



universität  
wien

# DIPLOMARBEIT

Titel der Diplomarbeit

Pro-Ana-Foren – berechtigt oder gefährlich?

Verfasserin

Lydia Nemetz

angestrebter akademischer Grad

Magistra der Philosophie (Mag. phil.)

Wien, 2008

Studienkennzahl lt. Studienblatt:

A 301 295

Studienrichtung lt. Studienblatt:

Publizistik- und Kommunikationswissenschaft

Betreuerin / Betreuer:

Dr. Erich Geretschlaeger

An dieser Stelle möchte ich mich bei meiner Mama bedanken, die mir das Studium ermöglicht hat, die mein Leben lang für mich da war und mich immer und bei allem unterstützt hat.

Auch meinem Freund Martin möchte ich für den Zuspruch und den Trost während des nervenaufreibenden Endspurts danken und dafür, dass er so lieb und verständnisvoll war und ist.

Ein großer Dank geht auch an Dr. Erich Geretschlaeger. Vielen Dank für die nette, flexible und entgegenkommende Betreuung.

# INHALTSVERZEICHNIS

<b>1. EINLEITUNG .....</b>	<b>1</b>
<b>2. ESSSTÖRUNGEN .....</b>	<b>6</b>
<b>2.1 Definition .....</b>	<b>6</b>
2.1.1 Magersucht.....	6
2.1.2 Bulimie.....	8
2.1.3 Nicht näher bezeichnete Essstörungen .....	10
2.1.4 Adipositas .....	10
2.1.5 Binge-Eating-Disorder.....	11
<b>2.2 Gefahren von zu eng gesteckten Definitionen .....</b>	<b>11</b>
<b>2.3 Wer ist betroffen? .....</b>	<b>13</b>
<b>2.4 Hintergründe und Ursachen für Essstörungen.....</b>	<b>14</b>
<b>3. DIE ROLLE DER GESELLSCHAFT .....</b>	<b>19</b>
<b>3.1 Die Rolle der Medien .....</b>	<b>19</b>
<b>3.2 Schönheitsideale gestern.....</b>	<b>21</b>
<b>3.3 Schönheitsideale heute.....</b>	<b>22</b>
<b>4. PRO-ANA .....</b>	<b>25</b>
<b>4.1 Krankheit.....</b>	<b>26</b>
<b>4.2 Lifestyle.....</b>	<b>28</b>
<b>4.3 Diät .....</b>	<b>29</b>
<b>4.4 Freundin .....</b>	<b>30</b>
<b>4.5 Religion .....</b>	<b>31</b>
<b>5. KOMMUNIKATION ZUM THEMA GESUNDHEIT/KRANKHEIT IM INTERNET.....</b>	<b>33</b>
<b>5.1 Selbsthilfeforen.....</b>	<b>42</b>
<b>5.2 Pro-Foren bei Essstörungen.....</b>	<b>52</b>

5.2.1 Pro-Ana-Foren Inhalte .....	53
5.2.2 Pro-Ana: Mitgliedergruppen .....	63
5.2.3 Pro-Ana: Ziel des Forums .....	68
5.2.4 Rechtliche Lage – Kampf gegen Magersucht .....	71
<b>6. UNTERSUCHUNGSGEGENSTAND.....</b>	<b>80</b>
6.1 Konkrete Fragestellung und Forschungsziel.....	81
6.2 Forschungsfragen und Hypothesen.....	85
<b>7. METHODE .....</b>	<b>87</b>
7.1 Die Methode der Befragung .....	87
7.2 Der Fragenkatalog .....	93
7.3 Die Erhebung.....	95
<b>8. AUSWERTUNG .....</b>	<b>98</b>
8.1 Interpretation der Ergebnisse.....	98
8.1.1 Alter .....	98
8.1.2 Geschlecht.....	98
8.1.3 Bedeutungen von Pro-Ana .....	99
8.1.4 Dauer im Forum .....	100
8.1.5 Frequenz der Forenbesuche .....	101
8.1.6 Erhalten die Befragten Zuspruch oder Trost.....	101
8.1.7 Helfen Foren gegen Einsamkeit.....	102
8.1.8 Rat bei Alltagsfragen oder -problemen .....	103
8.1.9 Einfluss der Forenbesuche auf die Laune der Befragten .....	104
8.1.10 Was die Befragungsteilnehmer vermissen würden, wenn sie keinerlei Möglichkeit mehr hätten auf Pro-Ana-Foren zuzugreifen. ....	105
8.1.11 Stacheln Forenbesuche dazu an weiter abzunehmen? .....	109
8.1.12 Werden in den Foren Abnehm-Tipps gegeben? .....	109
8.1.13 Nutzung der Abnehmtipps .....	110
8.1.14 Einfluss der Foren auf das Wunschgewicht der Forennutzer .....	111
8.1.15 Einfluss der Foren auf das tatsächliche Gewicht der Forennutzer.....	111
8.1.16 Verhältnis der Dauer die bereits in Foren verbracht wird zum Gewicht der Forennutzer .....	112

8.1.17	Gibt es eine Grenze, bei der abgeraten wird, weiter abzunehmen? .....	114
8.1.18	Einfluss der Foren auf den Gesundheitszustand der Befragten. ....	115
<b>8.2</b>	<b>Überprüfung der Hypothesen.....</b>	<b>118</b>
<b>8.3</b>	<b>Vorteile von Pro-Ana-Foren .....</b>	<b>121</b>
<b>8.4</b>	<b>Nachteile und Gefahren von Pro-Ana-Foren .....</b>	<b>121</b>
<b>8.5</b>	<b>Zusammenfassung der Ergebnisse .....</b>	<b>122</b>
<b>9.</b>	<b>SCHLUSSBETRACHTUNG – AUSSICHT.....</b>	<b>125</b>
	<b>ABBILDUNGSVERZEICHNIS .....</b>	<b>132</b>
	<b>QUELLENVERZEICHNIS .....</b>	<b>134</b>
	Literaturverzeichnis .....	134
	Internetverzeichnis: .....	137
	<b>ANHANG .....</b>	<b>142</b>
	Abstract .....	142
	Lebenslauf.....	144



## 1. Einleitung

Das Thema der vorliegenden Arbeit sind Pro-Ana-Foren. Pro-Ana ist ein relativ neuer und vor allem äußerst umstrittener Begriff, der noch nicht wissenschaftlich definiert wurde. Pro steht für „dafür sein“ und „Ana“ steht für „Anorexie“, demnach bedeutet Pro-Ana soviel wie „für die Magersucht sein“. Doch damit ist der Begriff noch nicht hinreichend geklärt, denn hinter dem Begriff Pro-Ana verbirgt sich eine Fülle sich teilweise widersprechender Meinungen. Medien, Ärzte, Wissenschaftler und Therapeuten betrachten das Phänomen Pro-Ana mit großer Sorge, denn sie sehen darin eine gefährliche und krankheitsverherrlichende Bewegung.<sup>1</sup> Selbst die Pro-Anas sind sich über die Bedeutung des Begriffes völlig uneins, so ist sich ein Teil der Pro-Ana-Anhängerinnen<sup>2</sup> völlig bewusst, dass er krank ist, während eine andere Abspaltungen der Pro-Ana Bewegung die Ansicht vertritt, Pro-Ana wäre ein frei gewählter Lifestyle. Ein weiterer Teil der Pro-Ana-Anhängerinnen personifiziert die Magersucht und macht sie zu einer Vertrauten, Ana steht dann für eine Person und schließlich gibt es noch Abspaltungen die Pro-Ana als Diät oder sogar als Religion betrachten.<sup>3</sup>

Die Pro-Ana-Bewegung entsteht vor etwa 11 Jahren (ca. 1997) in den Vereinigten Staaten<sup>4</sup> und breitet sich von dort nach Deutschland und Österreich aus. Zwischen 2006 und 2007 werden im deutschsprachigen Raum bereits 270 Websites gezählt.<sup>5</sup>

Essstörungen stellen in der heutigen Gesellschaft ein immer größer werdendes Problem dar, allein in Österreich erkranken mehr als 200.000<sup>6</sup> Frauen im Laufe ihres Lebens daran. Deshalb könnten Foren, die die Krankheit Magersucht idealisieren, in dem sie diese zu

---

<sup>1</sup> Vgl.: Haupt, Friederike: Denn dünn bedeutet frei zu sein. Wenn die Magersucht zur besten Freundin wird: Die Internet-Bewegung „Pro-Ana“ verklärt die Essstörung zum Lebensstil. In: FRANKFURTER ALLGEMEINE ZEITUNG, 16. November 2007, S. 7

<sup>2</sup> Anmerkung: Da hauptsächlich Mädchen bzw. Frauen an Magersucht oder Bulimie leiden und auch die Pro-Ana-Foren hauptsächlich weibliche Mitglieder haben, wird im Zusammenhang mit Betroffenen oder Anhängern dieser Bereiche die weibliche Form verwendet.

<sup>3</sup> Vgl.: Uca, Eda R.: Ana´s Girls. The Essential Guide to the Underground Eating Disorder Community Online. Author House, Bloomington, 2004, S. 2

<sup>4</sup> Vgl.: Haupt, Friederike: Denn dünn bedeutet ... a. a. O. S. 7

<sup>5</sup> Vgl.: Rauchfuß, Katja: Abschlussbericht der Recherche zu Pro-Anorexie-Angeboten 2006/2007. In: Jugendschutz.net. Mainz, 2008, S. 2 – 22, S. 10 URL: [http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht\\_pro-ana.pdf](http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht_pro-ana.pdf) (Abgerufen: 21.12.2008 16:34)

<sup>6</sup> Vgl.: Kofler-Bettschart, Birgit: 900 ExpertInnen bei internationaler Tagung zum Thema Essstörungen in Wien. ExpertInnen warnen: 90 Prozent der jungen Mädchen mit ihrem Körper unzufrieden. [http://www.essstoerungshotline.at/export/sites/fsw/essstoerung/downloads/dokumente/Presstexte\\_Esstxrun gen\\_26.2.07\\_frei\\_.doc](http://www.essstoerungshotline.at/export/sites/fsw/essstoerung/downloads/dokumente/Presstexte_Esstxrun gen_26.2.07_frei_.doc) (Abgerufen: 5.1.2008 15:20)

einem durch ein extremes Schlankheitsideal geprägten Lebensstil erheben, eine besondere Gefahr darstellen. Die Gefährlichkeit der Foren wird in den Medien immer wieder behandelt, wenn auch manches Mal vielleicht ein wenig einseitig, was sich dann in reißerischen Schlagzeilen wie „Internetforen treiben Mädchen in den Tod“ oder „Süchtig nach dem Magertod“<sup>7</sup> äußert. Featherweight, die selbst magersüchtig ist und sich seit Jahren in der Pro-Ana Szene bewegt, kritisiert diese oft sehr einseitigen und vereinfachten Darstellungen in den Medien. Ihrer Meinung nach werden Skandale und Sensationen dabei in den Vordergrund gestellt, während wesentliche Aspekte außer Acht gelassen werden.<sup>8</sup> Auch andere Forenbetreiberinnen empfinden Darstellungen in denen Pro-Ana als Verherrlichung, Bestärkung oder Personifizierung der Magersucht beschrieben wird, als ein von den Medien konstruiertes Klischee, von dem sie sich deutlich distanzieren. Für sie bedeutet Pro-Ana zu sein, einen Weg zu finden mit ihrer Krankheit zu leben und mit ihr umzugehen, da sie im Moment (noch) nicht gesund werden wollen oder können. Die Foren sollen Betroffenen die Möglichkeit bieten sich untereinander auszutauschen, gegenseitig Anteil zu nehmen, sich gegenseitig zu unterstützen und Kraft und Halt zu geben.<sup>9</sup>

Diese Sichtweise ist freilich äußerst subjektiv und kann daher nicht als gegeben hingenommen werden. Trotzdem muss an dieser Stelle festgehalten werden, dass gewisse Beobachtungen, die während der für die vorliegende Arbeit durchgeführten Rechercharbeiten gemacht werden, für die gerade beschriebenen Darstellungen sprechen. Die Rede ist hier von dem Trend weg von Pro-Ana hin zu With-Ana. With-Ana bedeutet soviel wie „leben mit der Krankheit“. Die mittlerweile zahlreichen With-Ana-Foren können als moderatere Foren bezeichnet werden. Typische und als problematisch einzustufende Pro-Ana-Elemente, wie Abnehmwettbewerbe oder die Wahl zur BMI-Queen sind dort meist verpönt.<sup>10</sup>

Doch auch wenn die Medien das Phänomen Pro-Ana möglicherweise einseitig negativ darstellen, und obwohl es offenbar gemäßigte Pro-Ana-Foren zu geben scheint, die dem von den Medien gezeichneten Bild nicht entsprechen, ist die Pro-Ana-Bewegung insgesamt doch als problematisch zu beurteilen. Selbst in moderateren Foren wird bewusst

---

<sup>7</sup> Vgl.: featherweight (Maint.): „pro ana“. Einleitung. URL: <http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/einleitung.htm> (Abgerufen: 10.3.08 17:00)

<sup>8</sup> Vgl.: featherweight (Maint.): „pro ana“. Einleitung. URL: <http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/einleitung.htm> (Abgerufen: 10.3.08 17:02)

<sup>9</sup> Vgl.: Silent Angel Forum. URL: <http://2898.rapidforum.com/> (Abgerufen: 21.11.08 09:24)

<sup>10</sup> Vgl.: Beautiful Mermaids Forum URL: <http://73986.rapidforum.com/> (Abgerufen: 5.10.2008 21:36) und: Hungry Hearts Forum URL: <http://hungryhearts.de.vu/> (Abgerufen: 20.9.2008 17:30)



an der Essstörung festgehalten und in den übrigen Foren wird die Krankheit sogar noch verstärkt, idealisiert und verharmlost. Außerdem ist nicht ganz klar, ob With-Ana in dem Sinne wirklich existiert oder ob diese Angaben nur zum Schein gemacht werden um so Probleme mit Jugendschutz.net zu vermeiden.

Angesichts dieser widersprüchlichen Erkenntnisse und ungesicherten Informationen soll anhand einer Online-Befragung von Pro-Ana-Mitgliedern untersucht werden, wie die Foren insgesamt einzuschätzen sind. Dabei interessiert vor allem die Beurteilung ihrer Gefährlichkeit. Diese soll anhand bestimmter Kriterien bewertet werden, die z.B. das Gewicht der Befragten oder deren Gemüts- und Gesundheitszustand betreffen, aber auch anhand von Informationen über die allgemeine Grundeinstellung zum Thema Pro-Ana oder über den Umgang mit Abnehm-Tipps.

Daraus ergibt sich folgende Fragestellung: Sind Pro-Ana-Foren gefährlich, weil sie sich schädlich auf ihre Mitglieder auswirken? Was sich z.B. darin äußern würde, dass sich der Gesundheitszustand der Forenmitglieder verschlechtert, dass diese immer weiter abnehmen, oder dass sie sich gegenseitig dazu anstacheln abzunehmen ohne Untergrenze, was lebensgefährlich wäre.

Eine weitere zentrale Fragestellung die im Rahmen dieser Arbeit untersucht wird, betrifft mögliche positive Aspekte der Foren. Es soll untersucht werden ob die Befragten in den Foren Halt, Zuspruch, Rat und Trost erhalten und durch eine offene Frage sollen die Befragungsteilnehmer die Möglichkeit erhalten in eigenen Worten zu beschreiben, welche Bedeutung die Foren für sie haben.

Die Online-Befragung wird als geeignete Methode gewählt, weil die Zielgruppe auf diese Weise am effektivsten erreicht wird. Andere Methoden, wie die Inhaltsanalyse, kommen aufgrund der Zutrittsregelungen der Foren nicht in Frage, da diese ein unüberwindbares Hindernis für die Beurteilung der Foren-Inhalte darstellen. Auch die qualitative Befragung erweist sich für die Fragestellung der vorliegenden Arbeit als ungeeignet, da dadurch, aufgrund der großen Unterschiedlichkeit der einzelnen Foren, keinerlei Schlüsse auf die Gesamtsituation in den Foren gemacht werden können.

Doch auch bei der vorliegenden Untersuchung kann aufgrund von Selbstselektionsprozessen bei der Teilnahme nicht auf die Zusammensetzung der Foren geschlossen werden. Die Untersuchung kann daher auch in keinem Maße als repräsentativ betrachtet werden. Trotzdem kann zumindest ein Trend aufgezeigt werden, was sogleich ein wesentliches Ziel der vorliegenden Arbeit darstellt.

Ein weiteres Ziel besteht darin, einer übertriebenen Panikmache um das Thema Pro-Ana entgegenzuwirken bzw. im umgekehrten Fall, eine tatsächlich von den Foren ausgehende Gefahr für deren Mitglieder zu bestätigen um diesbezüglich einen Anstoß zu geben weiter an der Bekämpfung schädlicher Angebote zu arbeiten.

Um sich der Klärung dieser Fragen anzunähern, wird die Arbeit in folgende Schritte gegliedert. Zu Beginn der Arbeit wird der, für das weitere Verständnis, wichtige Begriff der Essstörung geklärt, (2 und 2.1) wobei im Folgenden ein besonderes Augenmerk auf die für die vorliegende Arbeit bedeutungsvollen Krankheitsbilder der Magersucht (2.1.1) und der Bulimie (2.1.2) gelegt wird. Dazu wird beschrieben, woran diese Krankheitsbilder festgemacht werden, wer davon betroffen ist (2.3) und was die Ursachen für die Entstehung dieser Krankheiten sind (2.4). Um das Bild abzurunden wird ein Bezug zu Gesellschaft und den Medien hergestellt und erklärt welche Rolle diese bei der Entstehung von Essstörungen haben (3 und 3.1). Dazu wird weiters auf die unterschiedlichen Schönheitsideale der vergangen Zeit (3.2) bis zu jenem der heutigen Zeit (3.3) eingegangen.

Im folgenden Kapitel wird erstmals der Begriff Pro-Ana näher beschrieben und die unterschiedlichen Auffassungen zu diesem Phänomen näher ausgeführt (4).

Das darauffolgende Kapitel widmet sich der Kommunikation zum Thema Gesundheit und Krankheit im Internet (5) und befasst sich dann im Speziellen mit Selbsthilfeforen für Essstörungen (5.1). Das ist nötig um einen späteren Vergleich mit den Pro-Ana-Foren, (5.2) die den eigentlichen Gegenstand dieser Arbeit darstellen, ziehen zu können und um schließlich die Unterschiede der beiden Foren verdeutlichen zu können. Schließlich wird versucht einen Eindruck über die Inhalte (5.2.1), die unterschiedlichen Mitgliedergruppen (5.2.2) und die Ziele von Pro-Ana-Foren zu geben (5.2.3). Zum Abschluss des Kapitels

wird die rechtliche Lage im Kampf gegen Essstörungen und speziell gegen Pro-Ana-Foren kurz beleuchtet (5.2.4).

Im folgenden Kapitel werden Untersuchungsgegenstand (6), konkrete Fragestellung und Forschungsziel der vorliegenden Arbeit definiert (6.1) und die daraus resultierenden Forschungsfragen und Hypothesen formuliert (6.2). Anschließend wird die für die Untersuchung angewandte Methode beschrieben (7.1) und die Datenerhebung der vorliegenden Untersuchung geschildert (7.3). Darauf folgt die Auswertung und Interpretation der erhobenen Daten (8 und 8.1) und die Darstellung der Vor- und Nachteile, bzw. der Gefahren der Foren (8.3 und 8.4) und eine Zusammenfassung der Ergebnisse (8.5). Die Arbeit schließt schließlich mit einem Resümee und einem Ausblick (9).

Was die verwendeten Quellen anbetrifft, ist anzumerken, dass einerseits reichlich Literatur zu den meisten in der Arbeit behandelten Themen, vor allem zum Thema Essstörungen zur Verfügung steht, dass die Quellenlage zum Thema Pro-Ana dagegen aber als äußerst spärlich beurteilt werden muss.

Es gibt in der Tat nur ein einziges Buch zum Thema Pro-Ana. Abgesehen von diesem einen Werk wird daher auf Zeitungsartikel und vor allem auf Internetquellen zurückgegriffen. Die häufige Verwendung von Internetquellen kann dadurch gerechtfertigt werden, dass die Pro-Ana Bewegung ihre gesamte Existenz auf das Internet gründet und deshalb gewisse Informationen, die z.B. die Sicht der Pro-Anas betreffen, nur im Internet auffindbar sind. Letzteres gilt auch für einige zentrale Aufsätze von Fachpersonen. Alle Internetquellen werden zudem gewissenhaft zitiert.

## 2. Essstörungen

Zu Beginn dieser Arbeit und zum besseren Verständnis soll der Begriff der Essstörung geklärt werden. Es soll festgelegt werden was eine Essstörung ist, welche Formen es gibt und wie sich diese äußern. Außerdem soll dargestellt werden, wer von dieser Krankheit betroffen ist und welche Hintergründe und Ursachen es für die Entstehung einer Essstörung gibt. Bestimmte Formen der Essstörung werden nur erwähnt um das Bild zu vervollständigen, denn die eigentliche Auseinandersetzung mit dem Thema Essstörung wird sich auf die Magersucht und die Bulimie beschränken.

### 2.1 Definition

Wie die Bezeichnung Essstörung schon sagt, handelt es sich um eine Krankheit mit der ein gestörtes Essverhalten einhergeht. Unterschieden wird hauptsächlich in Magersucht, Bulimie und Esssucht. Wobei es weit differenziertere und vor allem auch Mischformen gibt. Allen Essstörungen ist aber der Versuch gemeinsam, „die Nahrungszufuhr und damit die Körpergestalt zu manipulieren, um innere Konflikte, Schwierigkeiten und Stress zu bewältigen.“<sup>11</sup>

#### 2.1.1 Magersucht

Die Magersucht oder Anorexia nervosa ist durch eine möglichst hohe, selbst herbeigeführte Gewichtsabnahme gekennzeichnet. Der hohe Gewichtsverlust wird in erster Linie durch eine stark reduzierte Nahrungszufuhr und durch übertriebene körperliche Aktivität erreicht, aber auch durch Erbrechen, Abführmittel-, und/oder Appetitzüglermissbrauch. Typischerweise liegt auch eine Gewichtsphobie und eine Körperschemastörung vor, bei der die Betroffenen sich trotz Untergewicht als zu dick empfinden.<sup>12</sup>

---

<sup>11</sup> Stahr, Ingeborg; Ingrid Barb-Priebe, Elke Schulz: Essstörungen und die Suche nach Identität. Ursachen, Entwicklungen und Behandlungsmöglichkeiten. Juventa, Weinheim, 1995, S. 35

<sup>12</sup> Vgl.: Krüger, Claus; Günter Reich; Peter Buchheim; Manfred Cierpka: Essstörungen und Adipositas: Epidemiologie – Diagnostik – Verläufe. In: Reich, Günter; Manfred Cierpka (Hrsg.): Psychotherapie der Essstörungen. Krankheitsmodelle und Therapiepraxis – störungsspezifisch und schulenübergreifend. Georg Thieme, Stuttgart, 2001, S. 26

Es gibt einige Kriterien anhand derer die Diagnose Anorexia nervosa gestellt wird. Diese Kriterien werden im Diagnostischen und Statistischen Manual Psychischer Störungen (DSM) festgehalten. Dieses Handbuch stellt ein diagnostisches Klassifikationssystem der deutschsprachigen Psychiatrie dar und ist mittlerweile zu einem Standardwerk in der psychiatrischen, psychopathologischen und klinisch-psychologischen Forschung und Praxis geworden.<sup>13</sup>

## **Diagnostisches und Statistisches Manual Psychischer Störungen DSM-IV**

### **Diagnostische Kriterien für Anorexia nervosa**

„A. Weigerung, das Minimum des für Alter und Körpergröße normalen Körpergewichtes zu halten (z.B. der Gewichtsverlust führt dauerhaft zu einem Körpergewicht von weniger als 85 % des zu erwartenden Gewichts; oder das Ausbleiben einer während der Wachstumsperiode zu erwartenden Gewichtszunahme führt zu einem Körpergewicht von weniger als 85 % des zu erwartenden Gewichts).

B. Ausgeprägte Ängste vor einer Gewichtszunahme oder davor, dick zu werden, trotz bestehenden Untergewichts.

C. Störung in der Wahrnehmung der eigenen Figur und des Körpergewichts, übertriebener Einfluss des Körpergewichts oder der Figur auf die Selbstbewertung, oder Leugnen des Schweregrades des gegenwärtigen geringen Körpergewichts.

D. Bei postmenarchalen Frauen das Vorliegen einer Amenorrhoe, d.h. das Ausbleiben von mindestens drei aufeinanderfolgenden Menstruationszyklen (Amenorrhoe wird auch dann angenommen, wenn bei einer Frau die Periode nur nach Verabreichung von Hormonen, z.B. Östrogen, eintritt).“<sup>14</sup>

<sup>13</sup> Diagnostisches und Statistisches Manual Psychischer Störungen DSM-IV. Hogrefe, Göttingen, 2001, XXI  
Anmerkung: Neben dem DSM existiert ein weiteres Klassifikationssystem, das ICD – 10. Dieses ist international anerkannt. Zwischen beiden Systemen bestehen geringfügige Unterschiede, wobei aber eine Annäherung dieser zu erwarten ist.

