro Ana Seiten und Profile in starkem Ausmaß. Gäbe es laut Ihnen eine Möglichkeit dagegen vorzugehen?
18. Sollte man Jugendliche über die Gefahren von Pro Ana/Pro Mia und derartigen Foren im Internet aufklären? (Wenn ja, worauf sollte man achten ...)

15.2. Transkriptionsregeln

Zeichen	Bedeutung
L	Beginn einer Überlappung bzw. direkter Anschluss beim Sprecherwechsel (vorwiegend bei GD oder Interviewer – Interviewter) L
(3)	Anzahl der Sekunden, die eine Pause dauert
<u>nein</u>	betont
nein	laut (in Relation zur üblichen Lautstärke des Sprechers)
°nein°	sehr leise (in Relation zur üblichen Lautstärke des Sprechers)
viellei-	Abbruch eines Wortes
nei::n	Dehnung, die Häufigkeit vom : entspricht der Länge der Dehnung
(doch)	Unsicherheit bei der Transkription, schwer verständliche Äußerung
()	unverständliche Äußerung, die Länge der Klammer entspricht ca. der Dauer der unverständlichen Äußerung
((spielt))	Kommentar bzw. Anmerkung zu parasprachlichen, nicht-verbalen oder gesprächsexternen Ereignissen
@nein@	lachend gesprochen
@(.)@	kurzes Auflachen
@(3)@	drei Sekunden Lachen
[]	Anmerkungen des Interviewers, die die Verständlichkeit des Transkripts erhöhen (z.B. Übersetzung eines Mundartausdrucks [=Bezeichnung für...])

Die Interviews wurden teilweise in dem gesprochenen Dialekt der Interviewteilnehmerinnen transkribiert, um den natürlich Redefluss nicht zu verändern und somit mehr Transparenz und Authentizität in die Antworten der Probandinnen zu bringen.

1 15.3. Transkriptionen

2 15.3.1. Interview 1: Frau MMag. Stefanie Truttmann / Klinische- und Gesundheitspsychologin an 3 der Medizinischen Universität Wien

4 Also. Vielen Dank, dass Sie sich für ein Interview bereit erklärt haben. Wie Sie sicher wissen, gibt
5 es bereits unzählige gesundheits- bzw. krankheitsfördernde Foren im Internet ä::m, wo sich vor
6 allem Jugendliche gerne Tipps holen und miteinander kommunizieren. Nun zeichnet sich
7 krankheitsfördernde Kommunikation auch immer mehr als Trend auf sozialen Netzwerken ab.
8 Warum denken Sie ist es gerade für Personen mit der Krankheit Anorexia eine Option sich Hilfe
9 bzw. Tipps und Tricks auf Social Media Plattformen zu suchen?

10 ST: Ok. Also vorweg möchte ich sagen, dass ich nicht glaub', das ausschließlich Personen, die von
11 Anorexia nervosa betroffen sind, sich in Internetplattfo:rmen herumtreiben, weil es ist ja glaub' ich
12 auch bekannt, dass generell bei psychischen Störungen es da viele Foren gibt und viel Austausch
13 im Internet. Aber ich kann mir gut vorstellen, dass Personen die von Magersucht betroffen sind
14 eher Verbündete im Internet finden, als wie jetzt im privaten Umfeld oder im sozialen Umfeld, weil
15 es ja doch eher eine Krankheit ist die vor allem sehr früh begi:nnt und jetzt eigentlich schon weit
16 verbreitet ist, aber glaub' ich doch vielleicht für zum Beispiel Klassenkameraden eher
17 abschreckend ist.

18 I: Ok. Welche Kriterien müssen Betroffene Ihrer Ansicht nach erfüllen damit die Diagnose Anorexia
19 nervosa gestellt werden kann?

20 ST: Also offiziell mü::ssen – gibt's zwei verschiedene Klassifikationssysteme nach denen wir in der
21 Psychologie diagnostizieren und das Wichtigste bei Anorexia Nervosa ist natürlich das
22 Untergewicht, und das Wichtige bei dem Untergewicht ist, dass es ähm gewünscht herbeigeführt
23 wurde und halt das induziert ist, dass man ein niedriges Gewicht hat. Äh::m (.) vor allem auch die
24 Körperschemastörung also, dass sich die Betroffenen trotzdem als dick sehen oder als – ja – dick
25 sehen oder Normalgewichtig sehen und nicht wahrnehmen wie ihr Körperbild eigentlich wirklich
26 aussieht. Hmm es ist auch wichtig bei Anorexia nervosa, dass die Betroffenen vor allem wenn's
27 Frauen sind, natürlich nur wenn's Frauen sind, dass sie keine Regelblutung mehr haben, das zählt
28 auch zu den Diagnosekriterien. Es gibt verschiedene Formen, eben den restriktiven Typus und den
29 (Binge-) Purging-Typus. Der restriktive Typ- der restriktive Typus ist eben wenn man quasi auf
30 Nahrungsaufnahme verzichtet und der Purging Typus ist wenn man irgendwelche
31 kompensatorischen Verhaltensweisen ähm benutzt um die Kalorien wieder loszuwerden,
32 sozusagen.

33 I: Okay. Äh:m bei meiner a:hm Magisterarbeit geht's ja hauptsächlich um Pro Ana. Wann haben Sie
34 das erste Mal von Pro Ana gehört?

35 ST: Ich glaub' ich habe von Pro Ana schon das erste Mal während der Studienzeit gehört, ich kann
36 mich auch an das erinnern, aber ich weiß ich hab' dem keine große Bedeutung zugemessen oder
37 mich auch nicht wirklich mit dem auseinandergesetzt – und intensiv erst jetzt seit ich eigentlich im
38 Berufsleben stehe.

39 I: Okay, und wodurch charakterisiert sich Pro Ana bzw. was macht Ihrer Meinung nach die Pro Ana
40 Bewegung aus?

41 ST: Naja ich glaub, dass Pro Ana sich dadurch charakterisiert wird oder, dass Pro Ana verkörpert
42 diese berühmte Essstörungsstimme von der wir auch oft sprechen. Weil (.) es ist ja oft so oder
43 meistens so wenn vor allem die Mädchen sehr in dieser Krankheit drinnen (.) stecken von dieser
44 Essstörungsstimme dominiert werden, die ihnen sagt „iss das nicht, das hat so viele Kalorien, lass
45 das lieber weg“ oder „du darfst nur die Hälfte essen“ oder „du musst unbedingt Sport machen wenn
46 du jetzt das und das isst“ und ich glaub', dass Pro Ana das verkörpert und dieser Begleiter ist, der
47 mit den Betroffenen durch die Krankheit geht.

48 I: Mhm. Äh:m Sind Sie in Ihrem beruflichen Alltag schon mal mit PatientInnen konfrontiert worden,
49 welche der Pro Ana Bewegung angehört haben oder angehören?

50 ST: Ja, aber ich muss sagen gar nicht so:o (.) häufig – also wahrscheinlich schon sehr häufig aber
51 die Mädchen erzählen das meistens natürlich nicht von alleine, weil sie ja nicht wollen, dass man
52 ihnen das wegnimmt. Und ich kann mich schon an ein paar PatientInnen erinnern, die Pro Ana
53 wörtlich angesprochen haben, ich kann mich an andere PatientInnen erinnern, die von sozialen
54 Netzwerken gesprochen haben – Instagram, Facebook – im Sinne von eher Rezepttipps und
55 Sporttipps, was jetzt nicht konkrete Pro Ana Seiten waren. Aber es ist natürlich auf jeden Fall
56 Thema, weil jeder Jugendliche hat ein Handy mit Internetzugang und jeder Jugendliche ist in
57 sozialen Netzwerken vertreten, insofern ist Internet generell auf jeden Fall ein Riesenthema.

58 I: Okay, und aus psychologischer Sicht, was glauben Sie, welche Bewe- welche Beweggründe
59 stecken hinter Pro Ana, weil was treibt jemanden dazu eine Krankheit wie Anorexie als einen
60 Lifestyle oder eben auch sogar als Religion anzusehen?

61 ST: Hm:m ich glaub' das ist halt einfach was, was die Krankheit mit sich bringt, weil anorektische
62 PatientInnen, ich sprech' halt jetzt eher von Patientinnen, weils ja eher eins zu zehn – ein Bub neun

63 Mädchen im Verhältnis sind- und ähm (.) ich glaub' es ist weil (.) die Krankheit das mit sich bringt
64 weil es ist bei Anorexie bekannt, dass die Mädchen sehr (.) fixiert auf Details sind und
65 perfektionistisch sind und Sachen rundherum nicht mehr wahrnehmen können und, dass sie nicht
66 mehr in der Lage dazu sind, dass das Große und Ganze sehen, sprich die Folgen von dem Ganzen
67 u:nd, was war die @Frage@?

68 I: @(.)@ die Frage war, was Sie glauben, welche Beweggründe hinte:r, dahinter stecken wenn sich
69 jemals, also wenn sich jemand äh:m Pro Ana L

70 ST: Aso.

71 I: Also wenn L

72 ST: Wenn das ein Lifestyle wird L

73 I: Genau, also wenn es jemand als Religion ansieht sozusagen. Weil es kommt immer wieder in
74 solchen Foren eben vor, dass die Leute das als – wirklich als Lifestyle ansehen und eben das
75 verherrlichen wie – wie eine Religion und Ana sozusagen wie L

76 ST: Also generell bei der Krankheit ist es ja so, dass man sich ä:h:m 24 Stunden am Tag mit nichts
77 anderem mehr beschäftigt und das den kompletten Alltag und das komplette Leben bestimmt und
78 sich den ganzen Tag die Gedanken nur darum drehen „wie schaffe ich es, dass ich mein Essen
79 nicht essen muss ohne, dass es den anderen auffällt“, „wie schaffe ich es, dass ich möglichst
80 wenig Kalorien zu mir nehme“, „was esse ich, damit ich möglichst wenig Kalorien zu mir nehmen“,
81 „wie schaffe ich es, dass ich durchhalte, dass ich nichts essen“ und ich glaube auch Mädchen die
82 nicht bewusst jetzt auf Pro Ana sind, ist die Krankheit irgendwo ein bisschen ein Lifestyle weil
83 dadurch, dass Essen ja eigentlich etwas lebensnotwendiges ist, und du die Krankheit – die
84 Krankheit sehr intensiv ist, ist das einfach was, das sich durch dein ganzes Leben zieht und Essen
85 ist halt auch was, mit dem man in allen sozialen Situationen konfrontiert wird und das fängt beim
86 Schule gehen an bis zum Essen gehen mit der Familie, bis bei der Oma zum Mittagessen
87 eingeladen sein (.) Essen ist einfach überall und dadurch, dass sich das durch das ganze Leben
88 zieht wird das irgendwie zum Lifestyle und ich glaub' die Körperschemastörung und dadurch, dass
89 die Mädchen das halt so verinnerlichen, dass „dick sein“ unter Anführungsstrichen oder auch
90 normal gewichtig sein einfach schlecht ist und die das so verherrlichen werden die sich
91 wahrscheinlich auch gegenseitig pushen, es verherrlichen und sich auch für dick halten und alles
92 dafür tun würden, dass sie die Krankheit weiter fortsetzen können und es ist ja auch leider
93 manchmal so, dass die Mädchen wirklich alles dafür tun, dass die Krankheit irgendwie eine Chance

94 hat zu bestehen und sie auf gar keinen Fall die Krankheit aufgeben wollen, weil das das ist was
95 Ihnen Sicherheit gibt und das wollen Sie natürlich nicht ablegen.

