

## Social-media-Kampagne der LPK RLP zu #diversity und #mental health

(17. Mai – 30. Juni 2022)

### Teil 6: Body Shaming

Thread, 14. Juni 2022

Vielfalt bedeutet auch: Viele verschiedene Körper - die nur selten der Norm entsprechen. Body Shaming und Stigmatisierung kann zu psychischen Erkrankungen führen. #diversity #mentalHealth

Die Vielfalt unserer Gesellschaft ist auch gekennzeichnet durch ein Spektrum an körperlicher Vielfalt.

Stigmatisierung bestimmter Körperformen oder Erkrankungen (z.B. Adipositas) kann den Gesundheitszustand der Betroffenen weiter verschlechtern. Oft sind große psychische Belastung oder sogar psychische Störungen die Folge.

„Body Shaming“ betrifft laut Studien vor allem Frauen.

## Stop Body Shaming!

Interessante Studie zum Thema: Luck-Sikorski, C., & Bernard, M. (2021). Stigmatisierung und Diskriminierung von Patient\*innen mit Adipositas. *Psychotherapeut*, 66(1), 28-34.



© Angelehnt an Bigmouse106 und Anna Lukina / iStock

LPK RLP  
Landespsychotherapeutenkammer  
Rheinland-Pfalz

## Wussten Sie schon...?

..., dass mehr Männer (43%) als Frauen (29%) von Übergewicht und bei beiden Geschlechtern etwa 18% von Adipositas betroffen sind?<sup>1</sup>

..., dass Adipositas bei Frauen und Männern mit höheren Depressionswerten assoziiert ist? Bei Frauen scheint hierbei die eigene Bewertung entscheidender zu sein, als der tatsächliche BMI.<sup>2</sup>

..., dass auch die Prävalenz für andere psychische Erkrankungen bei Frauen mit Adipositas deutlich höher ist?<sup>3</sup>

(siehe Tabelle rechts)



Lebenszeitprävalenzen psychischer Störungen bei jungen Frauen  
(entnommen: Becker et al. 2001; Studie aus Dresden)

Psychische Störungen	Prävalenz bei Normalgewicht (%)	Prävalenz bei Adipositas (%)
Angststörungen	26,8	50,0
Affektive Störungen	13,3	20,0
Somatoforme Störungen	3,1	6,7
Substanzmissbrauch	2,0	3,3
Störungen im Kindes- & Jugendalter	9,6	16,7

### Quellen:

1. Schienkiewitz, A., Mensink, G., Kuhnert, R., & Lange, C. (2017). Übergewicht und Adipositas bei Erwachsenen in Deutschland. *Journal of Health Monitoring* 2(2).
2. Weinberger, N. A., Kersting, A., Riedel-Heller, S. G., & Luck-Sikorski, C. (2018). The relationship between weight status and depressive symptoms in a population sample with obesity: the mediating role of appearance evaluation. *Obesity facts*, 11(6), 514-523.
3. Becker, E. S., Margraf, J., Türke, V., Soeder, U., & Neumer, S. (2001). Obesity and mental illness in a representative sample of young women. *International Journal of Obesity*, 25(1), 55-59.



## Gesellschaftliche Stigmatisierung

### Übergewichtige Personen...

- werden bei Bewerbungen schlechter bewertet.
- werden assoziiert mit emotionaler Instabilität, Faulheit, geringer Kompetenz und für „weniger produktiv, ambitioniert, diszipliniert und entschlossen“ gehalten.
- werden eher für eine Tätigkeit im Büro als in der Öffentlichkeit angestellt.
- verdienen ca. 6% weniger und sind häufiger arbeitslos.
- belastet bereits die mentale Gesundheit von Kindern und Jugendlichen.

- Aufgrund der Stigmatisierung wird auch z.B. von der Politik weniger Geld in die Forschung investiert.
- Vorurteile auch innerhalb der Heilberufe führen zu schlechterer gesundheitlicher Versorgung.
- Es kommt zu einer Zunahme psychischer Erkrankungen.

### Was kann der Einzelne/ die Gesellschaft tun?

- Eigene Einstellungen überprüfen und das eigene Verhalten beobachten! Sich über Adipositas als Krankheit informieren!
- Umwelt für Adipositas verbessern (geeignete Operationstische, Stühle, Betten usw.)!
- Soziale Einschränkungen und Stigmatisierung ernst nehmen! Als Psychotherapeut\*in: in die Behandlung aufnehmen!

### Siehe z.B. folgende Quellen:

1. Kim, T. J., & von dem Knesebeck, O. (2018). Income and obesity: what is the direction of the relationship? A systematic review and meta-analysis. *BMJ open*, 8(1), e019862.
2. Luck-Sikorski, C., & Bernard, M. (2021). Stigmatisierung und Diskriminierung von Patient\*innen mit Adipositas. *Psychotherapeut*, 66(1), 28-34.
3. Puhl, R. M., & Heuer, C. A. (2010). Obesity stigma: important considerations for public health. *American journal of public health*, 100(6), 1019-1028.
4. Palad, C. T., Yarlaadda, S., & Stanford, F. C. (2019). Weight stigma and its impact on paediatric care. *Current opinion in endocrinology, diabetes, and obesity*, 26(1), 19.



Es gibt viele Arten der Körperdiskriminierung - jede von ihnen kann die psychische Gesundheit belasten.  
#diversity #mentalhealth