<sup>14</sup> Diagnostisches und Statistisches Manual Psychischer Störungen DSM-IV a. a. O. S. 619 - 620

Man unterscheidet zwei Typen der Magersucht, den Restriktiven Typus und den Binge-Eating/Purging-Typus. Beim Restriktiven Typus hat die Person während der aktuellen Episode der Anorexia nervosa keine regelmäßigen Fressanfälle oder zeigt kein „Purging“-Verhalten (das heißt selbst-induziertes Erbrechen oder Missbrauch von Abführmitteln, Entwässerungstabletten oder Darmeinläufen).<sup>15</sup>

Beim Binge-Eating/Purging“-Typus hat die Person während der aktuellen Episode der Anorexia nervosa regelmäßig Fressanfälle und zeigt „Purging“-Verhalten (das heißt selbst-induziertes Erbrechen oder Missbrauch von Abführmitteln, Entwässerungstabletten oder Darmeinläufen).<sup>16</sup>

### 2.1.2 Bulimie

Bei der Ess-Brech-Sucht (Bulimie, Bulimia nervosa) stehen Essattacken im Vordergrund, die mit einem Gefühl des Kontrollverlustes einhergehen und bei denen sehr große Mengen an Nahrungsmittel in relativ kurzer Zeit verzehrt werden. Um einer Gewichtszunahme entgegenzuwirken werden nach einer Essattacke Gegenmaßnahmen ergriffen, wie selbstinduziertes Erbrechen, Missbrauch von Abführmitteln und Appetitzüglern, Hungerperioden und/oder übermäßige körperliche Betätigung. Im Gegensatz zur Magersucht sind die Bulimikerinnen meist normalgewichtig, doch auch sie leiden unter einer extremen Angst zuzunehmen und unter einer gestörten Selbstwahrnehmung.<sup>17</sup>

Auch für die Bulimie existieren bestimmte Diagnostische Kriterien, die im Diagnostischen und Statistischen Handbuch Psychischer Störungen festgehalten werden.

#### **Diagnostisches und Statistisches Manual Psychischer Störungen DSM-IV**

##### **Diagnostische Kriterien für Bulimia nervosa**

„A. Wiederholte Episoden von „Fressattacken“. Eine „Fressattacken“-Episode ist gekennzeichnet durch beide der folgenden Merkmale:

(1) Verzehr einer Nahrungsmenge in einem bestimmten Zeitraum (z.B. innerhalb eines

<sup>15</sup> Vgl.: Diagnostisches und Statistisches Manual Psychischer Störungen DSM-IV ... a. a. O. S. 620

<sup>16</sup> Vgl.: Diagnostisches und Statistisches Manual Psychischer Störungen DSM-IV ... a. a. O. S. 620

<sup>17</sup> Vgl.: Stahr, Ingeborg; Ingrid Barb-Priebe, Elke Schulz: Essstörungen und die Suche ... a. a. O. S. 40 - 41

Zeitraums von 2 Stunden), wobei diese Nahrungsmenge erheblich größer ist, als die Menge, die die meisten Menschen in einem vergleichbaren Zeitraum und unter vergleichbaren Bedingungen essen würden.

(2) Das Gefühl, während der Episode die Kontrolle über das Essverhalten zu verlieren (z.B. das Gefühl, weder mit dem Essen aufhören zu können, noch Kontrolle über Art und Menge der Nahrung zu haben).

B. Wiederholte Anwendung von unangemessenen, einer Gewichtszunahme gegensteuernden Maßnahmen, wie z.B. selbstinduziertes Erbrechen, Missbrauch von Laxantien, Diuretika, Klistieren oder anderen Arzneimitteln, Fasten oder übermäßige körperliche Betätigung.

C. Die „Fressattacken“ und das unangemessene Kompensationsverhalten kommen drei Monate lang mindestens zweimal pro Woche vor.

D. Figur und Gewicht haben einen übermäßigen Einfluss auf die Selbstbewertung.

E. Die Störung tritt nicht ausschließlich im Verlauf von Episoden einer Anorexia nervosa auf.“<sup>18</sup>

Bei der Bulimie unterscheidet man ebenfalls zwei Typen: Beim „Purging“-Typus induziert die Person während der aktuellen Episode der Bulimia nervosa regelmäßig Erbrechen oder missbraucht Abführmittel, Entwässerungstabletten oder Darmeinläufe.<sup>19</sup>

Beim „Nicht-Purging“-Typus zeigt die Person während der aktuellen Episode der Bulimia nervosa andere unangemessene, einer Gewichtszunahme entgegensteuernde Maßnahmen, wie beispielsweise Fasten oder übermäßige körperliche Betätigung, induziert aber nicht regelmäßig Erbrechen oder missbraucht Abführmittel, Entwässerungstabletten oder Darmeinläufe.<sup>20</sup>

<sup>18</sup> Diagnostisches und Statistisches Manual Psychischer Störungen DSM-IV ... a. a. O. S. 625

<sup>19</sup> Vgl.: Diagnostisches und Statistisches Manual Psychischer Störungen DSM-IV ... a. a. O. S. 625

<sup>20</sup> Vgl.: Diagnostisches und Statistisches Manual Psychischer Störungen DSM-IV ... a. a. O. S. 625

### 2.1.3 Nicht näher bezeichnete Essstörungen

Unter den nicht näher bezeichneten Essstörungen oder auch den „atypischen Essstörungen“<sup>21</sup> werden all jene Essstörungen zusammengefasst, bei denen die Betroffenen zwar offensichtlich kein normales Essverhalten haben, die aber bestimmte Kriterien der Magersucht oder der Bulimie nicht erfüllen.<sup>22</sup>

Beispiele hierfür sind:

- „Bei einer Frau sind sämtliche Kriterien der Magersucht erfüllt, außer, dass sie eine regelmäßige Menstruation hat.
- Sämtliche Kriterien der Magersucht sind erfüllt, nur liegt das Körpergewicht der Person trotz erheblichen Gewichtsverlustes noch im Normalbereich.
- Sämtliche Kriterien der Bulimie sind erfüllt, jedoch sind die „Fressattacken“ und das unangemessene Kompensationsverhalten (z.B. Erbrechen) weniger häufig als zweimal die Woche für eine Dauer von weniger als drei Monaten.
- Die regelmäßige Anwendung unangemessener, einer Gewichtszunahme gegensteuernder Maßnahmen durch eine normalgewichtige Person nach dem Verzehr kleiner Nahrungsmengen (z.B. selbst herbeigeführtes Erbrechen nach dem Verzehr von zwei Keksen).
- Wiederholtes Kauen und Ausspucken großer Nahrungsmengen, ohne sie hinunterzuschlucken.
- Ess-Sucht: Wiederholte Episoden von „Fressattacken“ ohne die für die Bulimie typischen regelmäßigen, einer Gewichtszunahme gegensteuernden Maßnahmen (z.B. selbst herbeigeführtes Erbrechen)“<sup>23</sup>

### 2.1.4 Adipositas

Adipositas bedeutet Fettleibigkeit oder auch Fettsucht und ist „die Folge einer den individuellen Energiebedarf chronisch überschreitenden Energieaufnahme. Eine über längere Zeit positive Energiebilanz führt zu einer Zunahme der Energiereserven des

---

<sup>21</sup> Gerlinghoff Monika; Herbert Backmund: Schlankeheitstick oder Eßstörung? ... a. a. O. S. 15

<sup>22</sup> Krüger, Claus; Günter Reich; Peter Buchheim; Manfred Cierpka: Essstörungen und Adipositas: Epidemiologie – Diagnostik – Verläufe. In: Reich, Günter; Manfred Cierpka (Hrsg.): Psychotherapie der Essstörungen ... a. a. O. S. 29

<sup>23</sup> Diagnostisches und Statistisches Manual Psychischer Störungen DSM-IV ... a. a. O. S. 625 - 626



Körpers in Form von Fett.“<sup>24</sup> Von Adipositas spricht man wenn der Body Mass Index (BMI)<sup>25</sup> den Wert 30 übersteigt. Es ist allerdings nicht klar, ob Adipositas als Krankheit zu werten ist,<sup>26</sup> obwohl Adipositas mit hohen gesundheitlichen Risiken verbunden ist. Viele adipöse Personen sind nicht in der Lage die Bedürfnisse ihres Körpers richtig zu deuten und verspüren aufgrund ihres Übergewichtes oft einen großen psychischen Leidensdruck.<sup>27</sup>

### 2.1.5 Binge-Eating-Disorder

Binge-Eating zeichnet sich durch Essattacken aus, die im Wesentlichen denen der Bulimie gleichen. Der Unterschied besteht darin, dass beim Binge-Eating keinerlei Gegenmaßnahmen ergriffen werden, was naturgemäß in den meisten Fällen zu Übergewicht führt. Die Binge-Eating-Störung ist erstmals 1994 im DSM-IV als eigenständiges Krankheitsbild erfasst worden.<sup>28</sup>

## 2.2 Gefahren von zu eng gesteckten Definitionen

Essstörungen werden oft an Zahlen festgemacht. So besteht z.B. die weit verbreitete Theorie, eine Magersucht bestünde erst bei einem Gewichtsverlust von mindestens 15 %, des für das entsprechende Alter und die Größe normalen Gewichts<sup>29</sup>. Diese Theorie ist jedoch sehr ungenau. So finden in dieser Theorie diejenigen Personen keine Berücksichtigung, die zu Beginn der Magersucht übergewichtig waren.<sup>30</sup>

---

<sup>24</sup> Deutsche Gesellschaft für Ernährung 1992, S. 30 In: Stahr, Ingeborg; Ingrid Barb-Priebe, Elke Schulz: Essstörungen und die Suche ... a. a. O. S. 26

<sup>25</sup> Anmerkung: Der Body Mass Index oder auch Körper-Masse-Index wird zur Beschreibung und Einordnung von Gewicht bzw. Übergewicht verwendet. Man errechnet ihn aus der Division des Körpergewichtes in Kilogramm durch das Quadrat der Körperlänge in Metern:  $\text{kg/m}^2$ . Der normale Bereich liegt zwischen 20 – 25. Vgl.: ABC der Schlankmacher. Verbraucherlexikon zur aktuellen Angebotspalette. Nordrhein-Westfalen e.V., Düsseldorf, 2004, S. 43

<sup>26</sup> Vgl.: Krüger, Claus; Günter Reich; Peter Buchheim; Manfred Cierpka: Essstörungen und Adipositas: Epidemiologie – Diagnostik – Verläufe. In: Reich, Günter; Manfred Cierpka (Hrsg.): Psychotherapie der Essstörungen ... a. a. O. S. 31

<sup>27</sup> Vgl.: Stahr, Ingeborg; Ingrid Barb-Priebe, Elke Schulz: Essstörungen und die Suche ... a. a. O. S. 46 - 47

<sup>28</sup> Vgl. Krüger, Claus: Binge Eating und Binge-Eating-Störung. In: Reich, Günter; Manfred Cierpka (Hrsg.): Psychotherapie der Essstörungen. Krankheitsmodelle und Therapiepraxis – störungsspezifisch und schulenübergreifend. Georg Thieme, Stuttgart, 2001, S. 44

<sup>29</sup> Vgl.: Vandereycken, Walter; Meermann Rolf: Magersucht und Bulimie ... a. a. O. S. 19

<sup>30</sup> Vgl.: Stahr, Ingeborg; Ingrid Barb-Priebe, Elke Schulz: Essstörungen und die Suche ... a. a. O. S. 25

Außerdem beginnt die Magersucht fast immer schleichend und daher kann man schon längst magersüchtig sein, ohne jedoch dermaßen viel Gewicht verloren zu haben. Ein magersüchtiges Mädchen muss also nicht unbedingt stark abgemagert sein, denn nicht das Gewicht an sich definiert die Krankheit sondern die Einstellung dazu.<sup>31</sup> Trotzdem wird die Feststellung der Krankheit in vielen Fällen von Zahlen abhängig gemacht, wie z.B. bei Gerlinghoff und Backmund: „Bei der Diagnose einer Anorexia nervosa erwartet man einen Body Mass Index von weniger als 17,5.“<sup>32</sup>

Auch die Bulimie wird an einen ganz bestimmten zeitlichen Rahmen gebunden. Laut dem Diagnostischen und Statistischen Handbuch Psychischer Störungen (DSM) liegt eine Bulimie vor, bei einer Frequenz der Heißhungeranfälle und der kompensatorischen Maßnahmen mindestens zweimal pro Woche über drei Monate.<sup>33</sup>

Solche an Zahlen festgemachten Definitionen bergen einige Gefahren in sich, weil dadurch eine sehr starre Grenze zwischen gesund und krank gezogen wird. Das kann dazu führen, dass Personen, die beispielsweise „nur“ einmal pro Woche erbrechen - deren Verhalten also offensichtlich nicht normal oder gesund ist - sich als gesund einschätzen, weil sie laut DSM nicht an Bulimie leiden. Ebenso birgt der auf 17,5 festgelegte Grenzwert das Risiko, dass betroffene Personen diesen unbedingt unterschreiten wollen, um nach wissenschaftlichen Maßstäben als dünn zu gelten. Das bedeutet, bulimische Personen könnten sich aufgrund dieser Kriterien fälschlicherweise als gesund einschätzen und magersüchtige Personen könnten sich bemüßigt fühlen, diesen Wert noch zu unterschreiten.

Besonders bedenklich ist es auch, wenn Symptome der Krankheit verharmlost werden, wie z.B. bei Gerlinghoff und Backmund: „Nach heutiger Überzeugung müssen einige Faktoren zusammenkommen, damit aus noch normalen Verhaltensweisen, nämlich Fasten oder Erbrechen zur Gewichtskontrolle, gravierende psychische Krankheiten werden.“<sup>34</sup>

Erbrechen zur Gewichtskontrolle als normale Verhaltensweise zu bezeichnen ist im Grunde genommen fahrlässig, weil dadurch Betroffene in ihrem Verhalten noch bestärkt

---

<sup>31</sup> Vgl.: Vandereycken, Walter; Meermann Rolf: Magersucht und Bulimie ... a. a. O. S. 20

<sup>32</sup> Gerlinghoff, Monika; Herbert Backmund: Schlankheitstick oder Eßstörung? ... a. a. O. S. 12

<sup>33</sup> Vgl.: Diagnostisches und Statistisches Manual Psychischer Störungen DSM-IV ... a. a. O. S. 625

<sup>34</sup> Gerlinghoff, Monika; Herbert Backmund: Schlankheitstick oder Eßstörung? ... a. a. O. S. 29

werden, obwohl es wichtig wäre, sie auf ihr ungesundes und eben nicht normales Verhalten aufmerksam zu machen. Außerdem könnte dadurch bei gefährdeten Personen der Eindruck entstehen, dass Erbrechen eine ganz normale und praktische Methode ist um das Gewicht zu kontrollieren.

Doch genau das ist es nicht, denn eben dieser Gedanke steht wohl am Anfang fast jeder Bulimie. Eine Essstörung entsteht nicht plötzlich, sondern sie entwickelt sich langsam. So beginnt eine Magersucht oft im Anschluss an eine Diät und auch bei der Bulimie wird irgendwann zum ersten Mal erbrochen. Essstörungen beginnen meist harmlos, doch die Betroffenen verlieren schnell die Kontrolle über ihr Verhalten und dann leiden sie an einer ernstzunehmenden psychischen Krankheit. Deshalb sollten bestimmte Verhaltensweisen, so wie das willentliche Erbrechen nicht verharmlost werden und mit zu strengen zahlenmäßigen Richtlinien vorsichtig umgegangen werden. Denn obwohl das Gewicht bei der Magersucht und der Bulimie für die Betroffenen bekanntlich eine große Rolle spielt, sollte die Feststellung der Krankheit trotzdem, oder gerade deshalb, nicht vom Gewicht abhängig gemacht werden.

### **2.3 Wer ist betroffen?**

Die Angaben zur Häufigkeit variieren etwas, Gerlinghoff und Backmund schätzen, dass in Deutschland von allen 15 bis 30 Jährigen 0,5 bis 2 % an Anorexie leiden, 95 % davon sind weiblich. Bei der Bulimie ist die Zahl etwas höher und liegt bei 2 bis 5 % in derselben Altersgruppe.<sup>35</sup>

Ettrich und Pfeiffer geben an, dass 1 bis 2 % der deutschen Bevölkerung zwischen 12 und 35 Jahren von Anorexie betroffen sind, und bis zu 5 % an Bulimie leiden.<sup>36</sup>

Da es für Österreich keine exakten wissenschaftlichen Daten über die Häufigkeit von Essstörungen gibt, legt Karwautz die Daten aus dem westlichen Ausland auf Österreich um. Er kommt dabei zu dem Ergebnis, dass ca. 1 % der Wiener Bevölkerung an Anorexie

---

<sup>35</sup> Vgl.: Gerlinghoff, Monika; Herbert Backmund: Schlankeheitstick oder Eßstörung? ... a. a. O. S. 28

<sup>36</sup> Vgl.: Ettrich, Christine; Ulrike Pfeiffer (Hrsg.): Anorexie und Bulimie ... a. a. O. S. 18

erkrankt ist, bei einem Altersgipfel von 17 Jahren. 2 % leiden an Bulimie. Auch Karwautz gibt den Frauenanteil ähnlich hoch, nämlich mit 90 bis 96 % an.<sup>37</sup>

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass Magersucht und Bulimie also hauptsächlich Mädchen und junge Frauen betreffen. Die Bulimie ist dabei deutlich häufiger vertreten als die Magersucht. Ferner ist von Bedeutung, dass beide Essstörungen vorrangig in den oberen sozialen Schichten<sup>38</sup> und fast ausschließlich in den westlichen Überflussgesellschaften vorkommen. Krüger u. A. schreiben dazu: „Beide Erkrankungen scheinen an den Nahrungsmittelüberfluss der westlichen Zivilisation und die hier verbreiteten Wertsysteme gebunden zu sein.“<sup>39</sup>

Diese Angaben gelten gleichermaßen für die erkrankten Männer. Dass der Anteil der betroffenen Männer mit 5 bis 10 % vergleichsweise sehr niedrig ist, liegt wahrscheinlich daran, dass das heute vorherrschende Schönheitsideal für Männer nicht im selben Maße gilt wie für Frauen.

Doch auch bei Männern sind Essstörungen auf dem Vormarsch. Stahr führt das auf die Auflösung der traditionellen Geschlechterrollen zurück, durch die die „Eindeutigkeit der Männerrolle heute immer mehr auseinanderfällt und damit psychische Erkrankungen – auch Essstörungen – bei jungen Männern tendenziell zunehmen.“<sup>40</sup>

## 2.4 Hintergründe und Ursachen für Essstörungen

„Die Wörter „Anorexia“ und „Bulimia“ lassen sich aus dem griechischen ableiten und bedeuten so viel wie „Appetitlosigkeit“ bzw. „Heißhunger“.<sup>41</sup>

---

<sup>37</sup> Vgl.: Karwautz, Andreas: Essstörungen. Gesundheitsbericht Wien. 1997. URL: <https://www.wien.gv.at/who/gb/97/pdf/4-7.pdf> (Abgerufen: 11. Oktober 2007, 18:05)

<sup>38</sup> Vgl.: Gerlinghoff, Monika; Herbert Backmund; Norbert Mai: Magersucht und Bulimie. Verstehen und bewältigen. Quadriga, Weinheim, 1993, Aufl. 3, S. 21

<sup>39</sup> Krüger, Claus; Günter Reich; Peter Buchheim; Manfred Cierpka: Essstörungen und Adipositas: Epidemiologie – Diagnostik – Verläufe. In: Reich, Günter; Manfred Cierpka (Hrsg.): Psychotherapie der Essstörungen ... a. a. OS. 25

<sup>40</sup> Stahr, Ingeborg; Ingrid Barb-Priebe, Elke Schulz: Essstörungen und die Suche ... a. a. O. S. 49

<sup>41</sup> Ettrich, Christine; Ulrike Pfeiffer (Hrsg.): Anorexie und Bulimie – zwischen Todes-Sehnsucht und Lebens-Hunger. Urban & Fischer, München, 2001, Aufl. 1, S. 7

Mit „Appetitlosigkeit“ lässt sich die Magersucht aber keineswegs erklären, da die Betroffenen sehr wohl Appetit haben und oft sogar quälenden Hunger verspüren, diesem aber bewusst nicht nachgeben. Vandereycken und Meermann werfen in diesem Zusammenhang den treffenden Begriff der „Selbstaushungerung“ auf, der die Anorexie besser beschreibt und dessen Ursache der starke Wunsch ist, dünn zu bleiben oder zu werden.<sup>42</sup>

Die Gründe und Ursachen für Essstörungen sind höchst unterschiedlich und vielfältig. Es gibt keinen bestimmten Auslöser der zwangsweise zu Magersucht oder Bulimie führt. Auf jeden Fall sind rein körperliche Ursachen ausgeschlossen, es handelt sich eindeutig um eine psychische Erkrankung, was sich auch an dem Zusatz „nervosa“ ablesen lässt.<sup>43</sup> was soviel wie nervlich bedeutet.

Dennoch, so schreiben Vandereycken und Meermann, tragen rein körperliche Faktoren einen nicht unerheblichen Teil zur Aufrechterhaltung einer Essstörung bei. Da der Magen entweder durch die geringe Nahrungsaufnahme schrumpft und träge wird, oder durch häufige Essattacken quasi geweitet wird und dadurch ein ständiges Hungergefühl vortäuscht. Mit der Zeit gerät dadurch die biologische Uhr aus dem Gleichgewicht, Betroffene haben dann mit einem schwer gestörten Hunger- und Sättigungsgefühl zu kämpfen.<sup>44</sup>

Vandereycken und Meermann unterscheiden demnach in auslösende und aufrechterhaltende Faktoren und sehen die Gesellschaft als einen Nährboden für die Krankheit.<sup>45</sup>

Zu den auslösenden Faktoren können individuelle, familiäre und kulturelle Risikofaktoren gezählt werden, wie Knölker beschreibt.

---

<sup>42</sup> Vgl.: Vandereycken, Walter; Meermann Rolf: Magersucht und Bulimie. Ein Ratgeber für Betroffene und ihre Angehörigen. Hans Huber, Bern, 2003, Aufl. 2, S. 19

<sup>43</sup> Vgl.: Buchholz, Helga: Die verzehrte Frau. Anorexie und Bulimie im Spiegel weiblicher Subjektivität. Leske + Budrich, Opladen, 2001, S. 8

<sup>44</sup> Vgl.: Vandereycken, Walter; Meermann Rolf: Magersucht und Bulimie ... a. a. O. S. 42

<sup>45</sup> Vgl.: Vandereycken, Walter; Meermann Rolf: Magersucht und Bulimie ... a. a. O. S. 52

**„Als Risikofaktoren für die Anorexia nervosa zählen:****Individuell**

- Störungen der Selbst- und Körperwahrnehmung
- Persönlichkeitsfaktoren (angepasst-perfektionistisch, abhängig)
- Starkes Übergewicht

**Familiär**

- Essstörungen in der Familienanamnese
- Alkoholismus oder Störungen des Gefühlslebens in der Familienanamnese
- Familiäre Beeinträchtigung der Autonomieentwicklung

**Kulturell**

- Schlankes Körperideal<sup>46</sup>

**Als Risikofaktoren für die Bulimia nervosa zählen:****Individuell**

- Störungen der Selbst- und Körperwahrnehmung
- Persönlichkeitsfaktoren (Steuerungsprobleme)
- Starkes Übergewicht
- Chronische körperliche Erkrankung (z.B. Diabetes mellitus)

**Familiär**

- Essstörungen in der Familiengeschichte
- Alkoholismus oder Störungen des Gefühlslebens in der Familiengeschichte
- Familiäre Beeinträchtigung des Bindungsverhaltens

**Kulturell**

- Schlankes Körperideal<sup>47</sup>

Als Risikofaktoren für die Entstehung einer Essstörung gelten also die Unzufriedenheit mit sich selbst und dem eigenen Körper, ungünstige familiäre Hintergründe und ein in der Gesellschaft vorherrschendes Schlankheitsideal.

<sup>46</sup> Vgl.: Knölker, Ulrich: Kinder- und Jugendpsychiatrie systematisch. UNI-MED, Bremen, 1997, S. 386

<sup>47</sup> Vgl.: Knölker, Ulrich: Kinder- und Jugendpsychiatrie ... a. a. O. S. 393

Oft lassen sich die Ursachen auch in den äußerst widersprüchlichen Rollen, die es auszufüllen gilt, finden. „Von einer Frau wird erwartet, dass sie eine gute Mutter ist, Karriere macht und pflichtbewusst ist. Sie soll eine aufregende Geliebte sein, romantisch aber auch unabhängig. ... Keine Frau kann alle diese Rollen perfekt ausfüllen. Dennoch gibt man uns das Gefühl, dass wir versagt haben, wenn wir das Unmögliche nicht zustande bringen.“<sup>48</sup>

Auch sexueller Missbrauch kann die Ursache einer Essstörung sein. Grenzüberschreitende sexuelle Erfahrungen (z.B. sexueller Missbrauch) kommen bei Mädchen mit Anorexia nervosa und Bulimia nervosa etwa dreimal so oft vor, wie in der übrigen weiblichen Bevölkerung. Die Ursachensuche bei Störungen kann aber nicht auf diese Faktoren reduziert werden. Grenzüberschreitende sexuelle Erfahrungen müssen nicht unbedingt Essstörungen zur Folge haben. Sie können auch andere Störungen nach sich ziehen.<sup>49</sup>

Auslöser für eine Essstörung können schwerwiegende und einschneidende Erfahrungen sein, wie ein sexueller Missbrauch, oder auch z.B. der Tod eines geliebten Menschen.<sup>50</sup> Aber auch andere persönliche Probleme, bei denen ein Gefühl der Unzulänglichkeit<sup>51</sup> und/oder die Angst vor Versagen oder Kontrollverlust besteht<sup>52</sup> (sei es in der eigenen Familie, in der Schule oder am Arbeitsplatz). Besonders die Pubertät ist eine Zeit, die sehr anfällig für Selbstzweifel und Ängste ist und im Zusammenspiel mit unserem heutigen (Schönheits-) Ideal entwickeln deshalb so viele Jugendliche eine Essstörung.<sup>53</sup> Einerseits um dem gängigen Schönheitsideal zu entsprechen, andererseits um wenigstens über einen Bereich im Leben wirklich die Kontrolle zu haben, nämlich über den eigenen Körper.<sup>54</sup>

Grob unterteilt kann man wahrscheinlich einerseits Betroffene unterscheiden, die aufgrund von schmerzvollen Erfahrungen aufhören zu essen und irgendwann in dem Teufelskreis

---

<sup>48</sup> Dolan, Bridget: Die Bedeutung soziokultureller Faktoren für die Entwicklung von Essstörungen. In: Köpp, Werner; Georg Ernst Jacoby (Hrsg.): Beschädigte Weiblichkeit. Eßstörungen, Sexualität und sexueller Missbrauch. Roland Asanger, Heidelberg, 1996, Aufl. 2, S. 30 – 37, S. 33

<sup>49</sup> Vgl.: Ettrich, Christine; Ulrike Pfeiffer (Hrsg.): Anorexie und Bulimie ... a. a. O. S. 17

<sup>50</sup> Vgl.: Treasure Janet: Gemeinsam die Magersucht besiegen. Ein Leitfaden für Betroffene, Freunde und Angehörige. Beltz, Weinheim, 2001, S. 29

<sup>51</sup> Vgl.: Selvini, Palazzoli Mara; Stefano Cirillo; Matteo Selvini u.a.: Anorexie und Bulimie. Neue familientherapeutische Perspektiven. Klett-Cotta, Stuttgart, 1999, S. 222

<sup>52</sup> Vgl.: Treasure, Janet: Gemeinsam die Magersucht ... a. a. O. S. 33

<sup>53</sup> Vgl.: Vandereycken, Walter; Meermann Rolf: Magersucht und Bulimie ... a. a. O. S. 52

<sup>54</sup> Vgl.: Dolan, Bridget: Die Bedeutung soziokultureller Faktoren für die Entwicklung von Essstörungen. In: Köpp, Werner; Georg Ernst Jacoby (Hrsg.): Beschädigte Weiblichkeit ... a. a. O. S. 30 – 37, S. 34

der Essstörung gefangen sind und andererseits Betroffene, die entweder ebenfalls durch einschneidende Erlebnisse wie einen sexuellen Missbrauch und/oder bei Frauen aufgrund von Ablehnung des vorgegebenen weiblichen Rollenbildes, das sie übernehmen sollen, hungern, mit der inneren Motivation, körperlich möglichst unweiblich zu erscheinen.<sup>55</sup>

Dem gegenüber steht ein Teil Betroffener, bei denen von Beginn an das Schlanksein an sich das Ziel ist, welches als schön und erstrebenswert gilt. Es ist anzunehmen, dass auch hier persönliche Probleme bestehen, denn sonst wäre man selbstsicher genug, um über der gesellschaftlichen Forderung zu stehen, schlank sein zu müssen.