96 I: Mhm. Und sehen Sie ähm an der Gesundheits- oder Krankheitskommunikation in Onlineforen
97 auch irgendwelche Vorteile – wenn ja, welche?

98 ST: Ich mein' es kommt darauf an, auf welche Seiten man schaut und so gibt's natürlich Vorteile,
99 aber ich denk' jetzt mal, dass Mädchen oder Buben die krank sind werden nicht auf die Seiten
100 gehen, die (.) gesunde (.), ernstzunehmende Tipps geben würden. Ich mein' es gibt solche Pro
101 Recovery- Seiten (2) ich glaub' schon, dass das unterstützend sein kann, sich da auch
102 Rezeptideen ähm zu holen wenn an am Weg der Genesung ist und auch mit anderen in
103 Verbindung zu treten die auch am Weg der Genesung sind, nur dadurch, dass das Internet so
104 anonym ist weiß man halt nicht an wen man wirklich gerät und in welche Kreise man dann halt
105 wieder hinein kommt und wie sinnvoll und hilfreich die Tipps wirklich sind L

106 I: Mhm. Es äh diese Frage erübrigt sich jetzt zwar eigentlich aber wo sehen Sie konkrete Gefahren
107 bzw. eben die Nachteile von so einer ah Kommunikation über Onlineforen oder eben auch über
108 soziale Netzwerke?

109 ST: Jo eben die Anonymität – aber ich glaube die Anonymität (.) ist auch ein Hauptproblem aber
110 ich glaub' nicht nur, das Problem ist, wenn man im Internet mit dieser Krankheit an jemanden gerät,
111 der genauso betroffen ist von dieser Krankheit, pusht sich das halt ins Endlose. Und jeder der
112 kommt und was Gegenteiliges darunterschreibt den wird man halt wahrscheinlich ignorieren oder
113 denken es Nachteil.

114 I: Mhm, ja und gerade die Anonymität ist oft das, was halt die Personen mit der Krankheit Anorexia
115 nervosa dazu treibt, dass sie äh auf Onlineforen oder Social Media zurückgreifen ähm also, das ist
116 ihnen ja teilweise auch lieber wie face-to-face Kommunikation. Warum glauben Sie ist das so?

117 ST: Naja weil äh generell bei Essstörungen ist es (2) naja man kann's nie so genau sagen weil
118 Essstörungen immer multifaktoriell sind aber ich würde auf jeden Fall sagen, dass eine Essstörung
119 immer mit einem Problem der Emotionsregulationsstörung verbunden ist und wir wissen ja, dass
120 vor allem PatientInnen die von Anorexia nervosa betroffen sind, sehr rigide sind in ihrem – in ihrer
121 Mimik und Gestik und in ihren Verhaltensweisen und, dass durch die Unterernährung des Gehirns
122 sie kognitiv einfach sehr unflexibel werden und Probleme damit haben Emotionen bei anderen zu
123 erkennen und selber Emotionen zu zeigen und insofern ist der Weg der Anonymität ein guter
124 Ausweg L

125 I: Ist L

126 ST: - sich dem nicht stellen zu müssen L

127 I: Ist es vielleicht auch einfach ein Schrei nach Aufmerksamkeit?

128 ST: (2) Hm (3) Hm (.) Vielleicht.

129 I: Also das kann man wahrscheinlich nicht so genau sagen?

130 ST: Ich glaube, das ist von Patient zu Patient verschieden.

131 I: Ok. Ähm Also sie haben es vorhin eh schon kurz angesprochen und zwar geben sich ja
 132 Personen, die – die sich innerhalb der Pro Ana Bewegung befinden, geben sich ja gegenseitig sehr
 133 oft Abnehmtipps und Tricks wie zum Beispiel eben, dass man nach 19 Uhr nichts mehr essen darf,
 134 dass man eben kein Fast Food essen soll, dass man sich eben auch, weil's ganz oft auch Tipps
 135 gibt wie man zum Beispiel wenn man ähm nach dem Essen erbricht, das vor den Eltern geheim
 136 halten kann und so, a:m. Sehen Sie in diesen Tipps – sehen Sie diese Tipps als nachvollziehbar –
 137 teilweise- oder völlig aus der Luft gegriffen und für eine Person die nicht krank ist eher als nicht
 138 nachvollziehbar?

139 ST: Naja die Tipps, die Sie aufgezählt haben sind ja harmlos im Endeffekt L

140 I: Das sind auch die @(Harmlosesten)@ die es gibt ja L

141 ST: Also kein Fast Food essen, ja. Ist im Endeffekt wahrscheinlich wirklich gesünder für jeden. (.)
 142 Ja das kann ich schon nachvollziehen wenn sich irgendjemand den Tipp gibt, dass er kein Fast
 143 Food essen soll, aber ich kann halt nicht nachvollziehen wenn sich irgendwer den Tipp gibt, man
 144 kann nur einen Apfel pro Woche äh pro Tag essen zum Beispiel. Oder man muss, man darf auf
 145 keinen Fall abends essen oder man muss fünf Liter Wasser am Tag trinken und darf nur (2) ein
 146 Joghurt am Tag essen – Natur 0 Prozent Fett, das ist halt – es gibt halt sehr ungesunde Tipps.

147 I: Ok. Und Ähm Personen der Pro Ana Bewegung machen eben sehr oft so genannte Bodychecks,
 148 a:hm und stellen ihre Ergebnisse halt dann online. Ahm inwieweit kann diese Art der Freizügigkeit
 149 der Verbesserung bzw. der Verschlechterung des Zustandes dienen, weil ganz oft werden
 150 Bodychecks dann, wie beispielsweise auf Instagram online gestellt, das heißt es wird ein Bild
 151 veröffentlicht, meistens ein sehr freizügiges Bild von einem sehr dünnen Körper, wo ähm Leute auf
 152 verschiedene Art und Weise eben dann darauf reagieren. Entweder sie befürworten es oder sie sind
 153 halt komplett dagegen und sagen „Oh mein Gott wie schaust du aus“. Glauben Sie, inwieweit kann

154 das dann verbessern – zu einer Verbesserung bzw. Verschlechterung führen? Ist es möglich die –
155 auf die Kommentare richtig einzugehen oder sehen die sowieso nur das was sie sehen wollen, also
156 eben, dass zum Beispiel jemand schreibt „du bist wunderschön“ wird wahrscheinlich mehr
157 Beachtung kriegen als wenn jemand schreibt „du bist hässlich, du bist zu dünn, du musst
158 zunehmen“ L

159 ST: Hmm L

160 I: Glauben Sie, dass da durch Kommentare eine Verschlechterung oder Verbesserung des
161 Zustandes möglich ist?

162 ST: Also prinzipiell glaub' ich bei Menschen, die wirklich Anorexia – von Anorexie betroffen sind, ist
163 das schon so weit fortgeschritten, dass das jetzt nicht mehr viel dazu beiträgt und ich glaub', dass
164 das sehr wohl ein Ansporn sein kann wenn jemand sagt „du bist viel zu dünn“, weil das ist halt das
165 was die hören wollen. Und ich glaub, dass das, dadurch dass es so eine schwerwiegende
166 Krankheit ist, im Endeffekt trägt alles nur irgendwo der Verschlechterung bei und ich glaub', die
167 sind in so einem Tunnel drinnen, wo die Anorexie-Stimme so dominiert, dass es eigentlich egal ist
168 was da darunter geschrieben wird.

169 I: Ähm und aus psychologischer Sicht, was könnte man tun um gegen Pro Ana, beispielsweise
170 eben bei PatientInnen vorzugehen?

171 ST: Ja, Prävention in Schulen @(.)@, aber wer finanziert das? L

172 I: ja L

173 ST: Und was könnte man da machen, es ist halt, ja und auf jeden Fall bei Prävention, generell wie
174 bei allen psychischen Krankheiten, um halt einfach auch sicherzugehen oder das zu fördern, dass
175 alle Personen, die eventuell betroffen sind und vor allem Personen, die vielleicht wen kennen der
176 betroffen ist, frühzeitig in eine Behandlung zu bringen, weil sie dann die besseren Heilungschancen
177 gibt und den besten Zugang zu Jugendlichen gibt es halt über die Schulen. Ich glaube, dass das
178 der sinnvollste Weg wäre, aber natürlich Prävention, Prävention, Prävention.

179 I: Mhm. Ähm zum Beispiel auf Instagram gibt's diese Funktion, dass ähm – eben wenn du jetzt
180 Hashtag Pro Ana eingibst beispielsweise, dann warnt dich Instagram schon davor, dass du jetzt
181 gleich Beiträge sehen wirst, die ähm die vielleicht schockieren können oder die halt nicht ähm gut
182 sind für dich und du wirst automatisch auf Hilfeseiten weitergeleitet. Momentan gibt's diese

183 Hilfeseiten zwar nur, also es gibt nur Angebote von ahm Amerika und Kanada, soweit ich das jetzt
184 in Erinnerung hab' und noch nichts für Europa┐

185 ST: England┐

186 I: Glauben Sie, dass das – England genau. Glauben Sie, dass das prinzipiell sehr nützlich ist oder,
187 dass es wenn du das jetzt echt schon, dass du wenn du jetzt wirklich schon danach suchst,
188 ignorierst. Oder glauben Sie, dass das sehr nützlich sein kann.

189 ST: Ich glaube, dass es nicht schlecht ist, aber ich glaube nicht, dass es die Masse rettet.

190 I: (.) Ok┐

191 ST: Also sicher ist es super, dass es das gibt. Aber prinzipiell wird man im Internet mit so vielen
192 Informationen überflutet┐

193 I: Mhm┐

194 ST: Das drückt man halt schnell weg, also ja. Aber natürlich ist es sinnvoll, dass es das gibt.

195 I: (.) A:hm. Was raten Sie, oder würden Sie Ihren PatientInnen raten wenn es um Pro Ana geht?
196 Also Sie haben schon gesagt Prävention ist das Wichtigste und Sie wissen jetzt zum Beispiel, ok
197 einer oder eine meiner PatientInnen hat – ist definitiv Pro Ana, lebt das eben schon als Lifestyle
198 oder halt als Religion aus. Was können Sie, was würden Sie machen? Oder was können Sie
199 machen?