Es kann also aus den verschiedensten Gründen und unter unterschiedlichsten Bedingungen zu einer Essstörung kommen, und das auch nur bei bestimmten Persönlichkeiten. Denn andere Menschen werden trotz sehr ähnlicher Erfahrungen nicht magersüchtig oder bulimisch.

Nicht abzustreiten ist jedenfalls der Einfluss den unsere Gesellschaft auf diese Krankheit hat. Sehr treffend ist daher der Satz von Bridget Dolan: „Soziokulturelle Faktoren sind für die Entstehung von Essstörungen notwendige, aber nicht ausreichende Bedingungen.“<sup>56</sup>

---

<sup>55</sup> Vgl.: Vandereycken, Walter; Meermann Rolf: Magersucht und Bulimie ... a. a. O. S. 48

<sup>56</sup> Dolan, Bridget: Die Bedeutung soziokultureller Faktoren für die Entwicklung von Essstörungen. In: Köpp, Werner; Georg Ernst Jacoby (Hrsg.): Beschädigte Weiblichkeit ... a. a. O. S. 30 – 37, S. 37



### 3. Die Rolle der Gesellschaft

„Manche Krankheiten kann es nur dann geben, wenn Menschen miteinander leben. ... Es reicht aber nicht aus, dass Individuen nebeneinander existieren, vielmehr müssen strukturierte Beziehungen zwischen diesen Menschen bestehen, müssen Normen und Wertesysteme vorhanden sein, das heißt: Es muss eine Gesellschaft geben.“<sup>57</sup>

Die meisten Menschen möchten den Idealen der Gesellschaft in der sie leben entsprechen, um „Normalität innerhalb einer Gesellschaft zu erlangen.“<sup>58</sup> Der Körper eines Menschen nimmt dabei eine bedeutende Rolle ein, denn er war und ist immer wieder im „Mittelpunkt gesellschaftlicher Wertung.“<sup>59</sup> Der Körper bestimmt somit das Ansehen eines Menschen innerhalb der Gesellschaft und in eben dieser herrscht nun einmal seit dem Beginn dieses Jahrhunderts<sup>60</sup> ein schlankes Körperideal. Das hat natürlich einen großen Anpassungsdruck zur Folge, denn „Schlankheit steht gleichsam für Schönheit, Attraktivität, Dynamik und Erfolg.“<sup>61</sup> Im Gegensatz dazu werden „üppige weibliche Formen mit einem Mangel an Intelligenz und mit beruflicher Inkompetenz assoziiert.“<sup>62</sup>

#### 3.1 Die Rolle der Medien

Das von der Gesellschaft getragene Schönheitsideal spiegelt sich täglich in den Medien wieder. Es ist absolut unmöglich sich der Botschaft zu entziehen, die uns klar und deutlich darauf hinweist, wie man auszusehen hat und wie wichtig das ist. Ohne Unterbrechung werden wir mit Bildern von schönen und vor allem schlanken Frauen konfrontiert. In beinahe jedem Film, jeder Serie und in jedem Werbeblock sieht man auf die eine oder andere Art, dass es enorme Bedeutung hat, schlank zu sein. So ist auch die Spielfilm Hauptdarstellerin, die von so vielen Zuseherinnen so sehr bewundert wird, nur all zu oft eine attraktive, und vor allem schlanke Frau, genauso wie auch die Lieblingsakteurin der Serie, die täglich von Montag bis Freitag läuft. Und in der Werbepause lächeln dann die nächsten Schönheiten vom Bildschirm, und wiederum, egal für welches Produkt, sehr

---

<sup>57</sup> Gerlinghoff, Monika; Herbert Backmund; Norbert Mai: Magersucht und Bulimie ... a. a. O. S. 20

<sup>58</sup> Stahr, Ingeborg; Ingrid Barb-Priebe, Elke Schulz: Essstörungen und die Suche ... a. a. O. S. 15

<sup>59</sup> Stahr, Ingeborg; Ingrid Barb-Priebe, Elke Schulz: Essstörungen und die Suche ... a. a. O. S. 16

<sup>60</sup> Vgl.: Stahr, Ingeborg; Ingrid Barb-Priebe, Elke Schulz: Essstörungen und die Suche ... a. a. O. S. 17

<sup>61</sup> Gerlinghoff, Monika; Herbert Backmund; Norbert Mai: Magersucht und Bulimie ... a. a. O. S. 26

<sup>62</sup> Gerlinghoff, Monika; Herbert Backmund; Norbert Mai: Magersucht und Bulimie ... a. a. O. S. 27

schlanke Frauen. Paradoxerweise bewerben dann eben diese, oft besonders kalorienreiche Produkte, wie Schokolade oder Kartoffelchips.

Ebenso sieht es in den gängigen Frauenzeitschriften aus: „... die neueste Mode – vorgeführt von superschlanken Models – und dazu jede Menge Rezepte von köstlichen Gerichten neben den «aktuellsten» Diäten und zahlreichen Werbeanzeigen für «fantastische» Produkte zum Abnehmen.“<sup>63</sup>

Selvini bringt den Einfluss der Medien auf den Punkt: „Über die Massenmedien ... erreicht das Gebot der Magerkeit als Mode größte Teile der Bevölkerung, eben die Massen.“<sup>64</sup>

Sehr deutlich wird die starke Vorbildwirkung, die vor allem das Fernsehen auf die Menschen hat, wenn man eine Studie betrachtet auf die sich Hörndler und Zitt beziehen. Die Studie wurde anlässlich der Einführung des Fernsehens 1995 auf den Fiji-Inseln durchgeführt.

„Junge Mädchen wurden 1995, als TV auf den Inseln eingeführt wurde, und drei Jahre später 1998 nochmals befragt. Während 1995 kein Mädchen selbstinduziert brach, waren es drei Jahre später immerhin 11 %. 69 % gaben an, sie würden mit Hilfe von Diäten versuchen, Gewicht zu verlieren und 74 % fühlten sich zu dick. In den Interviews sagten die Mädchen, dass sie die TV-Darsteller bewunderten und versuchten, so auszusehen wie diese. Sie versuchten dies über die Modellierung des Körpers zu erreichen, indem sie ihr Essverhalten veränderten. Gestörtes Essverhalten war signifikant häufiger bei jenen Mädchen zu beobachten, die stärker dem TV ausgesetzt waren.“<sup>65</sup>

Offensichtlich spielen die Medien also tatsächlich eine nicht unerhebliche Rolle bei der Entstehung von Essstörungen. Sie tun dies indem sie das schlanke Körperideal der westlichen Gesellschaft tragen oder sogar weiter verbreiten. Interessant ist nun die Frage, warum in der heutigen Zeit und gerade in den Teilen der Welt die als sogenannte

---

<sup>63</sup> Vandereycken, Walter; Meermann Rolf: Magersucht und Bulimie ... a. a. O. S. 51

<sup>64</sup> Selvini, Palazzoli Mara; Stefano Cirillo; Matteo Selvini u.a.: Anorexie und Bulimie ... a. a. O. S. 227

<sup>65</sup> Hörndler, Margit; Zitt, Christian: Körperkult – Körpersein. Vom soziokulturellen Normierungsdruck, vom Verlust einer weiblichen Genealogie, von Beziehungs- und Identitätsstörungen zur Entstehung von Essstörungen. Jänner 2004 URL: [http://www.sowhat.at/downloads/Forschung\\_Koerperkult.pdf](http://www.sowhat.at/downloads/Forschung_Koerperkult.pdf) (Abgerufen: 31. Oktober 2007, 13:18)

„Überflussgesellschaft“ bezeichnet werden, gerade dieses schlanke Schönheitsideal vorherrscht.

### 3.2 Schönheitsideale gestern

Schönheitsideale sind etwas sehr vergängliches und trotzdem sind sie für die Menschen für die sie gerade Gültigkeit besitzen von enormer Bedeutung.



**Abbildung 1: Venus von Willendorf**

Eine der ältesten und bekanntesten Frauendarstellungen der Welt ist die Statue der „Venus von Willendorf“ die eine äußerst füllige Frauenfigur aus der älteren Steinzeit darstellt. Die Venus von Willendorf ist mit ihrem großen Busen und dem enormen Bauch bezeichnend für das damalige Schönheitsideal.<sup>66</sup> „Die Vorliebe für fettleibige Frauen dauerte bis zur jüngeren Steinzeit an. Auch die vorgeschichtlichen griechischen, babylonischen und ägyptischen Skulpturen zeigen die Bevorzugung bzw. künstlerische Huldigung von Frauen mit großem schwangerem Leib und massigen Hüften und Oberschenkeln.“<sup>67</sup> Bruch führt dieses damals herrschende füllige Körperideal auf den „Traum von Fülle und Überfluss in einer Periode der menschlichen Geschichte (zurück) ..., wo Hungersnot ständig im Rahmen des Möglichen lag.“<sup>68</sup> In Zeiten der Armut wird ein üppiger Körper als Schutz vor mageren Zeiten angesehen und er ist ein Privileg der oberen

---

<sup>66</sup> Vgl.: Bruch, Hilde: Essstörungen. Zur Psychologie ... a. a. O. S. 21 und Die Welt der Venus von Willendorf URL: <http://www.nhm-wien.ac.at/Content.Node/specialex/venusjahr.html> (Abgerufen: 16.12.2008 16:39)

<sup>67</sup> Bruch, Hilde: Essstörungen. Zur Psychologie ... a. a. O. S. 21

<sup>68</sup> Bruch, Hilde: Essstörungen. Zur Psychologie ... a. a. O. S. 21

Gesellschaftsschichten, da sich nur die reicheren Menschen einen solchen überhaupt „leisten“ können.

Auch zur Zeit der französischen Revolution wird ein fülligeres Körperideal mit einem üppigen Busen und einem ausladenden Becken bevorzugt, welches auch die Bedeutung der Mutterschaft einer Frau betont.<sup>69</sup> Die große Bedeutung die das damals vorherrschende Schönheitsideal schon zu jener Zeit für die Frauen hat, wird an einer Aussage des französischen Arztes Heckel deutlich. Er beklagt 1911 „dass die Mode zuweilen die Abmagerungskuren behindere: «... Es ist zweifellos so, dass sich alle Frauen, um ein beeindruckendes Dekolleté zeigen zu können, verpflichtet fühlen, um den Nacken herum, über dem Schlüsselbein und an ihren Brüsten dick zu sein. ... Was die Behandlung angeht, so kann man keine Gewichtsabnahme am Bauch erreichen, ohne dass die Frau in ihren Gedanken ihre obere Körperhälfte opfert. Für sie ist es tatsächlich ein Opfer, weil sie aufgibt, was die Welt als schön ansieht.»“<sup>70</sup>

Diese Beschreibung zeigt einerseits, wie sehr sich das damals vorherrschende Schönheitsideal von dem heutigen unterscheidet und andererseits, die, damals wie heute, genau gleiche Einstellung der Frauen zu ihrem Körper und ihrer Gesundheit. Man erkennt, dass die Frauen immer auf die eine oder andere Art bereit sind, ihre Gesundheit aufs Spiel zu setzen, um dem jeweils gängigen Schönheitsideal zu entsprechen.

### **3.3 Schönheitsideale heute**

Das heutige Schönheitsideal, mit der Betonung auf einem sehr schlanken Körper besteht seitdem Beginn dieses Jahrhunderts und hat sich seit dem kaum geändert. Das wohl bekannteste Beispiel dafür ist „Twiggy“ in den sechziger Jahren.<sup>71</sup>

---

<sup>69</sup> Stahr, Ingeborg; Ingrid Barb-Priebe, Elke Schulz: Essstörungen und die Suche ... a. a. O. S. 16 - 17

<sup>70</sup> Bruch, Hilde: Essstörungen. Zur Psychologie ... a. a. O. S. 35

<sup>71</sup> Vgl.: Stahr, Ingeborg; Ingrid Barb-Priebe, Elke Schulz: Essstörungen und die Suche ... a. a. O. S. 17



Abbildung 2: Twiggy

Abgesehen davon, dass es als äußerst erstrebenswert gilt, diesem schlanken Ideal zu entsprechen, ist es umgekehrt sogar verpönt dick zu sein. „Übergewichtige Menschen sind in der westlichen Gesellschaft gebrandmarkt. Sie werden für unbeherrscht, träge, faul und willensschwach gehalten, im besten Fall noch für gutmütig und warmherzig.“<sup>72</sup> „Dünnsein (hingegen) symbolisiert immer häufiger Erfolg, Schönheit, Macht, Reichtum, Selbstkontrolle und Gesundheit.“<sup>73</sup>

Drolshagen greift in diesem Zusammenhang einen interessanten Aspekt auf: „Unsere Kultur hält den Körper für das Abbild des wahren Wesens ... und damit ist der Körper auch Verräter ... der Körper verrät, was ein Mensch zu verbergen trachtet. Darum muss ich ihn zwingen, etwas zu verkünden, was vielleicht nicht zutreffend ist, was jedoch ein günstiges Bild von mir vermittelt. Wenn mein Körper makellos ist, bin auch ich unangreifbar.“<sup>74</sup>

Um nicht negativ aufzufallen, wird versucht den Körper so hinzubekommen, dass er dem gerade modernen Ideal entspricht. Der Körper soll eine weithin lesbare Botschaft senden und zwar bloß nicht die falsche. So wie man ein Kostüm anzieht um erfolgreich und ordentlich zu wirken, braucht man einen schlanken Körper um ähnliches zu signalisieren. Dabei sagt in Wirklichkeit weder das eine, noch das andere in irgendeiner Weise auch nur das Geringste aus.

<sup>72</sup> Pfannenschwarz, Christl: Schön und gut, aber: Was heißt eigentlich „schön“? Attraktivitätsforschung – die Messbarkeit äußerlicher Reize. In: Nuber, Ursula (Hrsg.): Spieglein, Spieglein an der Wand. Der Schönheitskult und die Frauen. Beltz, Weinheim, 1992, S. 23 – 39, S. 29

<sup>73</sup> Dolan, Bridget: Die Bedeutung soziokultureller Faktoren für die Entwicklung von Essstörungen. In: Köpp, Werner; Georg Ernst Jacoby (Hrsg.): Beschädigte Weiblichkeit ... a. a. O. S. 30 – 37, S. 32

<sup>74</sup> Drolshagen, Ebba D.: „Wir wollen, was wir wollen sollen“ Der vermännlichte Frauenkörper – Hintergründe eines paradoxen Schönheitsideals. In: Nuber, Ursula (Hrsg.): Spieglein, Spieglein an der Wand. Der Schönheitskult und die Frauen. Beltz, Weinheim, 1992, S. 57 – 68, S. 64

Allerdings herrscht dieses Ideal auch nur in den reichen Ländern vor, in den armen Ländern ist es nach wie vor völlig unwichtig, oder sogar gänzlich unerwünscht, dünn zu sein. Denn „Dickheit repräsentiert (dort) sowohl Reichtum als auch die Fähigkeit, Kinder zu bekommen und sie zu nähren.“<sup>75</sup>

Dolan kritisiert das so gegensätzliche westliche Schönheitsideal: „Wenn wir Frauen möglichst dünn sein sollen, so schwächt uns das auch. Was hier als Vorbild dienen soll, ist nämlich nicht die Körperform einer kräftigen Erwachsenen, sondern eines schwachen Kindes ohne Kurven, ohne Brüste, haarlos, asexuell und unfruchtbar.“<sup>76</sup>

Wie aber ist es nun in der westlichen Welt zu diesem heutigen Schönheitsideal gekommen?

Unsere Gesellschaft ist eine Gesellschaft des Überflusses, uns stehen Unmengen an Nahrung zur Verfügung, während die wenigsten Menschen noch körperlich arbeiten.<sup>77</sup> Das bedeutet, dass es heute ein Leichtes ist, dick zu sein. Auch die Angst vor dem verhungern ist in weite Ferne gerückt, oder, bei den jüngeren Menschen, nie dagewesen. Demnach ist es schwerer dem schlanken Körperideal zu entsprechen und somit ist auch genau das erstrebenswert. Denn es ist meistens das schön und erstrebenswert, das uns von der Masse abhebt, das uns über andere erhebt.

Und was wohl heute auch zu einem nicht unerheblichen Teil zu der heutigen Schönheits- und Schlankheitshysterie beiträgt, ist die Wirtschaft. Denn um das Ziel zu erreichen, schön und schlank zu sein, sind die Menschen bereit viel Geld auszugeben. Allein der österreichische Fitnessmarkt wird derzeit mit rund 210 Millionen Euro Umsatz eingeschätzt.<sup>78</sup>

---

<sup>75</sup> Dolan, Bridget: Die Bedeutung soziokultureller Faktoren für die Entwicklung von Essstörungen. In: Köpp, Werner; Georg Ernst Jacoby (Hrsg.): Beschädigte Weiblichkeit ... a. a. O. S. 30 – 37, S. 32

<sup>76</sup> Dolan, Bridget: Die Bedeutung soziokultureller Faktoren für die Entwicklung von Essstörungen. In: Köpp, Werner; Georg Ernst Jacoby (Hrsg.): Beschädigte Weiblichkeit ... a. a. O. S. 30 – 37, S. 33

<sup>77</sup> Vgl.: Dolan, Bridget: Die Bedeutung soziokultureller Faktoren für die Entwicklung von Essstörungen. In: Köpp, Werner; Georg Ernst Jacoby (Hrsg.): Beschädigte Weiblichkeit ... a. a. O. S. 30 – 37, S. 32

<sup>78</sup> Thurner, Andreas: INJOY Fitnessclubs weiter auf Wachstumskurs. INJOY eröffnet im Jänner den 30. Fitnessclub in Österreich: [http://www.messe.at/apa/apa\\_show.html?ap=wik.OTS0092-20080915](http://www.messe.at/apa/apa_show.html?ap=wik.OTS0092-20080915) (Abgerufen 3.1.2008 20:12)

## 4. Pro-Ana

Pro-Ana ist ein äußerst umstrittener und relativ neuer Begriff, der überdies schwer zu definieren ist, da es zu diesem Thema eine Fülle sich widersprechender Meinungen gibt. Der Begriff ist daher auch noch nicht wissenschaftlich definiert worden. Auch die Medien und die „Pro-Anas“ selbst sind sich darüber uneins.

Die Bezeichnung Pro-Ana sagt auf den ersten Blick bereits das Wesentliche aus: Pro steht für „dafür sein“ und Ana steht für „Anorexie“, also bedeutet Pro-Ana soviel wie „für die Magersucht sein“. Trotzdem ist es nicht so einfach, denn Ana leitet sich zwar von Anorexie ab und hat auch offensichtlich etwas damit zu tun, doch bedeutet Ana für viele Anhängerinnen nicht dasselbe wie Anorexie. Anorexie ist ein sperriger medizinischer Begriff der für eine Krankheit steht. Ana hingegen klingt viel freundlicher als Anorexie, die Ähnlichkeit mit dem Mädchennamen „Anna“ ist gewollt, denn damit verliert der Begriff an Härte und man kann sich leichter damit identifizieren. Ana wird zudem als eine Wahl angesehen – man entscheidet sich dafür. Im Gegensatz dazu kann man eine Krankheit nicht wählen.<sup>79</sup>

Pro-Ana ist eine Internet-Bewegung, die aus Foren besteht – den Pro-Ana-Foren. Betrieben werden diese Foren meist von Mädchen oder jungen Frauen die selbst essgestört sind. Die Foren sind absichtlich gut versteckt und nicht auf den ersten Blick zu finden, außerdem haben sie durchwegs sehr spezielle und strenge Aufnahmekriterien, die nur bestimmten Personen den Beitritt ermöglichen. Das hat den Grund, dass Personen die nur „spionieren“ wollen und die selbst gar nicht betroffen sind, oder gar gegen die Bewegung sind, der Zutritt zum Forum erschwert wird.<sup>80</sup>

Die Pro-Ana-Bewegung entsteht etwa im Jahr 1997 in den Vereinigten Staaten<sup>81</sup> und breitet sich von dort nach Deutschland und Österreich aus. „Im deutschsprachigen Internet soll alles mit einer Diskussionsgruppe bei Yahoo, dem „Diet Coke Club“, begonnen haben,

---

<sup>79</sup> Vgl.: featherweight (Maint.): „Pro Ana“. Versuch einer Begriffsdefinition. URL: [http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/versuch\\_begriffsdefinition.htm](http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/versuch_begriffsdefinition.htm) (Abgerufen: 18.2.08 13:24 )

<sup>80</sup> Vgl.: Fritzsche, Lara: Meine Freundin Ana. 23.08.04, 14:19h, AKTUALISIERT 20.05.05, 16:17h URL: <http://www.ksta.de/html/artikel/1092932021179.shtml> (Abgerufen: 13. März 2008, 11:48) und featherweight (Maint.): „pro ana“-Seiten. Was heißt eigentlich „pro ana“? URL: [http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/mii\\_pro-ana.htm](http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/mii_pro-ana.htm) (Abgerufen: 18.2.08 12:42)

<sup>81</sup> Vgl.: Haupt, Friederike: Denn dünn bedeutet ... a. a. O. S. 7

der 1998 gegründet und im letzten Jahr von Yahoo selbst geschlossen wurde.“<sup>82</sup> Doch damit geht die Bewegung keinesfalls unter, „Mitte 2002 (findet) ein fast explosionsartiger Boom dieser Seiten im deutschsprachigen Internet statt.“<sup>83</sup> Eine konkrete Zahl hierzu ist nicht bekannt, aber seit das Thema Pro-Ana auch in den Medien immer wieder Beachtung findet, steigen das Interesse und die Mitgliederzahlen unaufhörlich an.<sup>84</sup> Zwischen 2006 und 2007 werden im deutschsprachigen Raum bereits 270 Websites gezählt.<sup>85</sup>

## 4.1 Krankheit

Pro-Ana bedeutet für jeden etwas anderes, für Viele ist es nichts anderes als die Verherrlichung der Krankheit Magersucht, für manche ist es der positive Umgang mit dieser Krankheit, Andere bestreiten jeglichen Krankheitsaspekt von Pro-Ana, da es sich dabei ihrer Meinung nach um einen selbst gewählten Lifestyle handelt. Einige sehen darin ihre Freundin Ana und einige Wenige leben Pro-Ana sogar als Religion.<sup>86</sup>

Aufgrund dieser so unterschiedlichen Ansichten wird im Folgenden auf die verschiedenen Standpunkte eingegangen.

Auf der einen Seite stehen vor allem Medien, Ärzte, Wissenschaftler und Therapeuten, sie sehen das Phänomen Pro-Ana äußerst kritisch, denn sie erkennen darin einen „Trend zur idealisierten Krankheit.“<sup>87</sup> Vertreter dieses Standpunktes sind davon überzeugt, dass Pro-Ana eine gefährliche<sup>88</sup> und krankheitsverherrlichende Bewegung darstellt.

---

<sup>82</sup> featherweight (Maint.): Woher kommt pro ANA? URL: <http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/ursprung.htm> (Abgerufen 30.9.07 11:37)

<sup>83</sup> featherweight (Maint.): Woher kommt pro ANA? URL: <http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/ursprung.htm> (Abgerufen: 30.9.07 11:45)

<sup>84</sup> Vgl.: featherweight (Maint.): Woher kommt pro ANA? URL: <http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/ursprung.htm> (Abgerufen: 30.9.07 11:49)

<sup>85</sup> Vgl.: Rauchfuß, Katja: Abschlussbericht der Recherche zu Pro-Anorexie-Angeboten 2006/2007. In: Jugendschutz.net. Mainz, 2008, S. 2 – 22, S. 10 URL: [http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht\\_pro-ana.pdf](http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht_pro-ana.pdf) (Abgerufen: 21.12.2008 16:34)

<sup>86</sup> Vgl.: Uca, Eda R.: Ana´s Girls ... a. a. O. S. 2

<sup>87</sup> Haupt, Friederike: Denn dünn bedeutet... a. a. O. S. 7

<sup>88</sup> Vgl.: Kölz, Daniela; Wolfgang Gawlik; Regina Brauner: Selbsthilfe- und Präventionsaspekte von Pro-Ana im Internet. 3. November 2006 URL: <http://www.magersucht-online.de/modules.php?name=News&file=print&sid=497> (Abgerufen: 13.März 2008, 10:27)



Im Rahmen dieser Ansicht wird Ana mit Anorexie gleichgesetzt, da sich das Verhalten und die persönlichen Ziele von Magersüchtigen und Pro-Ana-Anhängerinnen die behaupten nicht magersüchtig zu sein, nicht voneinander unterscheiden.

Diejenigen, die Pro-Ana sind oder werden möchten, haben alle in erster Linie ein möglichst niedriges Gewicht und das „Dünnsein“ an sich als Ziel. Alles dreht sich um Zu- oder Abnehmen. Die Pro-Ana Seiten beinhalten Tipps und Tricks, die dabei helfen sollen dem Traumgewicht näher zu kommen und sie motivieren sich gegenseitig um möglichst dünn zu werden.<sup>89</sup> All das entspricht genau dem Verhalten von Magersüchtigen, nur mit dem Unterschied, dass die Pro-Ana-Foren den Austausch mit Gleichgesinnten ermöglichen oder zumindest vereinfachen. Bevor es diese Foren gab, hatten Magersüchtige die gleichen Ziele und auch sie suchten sich Tipps und Tricks aller Art, allerdings mussten sie sich diese eigenständig zusammensuchen denn sie hatten nicht den Kontakt zu so einer Menge anderer Magersüchtiger.

Pro-Ana kann also als eine Art Plattform gesehen werden, auf der sich kranke Menschen gegenseitig noch tiefer in die Krankheit hineinziehen.

Während sich aber Medien, Ärzte, Wissenschaftler und Therapeuten darüber einig sind, dass Pro-Ana Pro-Magersucht bedeutet und es sich somit um eine Krankheit handelt, sind sich die Pro-Anas selbst darüber uneins. Einem Teil der Pro-Ana-Anhängerinnen ist völlig bewusst, dass er krank ist, dieser Teil besteht aus der „Gruppe der chronischen Magersüchtigen.“<sup>90</sup> Pro-Anas aus dieser Gruppe haben meist schon mehrmals versucht wieder gesund zu werden und sind gescheitert. Deshalb haben sie sich dazu entschlossen mit ihrer Krankheit klarzukommen und sie zu akzeptieren, sie versuchen der Krankheit ihre positiven Seiten abzugewinnen und deshalb werden sie Pro-Ana. Es ist eine Art Arrangement und irgendwie auch eine Aufgabe des Kampfes gegen die eigene Krankheit.<sup>91</sup>

Neben den „chronischen Magersüchtigen“ gibt es noch eine weitere Gruppe von Pro-Anas die Magersucht als Krankheit anerkennen, allerdings „streben sie die Symptome dieser

---

<sup>89</sup> Vgl.: Uca, Eda R.: Ana´s Girls ... a. a. O. S. 11 - 12

<sup>90</sup> Vgl.: featherweight (Maint.): „pro ana“. Untergruppen. URL: <http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/untergruppen.htm> (Abgerufen: 10.3.08 19:10) Hinweis: auf die vier Gruppen von Pro-Ana´s wird im Kapitel 5.3.2. noch genauer eingegangen werden.

<sup>91</sup> Vgl.: featherweight (Maint.): „pro ana“. Untergruppen. URL: <http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/untergruppen.htm> (Abgerufen: 10.3.08 19:55)

Krankheit ganz bewusst an und nehmen auch die Konsequenzen in Kauf, weil sie hoffen, so endlich wahr- und ernst genommen zu werden.“<sup>92</sup>

Die Übrigen Pro-Ana-Anhängerinnen bestreiten, dass Pro-Ana mit der Krankheit Magersucht gleichzusetzen ist, da es sich dabei um eine frei gewählte Lebensweise handelt.

## 4.2 Lifestyle

Die Gruppe, die Pro-Ana als Lifestyle beschreibt, ist besonders ins öffentliche Interesse gerückt. Ihre Sichtweise wirkt auf Nicht-Betroffene sehr befremdlich und sie gibt einen Einblick auf die mit dieser Einstellung verbundenen Gefahren, wie zum Beispiel die fehlende Krankheitseinsicht und die damit einhergehende Verweigerung gegen jegliche Therapie.

Pro-Anas, die diesen Standpunkt vertreten unterscheiden klar zwischen der Krankheit Magersucht und Pro-Ana als frei gewähltem Lebensstil. Magersucht ist ihrer Auffassung nach etwas, für das man nichts dafür kann, in das man hineinschlittert und über das man am Ende keine Kontrolle hat.<sup>93</sup> Das andere ist eine Wahl die man für sich getroffen hat. Hier wird sozusagen das Verhalten Magersüchtiger imitiert um sein persönliches Ideal zu erreichen bzw. dadurch irgendwann Perfektion zu erreichen.<sup>94</sup> Allerdings handelt es sich in diesem Fall nicht um eine Krankheit, man muss daher nicht therapiert werden und man hat (angeblich) die Kontrolle darüber.

Doch gerade das Argument, sie hätten frei gewählt und hätten Kontrolle über ihr Verhalten, spricht für das Krankheitsbild Magersucht. Denn Magersüchtige haben ebenfalls große Angst davor die Kontrolle zu verlieren.<sup>95</sup> Offensichtlich gibt es viele magersüchtige Mädchen, die sich ihre Krankheit und den damit einhergehenden Kontrollverlust nicht eingestehen wollen und sich deshalb selbst belügen, indem sie sich ihr Verhalten als einen selbst bestimmten Lifestyle erklären. Die Pro-Anas, die von einem

---

<sup>92</sup> featherweight (Maint.): „pro ana“. Untergruppen. URL: <http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/untergruppen.htm> (Abgerufen: 10.3.08 19:55)

<sup>93</sup> Vgl.: featherweight (Maint.): “pro ana”-Seiten. Was heißt eigentlich „pro ana“? URL: [http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/mii\\_pro-ana.htm](http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/mii_pro-ana.htm) (Abgerufen: 27.2.08 16:14)

<sup>94</sup> Vgl.: Uca, Eda R.: Ana’s Girls.... a. a. O. S. 66

<sup>95</sup> Vgl.: Treasure, Janet: Gemeinsam die Magersucht ... a. a. O. S. 33

Lifestyle sprechen, könnte man demnach als klassisch Magersüchtige sehen, die (noch) keine Krankheitseinsicht haben.<sup>96</sup>

Einen Unterschied zu den klassisch Magersüchtigen gibt es aber, denn diese Generation von Magersüchtigen ist durchwegs stolz auf ihr Aussehen. Für sie ist es „in“ und angesagt Pro-Ana zu sein, außerdem fühlen sich die Pro-Anas als etwas Besonderes im Rahmen der geschlossenen Gemeinde der sie angehören dürfen.<sup>97</sup> Ein weiterer sehr bedeutender Unterschied zu klassisch Magersüchtigen ist, dass diese Kategorie von Pro-Anas vielleicht wirklich den ersten Schritt bewusst in Richtung Krankheit tun, ohne dass es zwangsweise tiefer liegende psychische Ursachen dafür gibt. Sie eignen sich die Krankheit Schritt für Schritt an, indem sie das Verhalten Magersüchtiger anfangs tatsächlich nur imitieren. Doch mit der Zeit wird daraus ein Verhalten, das sie nicht mehr so leicht ablegen können und schließlich verlieren sie ganz die Kontrolle. Dann ist die anfangs frei gewesene Entscheidung, die freie Wahl zu einem Zwang geworden – nämlich zur Krankheit Magersucht. Deshalb sind Pro-Anas auch wenn sie bei ihrem Verhalten von einem Lifestyle sprechen ebenso krank wie die klassischen Magersüchtigen.

Neben dieser Gruppe, die Pro-Ana als Lifestyle sieht, gibt es noch eine andere Fraktion der Pro-Ana-Anhängerinnen, sie scheinen Pro-Ana als eine Art Diät anzusehen.

### 4.3 Diät

Diese Gruppe von Pro-Anas könnte man als eine Abspaltung der „Lifestyle-Pro-Anas“ sehen. Es handelt sich meist um sehr junge Mädchen, die in den Medien zum ersten Mal von Magersucht und/oder Pro-Ana gehört haben oder im Internet darauf gestoßen sind.

„Die Medien zeigen was „in“ und angesagt ist – wer erfolgreich sein will, muss dünn sein, extrem dünn ... Nicole Richie, Mary-Kate Olsen und Paris Hilton machen vor, wie man einen abgemagerten Körper erfolgreich zur Schau tragen und vermarkten kann. ... Ist es da ein Wunder, dass ein Mädchen, das auf der Suche nach sich selbst und nach Orientierung

---

<sup>96</sup> Vgl.: featherweight (Maint.): “pro ana”-Seiten. Was heißt eigentlich “pro ana”? URL: [http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/mii\\_pro-ana.htm](http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/mii_pro-ana.htm) (Abgerufen 3.3.08 17:00)

<sup>97</sup> Vgl.: Dünnsein als Lifestyle. Wenn Magersucht zum Lebensinhalt wird. Aus einem Beitrag von Andrea Schreiber und Linda Wundrak. ML Mona Lisa, Senddatum: 1. Oktober 2006, 18.00 Uhr URL.: <http://monalisa.zdf.de/ZDFde/inhalt/16/0,1872,3982896,00.html?dr=1> (Abgerufen: 13. März 2008, 13:17)

in dieser Welt ist, plötzlich die „Magersucht“ für sich entdeckt?“<sup>98</sup> Diese Mädchen finden es cool oder trendy Pro-Ana zu sein und möchten deshalb auch Pro-Ana sein. Sie setzen sich wenig mit den Folgen und Gefahren von Magersucht oder Pro-Ana auseinander, da sie vorher absolut nichts mit der Krankheit zu tun hatten und Pro-Ana wirklich als einen Lebensstil sehen. Sie scheinen zu denken, dass Pro-Ana eine neuartige und wirksame Methode ist, Gewicht zu verlieren.<sup>99</sup>

Diejenigen, die auf diesem Wege zu Pro-Ana kommen erreichen aber nie oder nur sehr kurz Untergewicht und sind meistens auch nach kurzer Zeit wieder aus den Foren verschwunden.<sup>100</sup> Bei dieser Art etwas Neues auszutesten um abzunehmen hat Pro-Ana dann tatsächlich etwas von einer Diät.

Die Wenigen aber die bleiben und sich diesen Lebensstil aneignen, die nähern sich mit großen Schritten der Magersucht.

#### 4.4 Freundin

Ein weiterer Teil der Pro-Ana-Anhängerinnen personifiziert die Magersucht und macht sie zu einer Vertrauten,<sup>101</sup> Ana steht dann für eine Person, nämlich für ihre Freundin Ana. Laut Jacoby sind Pro-Ana-Anhängerinnen noch gefährdeter als Magersüchtige ohne Scheinfreundin, da durch die Verpflichtung gegenüber Ana ein enormer emotionaler Druck auf ihnen lastet.<sup>102</sup> Ana ist nämlich eine „aufmerksam-besorgte“<sup>103</sup> aber vor allem strenge Freundin.

In beinahe jedem Forum findet sich der „Brief von Ana“, dessen Autor und Herkunft unbekannt sind. Der Brief offenbart schnell warum die Mädchen diesen Druck empfinden. Zunächst beginnt der Brief ganz harmlos, doch schnell wird klar wie sehr die Mädchen von der Magersucht vereinnahmt werden. „Hoffentlich werden wir gute Freunde ... in der

<sup>98</sup> featherweight (Maint.): “pro ana”. Anfang oder Ende. URL: [http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/anfang\\_oder\\_ende.htm](http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/anfang_oder_ende.htm) (Abgerufen: 12.3.08 17:44)

<sup>99</sup> Vgl.: featherweight (Maint.): “pro ana”-Seiten. Was heißt eigentlich “pro ana”? URL: [http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/mii\\_pro-ana.htm](http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/mii_pro-ana.htm) (Abgerufen: 12.3.08 17:53)

<sup>100</sup> Vgl.: featherweight (Maint.): “pro ana”-Seiten. Was heißt eigentlich “pro ana”? URL: [http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/mii\\_pro-ana.htm](http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/mii_pro-ana.htm) (Abgerufen: 12.3.08 17:53)

<sup>101</sup> Vgl.: Haupt, Friederike: Denn dünn bedeutet... a. a. O. S. 7

<sup>102</sup> Vgl.: Haupt, Friederike: Denn dünn bedeutet... a. a. O. S. 7

<sup>103</sup> Haupt, Friederike: Denn dünn bedeutet... a. a. O. S. 7

nächsten Zeit werde ich viel Zeit in dich investieren und ich erwarte genau dasselbe von dir. ... nur ICH sage dir die Wahrheit. ...Ich erwarte viel von dir. ...du darfst nicht mehr viel essen. ... aber es wird nicht lange dauern, da werd ich dir sagen, dass das nicht genug ist. ... Ich werde dich an deine Grenzen treiben. Wenn du isst, dann wirst du die Kontrolle verlieren ... und unsere Beziehung würde zerbrechen. ... Manchmal wirst du rebellieren ... du wirst Dich runter in die dunkle Küche wagen (und) nach einer Packung Cracker greifen. ...Wenn es vorbei ist, wirst du dich wieder an mich ranklammern und mich um Rat bitten, weil du nicht fett werden willst. Du hast eine der Hauptregeln gebrochen und willst mich jetzt zurück. Ich zwinge dich ins Badezimmer, auf deine Knie, ... deine Finger werden in Deinen Rachen gesteckt ... wieder und wieder wird das wiederholt, bis du Blut und Wasser spuckst ...du fette Kuh, du verdienst es, Schmerzen zu haben....Gedanken der Wut, Traurigkeit, Niedergeschlagenheit und Einsamkeit können sich verziehen, denn ich fülle deinen Kopf mit dem Kalorienzählen ...denn jetzt bin ich deine einzige Freundin. ... Ich habe dieses dünne, perfekte, beneidenswerte Kind geschaffen. ... Ich bin dein größter Gewinn.“<sup>104</sup>

Dieser Brief ist Bestandteil eines fast jeden Forums, aber bei weitem nicht alle Pro-Ana-Anhängerinnen nehmen den Brief wörtlich und sehen Ana tatsächlich als eine Person an. Dennoch erkennen sich wohl die meisten der Mädchen in diesen Worten wieder, denn der Brief „zeigt die Zerrissenheit der Mädchen zwischen Hoffnung und Verzweiflung ... und zeigt in voller Brutalität, mit welchen Versprechungen die Magersucht die jungen Frauen lockt und ... sie sie gleichzeitig in ihre Fänge nimmt.“<sup>105</sup>

## 4.5 Religion

Schließlich gibt es noch eine letzte Abspaltung von Pro-Ana-Anhängerinnen Sie betrachten den Lebensstil, den sie gewählt haben, als Religion. Ana steht in diesem Fall für eine monotheistische Religion, deren Anhänger zur Göttin Ana beten. Kontrolle, Strenge, Beharrlichkeit und Ausdauer sind die vier ungeschriebenen Gesetze dieser Religion.

<sup>104</sup> “Pro-Ana im Internet. Anas Brief. 15.8.07 URL: <http://www.spiegel.de/schulspiegel/leben/0,1518,489791,00.html> (Abgerufen: 21.5.2008 14:28)

<sup>105</sup> “Pro-Ana im Internet. Anas Brief. 15.8.07 URL: <http://www.spiegel.de/schulspiegel/leben/0,1518,489791,00.html> (Abgerufen: 21.5.2008 14:34)

Der Brief von Ana, ana creed und ana psalm bilden dabei die heiligen Texte. Neben dem Brief von Ana, der wie schon erwähnt in den meisten Foren zu finden ist, finden auch die beiden anderen Texte nicht nur bei Anhängerinnen Verwendung, die Ana religiös praktizieren, sondern sind Teil vieler Foren. Die Texte haben keinen offiziellen Autor und sollen auf diese Weise den Anschein erwecken, als würden sie direkt von einer Gottheit stammen. Unter den Anhängerinnen die unter Ana eine Religion verstehen, wird zwischen denen unterschieden die Ana „nur“ religiös praktizieren und denen die tatsächlich an die Göttin Ana glauben und diese als echte Gottheit betrachten. Die Religion Ana hat keine speziellen Feiertage oder Tage an denen bestimmte Dinge eingehalten werden müssen.<sup>106</sup>

---

<sup>106</sup> Vgl.: Uca, Eda R.: Ana's Girls.... a. a. O. S. 74 – 75

## 5. Kommunikation zum Thema Gesundheit/Krankheit im Internet

Das Internet wird von Anfang an zur Kommunikation genutzt. Deshalb werden das 1971 entwickelte erste Electronic-Mailing-Programm (E-Mail) und die 1975 eingerichtete erste Mailingliste schnell zum wichtigsten Kommunikationsmittel der technischen Community.<sup>107</sup> Aufgrund der begrenzten Möglichkeiten und der erheblichen Kosten beschränkt sich die Nutzung dieses neuen Mediums aber lange auf Studenten und Wissenschaftler.<sup>108</sup> Erst 1993 beginnt die kommerzielle Erschließung des Internet.<sup>109</sup>

Bis zum heutigen Tag hat sich das Internet zu einem Alltagsmedium etabliert, das einen hohen Stellenwert im täglichen Leben hat und dass von den unterschiedlichsten Personenkreisen für berufliche und private Zwecke genutzt wird.<sup>110</sup> Das Internet stellt ein wichtiges und mächtiges Informations- und Kommunikationsmedium dar, und es „hat ein enormes Potenzial zur schnellen, unkomplizierten sowie orts- und zeitunabhängigen Gewinnung von Fachinformationen.“<sup>111</sup> „Insofern verwundert es nicht, dass auch im Bereich der Klinischen Psychologie und Psychotherapie das Medium (Internet) an Bedeutung gewinnt.“<sup>112</sup>

Neben den Ärzten nutzen auch Patienten oder Menschen mit psychischen und/oder physischen Problemen oder Erkrankungen das Internet zur Informationsbeschaffung und zur Kommunikation untereinander.<sup>113</sup> Das Internet gewinnt große Bedeutung als Treffpunkt für Leidensgenossen, als Forum für den Austausch von in erster Linie praktischem Wissen und als einfache Möglichkeit mit Experten überall auf der Welt in Kontakt treten zu können.<sup>114</sup> Vor allem für den Austausch untereinander eignen sich

---

<sup>107</sup> Vgl.: Arns, Inke: Netzkulturen. Europäische Verlagsanstalt, Hamburg, 2002, S. 14 – 15

<sup>108</sup> Vgl.: Arns, Inke: Netzkulturen. a. a. O. S. 17 - 20

<sup>109</sup> Vgl.: Arns, Inke: Netzkulturen. a. a. O. S. 21

<sup>110</sup> Vgl.: Ott, Ralf; Christiane Eichenberg: Informationen über psychische Störungen im Internet: Überblick und Qualitätssicherung. In: Ott, Ralf; Christiane Eichenberg (Hrsg.): Klinische Psychologie und Internet. Potenziale für klinische Praxis, Intervention, Psychotherapie und Forschung. Hogrefe, Göttingen, 2003, S. 21 – 46, S. 21

<sup>111</sup> Ott, Ralf; Christiane Eichenberg: Informationen über psychische Störungen im Internet: Überblick und Qualitätssicherung. In: Ott, Ralf; Christiane Eichenberg (Hrsg.): Klinische Psychologie und ... a. a. O. S. 23

<sup>112</sup> Ott, Ralf; Christiane Eichenberg: Informationen über psychische Störungen im Internet: Überblick und Qualitätssicherung. In: Ott, Ralf; Christiane Eichenberg (Hrsg.): Klinische Psychologie und ... a. a. O. S. 21

<sup>113</sup> Vgl.: Eysenbach, Gunther: Online-Gesundheitsinformationen, ihre Qualität und Nebenwirkungen. In: Grätzel von Grätz, Phillip (Hrsg.): Vernetzte Medien. Patienten-Empowerment und Netzinfrastrukturen in der Medizin des 21. Jahrhunderts. Heise, Hannover, 2004, S. 47 – 61, S. 58

<sup>114</sup> Vgl.: Grätzel von Grätz, Phillip (Hrsg.): Einleitung: Netztechnologien in einem Gesundheitswesen im Umbruch. In: Grätzel von Grätz, Phillip (Hrsg.): Vernetzte Medien. a. a. O. S. 6 – 13, S. 8

Mailinglisten, Chats und Foren. Foren sind „thematisch und hierarchisch strukturierte, textbasierte Diskussionsgruppen“<sup>115</sup> die in den Anfängen des Internets ebenfalls vorwiegend von Wissenschaftlern und Studenten genutzt werden, die dadurch auch über weite Distanzen miteinander diskutieren können.

Mit der Verbreitung des Internets steigt auch die Anzahl von Foren massiv an. Heute findet sich zu fast jedem Thema ein eigenes Forum.<sup>116</sup> Der Zugang zu einem solchen Forum ist meist kostenlos, um es aber nutzen zu können muss man sich normalerweise anmelden. Als angemeldeter Benutzer hat man dann Zugang zu allen gespeicherten Beiträgen, zu den jeweiligen Threads (Themen) und kann auch selbst Beiträge verfassen.

Die Kommunikation erfolgt dabei im Gegensatz zum Chat nicht in Echtzeit, und ist somit asynchron. Jeder angemeldete User hat die Möglichkeit in seinem Beitrag eine Frage zu formulieren, die er dann online stellt, also postet, und darauf können andere User dann antworten. Bis zur Beantwortung einer Frage kann es unter Umständen aber auch etwas länger dauern oder im schlechtesten Fall kommt nie eine Reaktion. Diese Zeitverzögerung stellt einen entscheidenden Nachteil dieser Art der Kommunikation dar. Allerdings bietet die Kommunikation in Foren auch den Vorteil, dass jeder User die Möglichkeit hat, in älteren Beiträgen nach bestimmten Inhalten zu suchen. Alle Beiträge werden in den Foren archiviert und sind dann unter den jeweiligen Rubriken oder über eine Suchfunktion auffindbar.<sup>117</sup>

Das bedeutet, dass Ratschläge, die irgendwann einmal gegeben werden, nicht einfach verschwinden, sondern zu jedem Zeitpunkt leicht wieder auffindbar sind. Zudem werden durch dieses System in vielen Fällen Redundanzen vermieden, da sich viele Fragen erübrigen, wenn zuerst die Suchfunktion genutzt wird. In Foren ist es generell gern gesehen, sich zuerst die bestehenden Beiträge durchzulesen bzw. mithilfe der Suchfunktion zu durchforsten und erst dann eine Frage zu posten, wenn diese noch nicht oder zumindest nicht hinreichend beantwortet ist.

---

<sup>115</sup> Kestler, Marianne: In der virtuellen Gemeinschaft. Newsgroups, Diskussionsgruppen, Foren. In: Janssen, Ludwig (Hrsg.): Auf der virtuellen Couch. Selbsthilfe, Beratung und Therapie im Internet. Psychiatrie-Verlag, Bonn, 1998, S. 53 – 69, S. 53

<sup>116</sup> Vgl.: Kestler, Marianne: In der virtuellen Gemeinschaft. Newsgroups, Diskussionsgruppen, Foren. In: Janssen, Ludwig (Hrsg.): Auf der virtuellen... a. a. O. S. 53 – 69, S. 53

<sup>117</sup> Vgl.: Rünger, Michaela; Fritz Haverkamp: Ressourcen zur Kinder- und Jugendpsychologie, -psychiatrie und -psychotherapie im Internet. In: Ott, Ralf; Christiane Eichenberg (Hrsg.): Klinische Psychologie und ... a. a. O. S. 47 – 61, S. 50



Eine weitere Möglichkeit um mit anderen Patienten oder einfach mit Gleichgesinnten zu kommunizieren ist, neben dem Forum, der Chat. Im Chat wird, wie schon erwähnt, in Echtzeit kommuniziert, das bedeutet, dass sich User in einem „Chatroom“ treffen und dort in Echtzeit lesen können, was der Chatpartner in diesem Moment schreibt und darauf sofort antworten können. Das hat den Vorteil, dass man in direkten Kontakt zu jemandem treten kann und auch spontan nachfragen kann. Chatten ist mit einer echten Unterhaltung vergleichbar. Der Nachteil ist allerdings, dass zu diesem Zweck die Chatpartner zu selben Zeit online sein müssen und dass die Ergebnisse später nicht mehr verfügbar sind, wenn man sie nicht selbstständig speichert.<sup>118</sup>

Neben der Kommunikation in Chats oder Foren, die zwischen Betroffenen verschiedener Erkrankungen selbst stattfindet, etabliert sich auch die Online-Beratung im Internet.