200 ST: Ja das ist halt ein langwieriger Prozess(.) glaub' ich, Patienten dazu zu kriegen, zu sehen, wie
201 ungesund das ist was sie machen und im Endeffekt sind alle Patienten Pro Ana ob man es jetzt so
202 bezeichnet oder nicht (.)┐

203 I: Also┐

204 ST: A:ber das ist auf jeden Fall etwas, was man nicht in einem Gespräch klären kann oder mit
205 einem Hinweis klären kann, je nachdem in welchem Zustand sich die Patienten befinden aber es ist
206 ein langer Weg bis wirklich Einsicht (2) kommt.

207 I: Ja, also ganz wichtig ist schon, dass man auch die Tatsache erkennt, dass Pro Ana nicht nur
208 online existiert, sondern dass Pro Ana a fixer Bestandteil ist von der Krankheit. Habe ich das richtig
209 verstanden?

210 ST: Ja, ich würde jetzt nicht sagen Pro Ana ist ein fixer Bestandteil der Krankheit, aber dieses (.)
211 „glauben“ und das was Pro Ana vermittelt ist ein fixer Bestandteil der Krankheit und Pro Ana ist halt
212 eine Art und Weise wie man diesen Bestandteil der Krankheit betiteln und leben kann.

213 I: Ok. Und warum glauben Sie, dass eben Pro Ana-Anhänger und Anhängerinnen in Ihrer Krankheit
214 oder bzw. in Anorexia nervosa, oder auch kur Ana, eine Freundin sehen? Sie haben vorhin schon
215 gesagt, dass das ganz viel mit der Stimme zu tun hat, die eben quasi sagt „du darfst das nicht mehr
216 essen“ oder halt „das hat so und so viel Kalorien“ also die innere Stimme L

217 ST: Naja also prinzipiell glaub‘ ich, dass PatientInnen die von Anorexie betroffen sind, sehr einsam
218 sind und das weiß man ja auch aus verschiedenen (2) Gesprächen und auch Berichten oder
219 Forschungsartikeln, dass man umso mehr man in die Krankheit gerät umso isolierter ist man und
220 umso mehr isoliert ist man auch und zieht sich vom ganzen Umfeld zurück und Pro Ana ist halt
221 etwas, was einem Stütze gibt.

222 I: Ok und was könnte man jemandem raten der mit Pro Ana in irgendeiner Form zu tun hat oder
223 eben auf ein Pro Ana Forum im Internet stößt und auch zum Beispiel als Elternteil?

224 ST: (2) Hmm. (3) Ja (.) Ich glaube verbieten ist halt schwierig im Zeitalter der Handys und der
225 Internet- also ich meine man hat ja freien Internetzugang überall und immer, mehr oder weniger.
226 Also verbieten ist schwierig, aber (.) natürlich muss man als Elternteil sagen, dass das nicht gut ist
227 und dass das falsche Inhalte äh vermittelt- falsche Inhalte – falsche Ansichten sind, die von diesen
228 Webseiten vermittelt werden. Und man muss halt einfach versuchen, das Kind in Behandlung zu
229 bringen, hoffen dass Einsicht einkehrt um dann das Kind immer wieder zu motivieren, dass andere
230 Grundprinzipien wichtig sind und nicht was Pro Ana sagt.

231 I: Ok, und eben durch die große Interaktion auf sozialen Netzwerken wie Facebook, Instagram etc.
232 ähm verbreiten sich ja Pro Ana-Seiten und Profile in sehr starkem Ausmaß. Ahm Gäbe – Gäbe es
233 laut Ihnen eine Möglichkeit dagegen vorzugehen oder ist die einzige Möglichkeit Prävention?

234 ST: (2) @(.)@ Ich weiß nicht ob es eine Möglichkeit gibt, dass man dagegen vorgeht aber es wäre
235 auf jeden Fall sehr schön weil es ist auf jeden Fall ein Riesenproblem, dass schädliche Inhalte so
236 frei zugänglich sind für Menschen die eh schon allein sind und irgendwie isoliert sind und
237 irgendwelche Probleme haben und pff (.) ja, gefährliche Inhalte, gefährlich unter
238 Anführungsstrichen, sollten auf jeden Fall stärker kontrolliert und gesperrt werden.

239 I: Ahm, wenn zum Beispiel, ahm, Jugendliche oder jemand von Ihren PatientInnen schon
240 diagnostiziert Anorexia- die Krankheit Anorexia nervosa hat, soll man oder darf man oder muss
241 man diese Personen über Pro Ana oder Pro Ana Foren aufklären oder kann man damit eher was
242 Gegenteiliges bewirken und die grad auf falsche Gedanken bringen?

243 ST: Beides. Also (.) Patienten erzählen das oft von alleine indem man einfach fragt „und wo (.) bist
244 du mit anderen Menschen in Kontakt, in irgendeiner Form, die auch von der Krankheit betroffen
245 sind oder kennst du wen anderen?“. Und wenn Patienten von alleine ansprechen, dass sie solche
246 Seiten kennen oder in diversen sozialen Netzwerken aktiv sind, sollte man schon oder kann man
247 das schon ansprechen. Aber ich würde jetzt sagen, dass (.) wenn es nicht aktiv von alleine von der
248 Patientin kommt, dass man es nicht unbedingt ansprechen sollte. Also ich finde man kann die
249 Patientin schon fragen, ob sie in sozialen Netzwerken generell aktiv ist, aber nicht direkt das Wort
250 Pro Ana, würde ich nicht direkt benutzen wenn es nicht die Patientin vor mir benutzt.

251 I: Ok, dann bedanke ich mich schon mal sehr herzlich fürs Interview. Gibt's jetzt noch irgendwas –
252 was –was Ihnen noch am Herzen liegt, was Sie noch dem Interview beifügen wollen? Zum Beispiel
253 dem Thema Prävention @(.)@ Irgendwas noch was- was- was Tipps für die Zukunft sind, oder
254 Tipps für Eltern oder...

255 ST: Ja @(.)@ also es wäre halt schön, wenn wenn wenn wenn quasi die Möglichkeit für Prävention
256 mehr bestehen könnte oder würde und äh:m wenn man Menschen halt mehr darüber aufklären
257 könnte was Warnsignale halt einfach sind und es wäre halt schön wenn generell bei psychischen
258 Krankheiten, und wir wissen aus aktuellen Studien ja, dass viele Kinder und Jugendliche in
259 Österreich von einer psychiatrischen Krankheit betroffen sind oder quasi subklinisch postbetroffen
260 sind. Und es wäre schön, wenn die Öffentlichkeit irgendwie mehr „ein Ohr“ für das haben würde
261 und Signale früher sehen würde und nicht so wie jetzt oft das ignoriert.

262 I: Ok also Öffentlichkeitsarbeit wäre auf jeden Fall auch ein präventiver Vorteil?

263 ST: Ja, ich finde, dass man über psychiatrische Krankheiten oder psychiatrische Probleme so
264 tabuisiert werden und, dass wir über das längst hinweg sein sollten und, dass Prävention für
265 psychiatrische Krankheiten – findet eh statt aber genauso intensiv oder noch intensiver stattfinden
266 kann oder präventiv behandelt werden und, dass das längst einfach kein Thema mehr sein sollte
267 von dem man sich abwendet oder weggeschaut wird.

268

269 15.3.2. Interview 2: Frau Mag. Dr. Julia Philipp/ Ärztin und Psychologin an der Medizinischen
270 Universität Wien

271 I: So, also vielen Dank, dass Sie sich für das Interview bereit erklärt haben...Wie Sie sicher wissen,
272 gibt es bereits unzählige gesundheits- bzw. krankheitsfördernde Foren im Internet, wo sich vor
273 allem Jugendliche gerne Tipps holen und miteinander kommunizieren. Nun zeichnet sich
274 krankheitsfördernde Kommunikation auch immer mehr als Trend auf sozialen Netzwerken ab.
275 Warum glauben Sie ist es gerade für Personen mit der Krankheit Anorexia nervosa eine Option
276 ähm, sich Hilfe bzw. Tipps und Tricks auf Social Media Plattformen zu suchen?

277 JP: Ah, ja, also was wir wissen äh aus uns- aus den Erfahrungen mit Anorexiepatienten, dass ein-
278 es ganz abgesehen von den Symptomen, die die Erkrankung direkt mit sich bringt, und auch immer
279 eine Rolle spielt, dass die Betroffenen sozial isoliert sind, sehr zurückgezogen sind, aus
280 verschiedenen Gründen, ähm zum Beispiel weil die Beschäftigung mit dem Essen oder der
281 Krankheit sehr viel Zeit kostet oder auch weil soziale Kontakte häufig mit Nahrungsaufnahme in
282 Verbindung stehen, also sowohl in der Schule in den Pausen als auch im äh Privatleben oder am
283 Wochenende trifft man sich einfach häufig und es steht in irgendeiner Form auch
284 Nahrungsaufnahme im Raum und ähm, auch weil man weiß, dass ähm Anorexiepatienten häufig
285 auch begleitend auch an Depression leiden, wo dann die soziale Isolierung noch verstärkt wäre,
286 das heißt, dass sie sich oft allein gelassen fühlen und es auch sind bis zu einem gewissen Grad
287 und auch weil die Erkrankung häufig immer noch nicht sehr verstanden wird von vielen Menschen
288 und auch nicht so häufig ist und trotzdem ähm also nicht trotzdem sondern vielleicht sie nicht so
289 häufig ist, auch ähm noch nicht so viele Leute so viel darüber wissen und ähm dann wirklich auch
290 ein Verständnis dafür fehlt und diese Isolation auch einfach daher rührt, dass viele vielleicht gar
291 nicht wissen, wie man mit so jemandem umgeht. Das heißt äh, dass die einfach viel auf sich allein
292 gestellt sind, auch viel Zeit mit sich selbst verbringen und ähm ja, dadurch sich natürlich eine Art
293 der Kontaktaufnahme und des Austauschs über so eine Plattform oder über, oder eben online
294 anbietet oder ja, viele Vorteile mit sich bringt.

295 I: Mhm. Und welche Kriterien müssen Betroffene ähm generell erfüllen damit die Diagnose
296 Anorexia nervosa gestellt werden kann?