„Online-Beratung meint hierbei, dass es dem Internetnutzer möglich ist, über E-Mail-Austausch oder Chat-Verbindungen konkrete Probleme und Fragen zu formulieren und mit anderen Personen – den Beratern – zu kommunizieren.“<sup>119</sup> Die Berater können Therapeuten und andere professionelle aber auch nichtprofessionelle Personen sein, die gegen Bezahlung Rat und Information anbieten. Bei regelmäßigem E-Mail-Austausch kann sich so durchaus eine Art therapeutische Beziehung entwickeln.<sup>120</sup>

In den USA sind kommerzielle Expertendienste bereits stark verbreitet. Qualifizierte Ärzte bieten dort Onlinesprechstunden für 50 bis 100 US-Dollar an.<sup>121</sup> Der Unterschied zum Austausch von Leidensgenossen in den Foren oder im Chat besteht darin, dass die Ratsuchenden bei der Online-Beratung von Experten beraten werden. Dies hat in der Regel verlässlichere und professionellere Informationen zur Folge. Zumindest sollte dies so sein, denn unter den kommerziellen Anbietern gibt es auch Scharlatane, die nicht immer auf den ersten Blick zu erkennen sind. In den USA weisen Psychologen oder Therapeuten die

---

<sup>118</sup> Vgl.: Rüniger, Michaela; Fritz Haverkamp: Ressourcen zur Kinder- und Jugendpsychologie, -psychiatrie und -psychotherapie im Internet. In: Ott, Ralf; Christiane Eichenberg (Hrsg.): Klinische Psychologie und ... a. a. O. S. 47 – 61, S. 49 - 51

<sup>119</sup> Grunwald, Martin: Essstörungen: Wird das Internet als Informationsquelle von Betroffenen und Angehörigen genutzt? In: Ott, Ralf; Christiane Eichenberg (Hrsg.): Klinische Psychologie und ... a. a. O. S. 190 – 206, S. 190

<sup>120</sup> Vgl.: Janssen, Ludwig (Hrsg.): Auf der virtuellen... a. a. O. S. 11 – 25, S. 12

<sup>121</sup> Vgl.: Eysenbach, Gunther: Online-Gesundheitsinformationen, ihre Qualität und Nebenwirkungen. In: Grätzel von Grätz, Phillip (Hrsg.): Vernetzte Medien. a. a. O. S. 47 – 61, S. 58

Online-Beratung anbieten, ihre Seriosität deshalb mit veröffentlichten Zertifikaten oder Publikationen nach.<sup>122</sup> Allerdings ist auch dann noch Vorsicht geboten, denn auch solche Nachweise können, gerade im Internet, leicht gefälscht werden. Schließlich lässt sich der Name der auf einem veröffentlichten Diplom vermerkt ist, schnell und einfach durch einen anderen ersetzen.<sup>123</sup> Ein weiteres Problem, als dass die Qualifizierung der beratenden Person unklar sein kann, ist der Grad der Professionalität mit dem die Online-Beratung durchgeführt wird. Indizien für eine professionelle Beratung sind zum Beispiel schnelle Reaktionszeit, häufige und umfangreiche Kontakte und Datensicherheit.<sup>124</sup>

Neben den kommerziellen Anbietern existieren auch nichtkommerzielle Angebote von staatlicher Seite. Gemeinnützige Einrichtungen, Vereine oder Verbände bieten Online-Beratung kostenlos an, sie unterscheiden sich dabei kaum von seriösen kommerziellen Angeboten und sind daher eine gute Alternative. Zumal bei diesen Angeboten allein vom Anbieter her davon ausgegangen werden kann, dass es sich dabei nicht um Scharlatane handelt. Beispiele für solche nichtkommerziellen Angebote sind Pro Familia oder die Telefonseelsorge.<sup>125</sup>

Ob nun kommerzielle oder nicht-kommerzielle Anbieter, über den Nutzen solcher Angebote gibt es unterschiedliche Ansichten. Während Skeptiker der Meinung sind, dass viele zwischenmenschliche und nonverbale Informationen verloren gehen und der Aufwand, die notwendigen Informationen zu beschaffen unverhältnismäßig hoch ist,<sup>126</sup> zeigen Untersuchungen einen nachweisbaren Nutzen für die Nutzer von Online-Beratung<sup>127</sup>

Ott ist von der Wirksamkeit von Online-Therapien oder Internetbasierter Intervention (IBI)<sup>128</sup> wie er es nennt, überzeugt und verweist dabei auf die Ergebnisse einiger

---

<sup>122</sup> Vgl.: Janssen, Ludwig (Hrsg.): Auf der virtuellen... a. a. O. S. 11 – 25, S.13

<sup>123</sup> Vgl.: Therapie im Internet. Was kann die Internet-Seelsorge leisten? 12.12.2000 nano online URL: <http://www.3sat.de/3sat.php?http://www.3sat.de/nano/bstuecke/13402/index.html> (Abgerufen: 13.5.08 13:05)

<sup>124</sup> Vgl.: Eichenberg Christiane: Internetbasierte Hilfe für Betroffene psychischer Störungen. In: Ott, Ralf; Christiane Eichenberg (Hrsg.): Klinische Psychologie und ... a. a. O. S. 173 – 189, S. 176

<sup>125</sup> Vgl.: Janssen, Ludwig (Hrsg.): Auf der virtuellen... a. a. O. S. 11 – 25, S. 16

<sup>126</sup> Vgl.: Janssen, Ludwig (Hrsg.): Auf der virtuellen... a. a. O. S. 11 – 25, S. 15

<sup>127</sup> Vgl.: Grunwald, Martin: Essstörungen: Wird das Internet als Informationsquelle von Betroffenen und Angehörigen genutzt? In: Ott, Ralf; Christiane Eichenberg (Hrsg.): Klinische Psychologie und ... a. a. O. S. 190 – 206, S. 190

<sup>128</sup> Begriffe wie „e-therapy“ oder „online-therapy“ sind nach der Meinung von Ott nicht weitreichend genug gefasst, da sie wesentliche Aspekte klinisch-psychologischer Intervention nicht komplett abbilden. Merkmale dieser definiert er so: Es kommen psychologische Methoden zur Behandlung von psychischen Störungen und

empirischer Wirksamkeitsstudien.<sup>129</sup> Allerdings hält er Aussagen darüber ob IBI nur als Zusatz zu herkömmlicher Therapie eingesetzt werden kann, oder eventuell auch alleine auskommen kann, für verfrüht. Besonders wirksam scheint IBI bei Panikstörungen, Posttraumatischen Belastungsstörungen, Essstörungen und Adipositas sowie substanzbezogenen und verhaltensmedizinischen Störungsbildern zu sein. Tendenziell schlechter beurteilt er die Effektivität bei depressiven Störungsbildern. Die Ergebnisse gehen fast ausschließlich auf kognitiv-behaviorale Therapieansätze zurück, was für die Relevanz von IBI in diesem Bereich spricht. Für tiefenpsychologische Ansätze bestehen aber bis jetzt nur konzeptionelle Überlegungen, während empirische Wirksamkeitsnachweise noch fehlen.<sup>130</sup>

In jedem Fall hat Online-Therapie aber einen Sinn für eine bestimmte Klientel, nämlich für diejenigen, die sich herkömmliche Beratung oder Therapie nicht leisten können und für Personen, in deren unmittelbarer Umgebung keine Selbsthilfegruppe oder kein Therapeut zu finden ist. Außerdem für Menschen mit körperlicher Behinderung, die deshalb auf herkömmliche Angebote verzichten müssen oder wollen, für Personen die sich vor einer realen Beratung oder Therapie erst über diese informieren wollen, oder für diejenigen die schlicht ein gewisses Maß an Distanz gegenüber ihrem Therapeuten wahren möchten.<sup>131</sup>

Trotzdem herrscht unter Experten relative Einigkeit darüber, dass eine Therapie die ausschließlich im Internet stattfindet, nicht möglich ist, denn dazu, so Janssen, „gehört der persönliche Kontakt: Man muss miteinander sprechen, sich sehen und eine enge Beziehung zwischen Ratsuchenden und Therapeuten aufbauen.“<sup>132</sup> Janssen beklagt, dass sich die Kommunikation im Internet nur auf einen schriftlichen Austausch beschränkt. Gefühle können nur ersatzweise, zum Beispiel mit Emoticons zum Ausdruck gebracht werden. Durch zeitliche Verzögerung kann es zu Missverständnissen kommen und die Datensicherheit ist nicht gewährleistet.<sup>133</sup>

---

Problemen zum Einsatz. Diese sind wissenschaftlich begründbar und konnten ihre Wirksamkeit empirisch nachweisen. (Vgl. S. 128 – 129)

<sup>129</sup> Vgl. Ott, Ralf: Klinisch-psychologische Intervention und Psychotherapie im Internet: Ein Review zu empirischen Befunden. In: Ott, Ralf; Christiane Eichenberg (Hrsg.): Klinische Psychologie und ... a. a. O. S. 128 – 148, S. 130 - 140

<sup>130</sup> Vgl.: Ott, Ralf: Klinisch-psychologische Intervention und Psychotherapie im Internet: Ein Review zu empirischen Befunden. In: Ott, Ralf; Christiane Eichenberg (Hrsg.): Klinische Psychologie und ... a. a. O. S. 128 – 148, S. 141

<sup>131</sup> Vgl.: Janssen, Ludwig (Hrsg.): Auf der virtuellen... a. a. O. S. 11 – 25, S. 22 - 23

<sup>132</sup> Janssen, Ludwig (Hrsg.): Auf der virtuellen... a. a. O. S. 11 – 25, S. 23

<sup>133</sup> Vgl.: Janssen, Ludwig (Hrsg.): Auf der virtuellen... a. a. O. S. 11 – 25, S. 23

Bis auf das letzte Argument kann dem aber in allen Punkten widersprochen werden, denn im Prinzip ist der Online-Austausch heute nicht mehr auf Schriftliches reduziert, es gibt bereits Live-Video-Chat oder Internet-Videotelefonie die weit günstiger ist, als die Videotelefonie per Handy. Das bedeutet, heutzutage kann man sich im Rahmen der Internet-Kommunikation bereits sehen und miteinander sprechen. Die Argumente, dass Gefühle über das Internet nicht oder nur ersatzweise vermittelt werden können und es durch zeitliche Verzögerung zu Missverständnissen kommen kann, gelten somit nicht mehr oder nur noch beschränkt.

Dennoch, auch Ott und Morschheuser sind sich sicher, dass es nicht möglich ist, den kompletten psychotherapeutischen Prozess über das Internet durchzuführen. Sie sind aber davon überzeugt, dass gewisse Bestandteile der Psychotherapie durchaus effizient über das Internet angeboten werden können. Dabei verweisen sie auf eine Studie von Day und Schneider aus dem Jahr 2002, in der gezeigt wird, dass eine videobasierte Kurzzeittherapie ähnliche Erfolge hat, wie eine herkömmliche Kurzzeittherapie. Die Themen die im Rahmen dieser Kurzzeittherapie behandelt werden, sind Figur-, Beziehungs-, und Selbstwertprobleme. Die Probanden der Experimentalgruppe befinden sich alleine in einem Raum und können den Therapeuten live über einen Videobildschirm sehen, während die Kontrollgruppe direkt mit dem Therapeuten sprechen kann. Alle Probanden erhalten dabei die gleichen kognitiv-behavioralen Therapieelemente. Die Resultate der Studie zeigen, dass beide Therapien qualitativ gleichwertig sind und auch die Probanden und Therapeuten gleichermaßen zufrieden sind. In der Videobasierten Therapie wird zudem die Teilnahmebereitschaft der Probanden höher eingeschätzt.<sup>134</sup>

In den USA und England wird Live-Video-Chat bei manchen psychiatrischen Online-Anbietern auch bereits als eigenständige Therapieform genutzt. In Deutschland<sup>135</sup> sieht es etwas anders aus, da die Gesetzeslage diese Art von Therapie verbietet. „Ärztinnen und Ärzte dürfen individuelle ärztliche Behandlung, insbesondere auch Beratung weder ausschließlich brieflich, noch in Zeitungen oder Zeitschriften, noch ausschließlich über Kommunikationsmedien oder Computerkommunikationsnetze durchführen.“<sup>136</sup>

---

<sup>134</sup> Ott, Ralf; Stefan Morschheuser: Konzeption eines videobasierten psychologischen Online-Beratungsangebots. In: Ott, Ralf; Christiane Eichenberg (Hrsg.): Klinische Psychologie und ... a. a. O. S. 128 – 148, S. 147

<sup>135</sup> Anmerkung: für Österreich konnten keine dementsprechenden Informationen gefunden werden.

<sup>136</sup> (Muster-)Berufsordnung für die deutschen Ärztinnen und Ärzte, §7, 3 (2006): Ärztinnen und Ärzte dürfen individuelle ärztliche Behandlung, insbesondere auch Beratung, weder ausschließlich brieflich noch in

„Legale Zugriffsmöglichkeiten auf im Ausland tätige Therapeuten bietet die deutsche Berufsordnung nicht, "hier fehlt es eindeutig an europäischen und internationalen Absprachen". Allerdings, so schätzt die BÄK ein, "seien internetbasierte Ferndiagnosen/-therapien derzeit kein relevantes Problem".<sup>137</sup>

In Zukunft wird sich wohl eine Kombination aus herkömmlicher und internetbasierter Therapie durchsetzen. Laut Döring ist „für den Großteil der Klientel... davon auszugehen, dass sie im Zuge der allgemeinen Mediatisierung der Gesellschaft auch bei psychotherapeutischer Betreuung auf einen flexiblen Einsatz unterschiedlicher Medien verstärkt Wert legt, seien dies Broschüren, Bücher, Kassetten, CDs, Computerlernprogramme, Websites, E-Mail-Kontakte, Telefon-, Video-, oder Chatberatungen.“<sup>138</sup>

Insgesamt lässt sich sagen, ob Online Beratung, Forum oder Chat, das Internet bietet Information, Rat, Lebenshilfe und Selbsthilfe für Menschen die nach eben diesen Dingen suchen. Das Angebot im Internet wird von Betroffenen und deren Angehörigen und Freunden gerne angenommen und stark genutzt. Das zeigt den hohen Bedarf der hier besteht. Ob die Online-Therapie wirklich etwas nützt oder gar für sich allein stehen kann, ist noch nicht hinreichend geklärt, aber es steht fest, dass es wichtig ist, sich etwas von der Seele zu schreiben oder zu wissen, es geht anderen auch so.

Leider ist es eine Tatsache, dass man im Internet beim Thema Gesundheit oder Krankheit schnell auf mangelhafte oder sogar völlig falsche Informationen stoßen kann. Trotzdem sollte man Informationen aus dem Internet nicht generell misstrauen, besser ist es die Informationen die man erhält einer kritischen Qualitätskontrolle zu unterziehen, Eysenbach schlägt dazu folgende Kriterien vor:

---

Zeitungen oder Zeitschriften noch ausschließlich über Kommunikationsmedien oder Computerkommunikationsnetze durchführen. URL: Online:

<http://www.bundesaerztekammer.de/page.asp?his=1.100.1143> (Abgerufen: 20.5.2008 18:27)

<sup>137</sup> Bei "Neurose" drücken Sie die "Eingabetaste"! Cyber-Psychiatrie Online: Keine Zukunft mehr. 13.7.1999 URL: <http://www.multimedvision.de/online/cybermed/990713.htm> (Abgerufen: 10.5.08 10:13)

<sup>138</sup> Döring, Nicola: Computervermittelte Kommunikation als therapeutisches Medium. In: Ott, Ralf; Christiane Eichenberg (Hrsg.): Klinische Psychologie und ... a. a. O. S. 117 – 127, S. 126

- „Wer ist der Autor und welche Qualifikationen hat er?
- An wen richtet sich die Website?
- Was ist die Motivation/Intention der Website?
- Worauf basiert die Information des Autors?

Handelt es sich um einzelne Expertenmeinung ohne Quellenangabe (schlecht) oder können konkrete Beobachtungsstudien (besser) oder sogar konkrete kontrollierte klinische Studien (am besten) zur Untermauerung der Aussagen zitiert werden?

- Ist die Webseite aktuell?
- Werden Alternativen aufgezeigt?

Auch wer wenig von den medizinischen Inhalten versteht, hat doch ein Gefühl dafür, ob die Informationen einer Seite ausgewogen sind oder ob nur eine Seite der Medaille dargestellt wird. Die Medizin arbeitet mit Wahrscheinlichkeiten, macht Kosten/Nutzen-Abwägungen und passt Behandlungen individuell dem Patienten an. Werden keine Alternativen aufgezeigt, so ist die Information vermutlich nicht objektiv.“<sup>139</sup>

Wenn man also ein wenig auf die Qualität der Informationen im Internet achtet, kann man diese bedenkenlos nutzen, denn es gibt zweifelsohne kaum eine bessere Möglichkeit sich umfassend medizinisch zu informieren und mit Leidensgenossen Kontakt aufzunehmen als das Internet.<sup>140</sup> „Denn erst das digitale Datenformat erlaubt es in umfassender Weise, Informationen kostengünstig und bequem in großer Geschwindigkeit über weite Strecken an vielfältige Teilnehmerkreise zu verbreiten, Dokumente automatisch zu archivieren, zu modifizieren und zu verknüpfen, Dienste parallel und kombiniert zu nutzen.“<sup>141</sup>

Ein weiterer Vorteil des Internets ist, das es nicht nur professionelle Informationen gibt, sondern auch für Laien verständliches Basiswissen. Dadurch ist es leicht, schnell ein breites Verständnis über die eigene Krankheit zu bekommen.<sup>142</sup>

---

<sup>139</sup> Eysenbach, Gunther: Online-Gesundheitsinformationen, ihre Qualität und Nebenwirkungen. In: Grätzel von Grätz, Phillip (Hrsg.): Vernetzte Medien. a. a. O. S. 47 – 61, S. 51

<sup>140</sup> Vgl.: Eysenbach, Gunther: Online-Gesundheitsinformationen, ihre Qualität und Nebenwirkungen. In: Grätzel von Grätz, Phillip (Hrsg.): Vernetzte Medien. a. a. O. S. 47 – 61, S. 50

<sup>141</sup> Döring, Nicola: Computervermittelte Kommunikation als therapeutisches Medium. In: Ott, Ralf; Christiane Eichenberg (Hrsg.): Klinische Psychologie und ... a. a. O. S. 117 – 127, S. 122

<sup>142</sup> Vgl.: Eichenberg Christiane: Internetbasierte Hilfe für Betroffene psychischer Störungen. In: Ott, Ralf; Christiane Eichenberg (Hrsg.): Klinische Psychologie und ... a. a. O. S. 173 – 189, S. 173

Das Internet löst außerdem das Paradox des gleichzeitigen Bedürfnisses nach Anonymität und gemeinschaftlicher Teilnahme, dass bei vielen Ratsuchenden besteht.<sup>143</sup> Gerade diese Anonymität, die die Internetkommunikation kennzeichnet, wird aber andererseits immer wieder kritisiert. So wird beim Kanalreduktionsmodell davon ausgegangen, dass „bei technikbasierter Kommunikation im Unterschied zur Face-to-Face-Situation die meisten Sinneskanäle und Handlungsmöglichkeiten fehlen und dieser allgemeine Informations- und Aktionsverlust den zwischenmenschlichen Austausch verarmt.“<sup>144</sup> Dabei, so Döring, wird allerdings vernachlässigt, dass Menschen bestimmte Medien bewusst auswählen, und zwar aufgrund „rationalen Kalküls, sozialer Normen oder interpersonaler Abstimmungen.“<sup>145</sup>

„Eine rationale Medienwahl wird immer dann getroffen, wenn man in einer konkreten Situation genau das Medium wählt, das den sachlichen und sozialen Anforderungen der Kommunikationsaufgabe am besten gerecht wird.“<sup>146</sup> Ein zu anspruchsvolles Medium ist in bestimmten Situationen unpassend und kann sogar als unangenehm empfunden werden, wie zum Beispiel der lästige Zwang zum Small Talk bei einer persönlichen Benachrichtigung im Gegensatz zu einer knappen E-Mail-Benachrichtigung. Laut dem Modell der rationalen Medienwahl sind demnach keine Nachteile zu erwarten, wenn die situationspezifisch jeweils richtigen Medien gewählt werden. Stattdessen wird durch das Internet in manchen Fällen sogar das Aufnehmen und Aufrechterhalten privater und beruflicher Kontakte erleichtert.<sup>147</sup>

Grundsätzliche Vorteile schriftlicher Kommunikation sind:

- „Ratsuchende können den Grad der Intensität der Kommunikation selbst bestimmen.
- Die Barrieren bei sozialen Ängsten sind geringer.
- Geschrieben kann man leichter mehr von sich preisgeben.

<sup>143</sup> Vgl.: Schöppe, Arno: Internet-Raststätt für Sex-Surfer? Digitale Beratung von Pro Familia. In: Janssen, Ludwig (Hrsg.): Auf der virtuellen... a. a. O. S. 117 – 128, 126

<sup>144</sup> Döring, Nicola: Computervermittelte Kommunikation als therapeutisches Medium. In: Ott, Ralf; Christiane Eichenberg (Hrsg.): Klinische Psychologie und ... a. a. O. S. 117 – 127, S. 120

<sup>145</sup> Döring, Nicola: Computervermittelte Kommunikation als therapeutisches Medium. In: Ott, Ralf; Christiane Eichenberg (Hrsg.): Klinische Psychologie und ... a. a. O. S. 117 – 127, S. 118

<sup>146</sup> Döring, Nicola: Computervermittelte Kommunikation als therapeutisches Medium. In: Ott, Ralf; Christiane Eichenberg (Hrsg.): Klinische Psychologie und ... a. a. O. S. 117 – 127, S. 118

<sup>147</sup> Vgl.: Döring, Nicola: Computervermittelte Kommunikation als therapeutisches Medium. In: Ott, Ralf; Christiane Eichenberg (Hrsg.): Klinische Psychologie und ... a. a. O. S. 117 – 127, S. 119

- Die Kommunikation erfolgt vorurteilsfrei und gleichberechtigt, unabhängig von Geschlecht, Hautfarbe, sozialer Situation oder Behinderung.
- Durch die schriftliche Kommunikation können wichtige Voraussetzungen auch für tragfähige persönliche Freundschaften geschaffen werden.
- Kommunikation im Internet bietet spielerische Elemente.<sup>148</sup>

## 5.1 Selbsthilfeforen

Zu Essstörungen gibt es einerseits Selbsthilfeforen und andererseits die schon erwähnten Pro-Foren, die im nächsten Kapitel Beachtung finden.

Das Angebot an qualitativ hochwertigen Informationen und Beratungsangeboten für Essstörungen im Internet ist relativ groß, im Verhältnis zu der auf den ersten Blick niedrigen Prävalenzrate dieser Störungen.<sup>149</sup> Die Gründe hierfür bezeichnet Eichenberg als naheliegend, „erstens sind die Prävalenzen der Anorexia nervosa in bestimmten Gruppen weitaus höher (1 % bei Mädchen in der Adoleszenz und 7 % in Risikogruppen, z.B. Tänzerinnen und Models). Zweitens ist die Mortalität dieser Patientengruppe mit bis zu 18 % sehr hoch (und) drittens sind die Risikogruppen von Anorexia nervosa und Bulimia nervosa bezüglich Geschlecht (weiblich) und Alter (15 – 35 Jahre) sehr gut über das Medium Internet erreichbar.“<sup>150</sup> Das bestehende Angebot wird intensiv genutzt und hat eine hohe Akzeptanz bei Betroffenen von Essstörungen und deren Angehörigen, was darauf hindeutet, dass auch tatsächlich ein entsprechender Bedarf besteht.<sup>151</sup>

Eichenberg beschreibt Selbsthilfegruppen generell als einen wesentlichen Bestandteil des psychosozialen Versorgungssystems, durch den andere therapeutische Interventionen ersetzt oder begleitet werden können. Virtuelle Selbsthilfegruppen können ihrer Ansicht nach grundsätzlich die gleichen Funktionen übernehmen, wie die herkömmlichen Selbsthilfegruppen und zwar die Integration in eine soziale Gemeinschaft Mitbetroffener,

<sup>148</sup> Janssen, Ludwig (Hrsg.): Auf der virtuellen... a. a. O. S. 11 – 25, S. 24

<sup>149</sup> Vgl.: Eichenberg, Christiane: Essstörungen: Informations- und Interventionsangebote im Internet. In: Psychotherapie im Dialog. Heft 1/2004, S. 82 - 85, S. 82 URL.: <http://www.christiane-eichenberg.de/ess.pdf> (Abgerufen: 30.10.08 09:46)

<sup>150</sup> Eichenberg, Christiane: Essstörungen: Informations- und ... a. a. O. S. 82

<sup>151</sup> Vgl.: Grunwald, Martin: Essstörungen: Wird das Internet als Informationsquelle von Betroffenen und Angehörigen genutzt? In: Ott, Ralf; Christiane Eichenberg (Hrsg.): Klinische Psychologie und ... a. a. O. S. 190 – 206, S. 198



in der diese emotionale Unterstützung erhalten, Erfahrungen teilen und Informationen austauschen.<sup>152</sup>

Virtuelle Selbsthilfegruppen bieten zudem einige Vorteile gegenüber realen Selbsthilfegruppen und sind ernstzunehmende Einrichtungen. Zwar ist Schreiber<sup>153</sup> davon überzeugt, dass Selbsthilfe niemals eine gute Therapie ersetzen kann, doch auch sie erkennt die Chancen von Selbsthilfe im Internet und beschreibt diese folgendermaßen: Während die Menschen im Umfeld einer kranken Person, wie Freunde oder Verwandte, falls es überhaupt solche eng stehenden Personen gibt, irgendwann einmal nicht mehr zuhören können, weil sie mit dem Leid auf Dauer nicht klarkommen, hat das Internet den Vorteil, dass immer jemand da ist. Selbsthilfeforen im Internet sind 24 Stunden erreichbar und wenn dort einer nicht mehr zuhören kann oder will, dann kann es der Nächste. Außerdem fällt es Vielen leichter sich schriftlich auszudrücken, weil sie dann viel länger über das Geschriebene nachdenken können und die Worte gegebenenfalls so lang umstellen können, bis sie das ausdrücken, was sie tatsächlich fühlen. Gerade Im Rahmen der Selbsthilfe ist der bereits erwähnte Aspekt von Foren, dass alles einmal geschriebene wieder nachlesbar ist, ein großer Vorteil. Denn auf diese Weise kann den Betroffenen anhand älterer Beiträge klar vor Augen geführt werden, was sich bei ihnen bereits gebessert hat, oder sie vergleichen selbst ihre Texte und können auf diese Weise Fortschritte feststellen, die sonst unerkant bleiben würden.<sup>154</sup>

Ein weiterer wichtiger Vorteil von virtuellen Selbsthilfegruppen ist deren Ortsunabhängigkeit, das bedeutet, dass man sich mit Gleichgesinnten austauschen kann, auch wenn es in der näheren Umgebung keine gibt oder wenn man sie einfach nicht kennt. Die Vorteile der Zeit- und Ortsunabhängigkeit von virtuellen Selbsthilfegruppen werden besonders deutlich wenn man im Vergleich dazu die Nachteile der Zeit- und Ortsgebundenheit betrachtet, der konventionelle Selbsthilfegruppen unterliegen.

Konventionelle Selbsthilfegruppen treffen sich an einem bestimmten Zeitpunkt und an einem bestimmten Ort. Die Ortsgebundenheit kann problematisch sein, weil sie

---

<sup>152</sup> Vgl.: Eichenberg, Christiane: Das Internet als therapeutisches Medium. Selbsthilfe und Intervention. In: Praxis Computer in Verbindung mit dem deutschen Ärzteblatt. Heft 2/2004, S. 14 – 16, S. 14 URL.: <http://www.aerzteblatt.de/v4/archiv/pdf.asp?id=41731> (Abgerufen: 29.10.08 12:48)

<sup>153</sup> Anmerkung: Bei dem Namen Celine Schreiber handelt es sich um ein Pseudonym.