297 JP: (.) Ähm ja, also ah, es gibt ja verschiedene äh ähm, also ähm eigentlich zwei Kriterienkataloge,
298 ähm und wir in Österreich benutzen eigentlich die ICD 10 Kriterien, und da ist es ganz klar
299 festgelegt, was erfüllt sein muss. Prinzipiell geht es darum, dass es immer – eine
300 Gewichtsabnahme im Vordergrund steht bzw. bei sehr kleinen Kindern könnte es auch sein, dass

301 das Gewicht einfach stehen bleibt und die einfach nicht adäquat zunehmen. Und ähm ja, bei über
302 18-Jährigen wäre es auf jeden Fall eine Gewichtsabnahme und zwar bis auf ein sehr kritisches
303 Untergewicht, also vom BMI her ist 17,5 die magische Zahl, die notwendig ist um die Diagnose zu
304 stellen, also 17,5 oder weniger. Ähm und ah, dann ist es wichtig oder ist es äh wesentlich, dass der
305 Gewichtsverlust selbst herbeigeführt ist, also dadurch, dass man die Nahrung einschränkt aber
306 bewusst und aktiv und auch den Wunsch hat Gewicht zu verlieren. Also es beginnt auch manchmal
307 über eine Diät, ganz harmlos, und man kommt dann in einen Teufelskreis hinein. Und ähm was
308 auch eine Rolle spielt ist die regelmäßige Beschäftigung mit Figur und Gewicht und
309 Nahrungsmitteln und die Angst vor Gewichtszunahme und die Angst dann auch ähm, vor
310 bestimmten Nahrungsmitteln oder so, also es gibt dann (.) auch spezielle Nebenkriterien aber das
311 ist so das Haupt- das zentrale Merkmal eigentlich.

312 I: Ok. Und wann haben Sie das erste Mal von Pro Ana gehört?

313 JP: Ja also im im Rahmen der Beschäftigung, wenn man sich einfach Fachliteratur anschaut (.) ist
314 das einfach äh ja, irgendwann erwähnt worden und ja. Konkret war es dann so, dass wir, hier in der
315 Klink findet jährlich einen Essstörungskongress statt und ich hab' ähm einmal mir gedacht, dass
316 das ähm jetzt auch weil soziale Medien immer mehr verbreitet werden und weil ich da auch schon
317 ein paar Mal mitbekommen hab, dass das so gestreift wurde, das Thema, mir gedacht, dass es
318 nicht schlecht wäre, sich damit mal zu beschäftigen jetzt ganz genau und konkret und intensiv. Und
319 ja. Das war so der Start.

320 I: Ok. Und wodurch charakterisiert sich Pro Ana bzw. was macht die Pro Ana-Bewegung aus?

321 JP: Naja, also hmm, @(.)@, das ist ein bisschen schwierig, weil ich, ich unterscheide immer gerne
322 – wenn ich ein bisschen ausholen darf

323 I: Mhm @(.)@

324 JP: Darf ich? Ich unterscheide immer gern, also es gibt diese äh äh, wenn man jetzt auf
325 essstörungsbezogene Inhalte in Onlinemedien oder im Internet, sich anschaut was es das alles
326 gibt, dann gibt's ja also Seiten die von professionellen Menschen betrieben werden und auch von
327 Vereinen oder Kliniken wo man sich Unterstützung holen kann, manche sind auch betreut durch
328 Menschen, die einfach eine Ausbildung diesbezüglich haben. Und dann gibt's eine große, ähm,
329 also ein ein großes Feld wo ähm, nicht, dass nicht von ähm Experten betrieben wird, sondern eben
330 von teilweise Selbstbetroffenen oder als Selbsthilfe gedacht ist. Wo es schon das Ziel hat sich zu
331 unterstützen und in Richtung äh Gesundheit zu gehen und ähm ja. Und äh dann gibt's das große

332 Feld wo es eher darum geht die Krankheit festzuhalten und nicht aufzugeben. Und wenn wir uns
333 jetzt nur mal das Dritte anschauen, weil da fällt diese Pro Ana hinein, dann würd' ich da auch noch
334 unterscheiden zwischen denen die diese klassische Pro-Bewegung sind um die es ja jetzt auch
335 geht und die wo es eher darum geht, dass die so ein bisschen resigniert haben und auch für sich
336 beschlossen haben nicht gesund werden zu wollen oder nicht zu können, eigentlich, und ähm die
337 einfach damit leben wollen und möglichst in Ruhe gelassen werden wollen und wo der Austausch
338 im Vordergrund steht und in dieser ganz klassischen Pro-Szene, da wird auch Wert darauf gelegt,
339 dass die Erkrankung zum Beispiel so ein bisschen als Lebensstil gelebt und als Lifestyle
340 verherrlicht wird und als bewusste Wahl oder bewusste Entscheidung gedacht ist, das auszuleben,
341 was ja eigentlich von den, aus psychiatrischer Sicht, von den Diagnosekriterien nicht so gedacht
342 ist, also man kann sich nicht aussuchen eine Anorexie zu haben, ja. Aber im Rahmen dieser Pro
343 Ana-Bewegung wird das so dargestellt als wäre jeder der das nicht schafft, das so durchzusetzen
344 oder zu leben, auch schwach oder hätte versagt und als wäre das etwas, das als erstrebenswert
345 gilt. L

346 I: Ja L

347 JP: Ja genau L

348 I: Wollen Sie noch etwas hinzufügen? @(.)@

349 JP: Hmm. L

350 I: Na sonst geh L

351 JP: Na vielleicht kommt später, vielleicht ja L

352 I: Genau sonst gehen wir zur nächsten Frage über. Ähm sind Sie in Ihrem beruflichen Alltag schon
353 mal mit PatientInnen konfrontiert worden, die offensichtlich der Pro Ana-Bewegung angehören?

354 JP: Ähm, also (.) Ich versuch's mal nicht, also ich versuch's mal allgemein zu formulieren. Also es
355 ist so, was man aus der Forschung weiß oder aus Studien weiß, wobei es gibt eigentlich nicht sehr
356 viele Studien, muss man auch dazu sagen, also die Wissenschaft ist das noch sehr am Anfang, es
357 ist auch nämlich gar nicht so leicht, dass zu erheben und es besteht auch glaub' ich noch viel
358 Respekt und Angst das Thema direkt anzusprechen, aber dazu kommen wir, glaub' ich, später
359 auch noch. Aber man weiß, aus den paar Studien die es gibt, dass ähm eigentlich, das sind
360 teilweise sehr alte Studien, die sind teilweise schon zehn Jahre alt, und da weiß man von den
361 Betroffenen, dass ein relativ großer Anteil der betroffenen Patienten auf solchen Seiten unterwegs

362 ist oder in solchen Gruppen ist. Also was man auch weiß ist, dass heutzutage, und das sehen wir
363 hier natürlich auch, dass die Patienten auch sehr vernetzt sind, auch untereinander. Und es ist
364 nicht auszuschließen und es kommt auch immer wieder vor, dass sich Gruppen bilden die
365 möglicherweise in so eine Richtung gehen. Ähm ja (.) genau L

366

367 I: Ja. Ok und ähm aus psychologischer Sicht, was glauben Sie, welche Beweggründe stecken
368 hinter Pro Ana, warum wird jemand Pro Ana, warum wünscht sich das jemand als Lifestyle oder
369 warum möchte jemand so etwas leben.

370 JP: Ja also ich glaub das ist eine gute Frage @(.)@ als es ist auch schwierig zu beantworten, weil
371 ä:h:m äh es sehr selten, man selten, irgendwie selten dazu kommt die Leute mal direkt zu befragen.
372 Was man aber weiß, ist, dass ah:m generell sehr viel dieser Austausch im Vordergrund steht, dass
373 man sich unzensiert oder Gefühle austauschen kann. Dass man auch, also, weil zum Beispiel in
374 diesen professionell geführten Seiten, da werden häufig Zensuren vorgenommen. Man darf keine
375 Zahlen zum Beispiel schreiben, keine Gewichtsvergleiche machen und ähm, wenn man im
376 Privatleben sehr isoliert ist selbst und und dadurch, dass die Erkrankung auch nicht so häufig ist
377 kann man sich in einem anderen Umfeld wirklich nicht gut austauschen und es ist sehr viel
378 Unverständnis da und auch sehr viel Schamgefühl und oft oft traut man sich das auch gar nicht
379 anzusprechen also ähm im Umfeld und es ist äh äh – jetzt hab' ich den Faden verloren. Ähm ja, da
380 beginnt man dann einfach sich im Internet damit auseinander zu setzen und wenn man dann
381 zufällig im Internet sich in solchen Gruppen befinden, kann es passieren, dass man in sowas
382 reinrutscht. Also ich glaube, dass das eigentlich auch manchmal eher zufällig passiert, dass man
383 auf so eine Seite kommt und in so einer Gruppe landet. Weil ich mein ähm ja woher soll man (.)
384 woher soll man es denn sonst wissen. Und ähm, ich nehme an, dass das fast, also es gibt auch
385 manche Forschungen, die das , die diese ganze Überlegung so ein bisserl mit sektenartigem
386 Charakter beschreiben, also dass man da zwar nicht auch – ohja, dass man auch strenge Kriterien
387 erfüllen muss um da dazu zu gehören, das heißt es ist eine Leistung also man hat auch was
388 geschafft und was erfüllt wenn man da drinnen ist und man will dann auch drinnen bleiben, weil die
389 Konsequenz wäre, dass man quasi wieder ausgeschlossen wird, was gleichbedeutend wäre mit
390 versagt haben oder eben ja, ähm, nicht mehr in einer sozialen Gruppe integriert zu sein. Also es
391 hat so diesen Aspekt, und ähm das heißt, also das sind alles so Faktoren, die dazu dienen würden,
392 dass man noch mehr, oder dass man da noch mehr, also – jetzt hab ich ganz den Faden verloren
393 @(.)@ also, dass man noch mehr in diese Gruppen hinein will und auch drin bleiben will und ich

394 also ich glaub' auch, dass es eine Rolle spielt, dass ähm man diese Bestätigung, die man von den
395 anderen bekommt und diese Bestärkung, dass einem die vielleicht auch im echten Leben fehlt und,
396 dass man sich die einfach über über diese irgendwie (.) ja, also, dass man dann überschüttet wird
397 mit mit ähm positiven Rückmeldungen wenn man zum Beispiel abgenommen hat und im echten
398 Leben würde man jetzt natürlich dafür nicht belohnt werden, wenn man weiter abnimmt, weil da
399 wollen ja alle – will das ganze Umfeld, dass man zunimmt. Und nachdem aber gerade Magersucht,
400 gerade Anorexie eine Erkrankung ist, die sehr äh synton ist, also das bedeutet, dass man sich sehr
401 leicht damit identifiziert im Gegensatz zum Beispiel zu einer Depression oder so wo man eher
402 sagen würde, dass es – oder von Zwängen zum Beispiel, Zwängen ist vielleicht noch das bessere
403 Beispiel, wo man sagen würde, das ist etwas, das wollen die eigentlich nicht selber haben und die
404 wollen das eigentlich loswerden und die leiden da drunter und die haben auch das Gefühl, das das
405 bin eigentlich nicht ich selbst und ich muss jetzt ständig was kontrollieren. Aber eigentlich bin das ja
406 gar nicht ich. Und bei der Anorexie ist es eher so, dass man – dass die Betroffenen sehr dazu
407 neigen, das äh sich mit dem zu identifizieren und das auch ähm ja, sehr als eigenes anzusehen
408 und dann auch nicht wollen, dass ihnen das – also bis zu einem gewissen Grad auch nicht wollen,
409 dass man ihnen das wieder wegnimmt, weil man auch sehr viel sekundären Krankheitsgewinn
410 dadurch hat und also man hat eigentlich viel von Macht und Kontrolle usw. und bekommt eben
411 auch viel Bestätigung und Bestärkung.