<sup>154</sup> Vgl.: Schreiber, Celine: Selbsthilfe im Internet: Ein Erfahrungsbericht am Beispiel Missbrauch. In: Ott, Ralf; Christiane Eichenberg (Hrsg.): Klinische Psychologie und ... a. a. O. S. 229 - 246, S. 240 - 241

voraussetzt, dass es an dem jeweiligen Ort genügend Menschen gibt, die an einer Essstörung leiden und sich darüber auch austauschen wollen. Die Zeitgebundenheit erhöht die Wahrscheinlichkeit, dass Teilnehmer immer wieder ausfallen, weil der Zeitpunkt für sie generell ungeeignet ist, weil ihnen etwas dazwischen kommt ist oder weil sie sich psychisch oder physisch nicht dazu in der Lage fühlen an dem Treffen teilzunehmen. Das ist für die einzelnen Teilnehmer von Nachteil, weil er mit seinen Anliegen bis zum nächsten Treffen warten muss und es ist auch für die Gruppenkohäsion ungünstig.<sup>155</sup>

Ein weiterer Nachteil, den die Zeitgebundenheit von konventionellen Selbsthilfegruppen mit sich bringt, ist, dass es deren Teilnehmern, die sich beispielsweise einmal pro Woche treffen, manchmal schwer fällt die Erlebnisse und Gedanken der Woche zum Zeitpunkt des Treffens punktgenau abzurufen und zu besprechen. Spontane Erlebnisse können nicht diskutiert werden wenn sie gerade passiert sind, sondern müssen auf den nächsten Termin verschoben werden.

All diese Nachteile fallen bei virtuellen Selbsthilfegruppen weg. Außerdem bieten sie den weiteren Vorteil, dass man sich nicht outen muss, also nicht zu erkennen geben muss, wie es im Internet allgemein üblich ist. Man benutzt ein Pseudonym, das man frei wählen kann, das heißt entweder einen beliebigen Phantasienamen oder den eigenen Vornamen. Nur wenn man das möchte, kann man mehr von sich preisgeben und beispielsweise ein Foto online stellen (allerdings meist nur vom Gesicht, da Ganzkörperbilder eine schädigende Wirkung haben können, wie später bei den Forumsregeln noch genauer erläutert wird).

Es ist ein weiteres Plus von Selbsthilfeforen, dass man die Intensität der Kommunikation selbst bestimmen kann. Wenn man dringend jemanden zum Reden braucht, dann ist bestimmt jemand da, der einem zuhört oder einen wieder aufbaut, so wie eben beschrieben. Wenn man aber einmal gar keine Lust hat und Abstand braucht, dann kann man sich einfach zurückziehen ohne weitere Erklärung, ohne Termine platzen zu lassen oder andere zu versetzen. Außerdem wird man nicht nach seinem Äußeren beurteilt (außer man lädt freiwillig ein Foto hoch) was gerade für Essgestörte von Vorteil ist, da sich diese ja ohnehin zu sehr mit ihrem Äußeren befassen und viel zu viel davon abhängig machen. Einige Personen, die an einer Essstörung leiden, würden zu bestimmten Treffen gar nicht

---

<sup>155</sup> Vgl.: Alpers, Georg; Andrew Winzelberg, Barr Taylor: Internetgruppen für Brustkrebspatientinnen. In: Ott, Ralf; Christiane Eichenberg (Hrsg.): Klinische Psychologie und ... a. a. O. S. 207 – 228, S. 210

erscheinen, nur weil sie sich mit ihrem Äußeren gerade besonders unwohl fühlen und so nicht gesehen werden wollen. Oder sie würden aufgrund des großen Druckes, den sie vor dem Treffen hinsichtlich ihres Aussehens empfinden, vorher besonders exzessiv hungern oder erbrechen.

Auch die Theorie der rationalen Medienwahl<sup>156</sup> trifft hier zu – das Forum ist offensichtlich das für solche Situationen richtige Medium, denn man gibt genau so viel preis wie man in dem Augenblick möchte. Außerdem ist schreiben oft einfacher als etwas face-to-face zu sagen und wenn dieses Medium irgendwann doch zu „arm“, also zu anspruchslos ist, vereinbaren solche Selbsthilfegruppen ohnehin irgendwann ein Treffen im realen Leben. Die Forenmitglieder können also so dosieren, wie sie es gerade brauchen und wie es ihnen gut tut. Gleiches gilt für eine richtige Therapie. Das Forum ist oft der erste Schritt eine Therapie zu beginnen, da dort Personen, die anfangs vielleicht noch nicht bereit sind diesen Schritt zu tun, im Forum dazu ermuntert werden und sich danach trauen die Initiative zu ergreifen. Dann sind die nötigen Information da, es gibt Links, Adressen und Telefonnummern für Therapieplätze.<sup>157</sup>

Doch auch wenn Selbsthilfeforen viele sehr positive Aspekte aufweisen, so können sie auch negative oder sogar schädliche Auswirkungen haben. „Selbsthilfe im Internet kann nur dann helfen, wenn die Betreiber der Seiten sehr genau aufpassen und hinschauen, damit sich keine schädlichen Tendenzen breit machen.“<sup>158</sup> Damit meint Schreiber, dass sich Betroffene durch gewisse Aussagen gegenseitig schnell frustrieren können und die Beteiligung im Forum dann schadet, statt hilft. Deshalb werden Selbsthilfeforen auch meist moderiert. Die Moderatoren achten darauf was geschrieben wird und bearbeiten wenn nötig die Beiträge, löschen sie notfalls ganz und warnen die Personen, die gegen die Forumsregeln verstoßen haben. Die Forumsregeln werden in einem Regelkatalog festgehalten, der in mehr oder weniger ähnlicher Form Bestandteil fast aller Selbsthilfeforen ist.<sup>159</sup>

---

<sup>156</sup> Vgl.: Döring, Nicola: Computervermittelte Kommunikation als therapeutisches Medium. In: Ott, Ralf; Christiane Eichenberg (Hrsg.): Klinische Psychologie und ... a. a. O. S. 117 – 127, S. 118 - 119

<sup>157</sup> Vgl.: z.B.: Zess, Birte (Pressekontakt): Hilfe und Unterstützung. Du hast Angst? URL: <http://www.hungrig-online.de/content/view/40/34/> (Abgerufen: 30.10.2008 16:03) oder <http://www.hungrig-online.de/content/view/27/27/> (Abgerufen: 30.10.2008 16:08)

<sup>158</sup> Schreiber, Celine: Selbsthilfe im Internet: Ein Erfahrungsbericht am Beispiel Missbrauch. In: Ott, Ralf; Christiane Eichenberg (Hrsg.): Klinische Psychologie und ... a. a. O. S. 229 - 246, S. 245

<sup>159</sup> Vgl.: z.B.: Hungrig-Online.de URL: <http://www.hungrig-online.de/content/view/34/31/> ;

Neben dem Regelkatalog gibt es auch wichtige Grundinformationen, hier am Beispiel von hungrig-online,<sup>160</sup> an die man sich ebenfalls zu halten hat: Die Moderatoren oder Moderatorenteams können nicht alle Beiträge lesen, weil die Diskussionsforen mit einem Echtzeit-Modus arbeiten und daher jeder gepostete Beitrag sofort online und für jeden einsehbar ist. Trotzdem werden die meisten Beiträge durchgelesen und wenn nötig auch editiert, wenn es aber dennoch einmal zu einem unbemerkten Regelverstoß kommt, sind die anderen Mitglieder dazu aufgerufen, diesen aufzuzeigen. Was in der Regel auch schnell und zuverlässig geschieht. Jedes Mitglied ist für seine eigenen Beiträge und deren Inhalt und Form selbst verantwortlich. Wenn also gegen die Regeln verstoßen wird, wird der Beitrag entweder korrigiert oder ganz aus dem System entfernt. Außerdem behalten sich die Moderatoren vor, einzelnen registrierten Nutzern vorübergehend oder auch dauerhaft die Schreibberechtigung zu entziehen. In gravierenden Fällen besteht sogar die Möglichkeit Verfasser von Beiträgen haftbar zu machen, da diese zurückverfolgt werden können.<sup>161</sup>

Hungrig-Online.de weist auch darauf hin, dass das Diskussionsforum keine fachliche Beratung darstellt, da sich keine Experten an den Diskussionen beteiligen. Ein weiterer wichtiger Punkt betrifft die Übersichtlichkeit des Forums. Um diese zu gewährleisten sollen sich die Nutzer an die jeweils vorgegebenen Überthemen halten und in dem jeweiligen Beitrag keine anderen Themen behandeln. Gegebenenfalls kann man neue Überthemen eröffnen. Andernfalls wird der unpassende Beitrag von den Moderatoren verschoben. Die absolute Grundregel betrifft die Netiquette im Forum, ein höflicher respektvoller Umgang ist ein Muss. Sachliche Kritik ist erwünscht, Kritik in beleidigender Form absolut nicht.<sup>162</sup>

---

Magersucht.de URL: <http://www.magersucht.de/forum.php>; Hungrige-Seelen.de URL: <http://www.hungrige-seelen.de/viewtopic.php?f=155&t=7205> oder bulimie.at URL:

<http://www.bulimie.at/board4/viewtopic.php?f=5&t=9563>

<sup>160</sup> Hungrig-Online.de ist das Kommunikationsangebot des gemeinnützigen Vereins Hungrig-Online e.V. zum Thema Essstörungen. Hungrig-Online.de wurde im Juni 1999 von Dr. med. Jan Nedoschill, Abteilung für Kinder- und Jugendpsychiatrie im Universitätsklinikum Erlangen, gegründet. Zusammen mit Magersucht-Online.de und Bulimie-Online.de wird die Domain [www.hungrig-online.de](http://www.hungrig-online.de) seit Februar 2001 betrieben.

<sup>161</sup> Vgl.: Zess, Birte (Pressekontakt): Regeln und Nutzungshinweise. Vorbemerkung. URL: <http://www.hungrig-online.de/content/view/34/31/> (Abgerufen: 11.7.2008 9:30)

<sup>162</sup> Vgl.: Zess, Birte (Pressekontakt): Regeln und Nutzungshinweise. Vorbemerkung. URL: <http://www.hungrig-online.de/content/view/34/31/> (Abgerufen: 11.7.2008 9:30)

Die wichtigsten Regeln sind nun diese:

1. „Wir untersagen hiermit ausdrücklich die Einstellung von rassistischen, pornographischen, menschenverachtenden und gegen die guten Sitten verstoßenden Beiträgen.
2. Es dürfen keine Zahlen verwendet werden, die Personen mit Essstörungen einen Vergleich ermöglichen: Körpergewicht, BMI, Kalorien, Körpergröße, Kleidergröße. Zahlenangaben führen zu Konkurrenzdenken. Egal ob kg, Kalorien, Anzahl oder Menge der Nahrungsmittel, Tage, an denen gehungert wurde, BMI, Schulnoten, wie oft täglich gekotzt wird und und und. Niedrige kg-Angaben animieren zum Nachahmen, hohe zu Panik und vermehrten Versuchen, weiter abzunehmen. Niedrige Kalorienzahlen geben (schlechte) Ideen, hohe führen zu Angst vor Nahrungsmitteln. Umschreibungen des Gewichts (obere Grenze zum kritischen Untergewicht/stark übergewichtig und ähnliches) sind nicht erlaubt. Erlaubt ist lediglich Untergewicht/Übergewicht/Normalgewicht  
Bitte unterlasse auch Schilderungen exzessiven Essverhaltens.
3. Die Äußerung von Selbstmordgedanken im öffentlichen Forum gefährdet alle Leser. Wir können nicht verhindern, dass Benutzer des Forums Suizidgedanken haben. Das Diskussionsforum ist aber nicht der geeignete Platz dafür, um sie zu äußern. In Krisensituationen stehen Links und Telefonnummern von qualifizierten Krisendiensten zur Verfügung. Wenn im Forum oder den Mitarbeitern auf anderem Weg solche Gedanken geäußert werden, bleibt uns nur die Möglichkeit, auf diese Krisendienste hinzuweisen oder gegebenenfalls die Polizei zu verständigen.
4. Die genaue Beschreibung selbstverletzenden Verhaltens (SVV) animiert andere Benutzer vielleicht dazu, sich selber zu verletzen. Wir wissen, dass SVV und Essstörungen oft Hand in Hand gehen, aber unterlasse alle Beschreibungen, die zur Nachahmung verleiten könnten.
5. Beiträge, die sich mit körperlichen Symptomen befassen und medizinische Sachverhalte betreffen, können ohne Vorankündigung durch die Moderatoren entfernt werden. Wir möchten keinen Tauschplatz für Symptome und keine Laienmedizin; körperliche Beschwerden müssen vom Arzt untersucht werden.

6. Wir bitten dich auch, mit der Schilderung von Sexualität zurückhaltend zu sein, um andere nicht zu gefährden. Achte auf eine akzeptable Wortwahl und überlege Dir beim Schreiben, wie andere empfinden und denken, die das lesen.
7. Für die Nennung von Medikamentennamen gibt es folgende Regelung: Antidepressiva und Neuroleptika dürfen ausschließlich im Therapie-Forum mit Namen oder Wirkstoff genannt werden. Nicht erlaubt ist auch in diesem Forum der Austausch von Namen von nicht-verschreibungspflichtigen Medikamenten, Abführmitteln, Diuretika, Appetitzüglern, Schlaf- und Beruhigungsmitteln. Wir behalten uns vor im Zweifelsfall einen Medikamentennamen ohne Rücksprache mit dem Verfasser des Beitrags zu entfernen.
8. Bitte beachte: Unsere Moderatoren sind keine Fachleute und können keine Krisenintervention leisten. Wende dich bei akuten Krisen an einen Krisendienst und nicht per Mail oder @-Beitrag im Forum an unsere Moderatoren. Telefonanrufe durch unsere Moderatoren sind nicht möglich. Gepostete Telefonnummern von Usern werden von den Moderatoren gelöscht. In bestimmten Fällen (z.B. Suizidankündigungen o.ä.) behalten wir uns vor, diese Nummern an die Polizei weiterzugeben.<sup>163</sup>

Eine weitere besonders wichtige Regel, die bei Selbsthilfeforen eine große Rolle spielt, beinhaltet Bildmaterial:

„Es sollen keine Bilder/keine Videos ins Forum gestellt werden, die Vergleiche ermöglichen (keine Ganzkörperfotos, keine essgestörten Stars und Sternchen, usw.;; Links zu Videos das Thema Essstörung betreffend sind generell nicht erlaubt).

Denn diese Bilder und Videos schüren das Konkurrenzdenken.

Portraitfotos (Kopf bis Schulter/Brustbereich) reichen völlig aus.

Weiters sollen keine Bilder/keine Videos ins Forum gestellt werden, die in irgendeiner

---

<sup>163</sup> Zess, Birte (Pressekontakt): Die Regeln des Diskussionsforums. URL: <http://www.hungrig-online.de/content/view/34/31/> (Abgerufen: 11.7.2008 9:45)

Form Selbstverletzung darstellen.

Das gilt für alle Foren, Blogs und auch für die Avatare!“<sup>164</sup>

Die wichtige Regel, dass man keine Zahlenangaben machen darf um andere nicht zu triggern,<sup>165</sup> also anzustacheln, ist der Hauptunterschied zu den Pro-Foren. Die Regel hat den Sinn, dass sich die Forenmitglieder nicht untereinander vergleichen und dadurch schwer frustriert werden und deshalb noch tiefer in die Krankheit geraten. Wenn das eigene Gewicht nämlich während dem Versuch gesund zu werden in die Höhe steigt (und das ist beinahe immer so) dann kann es schnell passieren, dass sie durch den Vergleich mit Anderen erkennen, dass sie zu den „Dickeren“ gehören. Oder dass sie z.B. bemerken, dass Andere gerade wieder abgenommen haben. Derlei Erkenntnisse sind oft äußerst frustrierend für Betroffene und können sogar dazu führen, den Willen gesund zu werden wieder aufzugeben.

Andererseits können niedrige Gewichtsangaben einer Mitschreiberin Bewunderung oder Eifersucht hervorrufen und damit zum Nacheifern oder Übertrumpfen einladen. Mit den Kalorienangaben verhält es sich ähnlich. Schilderungen darüber, wie wenige Kalorien eine Person an einem Tag zu sich nimmt, können ebenfalls dazu beitragen, dass andere Mitglieder weniger zu sich nehmen, weil sie sich an diesem Beispiel orientieren. Auch Beschreibungen wie oft ein Mitglied sich z.B. übergibt, sind unerwünscht. Solche Informationen können dazu führen, dass andere Mitglieder ein schlechtes Gewissen bekommen, weil sie z.B. nicht jeden Apfel wieder erbrechen. Vergleiche mit Anderen können auch dazu führen, dass sich manche Mitglieder als ohnehin nicht so krank einstufen, weil sie deutlich weniger oft erbrechen und sich dadurch auf ihrem momentanen Zustand ausruhen und nicht weiter gegen die Krankheit mit ihren Symptomen vorgehen.

Außerdem sollen die Mitglieder wenigstens im Forum nicht ständig über das eigene und das Gewicht von Anderen nachdenken, was dazu führen kann diesem Thema noch mehr

---

<sup>164</sup> Blueberry (MOD Team Member): An alle Neulinge! Ein paar Regeln! Verfasst: 7.4.2005, zuletzt bearbeitet: 25.4.2006 URL: <http://www.bulimie.at/board4/viewtopic.php?f=5&t=9563> (Abgerufen: 27.10.08 13:14)

<sup>165</sup> Der Ausdruck „triggern“ ist fester Bestandteil der Pro-Ana-Szene und wird dort im Zusammenhang mit Fotos, Texten oder Forumsbeiträgen genannt, die einen anstachelnden Effekt auf den Leser/Betrachter haben können oder diesen stark negativ beeinflussen können. „Beschrieben, umschrieben wird mit dem Wort ein Vorgang, der das zum Teil schnelle, urplötzliche Abkippen der eigenen Stimmung in eine andere Gemütslage, eine andere Gefühlswelt und Stimmung ist. Da dies im gängigen Sprachgebrauch eine miese, sehr negative Gefühlswelt und Stimmungslage ist, ist das Wort "triggern" negativ besetzt. ... So soll es ... als deutliche Warnung vor diesem möglichen Auslösen, dem Umschalten und Abkippen in das Miese, Negative verstanden werden. Dies gilt es zu beachten!“ zit. nach: Lau, Hannes: Triggern - ein Erklärungsversuch. URL: <http://home.debitel.net/user/hannes.lau/Borderline/Trigger.htm> (Abgerufen: 17.12.2008 10:35)

Bedeutung zu geben. Zahlen sollen nicht mehr Nummer eins in Gesprächen und Gedanken sein.

Während sich die Moderatoren und auch die meisten Mitglieder darüber einig sind, dass die Regeln einen großen Nutzen haben und einen wertvollen Beitrag für die Genesung der Mitglieder darstellen, sind andere Mitglieder und vor allem auch Pro-Anas klar gegen diese Vorschriften. Ihrer Ansicht nach werden sie dazu gezwungen, einen großen Teil ihrer Gedanken und Gefühle zu verschweigen, denn Zahlen, die Gewicht und Kalorien beschreiben machen nun einmal einen großen Teil ihres Denkens aus.<sup>166</sup>

Abgesehen von diesem zwiespältig betrachteten Thema der Forumsregeln, gibt es in den Selbsthilfe- wie auch in den Pro-Ana-Foren eine wichtige Gemeinsamkeit. Beide Foren verfügen über eine enge Gemeinschaft unter den Usern. Forbriger nennt das eine „Virtual Community, ... ein Ausdruck, der Gemeinschaften beschreibt, die zwar nur in Computernetzwerken existieren, aber dennoch real sind.“<sup>167</sup>

Dieses starke Gemeinschaftsgefühl kann als Schlüssel aller Essstörungenforen gesehen werden. Dieses starke und wichtige Gefühl nicht allein zu sein ist wahrscheinlich der Hauptgrund für die Existenz solcher Foren. Es ist einerseits das wichtige Gefühl in Selbsthilfeforen, weil sich die Mitglieder erhoffen dadurch stark genug zu sein von der Krankheit loszukommen und nicht aufzugeben wenn es nicht klappt. Aber auch der Wunsch andere Personen mit ähnlichen Problemen kennenzulernen<sup>168</sup>, die einen verstehen. Dieser letzte Punkt ist auch ein bedeutender Mitgrund warum es so viele Pro-Ana-Anhängerinnen gibt. Denn sie werden von der Gesellschaft kaum bis gar nicht verstanden, weil sie im Gegensatz zu den Selbsthilfe-Mitgliedern nicht gesund werden wollen. Sie können also ihrer Meinung nach nur mit anderen Anas reden, weil nur die sie verstehen und sie deshalb nicht verurteilen oder belehren. Doch gerade dieser Gedanke ist gefährlich, weil sich die Pro-Ana-Anhängerinnen dadurch immer mehr aus der realen Welt zurückziehen und das Forum immer mehr zum Lebensinhalt wird.<sup>169</sup>

<sup>166</sup> Vgl.: featherweight (Maint.): (Selbst-)Hilfe-Seiten. Überblick. URL: <http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/hilfeseiten.htm> (Abgerufen: 18.2.08 12:24 )

<sup>167</sup> Forbriger, Anja: Krebs. So finden sie Hilfe im Internet. Trias, Stuttgart, 2002, S. 23

<sup>168</sup> Vgl.: Eichenberg, Christiane: Essstörungen: Informations- und ... a.a.O., S. 84

<sup>169</sup> Vgl.: Rauchfuß, Katja: Abschlussbericht der Recherche zu Pro-Anorexie-Angeboten 2006/2007. In: Jugendschutz.net. Mainz, 2008, S. 2 – 22, S. 10 URL: [http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht\\_pro-ana.pdf](http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht_pro-ana.pdf) (Abgerufen: 31.10.2008 9:45)



Eichenberg ist davon überzeugt, dass es durch die immer größere Verbreitung von Pro-Ana-Foren notwendig geworden ist, bestimmte Kriterien zu entwickeln, anhand derer beispielsweise Einrichtungen des Jugendschutzes, die Nützlichkeit bzw. die Schädlichkeit von Selbsthilfeforen und Pro-Ana-Foren beurteilen können.<sup>170</sup> Der Kriterienkatalog umfasst 4 Zuordnungsmerkmale meist mit einigen Beispielen die bei der Beurteilung des jeweiligen Forums helfen sollen.

#### „Kriterien für konstruktive Selbsthilfeseiten zu Essstörungen

- 1) In der Foren-Selbstbeschreibung werden Essstörungen (ES) als psychische Erkrankungen anerkannt:
  - ES werden als behandlungsbedürftige Erkrankungen beschrieben, die ärztliche wie psychologische Hilfe benötigen.
  - ES werden als Erkrankungen beschrieben, die heilbar sind.
  - ES werden als Erkrankungen beschrieben, die bedrohliche psychische wie physische Folgen haben bis hin zur Mortalität. Diese lebensbedrohlichen Folgen werden auf der WWW-Seite expliziert.
  - Entsprechend wird z.B. kein Bildmaterial überschlancker Modells (sog. „Thinspirations“) veröffentlicht, das ein krankhaftes Schönheitsideal propagiert.
  - Vielmehr wird als explizites Ziel des Austausches die Heilung der ES deklariert und nicht sog. „Contents“ zum weiteren Abnehmen veranstaltet (vgl. z.B. <http://74337.rapidforum.com>).
- 2) Die Foren integrieren Hinweise auf therapeutische Angebote.
- 3) Die Foren benennen – beispielsweise einen Disclaimer – ausdrücklich, dass Hinweise auf den destruktiven Umgang mit der ES weder gewünscht noch geduldet werden und falls solche Beiträge gepostet werden, diese gelöscht und die entsprechenden Autoren keinen Zugang mehr zum Forum erhalten.
 

Beispiele für entsprechende destruktive Umgangsformen bei Anorexie sind:

  - Ratschläge, wie man immer weiter abnehmen kann und die Gewichtsabnahme verheimlichen kann
  - Ratschläge, wie man Angehörige am besten über das eigene Essverhalten täuschen kann.

---

<sup>170</sup> Vgl.: Eichenberg, Christiane; Elmar Brähler: „Nothing tastes as good as thin feels ...“ – Einschätzung zur Pro-Anorexia-Bewegung im Internet. In: Psychotherapie Psychosomatik Medizinische Psychologie. Heft 7/2007, S. 269-270, S. 269 URL: <http://www.christianeichenberg.de/s-2007-970912.pdf> (Abgerufen: 29.10.2008 13:15)

- Ratschläge, wie man Gewichtskontrollen beim behandelnden Arzt am besten manipulieren kann.

Beispiele für entsprechende destruktive Umgangsformen bei Bulimie sind:

- Ratschläge, welche Nahrungsmittel sich am leichtesten wieder erbrechen lassen.
  - Ratschläge, wie man sich am besten so übergibt, dass es niemand bemerkt.
- 4) Die Foren verlangen keine „aussagekräftigen“ Vorstellungsrunden und formulieren nicht bestimmte „Aufnahmekriterien“.

Beispiele sind:

- Angaben des Gewichts, des BDI<sup>171</sup>, des Zielgewichts etc.
- Abgabe einer Erklärung, in der man eindeutig die Pro-Ana-Gesinnung zusichert:  
*»Es kommt nur rein, wer glaubhaft versichert, sich in den Bereich des Untergewichts hungern zu wollen.«*
- Zusicherung einer Anwesenheitspflicht mit einer bestimmten Anzahl eigener Postings pro Woche.<sup>172</sup>

## 5.2 Pro-Foren bei Essstörungen

Pro-Ana-Foren unterscheiden sich deutlich durch den oben genannten Kriterienkatalog von Selbsthilfeforen. Die wichtigsten Unterscheidungsmerkmale sind: Pro-Ana-Foren propagieren ein krankhaftes Schönheitsideal, ihr Ziel besteht ganz klar darin weiter abzunehmen und nicht darin wieder gesund zu werden. Dementsprechend gibt es Abnehm-Contests und Abnehmtipps und es gibt Aufnahmebedingungen die nur bestimmten Personen und unter bestimmten Bedingungen den Zutritt gewähren.<sup>173</sup>

Neben den Pro-Ana-Foren sind an dieser Stelle auch die Pro-Mia-Foren<sup>174</sup> zu erwähnen, die über ähnliche Inhalte verfügen. Während Ana für Anorexie steht, bedeutet Mia soviel wie Bulimie und spricht somit Mädchen oder Frauen an, die an Bulimie leiden. Ansonsten

---

<sup>171</sup> Anmerkung: Es ist unklar ob Eichenberg wirklich BDI meint, denn in der Regel wird in der Pro-Ana-Szene vom BMI gesprochen. BDI steht für Body Density Index und im Unterschied zum BMI wird hier auch auf Hüft- und Taillenumfang Rücksicht genommen. Vgl.: <http://probaway.wordpress.com/2008/04/03/bmi-body-mass-index-is-replaced-by-bdi-body-density-index/> (Abgerufen: 2.1.2008 21:50)

<sup>172</sup> Eichenberg, Christiane; Elmar Brähler: „Nothing tastes as good as thin feels ...“ – Einschätzung zur Pro-Anorexia-Bewegung im Internet. In: Psychotherapie Psychosomatik Medizinische Psychologie. Heft 7/2007, S. 269-270, S. 270 URL: <http://www.christiane-eichenberg.de/s-2007-970912.pdf> (Abgerufen: 29.10.2008 13:21)

<sup>173</sup> Vgl.: Eichenberg, Christiane; Elmar Brähler: „Nothing tastes as ... a. a. O., S. 269-270, S. 270

<sup>174</sup> Mia ist eine Abkürzung von **Bulimia nervosa**.

unterscheiden sich diese Foren in Inhalt und Form kaum voneinander. Reine Mia-Foren sind aber eher die Ausnahme, in der Regel stößt man auf gemischte Foren, die jeweils aus einem Ana und einen Mia-Bereich bestehen. Viele Foren verfügen außerdem über Bereiche zu Missbrauch, zu selbstverletzendem Verhalten (SvV) und zu anderen psychischen Problemen, wie Borderline, Depressionen oder Panikattacken.<sup>175</sup>

Die Tatsache, dass es deutlich mehr reine Pro-Ana-Foren als reine Pro-Mia-Foren gibt, lässt sich wahrscheinlich damit erklären, dass Ana zu sein deutlich angesehener und beliebter ist, als Mia zu sein. Laut Featherweight wird Ana mit den Begriffen oder Eigenschaften: rein, diszipliniert, perfekt, willensstark, Kontrolle und Selbstbeherrschung assoziiert, während Mia mit: böse, schlecht, ekelhaft, verachtenswert, Kontrollverlust und Schwäche in Verbindung gebracht wird.<sup>176</sup>

Viele dieser Foren in denen Ana für Reinheit und Perfektion steht, haben auch ein dementsprechendes Äußeres: „Schöne Mädchen mit leidendem Blick, kaum mehr als Haut und Knochen, schmachten in die Kamera, viele von ihnen tragen Engelflügel. Überhaupt wimmelt es nur so von Fantasiewesen: Elfen und Anime-Figuren bevölkern die Pro-Ana-Foren. Es ist eine romantisch-verklärte virtuelle Welt, die nichts mit der Realität gemein hat.“<sup>177</sup> Dazu passen auch die Titel der Foren wie Silent Angel, Silent Tears, Over The Rainbow, Sternenkinder, Sad Fairies, Blue Angels, Dying Angels<sup>178</sup> und die Namen der Mitglieder wie z.B.: weightless\*fairy, \*\*lil'sshadowgirl\*\* Mondfee,<sup>179</sup> mystery, daydreamer, angeleye, fallen angel<sup>180</sup> oder die schon mehrmals erwähnte Featherweight.

### 5.2.1 Pro-Ana-Foren Inhalte

Im Gegensatz zu dem lieblichen, sanften Erscheinungsbild der Foren steht allerdings der harte Kampf um jedes Gramm dem die Mädchen täglich gegenüberstehen. Jedes Gramm

<sup>175</sup> Vgl.: z.B.: Secret Pain Forum. URL: <http://www.secret-pain.de/viewtopic.php?f=52&t=34> (Abgerufen: 21.11.08 09:16) oder Silent Angel Forum URL: <http://2898.rapidforum.com/> (Abgerufen: 21.11.08 09:24)

<sup>176</sup> Vgl.: featherweight (Maint.): “pro ana”-Seiten. Was heißt eigentlich “pro ana”? URL: [http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/mii\\_pro-ana.htm](http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/mii_pro-ana.htm) (Abgerufen: 13.3.08 11:42)

<sup>177</sup> Jensch, Nele: „Lieber krank als fett“ – Magersucht als Lifestyle. Verfasst: 27.9.2006 URL: <http://www.dw-world.de/dw/article/0,2144,2186154,00.html> (Abgerufen: 21.11.08 09:50)

<sup>178</sup> <http://5249.free-toplist.de/> (Abgerufen: 27.11.08 13:57)

<sup>179</sup> Sad Fairies Forum URL: <http://sad-fairys.forumn.net/vorstellung-f3/vorstellung-aufgenommen-t7.htm> (Abgerufen: 27.11.08 13:55)

<sup>180</sup> Silent Taers Forum URL: <http://www.board-4you.de/v65/boards/259/thread.php?threadid=359&sid=a806ed12797b6c885f4b993a54e7512e> (Abgerufen: 27.11.08 13:55)

das zu- oder abgenommen wurde, wird genau vermerkt und je nach dem gefeiert oder beklagt. Insgesamt darf, im Gegensatz zu den streng reglementierten Selbsthilfeforen, in den Pro-Foren nämlich alles geschrieben werden. Manches was in den Selbsthilfeforen streng verboten ist, ist hier sogar erwünscht, wie beispielsweise die Verwendung von Zahlen, also Gewichtsangaben, oder –wünschen, Größenangaben oder Kalorienangaben oder auch Vergleiche unter den Mitgliedern sowie Abnehmtipps. Pro-Ana-Foren beinhalten außerdem BMI-Rankings, BMI-Queens und die bereits erwähnten Abnehm-Contests.<sup>181</sup> „Gewonnen hat, wer am schnellsten abnimmt oder den niedrigsten BMI hat.“<sup>182</sup> Die Mädchen führen online Tagebücher, in denen sie detailliert beschreiben was und wie viel sie zu sich nehmen und wie viel Sport sie betreiben inklusive ihrem Gewichtsverlauf.<sup>183</sup> Auf den Seiten finden sich Kalorientabellen mit Empfehlungen besonders kalorienarmer Nahrungsmittel, außerdem gibt es BMI- und Kalorienverbrauchsrechner sowie Medikamentenempfehlungen samt passenden Erfahrungsberichten.

Featherweight betont an dieser Stelle dass bemerkenswerte medizinische und ernährungswissenschaftliche Wissen, über das die Anbieter und Nutzer dieser Seiten verfügen. Unter anderem verfügen sie über Kenntnisse über die Wirkung von Hormonen, Transmittern und Medikamenten.<sup>184</sup>

Auf Pro-Ana-Seiten befinden sich auch Diätpläne, Sporttipps und Tipps wie man seine Umgebung hinsichtlich der eigenen Krankheit, des eigenen Verhaltens oder des Gewichts täuschen kann.

Ein solcher Tipp lautet z.B.: „Das Essen mit aufs Zimmer nehmen und es nicht essen, sondern am Morgen in einem Plastiksack aus dem Haus schmuggeln. Oder später nach Hause kommen und sagen, man habe bereits bei der Freundin zu Abend gegessen. Und wenn alles nichts hilft ... (geben die andern Pro-Ana-Mitglieder auch) Tipps, wie das

---

<sup>181</sup> Vgl.: featherweight (Maint.): „pro ana“-Seiten. Wie sind „pro ana“-Seiten aufgebaut? URL: [http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/mii\\_pro-ana.htm](http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/mii_pro-ana.htm) (Abgerufen: 13.3.08 11:50)

<sup>182</sup> Rauchfuß, Katja: Abschlussbericht der Recherche zu Pro-Anorexie-Angeboten 2006/2007. In: Jugendschutz.net. Mainz, 2008, S. 2 – 22, S. 10 URL: [http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht\\_pro-ana.pdf](http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht_pro-ana.pdf) (Abgerufen: 31.10.2008 9:55)

<sup>183</sup> Vgl.: Rauchfuß, Katja: Abschlussbericht der Recherche zu Pro-Anorexie-Angeboten 2006/2007. In: Jugendschutz.net. Mainz, 2008, S. 2 – 22, S. 10 URL: [http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht\\_pro-ana.pdf](http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht_pro-ana.pdf) (Abgerufen: 31.10.2008 9:55)

<sup>184</sup> Vgl.: featherweight (Maint.): „pro ana“-Seiten. Wie sind „pro ana“-Seiten aufgebaut? URL: [http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/mii\\_pro-ana.htm](http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/mii_pro-ana.htm) (Abgerufen: 13.3.08 11:50)

Essen am besten wieder hochkommt, wie unauffällig erbrochen werden kann, welche Speisenreihenfolge das Erbrechen erleichtert.“<sup>185</sup>

Weitere Tipps sind z.B.:

„Klapper in der Küche mit Geschirr und tu irgendwelche Essensreste rauf (oder Ausreden wie:)

"Ich war eben in der Stadt mit [Name] was essen! Die Baguettes waren soo lecker, aber ich bin satt!"

"Ich gehe noch mit [Name] essen!"

"Ich war gerade beim Zahnarzt und darf noch nichts essen!"

"Ich habe eine Magenverstimmung!" (Kann nur Suppe essen)

"Mein Freund küsst mich nicht gerne wenn ich [blablabla] gegessen habe!"

"Ich fühle mich komisch... so benommen! Wenn ich jetzt was esse, muss ich mich bestimmt übergeben..."

"Ich hab gerade etwas Komisches gegessen... Das hat mir den Appetit verdorben!"

"Ich hab gerade Durchfall... besser ich esse das nicht!"

"Igitt, ich hab gerade [was Ekliges] gesehen... Der Appetit ist mir vergangen!"

"Lecker, zu Hause gibt es heute [was Leckeres]!"

"Oh, das ist mir zu scharf!"<sup>186</sup>

Ein weiteres wesentliches Element von Pro-Seiten sind oder ist „Thinspiration“. Der Begriff „Thinspiration“ bezeichnet vor allem Bilder oder Videos von sehr schlanken bis hin zu extrem abgemagerten Mädchen oder Frauen. Diese Personen können normale schlanke Menschen sein, Models oder auch magersüchtige Frauen. Die Bilder sollen zum Durchhalten, zum weiteren Abnehmen animieren und motivieren und sie dienen als Inspiration und Vorbild für die Pro-Ana-Mitglieder. Obwohl nicht alle Pro-Ana-Anhängerinnen ein extrem abgemagertes Ideal vertreten, sind laut Featherweight doch die meisten davon fasziniert und angezogen.<sup>187</sup>

<sup>185</sup> Jegerlehner, Nicole: Ana, die Freundin junger Frauen. Im Berner Inselspital sind immer mehr extrem magersüchtige Frauen in Behandlung; im Internet zelebrieren Jugendliche die Krankheit. In: Der Bund. 4.1.2007, S. 17 URL: [http://www.jugendfachstelle-lyss.ch/Downloads/2007-01-04\\_Der\\_Bund\\_ANA.pdf](http://www.jugendfachstelle-lyss.ch/Downloads/2007-01-04_Der_Bund_ANA.pdf) (Abgerufen: 3.11.08 13:20)

<sup>186</sup> Princess-ana18 (Maint.): Tipps und Motivation. Geheimhaltung. URL: <http://princess-ana18.chapso.de/geheimhaltung-s505579.html> (Abgerufen: 6.11.08 19:06)

<sup>187</sup> Vgl.: featherweight (Maint.): (Th)inspiration? URL: <http://www.gestoerte-welt.de/pure/thinspiration/thinspiration.htm> (Abgerufen: 17.3.08 15:11)

Auch auf youtube gibt es mittlerweile eine Vielzahl dieser Thinspiration aus allen Ländern. Die Bilder der größtenteils stark abgemagerten Frauen die in den Videos dargestellt werden, werden oft mit schöner emotionaler Musik untermalt und mit philosophischen Sprüchen/Texten ergänzt.<sup>188</sup>

Auf der von Featherweight selbst erstellten, gemäßigten Pro-Ana-Seite „Pure Ana“, die sie selbst nicht als Pro-Ana-Seite bezeichnet, gibt es auch Thinspirations. Allerdings stellt Featherweight die Bilder in einen anderen Kontext, wodurch sie einen Anstoß dazu geben möchte sich zu überlegen, ob dies wirklich das richtige Ideal, ein Vorbild ist/sein soll. Sie fügt den Bildern Texte hinzu, in denen sie z.B. beschreibt wie einige der abgebildeten Frauen verstorben sind. Damit möchte sie zum Nachdenken anregen. Außerdem deckt sie auf, dass viele (bekannte) Thinspirations gefälschte Bilder sind – wie beispielsweise einige bekannte Modelbilder. Sie zeigt Original und Fake und regt dazu an zu hinterfragen.<sup>189</sup>

Gerade diese gefälschten Bilder sind ein Problem, weil sich Frauen mit etwas vergleichen, das gar nicht real ist. Selbst die auf Werbeplakaten oder in Frauenzeitschriften abgebildeten Models werden retuschiert und lassen so ohnehin schon besonders schöne Frauen noch perfekter erscheinen. Schon gesunde Frauen können dadurch in ihrem Selbstbewusstsein geschwächt werden, wenn dieses nicht stark genug ist.

Doch gerade für Pro-Anas, die ohnehin sehr stark auf solche Bilder reagieren, stellen bearbeitete Bilder, in ihrem Fall bearbeitete Thinspirations, eine Gefahr dar. Denn die Pro-Ana-Anhängerinnen haben dann ein Ideal im Kopf, dass es gar nicht gibt. Sie eifern dem Ideal einer Frau nach, die unendlich mager und zerbrechlich und trotzdem gesund zu sein scheint und die vor allem noch lebt, trotz diesem starken Untergewicht. Wenn Pro-Anas also nicht wissen, dass es sich bei diesen Bildern um Fakes handelt, dann denken sie so dünn zu sein sollte ohne Probleme möglich sein. Denn „die“ sind ja auch nicht krank. Solche Vorbilder im Kopf einer Pro-Ana können dazu beitragen, dass sie sich in einen gefährlichen Bereich des Untergewichts hungern.

---

<sup>188</sup> Vgl.: Rauchfuß, Katja: Abschlussbericht der Recherche zu Pro-Anorexie-Angeboten 2006/2007. In: Jugendschutz.net. Mainz, 2008, S. 2 – 22, S. 6 URL: [http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht\\_pro-ana.pdf](http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht_pro-ana.pdf) (Abgerufen: 21.11.2008 10:34)

<sup>189</sup> Vgl.: featherweight (Maint.): (Th)inspiration? URL: <http://www.gestoerte-welt.de/pure/thinspiration/thinspiration.htm> (Abgerufen: 17.3.08 15:25)



Abbildung 3: Thinspiration Original und Fälschung

Bilder haben insgesamt schnell einen anstachelnden Effekt: die Pro-Anas vergleichen sich und entweder werden sie motiviert weiter zu hungern und/oder sie fühlen sich schlecht und minderwertig. Beides führt dazu, dass sie weiter in Krankheit hineingeraten, deshalb sind Fotos in Selbsthilfe-Foren verboten.<sup>190</sup>

Doch nicht nur Thinspirations, alle Pro-Ana-Inhalte haben diesen Effekt. Die Wahl zur BMI-Queen ist beispielsweise in gewisser Hinsicht mit der Wahl zu Ballkönigin zu vergleichen, denn die Gewinnerin erhält Anerkennung und Lob und vielleicht steigt dadurch sogar die Beliebtheit des jeweiligen Mädchens. Deshalb sind diese Elemente der Pro-Foren gefährlich, denn sie können tatsächlich einiges dazu beitragen, dass die Pro-Ana's noch tiefer in die Krankheit hineingeraten.

Ein weiteres typisches Element sind **Thinlines**, das sind Zitate und Sätze mit Motivationscharakter, z.B.:

„Ana macht uns schön.

~

Hunger schmerzt, aber hungern hilft.

~

Iss um zu leben, aber lebe nicht um zu essen!

~

Jedes Mal, wenn du "Nein, danke" zum Essen sagst, sagst du "Ja, bitte" zu Ana.

~

---

<sup>190</sup> Vgl.: Blueberry (MOD Team Member): An alle Neulinge! Ein paar Regeln! Verfasst: 7.4.2005, zuletzt bearbeitet: 25.4.2006 URL: <http://www.bulimie.at/board4/viewtopic.php?f=5&t=9563> (Abgerufen: 27.10.08 13:14)



Nichts fühlt sich so schön an, wie dünn zu sein.

~

Dünn sein, hast seinen eigenen Geschmack.“<sup>191</sup>

Auch typisch für Pro-Ana-Foren sind Diätticker in allen Formen, Farben und Variationen.



Abbildung 4: Diätticker

Kennzeichnend für Pro-Ana-Foren ist auch die Suche nach einem Ana-Twin, einem Partner zum weiteren Abnehmen<sup>192</sup> und um sich gegenseitig zu motivieren und aufzubauen und in manchen Fällen auch um privat etwas zu unternehmen. Wie aus einem Beispiel einer Twin-Suche auf der Pro-Ana-Seite von princess18 hervorgeht, legen die Twins wie der Name schon verrät meist auch großen Wert auf ein ähnliches Alter, auf ähnliche Größe und ein entsprechendes Gewicht und manchmal sogar auf eine nahe gelegene Wohngegend.<sup>193</sup>

Auch charakteristisch für Pro-Foren ist eine gewisse Beteiligungspflicht der die Mitglieder unterstehen. Schon in der Bewerbung, auf die gleich noch etwas näher eingegangen wird, werden Foren-Anwärter gefragt wie oft und in welcher Intensität sie sich am Forenleben beteiligen könnten.<sup>194</sup> Eine rege Anteilnahme am Forum, also zumindest einmal- bestenfalls mehrmals täglich etwas zu posten, ist eine wichtige Voraussetzung um aufgenommen zu werden.

<sup>191</sup> Ana-forever: Thinline. URL: <http://ana-forever.chapso.de/thinlines-s216734.html?PHPSESSID=e605d5b2b19188bfedb633d0a0266089> (Abgerufen: 8.11.08 11:04)

<sup>192</sup> Vgl.: Rauchfuß, Katja: Abschlussbericht der Recherche zu Pro-Anorexie-Angeboten 2006/2007. In: Jugendschutz.net. Mainz, 2008, S. 2 – 22, S. 10 URL: [http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht\\_pro-ana.pdf](http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht_pro-ana.pdf) (Abgerufen: 21.11.2008 10:34)

<sup>193</sup> Vgl.: Princess-ana18 (Maint.): Twin-Vermittlung. URL: <http://princess-ana18.chapso.de/twin-vermittlung-s503378.html> (Abgerufen: 26.11.08 09:45)

<sup>194</sup> Vgl.: Moni (Admiss): Forum: Want To Be A Skinny. Fragebogen für neue Bewerber. URL: <http://www.forumprofi.de/forum7013/fragebogen-fuer-neue-bewerber-t5.html> (Abgerufen: 26.11.08 10:00)



Gerade in dieser Interaktivität der Foren sieht Rauchfuß eine besondere Gefährdung, denn „die Forumskontakte ersetzen oft den sozialen Umgang in der Familie sowie im Freundeskreis und haben eine gefährliche Verstärkerwirkung. Die User schaukeln sich gegenseitig auf und verlieren den Bezug zur Realität. Ein gefährlicher Teufelskreis beginnt, bei dem die Krankheit und das Forum immer mehr zum Lebensinhalt werden.“<sup>195</sup>

Die meisten gesunden Menschen beurteilen Pro-Ana-Foren wohl ähnlich negativ weil sie große Gefahren darin sehen und die Motivation der Mitglieder nicht nachvollziehen können. Deshalb reagieren sie aggressiv oder wütend und so ist es oft zu Beleidigungen und Beschimpfungen gekommen. Das ist wohl einer der Gründe warum es die Zutrittsbeschränkung für Pro-Ana-Foren gibt und warum die Foren passwortgeschützt sind. Einerseits um sich vor Außenstehenden zu schützen, vor Spionage und Kritik, aber auch um sich nicht den Vorwurf gefallen lassen zu müssen, dass sie junge, anfällige Mädchen in die Krankheit hineinziehen und mittlerweile wohl vor allem um nicht in Schwierigkeiten zu geraten weil sie gegen den Jugendschutz verstoßen.

Das Aufnahmeverfahren läuft insgesamt so ab: Gäste und Beobachter sind prinzipiell unerwünscht, wenn aber jemand bereit ist sich voll und ganz in das Forum zu integrieren, dann kann er sich registrieren. Doch damit ist es nicht getan. Um Zugang zu einem Pro-Ana-Forum zu erhalten, muss man sich sozusagen bewerben, man muss bestimmte Fragen beantworten und eine Art Motivationsschreiben verfassen. Die Aufnahmekriterien sind äußerst strikt, zumeist müssen die Anwerberinnen eine Essstörung in fortgeschrittenem Stadium nachweisen und den Willen diese zu behalten. Auch ansonsten muss man ins Bild passen. Gewicht, Alter, Ausdrucksweise und Einstellungen zu bestimmten Themen können dabei ausschlaggebend sein.<sup>196</sup> Schließlich wird unter den Mitgliedern abgestimmt ob die Anwärterin genommen wird oder nicht. Wenn sich die Mitglieder dafür entscheiden, wird die Bewerberin frei geschaltet, wenn auch vorerst nur für bestimmte Bereiche des Forums. In dieser Zeit ist die Bewerberin sozusagen auf Bewährung, sie muss sich allen vorstellen, eventuelle weitere Fragen beantworten und sich aktiv am Forum beteiligen.<sup>197</sup> Das heißt sie muss eine bestimmte Anzahl an Beiträgen pro Monat, die auch nicht all zu kurz sein

---

<sup>195</sup> Vgl.: Rauchfuß, Katja: Abschlussbericht der Recherche zu Pro-Anorexie-Angeboten 2006/2007. In: Jugendschutz.net. Mainz, 2008, S. 2 – 22, S. 10 URL: [http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht\\_pro-ana.pdf](http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht_pro-ana.pdf) (Abgerufen: 21.11.2008 10:34)

<sup>196</sup> Vgl.: Angel (Admiss): Diamondangels Forum. Anmeldung. Anmeldebogen. URL: <http://33766.rapidforum.com/topic=106969699055> (Abgerufen: 26.11.08 10:16)

<sup>197</sup> Vgl.: Blueangel (Admiss): Forum: Blue Angels. Anmeldung. So stellt ihr euch vor. URL: <http://5950.rapidforum.com/topic=100271488658> (Abgerufen: 26.11.08 11:55)

dürfen,<sup>198</sup> verfassen, um im Forum bleiben zu dürfen und Zutritt zu weiteren Bereichen des Forums zu erlangen. Nur wer überzeugt und sich gut einfügt darf bleiben.<sup>199</sup>

The screenshot shows a web browser window displaying the website 'Way of Perfection'. The page features a navigation menu on the left with links like 'Start', 'Über uns...', 'Einblicke', 'Magazin', and 'Links'. A central section titled 'So funktioniert's' contains a flowchart of the membership process. The flowchart starts with 'Informieren', followed by 'Formular ausfüllen' (leading to 'Absage'), 'Einladung zum Vorstellungsgespräch', 'Vorstellungsgespräch im Forum', 'Abstimmung' (leading to 'Absage'), 'Warteliste', 'Aufnahme (Probezeit)', 'Probezeit', '2. Abstimmung' (leading to 'Absage'), and finally 'Mitglied'. A 'Shoutbox' is visible on the left, and a 'Mitglied werden!' section is at the bottom left. The browser's taskbar shows several open applications, including 'Pro-foren infos.doc - Microsoft Word'.

Abbildung 5: Aufnahmeprozedere

Viel Mühe also um zu spionieren, man müsste sich eine ganze erfundene Identität aneignen und mit dieser Identität mehrmals täglich erfundene Erlebnisse oder Gedanken posten.

Auch für Organisationen, die die Foren überwachen, wie z.B. Jugendschutz.net, stellt „der reglementierte Zugang ... ein erhebliches, zumeist unumgängliches Hindernis bei der Sichtung von Anorexie-Angeboten dar. Ohne Zugang können Foren nicht umfassend bewertet oder geforderte Änderungen überprüft werden.“<sup>200</sup>

<sup>198</sup> Vgl.: Fairytale Dreams Forum. Willkommen. Ein wenig über uns. Über das Forum. URL: <http://fairytale-dreams.forumieren.de/ein-wenig-uber-uns-fl/uber-das-forum-t1.htm> (Abgerufen: 27.11.08 14:29)

<sup>199</sup> Rauchfuß, Katja: Abschlussbericht der Recherche zu Pro-Anorexie-Angeboten 2006/2007. In: Jugendschutz.net. Mainz, 2008, S. 2 – 22, S. 11 URL: [http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht\\_pro-ana.pdf](http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht_pro-ana.pdf) (Abgerufen: 26.11.2008 11:59)

<sup>200</sup> Rauchfuß, Katja: Abschlussbericht der Recherche zu Pro-Anorexie-Angeboten 2006/2007. In: Jugendschutz.net. Mainz, 2008, S. 2 – 22, S. 11 URL: [http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht\\_pro-ana.pdf](http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht_pro-ana.pdf) (Abgerufen: 21.11.2008 10:34)

Doch die strengen Zutrittsbestimmungen haben auch noch einen anderen Effekt. Durch sie „wird der Klub der Gleichgesinnten einerseits vor Voyeuren geschützt; andererseits wird er noch exklusiver, die Gemeinschaft wird verschworener.“<sup>201</sup> und somit sind die Pro-Foren noch interessanter.