412 I: Mhm┐

413 JP: In den Gruppen┐

414 I: Sehen Sie generell Vorteile, ich meine Sie haben es jetzt eigentlich eh schon angesprochen.
415 Sehen Sie konkrete Vorteile in einer solchen Gesundheits- bzw. Krankheitskommunikation? Sie
416 haben eh schon gesagt, dass man sich nicht vollständig isoliert, dass man sich zugehörig fühlt,
417 verstanden fühlt. Gibt's noch was, was Sie dem vielleicht hinzufügen wollen? ┐

418 JP: Naja┐

419 I: Sonst springen wir gleich zur nächsten Frage und zwar wo liegen laut Ihnen die Gefahren einer
420 solchen Krankheitskommunikation?

421 JP: Naja die Hauptgefahr ist sicherlich, dass man dadurch also es ist, ich würde jetzt eigentlich
422 sagen, dass es nichts ist, was eine Essstörung auslösen kann, in dem klassischen Sinne, dass es
423 als alleinige Ursache dient. Ich glaub' aber wenn jemand vorbelastet ist und ich mein in Wahrheit ist
424 jemand vorbelastet in den meisten Fällen, wenn er sich auf solchen Seiten herumtreibt, dann kann

425 es schon sein, dass das als ein Faktor dient, der mit anderen Faktoren zur Entstehung einer
426 Essstörung beitragen kann, weil die Inhalte schon sehr essstörungsfördernd sind. Und was auf
427 jeden Fall als eine Gefahr interpretiert werden kann, ist die Tatsache, dass es sich wenn man auf
428 so eine Seite kommt, die Inhalte krankheitsaufrechterhaltend sind, also, dass man schwieriger
429 gesundwerden kann oder eben es weniger leicht hat, äh ja, in in, also, dass man einfach auf den
430 Seiten mehr motiviert wird noch tiefer in die Krankheit hinein zu rutschen und noch mehr
431 Symptome zu zeigen, als dass man motiviert wird sich Hilfe zu holen. Also das ist sicher die
432 Hauptgefahr.

433 I: Ja. Glauben Sie, dass es auch für einen gesunden Menschen gefährlich ist, wenn er auf solche
434 Seiten kommt?

435 JP: Also was man da aus verschiedenen Studien weiß, ist dass es zum Beispiel auch gesunde
436 Leute, es wurde hauptsächlich mit Studenten gemacht, wenn die sich mit den Inhalten
437 auseinandersetzen müssen von solchen ähm Seiten, dann ähm, wenn man da vorher und nachher
438 Fragebögen verteilt wo zum Beispiel gemessen wird wie das Selbstbild aussieht, wie zufrieden
439 die Leute mit sich selber sind und mit ihrer Figur, dann sieht man, dass nach der Beschäftigung,
440 selbst wenn die sich nur ein zwei Stunden, und jeder der manchmal im Internet ist, der weiß wie
441 schnell ein zwei Stunden man mal wo festhängt, selbst wenn man nur zwei Stunden auf so einer
442 Seite ist, wirkt sich das ganz signifikant auf das Selbstbild aus und erhöht die Unzufriedenheit mit
443 dem Körper, das heißt es ist schon so, dass auch gesunde Leute gefährdet sind, ähm zum Beispiel
444 weil es die Unzufriedenheit erhöht und weil es die Selbstwahrnehmung verschlechtert, und man
445 weiß, dass hohe Unzufriedenheit und schlechte Selbstwahrnehmung ist ein Risikofaktor für eine
446 Essstörung, ja, also es wäre, ich glaub' nicht, also ich glaube es ist nicht, oder es wird auch in der
447 Forschung oder in der Literatur nicht gehandhabt als primärer Auslöser aber es könnte einen
448 Auslöser verstärken.

449 I: Ok, ok. Ahm innerhalb der Pro Ana-Bewegung geben sich die Betroffenen gegenseitig
450 Abnehmtipps und -tricks, eben wie zum Beispiel nach 19 Uhr nichts oder eben kein Fast Food und
451 dann gibt's eben auch solche Tipps wie zum Beispiel, wie kann ich Erbrochenes vor meinen Eltern
452 verstecken, ahm, dass ich mir eben nicht die Zähne putzen soll direkt nach dem Erbrechen und
453 vieles mehr. Oder zum Beispiel auch, dass man jetzt a:hm, grad vor kurzem hab' ich wieder etwas
454 gelesen mit man soll jetzt drei Liter Milch am Tag trinken, weil das hemmt halt den Hunger komplett
455 und sehen Sie einige dieser Tipps als nachvollziehbar oder völlig aus der Luft gegriffen? Wie

456 kommen Patienten oder halt Betroffen auf solche, oder halt, für einen gesunden Menschen nicht
457 nachvollziehbare Tipps?

458 JP: Naja, also (2) Damit ist jetzt gemeint ob die wirklich alle Sinn machen in der Pro Ana-Welt?

459 I: Ja, genau L

460 JP: Oder ob ich manche davon selber gut finde, oder beides L

461 I: Es ist, es ist ja – eigentlich beides also mich würde eigentlich beides interessieren L

462 JP: Ok. Also dann, ähm, nachvollziehbar also das mit der Milch, darüber muss ich jetzt kurz
463 nachdenken, wobei ich kann mir nicht vorstellen, dass es, ich kann das jetzt gar nicht so
464 beantworten L

465 I: ja L

466 JP: Aber die meisten von diesen Tipps, also es gibt ja 100 Tipps und Tricks –Sektionen, zum
467 Beispiel wo 100 Tipps äh Tricks stehen ich mein ähm, auf der einen Seite muss man sagen, dass
468 die meisten davon schon ihre Berechtigung haben, einzeln betrachtet und wenn man erzwingen will
469 eine Gewichtsabnahme zu erreichen, also in dieser Welt sind die schon sinn-, also ergeben die
470 schon Sinn und sind nachvollziehbar also auch so Tipps wie, man soll nach jedem Bissen ein Glas
471 Wasser trinken, ich mein wenn man das wirklich durchzieht, wird man insgesamt weniger essen.
472 Also wenn das Ziel ist weniger zu essen, dann ja, ist das ein schlüssiger Tipp. Oder ähm, nach
473 jeder, also nach einer kleinen Portion einen Kaugummi zu nehmen oder Zähne zu putzen, weil man
474 dann nicht gleich nochmals nachnimmt, weil man den Geschmack vom Kaugummi oder der
475 Zahnpasta im Mund hat ist, ja, durchaus, also ist logisch ein Stück weit, ja, oder auch da sind auch
476 Sachen wo man sich im ersten Moment denkt, das ist absurd, sich äh also, wenn man Hunger hat,
477 ablenken soll, da gibt's ganz absurde Tipps. 100 Sachen die man machen kann um sich
478 abzulenken, sowas wie im Kreis drehen 100 Mal bis einem schwindelig wird, ich mein ja @(.)@
479 also man kann genauso gut 20 oder 200 Origami oder irgendwas basteln, dann ist man auch
480 abgelenkt, also wenn es nur um die Ablenkung, ja, oder so L

481 I: Ja L

482 JP: Sie wissen was ich mein'. Und ähm das, das Problem ist halt, dass und ich glaub auch, dass
483 manche von den Tipps auch gar nicht, und das ist jetzt zieh ich die zweite Frage mit ein, dass es
484 gar nicht so schlecht ist, manche von den Sachen. Es gibt ja auch so Tipps wie, man soll lieber

485 zuerst eine kleinere Portion nehmen und sich erst dann nachnehmen, ich mein das, äh, oder es
486 gibt diesen Tipp, dass man ähm häufig, also immer eine bestimmte Anzahl kauen soll, äh das sind
487 ja auch alles Sachen, die häufig auch von Ernährungsberatern empfohlen werden und das muss
488 für eine gesunde Ernährung auch gelten, also, dass man bewusst isst und auch so ähm ah
489 Richtung Achtsamkeit und und und wenn man auch häufig kaut, dass man schneller ein
490 Sättigungsgefühl erreicht und auch dem Überessen vorbeugt, weil das Hauptproblem unserer Welt
491 immer noch die Überernährung also das Überessen ist und nicht unbedingt die Anorexie. Aber
492 natürlich für jemanden der an einer Anorexie leidet sind diese Tipps halt nicht förderlich, weil sie
493 noch mehr das Krankheitsziel verstärken und noch mehr auf zwanghafte Art eingebaut werden in
494 die Ernährungs- also in die Essensrituale. Und ähm ja, halt das ist, es ist, es geht einfach, dass die
495 Fülle der Tipps, wenn man 100 Tipps umsetzt, dann ist einfach dieses, die Gesamtheit dieser Tipps
496 ähm schädlich. Und da ganz eindeutig, also.

497 I: Ok, ok. Ahm Personen der Pro Ana-Bewegung machen sehr oft sogenannte Bodychecks und
498 stellen ihre Ergebnisse online, eben zum Beispiel bei Instagram läuft das folgendermaßen ab, dass
499 sich die halb nackt fotografieren und ähm meistens auch den BMI dazu schreiben und den
500 aktuellen, also ähm das aktuelle Gewicht, und das eben online stellen und sich eben entweder
501 positive oder negative Kommentare abholen oder das auch mit Bildern, die sie schon mal online
502 gestellt haben, vergleichen, oder sich auch mit Profilen von anderen Personen vergleichen.
503 Inwieweit kann diese Art der Freizügigkeit auf einem öffentlichen, sozialen Netzwerk der
504 Verbesserung bzw. der Verschlechterung des Zustandes dienen? Ich meine, dass es natürlich
505 abhängig ist von den Kommentaren, ist, ist logisch, aber gibt's sonst irgendwas, was Ihnen da jetzt
506 noch einfallen würde?

507 JP: Naja also ich äh (.) ich muss äh ganz ehrlich sagen äh, dass mir jetzt spontan nichts einfällt,
508 wo diese Art der Vergleiche zu einer Verbesserung des Zustandes dienen würde. Höchstens zur,
509 also vor allem nicht wenn es darum geht den Körper zu vergleichen, also wenn es darum geht,
510 Aktivitäten online zu stellen oder eine neue Frisur oder irgendetwas, das nicht direkt mit Aussehen
511 und Körper, Figur zu tun hat und diese Dinge positiv verstärkt werden, dann würd' ich sagen ok,
512 dass könnte einer Verbesserung dienlich sein, weil es wieder der sozialen Isolation, also äh,
513 entgegensteht- also äh, ja. Dass es äh, ja dass es entweder halt ja, gegen die soziale Isolation
514 steht und auch Dinge verstärkt werden die nichts mit dem Essen oder mit dem Aussehen zu tun
515 haben aber sobald es um einen Vergleich geht, und es ist egal ob mit anderen Profilen oder mit
516 früheren Fotos, kann das eig-, ist das eigentlich etwas, was nur zu einer Verschlechterung führen
517 kann, weil es, man immer Gefahr läuft, dass man negativ aussteigt aus dem Vergleich in dem

518 Sinne, dass man zu dick ist und selbst wenn man, selbst wenn man nur zum Beispiel
519 Rückmeldungen bekommt, dass man zu dünn ist, also man weiß auch, dass beide Arten der
520 Kommentare sich negativ auswirken können, auf auf das Zustandsbild. Aus ganz ver- aus ganz
521 unterschiedlichen Gründen, aber ja. Und ähm auch, also es hat auch viel zu tun damit, dass man
522 unter sozialem Druck steht, nicht nur vor sich selbst sondern auch vor anderen etwas abliefern zu
523 müssen, also auch diese Hungercontests oder so sind ganz schädlich, weil man es sich nicht wie
524 früher nur mit sich selber ausmacht und der eigenen Stimme, also der eigenen Essstörungsstimme
525 quasi Folge leisten muss, sondern auch noch Stand halten muss, dem Vergleich mit mit anderen
526 Leuten und ja, und vielleicht auch manchmal anderen Leuten die einen gar nicht kennen, die
527 vielleicht nicht mal besonders sensibel reagieren, weil es halt irgendwelche fremden Leute sind. _

528 I: Ja. Und was könnte man aus psychologischer Sicht tun um gegen Pro Ana, beispielsweise auch
529 bei PatientInnen vorzugehen?

530 JP: Also ich glaub was da sehr wichtig ist, ist einfach dass man sich überlegt was sind die
531 Beweggründe und einer der Hauptbeweggründe der angegeben wird ist dieser Austausch und die
532 Möglichkeit über alles zu- also auch in diesen klassischen Pro-Bereichen wird das als einer der
533 Hauptgründe dargestellt und ich glaub', dass es wichtig ist, zum Beispiel diesen Aspekt einfach im
534 echten Leben möglich zu machen, ja, und gerade wenn man aus einem, also wenn man auf
535 professioneller Ebene mit den Patienten zu tun hat, sollte man das Thema, wenn man das Gefühl
536 hat, es spielt eine Rolle, ansprechen, also eigentlich sollte man es auch ansprechen wenn man
537 vielleicht nicht, also man sollte es eigentlich immer in irgendeiner Art und Weise ansprechen aber
538 natürlich also vertiefen vielleicht erst wenn auch etwas zurück kommt in der Richtung. Ähm ich
539 glaube nicht, dass man Angst haben muss jemanden, weil ich weiß, dass bei Eltern oft die Ängste
540 bestehen, dass man jemanden dadurch in das hineintreibt oder jemandem einen Floh ins Ohr setzt,
541 oder erst die Idee wachruft, aber ich glaube da unterschätzen wir die heutigen Jugendlichen, weil
542 wir das nicht gewohnt sind und aus einer anderen Generation alle kommen, und ich glaub', dass
543 die Jugendlichen heutzutage besser, und besser als wir alle Bescheid wissen, was es alles gibt und
544 ähm, dass man an dem Thema heutzutage nicht mehr vorbei kommt, ja und dass die ganz genau
545 wissen was Pro Ana ist und also viele, viele. Manche wissen vielleicht nicht mal was eine echte
546 Anorexie ist und wissen aber schon was Pro Ana ist, also _

547 I: Ja _

548 JP: Also das glaub' ich fast eher.@(.)@ _

549 I: Ja_

550 JP: Und deswegen würd' ich es eigentlich, plädier ich dafür, es prinzipiell anzusprechen und
551 einfach den Patienten die Möglichkeit zu geben die Themen, die sie dort besprechen, auch ja, hier
552 zu besprechen und im echten Leben.

553 I: Ok. Und was würden Sie konkret, ähm, einer Patientin oder einem Patienten raten, wenn es um
554 Pro Ana geht?

555 JP: Ähm Sie meinen wenn der Patient wo, ähm, auf seiner Seite ist oder in so einer Gruppe
556 drinnen ist oder wie_

557 I: Genau, also, wenn sich herausstellt im Laufe der Therapie, oder was auch immer, dass sich also,
558 dass der wirklich Tipps holt aus dem Internet, um weiterhin abzunehmen, um dünner zu werden.

559 JP: Naja ich ähm man müsste einerseits, also ich, man müsste natürlich wieder, wie ich vorher
560 gesagt habe, herausfinden, was sieht- was ist für den der Vorteil daran, und ähm kann ich dem das
561 irgendwie anderes ermöglichen sodass er das nicht mehr braucht, und natürlich geht's da auch viel
562 um Psychoedukation, also Aufklärung in Bezug auf was, was ist, was genau – also ist das alles
563 stimmig was ich mir dort hol, wie viel ist davon auch wirklich wahr und was hilft mir das wirklich
564 weiter und zum Beispiel bei der Behandlung von Anorexiepatienten steht ganz viel im Vordergrund,
565 so, die Therapiemotivation und die Behandlungsmotivierung und ähm, wenn man viel an der
566 Motivation gesund zu werden arbeiten - arbeitet, dann würde quasi gleichzeitig die Motivation auf
567 solchen Seiten festzuhalten, runtergehen, weil beides ähm lässt sich schwer vereinbaren, in, in
568 einem und ja. Ich meine natürlich ist es immer schwierig aus so einem, wenn es jetzt nur um Seiten
569 geht und der holt sich die Informationen und jetzt ist alles – läuft passiv ab, dann ist es glaub' ich
570 auch einfacher zu sagen okay ich mach das nicht mehr, wenn der so eine WhatsApp-Gruppe oder
571 auf so einer, Instagram, also wenn der auch so, da aktiv beteiligt ist wo es ja auch wirklich noch um
572 viel Austausch geht mit bestimmten Menschen, glaub' ich, ist es viel schwieriger weil man, weil
573 man dann ja auch aktiv aus so einer Gruppe austreten muss_

574 I: Mhm, ok_

575 JP: und das auch irgendwie, ja_

576 I: Glauben Sie, dass sich der Austritt aus so einer Gruppe, eben zum Beispiel aus so einer
577 WhatsApp-Gruppe, sehr schwierig gestaltet, auch vielleicht auch aufgrund von anderen Personen,
578 die in dieser Gruppe sind, weil die vielleicht Druck ausüben_

579 JP: Ja_

580 I: oder so?

581 JP: Ja ich glaub', dass das eine große, also ich glaube, dass dieses, dass das ein Feld ist, das
582 noch viel zu wenig erforscht ist, und das ist jetzt alles sehr spekulativ. Aber ich glaube das schon.
583 Und ich glaub' auch, dass sich, dass die Patienten, die in Einrichtungen sind, und sich sehen sich
584 auch oft viel untereinander vernetzen und da ist es oft noch schwieriger auszusteigen. Und ähm, es
585 ist ja auch so, dass man zum Beispiel per WhatsApp zwar aussteigen kann, aber man kann auch
586 ständig wieder in die Gruppe eingeladen werden vom Gruppenadministrator beispielsweise, und
587 ähm (2), ja. Also das, man kann auch quasi passiv in so eine Gruppe reinkommen, einfach auch
588 immer wieder ja_

589 I: Ja_

590 JP: Außer man blockiert wahrscheinlich jeden einzelnen von den Leuten_

591 I: @(Ja)@ _

592 JP: Aber ja, dann ist man wieder sozial isoliert. Ist auch wieder nicht gut_

593 I: @(.)@ und Äh:m warum glauben Sie sehen Pro Ana-Anhänger und Anhängerinnen in ihrer
594 Krankheit, oder eben halt in Anorexia nervosa, eine Freundin?

595 JP: Ja also äh, das hat glaub' ich viel damit zu tun, was ich vorher schon erwähnt hab, dass diese
596 Erkrankung sehr egosynton ist, also sehr etwas ist woran man auch festhalten will und wo man
597 auch einen Gewinn davon hat und ähm, das ist ein bisschen das, dass man auch durch diese
598 Erkrankung viel positive Dinge erfährt, also nach innen, was auch die anderen Leute nicht so
599 wahrnehmen. Also zum Beispiel dieses Gefühl von Kontrolle und das Gefühl Sachen schaffen zu
600 können oder Dinge schaffen zu können. Und ähm auch sowas wie, also, dass durch, dass die
601 Anorexie wird ein bisschen so als Coping-Faktor benutzt, das klingt irgendwie als wäre das alles,
602 also auf einer unbewussten Ebene läuft das alles ab. Also durch, wenn man einer Anorexie leidet
603 werden zum Beispiel Emotionen mehr eingedämmt, also aufgrund der Unterernährung, gibt's auch
604 in den Studien, das kann man von der Hirnphysiologie herleiten, dass wenn jemand ganz stark
605 unterernährt wird zum Beispiel weniger Emotionalität möglich ist, das heißt zum Beispiel Anorexie
606 wirkt auch als Schutz gegen zu starke Emotionen zum Beispiel und solche Sachen, also es gibt da
607 verschiedene Hinweise, die ähm dazu die- die die die quasi also verschiedene Dinge, die den

608 Betroffenen ein Vorteil sind und ähm all diese Sachen werden dann vereint zu etwas, was einem
609 offensichtlich was Gutes tut┐

610 I: Mhm┐

611 JP: und das sind halt oft Freunde also ich glaub' so, so kommt das irgendwie hin┐

612 I: Ok. Mhm. Und was würden Sie jemandem raten, der mit Pro Ana in irgendeiner Form zu tun hat,
613 oder eben auf ein Profil oder auf eine Pro Ana-Forum im Internet stößt? Sei es jetzt zum Beispiel,
614 ich bin jetzt ein Elternteil oder Verwandter oder, wenn ich jetzt komme und gefragt werde als kein
615 Psychologe, sondern einfach als Laien der sich mit Pro Ana beschäftigt, was kann man dann tun?
616 Oder was kann man denjenigen, demjenigen raten?

617 JP: Ähm jetzt einem Angehörigen oder irgendjemanden, also irgendjemanden der nicht betroffen ist
618 von der Erkrankung und der zufällig auf sowas stößt┐

619 I: So jemanden und zum Beispiel auch einem Angehörigen, der zum Beispiel ein Kind hat, welches
620 anorektisch ist┐

621 JP: Ok und die stoßen aber auf das Thema nicht im Zusammenhang mit dem anorektischen Kind,
622 also die finden nicht raus, der hat ein Profil dort, sondern generell das Thema┐

623 I: Ja generell, genau.

624 JP: Ok. Naja @(.)@ also prinzipiell ähm wenn es ein Angehöriger ist finde ich, darf man sich
625 trotzdem ein bisserl dort umschauen, damit man einfach weiß äh was es gibt und einfach ein
626 offenes Auge hat und auch ich finde man darf das durchaus auch im Privaten (.) halt, ja, sanft, sag'
627 ich jetzt mal, versuchen anzusprechen, bei Betroffenen ob das in irgendeiner Form eine Rolle
628 spielt, Austausch übers Internet oder irgendwelche internetgestützten Kommunikationsmedien in
629 Bezug auf die Essstörungenproblematik, ja. Prinzipiell würd ich natürlich sonst, fachlich gesehen,
630 eher abraten sich intensiver auf diesen Seiten umzuschauen, weil wie gesagt man weiß einfach,
631 dass das das Selbstbild ähm, sehr verschlechtert. Aber ein kritischer Umgang mit den Inhalten ist
632 sicher trotzdem nicht, also, kann man sich ja trotzdem äh überlegen. Ja.

633 I: Und ähm, ok. Durch die große Interaktion auf sozialen Netzwerken eben zum Beispiel Facebook
634 und Instagram, verbreiten sich Pro Ana-Seiten und Profile ja im, also es, in sehr starkem Ausmaß.
635 Gäbe es laut Ihnen eine Möglichkeit dagegen vorzugehen?

636 JP: Ja also es gibt da auch so Versuche immer wieder, solche Seiten zu sperren und das meistens
637 ist dann das Ergebnis, dass noch mehr Seiten entstehen und, dass die Seiten einfach besser
638 geschützt werden in dem, dass andere Schlagworte benutzt werden oder auch auf äh, auf
639 Instagram, dass sich die ähm Hashtagbezeichnungen verändern und äh diese klassischen, die ja
640 auch teilweise schon gesperrt wurden, also einfach dann, dass teilweise einzelne Buchstaben
641 einfach doppelt geschrieben werden und sich das dann auch sehr schnell wieder durchsetzt, weil
642 den Leuten denen es wirklich wichtig ist das zu suchen, oder die eh auch vernetzt sind über andere
643 Kanäle, das verbreitet sich dann einfach wieder sehr schnell. Das heißt in Wahrheit ist es
644 momentan die Meinung die vorherrscht in dem Bereich, dass es kaum möglich ist das
645 einzudämmen┐

646 I: Mhm┐

647 JP: Allerdings ähm, off-topic vielleicht, weiß ich nicht @(.)@ allerdings war ich erst vor kurzem bei
648 einem Vortrag zum Thema äh, äh wo es gegangen ist um die Selbstdarstellung von
649 Selbstverletzungen über soziale Medien, was ja eigentlich ein sehr ähnlicher Themenbereich ist,
650 und wo auch eine Forschungsgruppe sich sehr intensiv mit Instagram und diesen einschlägigen
651 Hashtags beschäftigt hat und ähm auch nachgeforscht hat, was sind die Möglichkeiten das zu
652 verbannen und zu schützen gilt, und da ist ein Satz gefallen, den ich total beeindrucklich finde und
653 auch auf dieses Themengebiet sehr zutrifft, weil da ist halt die selbe Meinung, dass es halt kaum
654 möglich ist das einzudämmen, aber Fakt ist, dass man auf all diesen Netzwerken und auch im
655 Internet, also wo, findet man kaum, äh ah, freizügige Bilder oder pornografische Inhalte. Und da ist
656 es auch möglich für die Betreiber, das zu blockieren. Das heißt, es gibt schon, prinzipiell, ich weiß
657 nicht, auch wenn das politisch keine Ahnung, ich weiß nicht auf welchen Ebenen man das spielen
658 müsste, aber rein prinzipiell wäre diese Möglichkeit schon, dass man diese Inhalte einfach blockiert
659 oder halt entfernt ja┐

660 I: Mhm┐

661 JP: Und, nachdem es heutzutage sehr einfach ist, diese Seiten auch zu finden, man muss nicht
662 einmal mehr viele Tricks eingeben oder umwandeln, sondern es reicht, wenn man ganz einfach
663 eingibt was man sucht und man kommt schon hin. Das heißt, es ist auch nicht schwer diese Seiten
664 zu finden, ja┐

665 I: Ja┐

666 JP: Schwieriger ist es bei WhatsApp-Gruppen oder so, weil da müsste man schon sehr in die
667 Privatsphäreinstellungen eingreifen, weil man überall mitliest, was die für Inhalte austauschen,
668 aber grad bei Instagram und alles was öffentlich zugänglich ist (2) wäre, das schon möglich,
669 eigentlich L

670 I: Ok. Ja. Kurz noch abschließend zum Thema Prävention, und zwar: sollte man oder ja, die Frage
671 ist halt vor allem wie kann man Jugendliche über die Gefahren von Pro Ana und derartige Foren im
672 Internet aufklären? Soll man und wenn ja wie?

673 JP: Also ich glaub', dass es sehr, sehr wichtig ist prinzipiell immer Jugendliche aufzuklären und
674 nicht einfach Verbote auszusprechen oder irgendwelche Maßregelungen auszusprechen ohne,
675 ohne zu klären woher das kommt und warum das jetzt so ist. Ich glaube, dass das generell bei
676 allen Menschen besser wäre, aber bei Jugendlichen wahrscheinlich noch mehr eine Rolle spielt. So
677 gesehen ähm, wenn man es, also es sollte überhaupt viel mehr Aufklärung, was das Internet
678 betrifft, geben. Auch was Privatsphäreinstellungen und so betrifft, weil ich glaub', dass da auch
679 wenn Jugendliche schon sehr viel wissen, trotzdem was das jetzt betrifft noch große, ein großer
680 Mangel herrscht. Und gerade in Bezug auf dieses Pro Ana-Thema (2) würde ich ähm also, wenn
681 ich das Gefühl hab' jemand ist auf solchen Seiten unterwegs, würd' ich auf jeden Fall viel – also
682 würde ich das auf jeden Fall befürworten, da Aufklärung zu betreiben und auch zu schauen welche
683 Inhalte, also weil, es sind ja zum Beispiel auch, werden oft Bilder online gestellt die nachbearbeitet
684 sind, und ich mein' ja, die meisten Jugendlichen kennen sich damit eh auch schon gut genug aus,
685 aber das sich noch einmal sich bewusst zu machen, dass nicht alles was da drinnen ist wirklich
686 eins zu eins so ist und nicht realistisch ist was man da sieht und gerade heutzutage wo man sehr
687 überschüttet wird mit auch mit Werbung und ja, nachbearbeiteten Bildern und dass man auch in
688 Filmen Dinge nachbearbeiten kann, wo man ja immer denkt das geht nicht, weil es ist ja ein Film
689 und kein Foto. Und und und-äh ja. Das sich auch immer wieder zu verdeutlichen auch wenn man
690 es weiß, aber sich auch immer wieder deutlich zu machen, glaub' ich könnte auch hilfreich sein.

691 I: Glauben Sie, dass Aufklärungsarbeit dahingehend eher ähm Arbeit der Eltern ist ode:r Arbeit von
692 beispielsweise von Bildungsinstitutionen sein sollte?

693 JP: Hmm naja also in Wahrheit, also günstig wäre wahrscheinlich wenn es als Kombination möglich
694 wäre. Ähm die, man erreicht die Kinder besser über Bildungsinstitutionen, wenn man eine
695 großflächige Aufklärung wünscht und es wäre wahrscheinlich günstig das trotzdem professionelle
696 Managements aus dem Gesundheitssektor miteinzubeziehen in die Aufklärung, also es ist, ich, und
697 vielleicht in Kombination mit pädagogisch geschulten Leuten natürlich.

698 I: Ok, dann bedanke ich mich recht herzlich für das Interview. Gibt's noch irgendwas, was Ihnen
699 noch am Herzen liegt, was Sie noch hinzufügen wollen, oder sind Sie @(zufrieden)@?

700 JP: Eigentlich bin ich sehr zufrieden.

701 I: Ja okay, dann Dankeschön!

702

703 15.3.3. Interview 3: Frau Mag. Elke Prochazka / Klinische- & Gesundheitspsychologin

704 Wie Sie sicher wissen, gibt es bereits unzählige gesundheits- bzw. krankheitsfördernde Foren im
705 Internet, wo sich vor allem Jugendliche gerne Tipps holen und miteinander kommunizieren. Nun
706 zeichnet sich krankheitsfördernde Kommunikation auch immer mehr als Trend auf sozialen
707 Netzwerken ab. Gerade auf der Plattform Instagram ist es möglich, zusätzlich zu Abnehmtipps &-
708 tricks auch noch triggernden bzw. krankheitsförderlichen Content zu posten. Über Hashtags wie
709 z.B. **#proana**, **#promia** oder auch **#thinspiration**, kann man relativ schnell auf derartige
710 krankheitsglorifizierende Profile und Seiten gelangen.

711 I: Warum denken Sie, ist es gerade für Personen mit Anorexia nervosa, eine Option sich Hilfe bzw.
712 Tipps und Tricks auf Social Media Plattformen zu suchen?

713 P: Die online Welt gehört für Jugendliche zu ihrem alltäglichen Leben dazu und ist untrennbar
714 miteinander verknüpft. Alles, was Jugendliche beschäftigt, findet auch im Internet statt. Dies gilt
715 auch für Personen mit einer Essstörung. Zusätzlich erhält man gerade in sozialen Netzwerken viel
716 positiven Zuspruch, wenn es um Aussehen und Gewichtsreduktion geht.

717 I: Wann haben Sie das erste Mal von Pro Ana/Pro Mia gehört?

718 P: Daran kann ich mich nicht mehr erinnern, ist aber schon lange her.

719 I: Wodurch charakterisiert sich laut Ihnen Pro Ana bzw. was macht eine Pro Ana Bewegung aus?

720 P: Pro Ana bedeutet, dass die Krankheit, in dem Fall Anorexia nervosa glorifiziert wird. Das
721 krankheitswertige wird völlig verleugnet und die Krankheit zu einer Art Freundin gemacht.

722 I: Warum glauben Sie, sehen Pro Ana-AnhängerInnen in ihrer Krankheit bzw. in Anorexia nervosa
723 (kurz: Ana) eine Freundin?

724 P: Gerade, wenn im Leben etwas Traumatisches geschehen ist, man das Gefühl hat, den Halt
725 verloren zu haben, dann kann das eine Essstörung begünstigen. Es entsteht das Gefühl, etwas im
726 Leben (hier das Gewicht bzw. den Körper) kontrollieren zu können. Die Essstörung erscheint als
727 eine Art Problemlösung.

728 I: Worauf sollte man bei der Aufklärung über Pro Ana/Mia achten?

729 P: Wenn man mit einer Schulklasse direkt über diese Seiten sprechen würde, muss man davon
730 ausgehen, dass auch SchülerInnen in der Klasse sind, die dadurch erst nach diesen Seiten
731 suchen. Hier gilt es sehr sensibel generell über die Beeinflussung im Netz zu sprechen.

732 I: Wo liegen hier Ihrer Ansicht nach die Gefahren?

733 P: Siehe oben.

734 I: Wie gestaltet sich Ihr Präventionsprogramm für Pro Ana/Mia Gemeinschaften?

735 P: Die Präventionsworkshops **#ich** sind keine Präventionsprogramme für Pro Ana/Mia
736 Gemeinschaften. Das Ziel ist ganz generell auf die Beeinflussung durch Medien auf unser
737 Körpergefühl und unsere Selbstwahrnehmung aufmerksam zu machen. Uns ist die Vermittlung des
738 großen Aufwandes wichtig, der getrieben wird, damit wir alle uns nicht mehr in unserem Körper
739 wohl fühlen. Weiters geht es vor allem um die Stärkung des Selbstwertes, die Information, wann
740 bereits eine Essstörung beginnt, aber auch um den Unterschied zwischen Selbst- und Fremdbild.

741 I: Welche Beweggründe führten Sie dazu, ein Präventionsprogramm für diese Internettrends zu
742 starten? Wo liegen laut Ihnen die Schwierigkeiten eines solchen Programms?

743 P: Noch nie waren Schönheitsideale so wenig erreichbar, wie in unserer jetzigen Zeit und noch nie
744 war das Augenmerk so sehr auf das Aussehen gerichtet. Sieht man sich z.B. Profile von
745 Jugendlichen in Instagram an, dann wird fast ausschließlich über das Aussehen zurückgemeldet.
746 Jugendlichen sind die Beeinflussungen meist nicht bewusst. Hier liegt ein großes
747 Präventionspotential, das wir versuchen zu nützen.

748 Gerade bei Kindern und Jugendlichen ist es möglich, sie durch aufmerksam machen bzw.
749 Aufklärung über Pro Ana/Mia-Seiten, eher auf dumme Gedanken zu bringen und das Gegenteil von
750 Prävention zu bewirken.

751 I Wie konnten Aufklärungsprojekte in Schule zukünftig aussehen bzw. worauf müsste man hierbei
752 Acht geben?

753 P: Es muss darauf geachtet werden, dass man Essstörungen nicht verstärkt, denn hier liegt eine
754 große Gefahr. Auch die Bekanntmachung dieser Seiten kann zu einem Werbeeffect führen.

755 Es gilt hier, die Prävention breiter anzusetzen und Jugendliche in Anzeichen von Essstörungen zu
756 schulen, ihnen etwas über die Psychologie des Essens vermitteln, ihnen Mut zu machen Hilfe zu
757 holen, wenn SchulkollegInnen/FreundInnen sich verändern/zurückziehen, ihnen niederschwellige

758 Hilfsangebote anbieten und bekannt machen, ihren Selbstwert stärken und ihnen Informationen
759 über die bewusste Beeinflussung der Körperwahrnehmung zukommen zu lassen.

760 I: Was könnte man als Freund/Freundin/Familienmitglied tun, um gegen Pro Ana beispielsweise bei
761 einer/einem Bekannten vorzugehen?

762 P: Es gilt hier vor allem generell sensibel auf Veränderungen zu reagieren. Wenn z.B. zu Beginn
763 Mahlzeiten durch „Ausreden“ immer wieder gemieden werden, eine Konzentration auf das
764 Aussehen zu bemerken ist. Denn das Ziel muss eine generelle Prävention sein. Bei einer
765 Essstörung braucht es professionelle Hilfe. Hier können FreundInnen und Familie alleine nicht
766 helfen. Es gilt genau hinzuhören und als Ansprechperson da zu sein. Es ist gerade für FreundInnen
767 wichtig, dass sie eine Möglichkeit geben, auch „nicht krank“ sein zu dürfen. Also ganz normale
768 FreundInnen Nachmittage zu verbringen.

769 I: Was raten Sie (oder würden Sie raten) Eltern, wenn es um Pro Ana geht?

770 P: Sich professionelle Unterstützung bei ExpertInnen zu holen, wenn das eigene Kind selbst dort
771 aktiv ist. Wenn man solche Seiten im Verlauf z.B. entdeckt, dann lohnt es sich zunächst einmal
772 nachzufragen, wie die Tochter/der Sohn darauf gestoßen ist.

773 I: Was könnte man einer/einem Jugendlicher/Jugendlichen raten, der auf ein Pro Ana-Profil in
774 einem sozialen Netzwerk stößt?

775 P: Das lässt sich so allgemein nicht beantworten, da das je nach Situation, wie der Jugendliche
776 darauf gestoßen ist, völlig individuell ist.

777 I: Durch die große Interaktion auf sozialen Netzwerken wie Facebook, Instagram etc. verbreiten
778 sich Pro Ana Seiten und Profile in starkem Ausmaß. Gäbe es laut Ihnen eine Möglichkeit dagegen
779 vorzugehen?

780 P: Die Erfahrung hat gezeigt, dass z.B. durch das Sperren gewisser Hashtags, die Seiten noch
781 versteckter angelegt wurden. Ich denke, dass hier Verbote nicht zielführend sind. Man hat durch
782 Befragungen den Anhaltspunkt, dass jedes Dritte Mädchen durch Medienberichte von den Gruppen
783 erfahren hat. Hier gilt es also eine klare Zielrichtung, vorzugeben, dass sowohl
784 Präventionsprogramme als auch Medien nicht bei der Bekanntmachung helfen. Vielmehr geht es
785 darum, leicht zugänglich zu machen, wo man Hilfe findet, wenn man von einer Essstörung
786 betroffen ist bzw. generell mehr zu schulen, was Anzeichen sind, damit auch Bezugspersonen
787 früher reagieren können. Generell gilt es Jugendlichen und auch Kindern leichter und auch

788 möglichst kostengünstig psychologische Unterstützung und auch Therapie in belastenden
789 Situationen möglich zu machen.

15.4. Forschungsrelevante Hashtags

1. #proana – **0** Postings
2. #proanaaa – **5.563** Postings
3. #pro #ana – **0** Postings
4. #anorexia – **4.485.030** Postings
5. #anorexianervosa – **542.025** Postings
6. #proeatingdisorder – **1** Posting
7. #eatingdisorder – **2.426.369** Postings
8. #proanorexia - **2** Postings
9. #thin - **2.394.727** Postings
10. #thinspiration - **8.218** Postings
11. #thinspo - **41.906** Postings
12. #skinnylove - **112.974** Postings
13. #skinny - **5.420.277** Postings
14. #superskinny - **23.974** Postings
15. #anaismyfriend - **4.080** Postings
16. Anaismybestfriend - **2.821** Postings
17. #anorexianervosarecovery – **122.188** Postings
18. #anatricks – **9.418** Postings
19. #toofatforfood - **1.955** Postings
20. #toofatforfood - **432** Postings
21. #anaroxia - **5.075** Postings
22. #wanttobeskinny - **51.078** Postings
23. #anaimback - **3** Postings
24. #fuckrecovery - **1.751** Postings
25. #anasoldier - **191.111** Postings
26. #anorexi – **21.058** Postings
27. #anaandmia - **17.353** Postings
28. #anorexic - **2.125.926** Postings
29. #anaymia - **30.777** Postings
30. #fasting - **809.181** Postings

31. #ed - **3.479.474** Postings
32. #anamia - **379.709** Postings
33. #weightloss - **24.292.925** Postings
34. #diet - **27.662.724** Postings
35. #dieting - **762.805** Postings
36. #starve - **737.798** Postings
37. #mustbeskinny - **11.022** Postings
38. #mustbethin - **7.204** Postings
39. #mustnoteat - **5.874** Postings
40. #noeating - **13.396** Postings
41. #proanna - **8.564** Postings
42. #secret_society123 - **402.863** Postings
43. #eatingproblems - **4.970** Postings
44. #feelingfat - **59.212** Postings
45. #hungern - **4.311** Postings
46. #anatipps - **277** Postings
47. #thinn - **3.886** Postings
48. #notinrecovery - **2.701** Postings
49. #skinnylegs - **125.317** Postings
50. #thighgap - **40.030** Postings

Stand: Mai 2016

15.5. Abstract Deutsch

Die vorliegende Forschungsarbeit mit dem Titel „Krankheitsfördernde Kommunikation- das soziale Netzwerk Instagram als Kommunikationsraum für Pro Ana-Gemeinschaften“ widmet sich der Kernfrage, inwiefern sich die Kommunikation innerhalb der Pro Ana-Bewegung auf dem sozialen Netzwerk Instagram gestaltet. Ebenso wird darauf geachtet, inwieweit die Pro Ana-Bewegung auf der Plattform verbreitet ist, wie die Vernetzung innerhalb der Community funktioniert und welche Inhalte dabei ausgetauscht werden. Es werden Vor- und Nachteile einer derartigen Kommunikationsweise beleuchtet und verschiedene Beispiele dargelegt. Demnach wurde darauf geachtet, verschieden Aspekte und Abspaltungen der Pro Ana-Community zu erörtern.

Die Untersuchung fand anhand der Verwendung 50 essstörungsbezogener bzw. pro ana-spezifischer Hashtags statt. Die Vernetzung bzw. Verlinkung zu einem bestimmten Themenschwerpunkt, findet auf dem sozialen Netzwerk Instagram via der Verwendung von Hashtags statt und daher machten diese einen großen Teil der Untersuchung aus. Anschließend wurden die dadurch gefundenen Profile und Seiten analysiert und anhand einer qualitativen Inhaltsanalyse mit anschließender Kategorienbildung nach Philip Mayring¹⁹⁶ ausgewertet.

Die Ergebnisse zeigen, dass noch sehr viel Raum für zukünftige Forschungsarbeiten gegeben ist. Durch die aktuelle Forschungsarbeit war es möglich, einen ersten Einblick in die krankheitsfördernde Kommunikationsweise der Pro Ana-Bewegung auf dem sozialen Netzwerk Instagram, zu schaffen. Es stellte sich heraus, dass Instagram einen sehr umfangreichen Kommunikationsraum für Pro Ana bietet, welcher in einem äußerst kritischen Bezugspunkt zu betrachten ist.

¹⁹⁶ 2008

15.6. Abstract Englisch

The master thesis "Disease-promoting Communication- the Social Network Instagram as a communication forum for Pro Ana-communities" focuses on the question of how the communication within the Pro Ana-Community takes place on the social media platform Instagram. The advantages and disadvantages of eating disorder related communication in general on a social media platform are discussed and exemplified via the Pro Ana-Community on Instagram. First of all, the current range of the Pro Ana-Community on Instagram is analyzed; second, networking within the community is investigated and the content is examined.

The methods were mainly qualitative, as this research investigated 50 eating disorder- or Pro Ana-related hashtags. Subsequently, the resulting findings on these webpages were analyzed and evaluated by qualitative content analysis. In order to structure the outcomes, research-related categories were established and their results explained.

This research provides a first insight into communication within the Pro Ana-Community on Instagram. It has been identified, that this disease-promoting communication channel can lead to a harmful outcome for Instagram-users and Pro Ana participants in the near future. However, due to limited research time and resources, this thesis has only provided a first glimpse of Pro Ana's activity on Instagram. In order to fully understand the entire community further research needs to be conducted.