Es gibt aber auch Foren die deutlich gemäßiger sind. Neben den „richtigen“ Pro-Ana-Foren, die all die oben genannten Elemente wie Abnehmcontests, die Wahl zur BMI-Queen, Diätticker und Thinlines beinhalten, sind das Zwischenformen zwischen Selbsthilfe- und Pro-Ana-Foren: z.B. „Pure Ana“ die bereits erwähnte Seite von Featherweight. Sie weist explizit darauf hin, dass sie keine Pro-Ana-Seite betreibt und ihre Seite unterscheidet sich auch tatsächlich in einigen Punkten von den klassischen Pro-Foren. Die Seite verfügt beispielsweise über einen äußerst ausführlichen Informationsteil, der das Thema Pro-Ana aus allen Perspektiven beleuchtet und sich auch kritisch damit auseinandersetzt. Allerdings schwimmt die Grenze zu Pro-Ana dennoch, denn das Forum hat neben einem relativ großen Gästeteil, der öffentlich zugänglich ist, auch einen geschlossenen Bereich, der nur für Mitglieder einzusehen ist, genau wie in allen Pro-Ana-Foren. Auch hier wird man nicht so ohne weiteres Mitglied indem man sich einfach registriert und auch dort gibt es Diätticker. Obwohl sich Featherweight und die Mitglieder von Pure Ana einerseits deutlich von normalen Pro-Ana-Foren distanzieren, können sie es eigentlich auch wieder nicht, weil sie selbst nicht beschreiben können was sie sind. Trotzdem gibt es in diesem Forum, sicher eher Hilfsangebote und Therapiegedanken werden nicht so verpönt. Das Forum ist insgesamt deutlich gemäßiger als andere und für viele Personen ein wichtiger Ort um sich offen mit Gleichgesinnten austauschen zu können und wenn sie dazu bereit sind vielleicht sogar eine Therapie in Angriff zu nehmen.<sup>202</sup>

Neben diesem Forum gibt es im gesamten Pro-Ana-Foren-Bereich eine relativ neue und sehr interessante Wendung: Der neue Trend geht weg von Pro-Ana hin zu With-Ana. Der Unterschied besteht darin, dass sich die Mitglieder und Forenbetreiberinnen von dem in den Medien verschrienen „Ana ist ein Lifestyle und keine Krankheit“ distanzieren wollen und es gegen ein „Ana ist eine Krankheit und wir sind uns dessen bewusst, aber wir versuchen mit dieser Krankheit zu leben“ tauschen. Die meisten Foren nennen sich jetzt

---

<sup>201</sup> Jegerlehner, Nicole: Ana, die Freundin junger Frauen. Im Berner Inselspital sind immer mehr extrem magersüchtige Frauen in Behandlung; im Internet zelebrieren Jugendliche die Krankheit. In: Der Bund. 4.1.2007, S. 17 URL: [http://www.jugendfachstelle-lyss.ch/Downloads/2007-01-04\\_Der\\_Bund\\_ANA.pdf](http://www.jugendfachstelle-lyss.ch/Downloads/2007-01-04_Der_Bund_ANA.pdf) (Abgerufen: 3.11.08 13:20)

<sup>202</sup> Vgl.: <http://www.gestoerte-welt.de/pure.htm> (Abgerufen: 17.3.08 13:31)

also bereits „With-Ana-Forum“ oder sie schreiben zumindest in ihrer Beschreibung, dass sie sich eher als ein solches verstehen.<sup>203</sup>

Aber ob es sich bei einem Forum nun um ein Pro-Ana oder um ein With-Ana-Forum handelt, es kann sein, dass es nicht sehr lange existiert. Denn es entstehen zwar ständig neue Foren, aber genauso schnell verschwinden wieder welche.

Es ist nicht ganz klar warum das passiert. In vielen Fällen werden Foren wohl geschlossen, weil mit gewissen Inhalten gegen die Jugendschutzbestimmungen verstoßen wird. Diese Foren tauchen dann allerdings oftmals kurz darauf, an anderer Stelle und unter anderem Namen wieder auf.<sup>204</sup>

Eine andere Ursache für die Kurzlebigkeit von Pro-Ana-Foren stellen wohl die häufig auftretenden Probleme mit dem Provider dar.

Da die meisten Forenanbieter Pro-Ana-Seiten bereits löschen, halten sich die Betreiberinnen von Pro-Foren an Freehoster wie z.B. rapid.com. Diese Gratis-Anbieter haben aber immer wieder Probleme z.B. aufgrund von Überlastung und verschwinden dann plötzlich.<sup>205</sup>

Auch rapid.com, ein Anbieter auf dem sich viele Pro-Foren befinden, soll am 1. 6. 2009 endgültig abgeschaltet werden. Der Administrator des Rapid Tec Fan Forums äußert sich folgendermaßen dazu: „Nachdem ich immer öfter von Gerichten (Grüße aus Hamburg, Köln und von Gravenreuth) persönlich verantwortlich gemacht werde für Handlungen, die in Foren meiner Kunden geschehen, sehe ich keine Möglichkeit mehr, das Projekt in Deutschland fortzuführen.“<sup>206</sup>

---

<sup>203</sup> Vgl. z.B.: Way of perfection URL: <http://www.wayofperfection.de.vu/> (Abgerufen: 8.10.08 11:10) oder hungry hearts URL: <http://hungryhearts.de.vu> (Abgerufen: 8.10.08 09:37)

<sup>204</sup> Vgl.: Rauchfuß, Katja: Abschlussbericht der Recherche zu Pro-Anorexie-Angeboten 2006/2007. In: Jugendschutz.net. Mainz, 2008, S. 2 – 22, S. 18 URL: [http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht\\_pro-ana.pdf](http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht_pro-ana.pdf) (Abgerufen: 21.11.2008 13:03)

<sup>205</sup> Vgl.: Snoop 1990: WinBoard – Die Windows Community. Bplaced.net – Freehoster. URL: <http://www.winboard.org/forum/webpace-webserver/80150-bplaced-net-freehoster-3.html> (Abgerufen: 10.1.2008)

<sup>206</sup> Dragony (Admin.): Rapid Tec Fan Forum 4.11.2008 URL: <http://1.rapidforum.com/topic=105467419318> (Abgerufen: 4.12.2008 10:07)

Ein anderes Beispiel ist der Anbieter vu. Auch auf diesem Anbieter befinden sich viele Pro-Ana-Foren und auch hier gibt es massive Probleme. Ein Beispiel ist das Forum „Way of Perfection“, welches ab dem 16. 11. 2008 plötzlich nicht mehr erreichbar war und bis heute nicht ist. Stattdessen erscheint folgende Fehlermeldung:

„Aktuelle Meldung: YourFTP.de offline

Stand: 21.11.2008 • 16:18 CET

Weiterbetrieb nur mit Sponsoren möglich Das Wichtigste vorweg:  
Derzeit sind alle Websites, welche auf YourFTP.de gehostet sind, nicht erreichbar.“<sup>207</sup>

Eine weitere Fehlermeldung, auf die man auf der Suche nach bereits besuchten Pro-Ana-Seiten immer wieder stößt, ist folgende:

“**Error:** There is no forum with that ID in our forum-network.”<sup>208</sup>

All das hat zur Folge, dass die Foren größtenteils sehr klein sind. Die Foren bestehen oftmals nur aus 5 bis 30 Mitgliedern,<sup>209</sup> was wahrscheinlich einer der Gründe ist, weshalb die große Beteiligung der einzelnen Mitglieder fast erzwungen ist.

## 5.2.2 Pro-Ana: Mitgliedergruppen

Die Mitglieder in Pro-Foren sind zu einem Großteil Frauen bzw. junge Mädchen, denen allen gemeinsam ist, dass sich fast alles um ihr Gewicht, um schlank sein, um abnehmen dreht. Das Alter der Mädchen bzw. Frauen liegt laut Featherweight zwischen 14 und 30 Jahren,<sup>210</sup> wobei es auf das jeweilige Forum ankommt, denn einige Foren haben eine Zutrittsbeschränkung für Personen die jünger als 16 oder 18 Jahre sind. Da diese Tatsache

<sup>207</sup> <http://www.wayofperfection.de/vu/> (Angerufen: 21.11.2008 16:18) Anmerkung vom 4.12.2008: die Fehlermeldung erscheint nicht mehr. Jetzt erscheint: „Die Webseite kann nicht angezeigt werden.“

<sup>208</sup> Z.B.: <http://overtherainbow.de.ms/> (Abgerufen: 4.12.2008 10:05)

<sup>209</sup> Vgl.: z.B.: <http://www.sternenkinder.net.ms/> 7; <http://pink-flowers.ingoo.us/forum.htm> 13; Fireleaf Forum: <http://18563.rapidforum.com/> 30; <http://sad-fairys.forumn.net/> 5; La Salida Forum <http://78225.rapidforum.com/> 30; <http://www.pure-perfection.de/vu/> 27 Mitglieder

<sup>210</sup> Vgl.: featherweight (Maint.): „pro ana“-Seiten. Wer besucht „pro ana“-Seiten? URL: [http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/mii\\_pro-ana.htm](http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/mii_pro-ana.htm) (Abgerufen: 14.3.08 11:59)

aber nicht überprüft werden kann, ist es trotzdem möglich dass sich jüngere Mädchen unter den Mitgliedern befinden, wenn diese glaubhaft versichern können, älter zu sein. Vom Gewicht her sind die meisten an der unteren Grenze des Normalgewichts bis leicht untergewichtig, die Gewichtsziele sind aber sehr niedrig.<sup>211</sup>

Featherweight, die sich selbst seit Jahren in der Szene bewegt und die schon beschriebene gemäßigte Seite, Pure Ana betreibt und deshalb einen guten Einblick hat, hat die Mitglieder in 4 Untergruppen unterteilt.<sup>212</sup>

Die 1. Gruppe beschreibt sie als chronische Magersüchtige. Das sind junge Frauen, die seit vielen Jahren krank sind, offiziell als magersüchtig diagnostiziert sind und sich bereits in ärztlicher Behandlung befinden oder befanden. Obwohl sie sich der Konsequenzen der Krankheit bewusst sind, halten sie trotzdem an ihr fest und versuchen sich mit ihr zu arrangieren. Laut Featherweight kennen die Personen dieser Gruppe die Ursachen ihrer Krankheit bereits, doch haben sie keine Lust auf eine weitere Therapie, weil sie das Gefühl haben, dass diese ihnen zwar verstandesmäßige Erkenntnisse bringt, ihnen aber auf Dauer trotzdem keinen gangbaren Weg aus der Magersucht zeigt. Deshalb schwanken sie weiterhin zwischen dem Leben mit der Magersucht und dem Gesundwerden hin und her.<sup>213</sup>

Die 2. Gruppe bilden die Pro-Anas, die ebenfalls die Kriterien der Anorexie erfüllen und ebenfalls an der Krankheit festhalten. Sie haben aber im Gegensatz zur ersten Gruppe keine Krankheitseinsicht. Es sind diejenigen, die Pro-Ana als einen Lifestyle sehen. Sie behaupten, dass Pro-Ana zu sein etwas anderes ist, als magersüchtig zu sein, da es sich bei Pro-Ana nicht um eine Krankheit handelt, sondern um die Möglichkeit extrem dünn zu sein, ohne körperliche Schäden davonzutragen und ohne die Kontrolle über ihr Verhalten zu verlieren. Sie sehen Pro-Ana als eine aktive Wahl eines Lebensstils und nicht als gefährliche Krankheit und deshalb erfordert Ana auch keine Therapie. Featherweight wirft hier ein, dass fehlende Krankheitseinsicht einen wesentlichen Aspekt des Anfangsstadiums

---

<sup>211</sup> Vgl.: featherweight (Maint.): „pro ana“-Seiten. Wer besucht „pro ana“-Seiten? URL: [http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/mii\\_pro-ana.htm](http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/mii_pro-ana.htm) (Abgerufen: 14.3.08 12:02)

<sup>212</sup> „Die Gruppen, die ich im folgenden abgrenzen und genauer charakterisieren will, beruhen auf langjährigen Beobachtungen derjenigen, die sich in „(pro) ana“-Foren aufhalten.“

<sup>213</sup> Vgl.: featherweight (Maint.): „pro ana“. Untergruppen. URL: <http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/untergruppen.htm> (Abgerufen: 20.2.08 18:24)



von Magersucht darstellt. Demnach könnte die zweite Gruppe aus Magersüchtigen bestehen, die noch keine Krankheitseinsicht besitzen.<sup>214</sup>

Die 3. Gruppe besteht wiederum aus Anas, die Magersucht zwar als Krankheit anerkennen, einschließlich ihrer Gefahren, die aber die Kriterien für Magersucht nicht erfüllen, die Krankheit aber trotzdem bewusst anstreben. Featherweight beschreibt diese Gruppe ihrer Erfahrung nach als die in vielen Foren größte Gruppe. Die Pro-Anas dieser Gruppe weisen laut Featherweight zwar Züge einer Essstörung auf, haben aber kein Untergewicht und erreichen es trotz verzweifelter Bemühungen nicht. Sie würde viele der Betroffenen als EDNOS (Eating Disorder Not Otherwise Specified) bezeichnen. Sie schreibt dieser Gruppe Symptome verschiedener psychischer Krankheiten zu, oft auch mit Selbstunsicherheit und geringen Selbstwert kombiniert. Viele leiden ihrer Einschätzung nach an Ängsten und Zwängen, sind depressiv und/oder legen selbstverletzendes Verhalten an den Tag, haben schwierige soziale Verhältnisse zu Familie und Freunden und Probleme in der Schule oder Ausbildung. Featherweight vermutet, dass diese Pro-Ana-Gruppe in der Magersucht eine nach außen hin sichtbare Ausdrucksform für ihre Probleme sucht. Sie suchen nach Hilfe und scheinbar gibt ihnen die Magersucht die Legitimation dafür. Deshalb streben sie die Symptome der Krankheit bewusst an und nehmen alle Konsequenzen in Kauf, weil sie hoffen dadurch endlich wahr- und ernst genommen zu werden.<sup>215</sup>

Die 4. und letzte Gruppe bezeichnet Featherweight als interessanteste und neueste Gruppe. Diese Anas erfüllen die Magersuchtskriterien nicht, sehen Magersucht auch nicht als Krankheit, aber sie streben sie bewusst an. Es handelt sich dabei um junge Mädchen am Beginn der Pubertät die sich klar als Pro-Ana bezeichnen, aber gleichzeitig kaum oder nur pseudoinformiert über die Krankheit Magersucht sind. Sie haben durch Berichte über Stars und Sternchen in den Medien, oder in einem Buch zu diesem Thema das erste Mal von Magersucht erfahren und wohl entgegen der Intention des Autors etwas positives und erstrebenswertes darin gesehen. Für sie ist es cool und in magersüchtig zu sein, obwohl ihnen laut Featherweight wohl nicht klar ist, dass es sich hierbei um eine ernste psychische Krankheit und nicht um einen neues Hobby handelt, das man sich schnell mal zulegt. Diese

---

<sup>214</sup> Vgl.: featherweight (Maint.): „pro ana“. Untergruppen. URL: <http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/untergruppen.htm> (Abgerufen: 20.2.08 18:25)

<sup>215</sup> Vgl.: featherweight (Maint.): „pro ana“. Untergruppen. URL: <http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/untergruppen.htm> (Abgerufen: 20.2.08 18:27)

jungen Mädchen finden es toll ein magersüchtiges Aussehen und extremes Untergewicht zu haben, für sie ist Magersucht keine Krankheit sondern ein cooler, trendiger Lifestyle.<sup>216</sup>

Als fatal bezeichnet Featherweight, dass „diese Einstellung durch die Gesellschaft und die Medien auch noch subtil unterstützt wird: Stars und Sternchen leben die Magersucht vor, man will einfach mal reinpassen in die neue Größe null, Germany’s Next Topmodel werden und einfach so aussehen wie man heute angeblich aussehen muss: Über-schlank, spindeldürr, magersüchtig.“<sup>217</sup>

Dazu kommt, dass junge Mädchen in der Pubertät sehr anfällig sind für solche Vorbilder, weil sie sich in einer sehr sensiblen Phase befinden, in der sie auf der Suche nach der eigenen Identität sind, aber auch auf der Suche nach Abgrenzung bzw. Zugehörigkeit zu einer bestimmten Gruppe und all das bietet scheinbar Pro-Ana. Viele der neu gegründeten Foren bestehen laut Featherweight nur aus solchen Mädchen. Die meisten haben beim Einstieg in das Forum noch keine Symptome einer Essstörung und noch kein Untergewicht. In diesen Foren geht es nur darum wer am schnellsten viel abnehmen kann, es geht fast ausschließlich ums Diäten und um Kalorien, Sport, Medikamente und um „Trigger“ in Form von provokativen Texten und Bildern. Diese Mädchen sehen nur die Möglichkeit dünn zu sein und ignorieren jegliche negative Konsequenzen.<sup>218</sup>

Die Anhänger aller Gruppen werden als Pro-Ana bezeichnet und während sich viele davon selbst auch so bezeichnen, tun es mittlerweile genauso viele nicht mehr. Das liegt einerseits daran, dass der Begriff Pro-Ana durch die Medienberichterstattungen eine sehr negative Bedeutung bekommen hat. Andererseits liegt es daran, dass sich die verschiedenen Untergruppen, die sich untereinander zumeist stark ablehnen, dadurch nicht voneinander abgrenzen lassen. Die gegenseitige Ablehnung der Untergruppen zeichnet sich beispielsweise dadurch ab, dass die 4. Gruppe von den meisten anderen Pro-Anas abwertend und beinahe schon verächtlich als „wannabe anorexics“, „wannarexics“ oder auch „Möchtegern-Magersüchtige“ bezeichnet werden. Viele Pro-Anas wollen sich deshalb bereits distanzieren. Sie bezeichnen sich z.B. nur mehr als „Ana“. Laut

---

<sup>216</sup> Vgl.: featherweight (Maint.): „pro ana“. Untergruppen. URL: <http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/untergruppen.htm> (Abgerufen: 20.2.08 18:27)

<sup>217</sup> featherweight (Maint.): „pro ana“. Untergruppen. URL: <http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/untergruppen.htm> (Abgerufen: 20.2.08 18:30)

<sup>218</sup> Vgl.: featherweight (Maint.): „pro ana“. Untergruppen. URL: <http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/untergruppen.htm> (Abgerufen: 20.2.08 18:30)



Featherweight gibt es unter den wirklichen Magersüchtigen nur wenige die sich (noch) als Pro-Ana bezeichnen.<sup>219</sup>

Abgesehen davon wie sie sich selbst nun nennen, zusammengefasst könnte man sagen, die Pro-Anas der 1. Gruppe waren einmal klassisch magersüchtig und sind nun deshalb Pro-Ana, weil sie den Kampf gegen die Krankheit aufgegeben haben. Die Pro-Ana-Anhängerinnen der 2. Gruppe könnte man ebenfalls als klassisch magersüchtig betrachten, nur stehen sie noch am Anfang und haben deshalb (noch) keine Krankheitseinsicht und sind deshalb (noch) überzeugt von Pro-Ana. Die Mitglieder der 3. Gruppe sind deshalb Pro-Ana, weil sie bewusst magersüchtig werden wollen um eine Ausdrucksform für ihre Probleme zu finden. Die letzte Gruppe weiß zwar anscheinend nicht so genau was Magersucht ist und sie erfüllen dafür auch die Kriterien (noch) nicht, aber sie wollen schön, schlank, in und cool sein und sind deshalb Pro-Ana.

Das könnte bedeuten Gruppe 1, 2 und 3 gab es, zumindest in einer ähnlichen Form immer schon, hier sind Pro-Ana-Foren nicht die Ursache für die Entstehung der Magersucht. Doch, und das ist sehr kritisch zu betrachten, sie haben einen aufrechterhaltenden Faktor, weil sie vermitteln, dass es erstrebenswert ist dünn zu sein und weil die Foren das festhalten an der Krankheit noch verstärken.

Foren die aus Mitgliedern bestehen die der Gruppe 4 zugeordnet werden können, also aus jungen Mädchen die es cool finden Pro-Ana zu sein und die im schlimmsten Fall dadurch und ohne tieferen Grund magersüchtig werden, sind als durchwegs negativ einzustufen. Sie tragen nicht nur zur Aufrechterhaltung von gesundheitsschädigendem Verhalten bei, sondern müssen möglicherweise sogar für die Entstehung der Krankheit verantwortlich gemacht werden. Deshalb gehören sie wohl dringend geschlossen.

Das würde bedeuten, dass man die Ursachen für die Magersucht nur in wenigen Fällen den Foren zuschreiben kann. In vielen Fällen muss man aber davon ausgehen, dass sie einen aufrechterhaltenden Faktor haben, was die Beibehaltung der Magersucht betrifft und darin könnten die möglichen Gefahren der Foren liegen. Trotzdem ist fraglich welchen Nutzen

---

<sup>219</sup> Vgl.: featherweight (Maint.): „pro ana“. Untergruppen. URL: <http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/untergruppen.htm> (Abgerufen: 20.2.08 18:31)

das schließen aller Foren hätte. Diese tauchen ohnehin wieder auf<sup>220</sup> und dagegen würde nur ein generelles Verbot von Pro-Ana-Foren helfen. Doch da ganz offensichtlich ein Bedarf für solche Foren besteht und nicht alle Foren was ihre Schädlichkeit betrifft, gleichzusetzen sind<sup>221</sup>, sollte differenziert werden, z.B. anhand der Kriterien von Eichenberg.

### 5.2.3 Pro-Ana: Ziel des Forums

Schlussendlich geht es allen Pro-Anas, egal um was für einen Typ Mitglied oder Forum es sich handelt, darum abzunehmen, möglichst dünn zu sein, dünn zu werden oder dünn zu bleiben. Je nach Pro-Ana-Typ geht es auch darum nicht (mehr) gegen die Krankheit ankämpfen zu müssen, keine Therapie machen zu müssen, nicht gesund werden zu müssen oder bei den anderen Typen darum, sich die Symptome oder auch die gesamte Krankheit selbst, erst anzueignen<sup>222</sup>

Die Motivation so dünn zu sein reicht von Aufmerksamkeit zu bekommen im Sinne von: ich bin krank oder mir geht es (seelisch) schlecht,<sup>223</sup> über Aufmerksamkeit im Sinne von: seht mich an, ich falle auf, ich bin schön, perfekt, zerbrechlich, diszipliniert,...bis hin zu Beliebtheit bei anderen und Eifersucht/Neid, auf einen.<sup>224</sup>

Es gibt aber auch Gründe ein solches Forum zu besuchen oder für die Existenz eines solchen Forums, die durchaus positiv zu bewerten sind. Die Gründe decken sich teilweise mit den Gründen ein Selbsthilfeforum zu besuchen. Auch Pro-Ana-Foren bieten ihren Mitgliedern die Möglichkeit der Isolation zu entkommen die oft mit der Magersucht einhergeht, weil sich die Betroffenen von niemandem verstanden fühlen und sich so immer mehr zurückziehen. In den Foren finden sie Gleichgesinnte, denen es genauso geht wie

---

<sup>220</sup> Vgl.: Rauchfuß, Katja: Abschlussbericht der Recherche zu Pro-Anorexie-Angeboten 2006/2007. In: Jugendschutz.net. Mainz, 2008, S. 2 – 22, S. 18 URL: [http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht\\_pro-ana.pdf](http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht_pro-ana.pdf) (Abgerufen: 27.11.2008 13:52)

<sup>221</sup> Vgl.: Eichenberg, Christiane; Elmar Brähler: „Nothing tastes as ... a. a. O., S. 269-270, S. 269 - 270

<sup>222</sup> Vgl.: featherweight (Maint.): „pro ana“. Untergruppen. URL: <http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/untergruppen.htm> (Abgerufen: 20.2.08 18:31)

<sup>223</sup> Vgl.: featherweight (Maint.): „pro ana“. Untergruppen. URL: <http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/untergruppen.htm> (Abgerufen: 22.2.08 14:23)

<sup>224</sup> Vgl.: featherweight (Maint.): Persönliche Meinungen. Was bedeutet (pro) ANA für dich? URL: <http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/pro-ana.htm> (Abgerufen: 21.2.08 14:20)

ihnen, die sie verstehen und ihre Gedanken, ihre Ängste und Sorgen teilen und nicht verurteilen.<sup>225</sup>

Die Mädchen selbst formulieren es z.B. so: ...“im hungry hearts forum geht es einfach darum, füreinander da zu sein, reden zu können und einen platz für seine probleme und ängste und vor allem natürlich für den alltäglichen kampf mit der esssstörung zu haben.“<sup>226</sup>

Eine andere Pro-Ana formuliert es so: Die Betroffenen sind nicht bereit etwas gegen die Essstörung zu tun, auch nicht wenn man die Foren schließt. Es hilft wenn man verstanden wird, wenn man einen schlechten Tag besprechen und sich über einen guten gemeinsam freuen kann. Die Foren helfen, nicht ganz die Verbindung nach draußen zu verlieren, wenn man nur noch Ana/Mia als Freundin hätte – das wäre schlimm. Man kommt nur heraus wenn man es selbst will und nicht wenn der Kontakt zu Gleichgesinnten verboten wird.<sup>227</sup>

Eine weitere Pro-Ana-Anhängerin plädiert für die Differenzierung zwischen den unterschiedlichen Foren. Sie schreibt, dass sie auf der Suche nach einem geeigneten Forum tatsächlich auf einige Pro-Ana-Foren gestoßen ist, in denen es nur um Paris Hilton, Nicole Richie, Thinspiration, Triggerlines und die besten Ausreden ging, dass sie nun aber in 2 Pro-Ana-Foren schreibt in denen es ganz anders zugeht.<sup>228</sup> „sie können sich wohl nicht vorstellen, dass diese von ihnen so verteufelten foren wirklich wichtig für uns sind...zu wissen, dass wir nicht alleine sind, wenn wir glauben komplett wahnsinnig zu werden, weil der kopf mal wieder keine ruhe gibt.“<sup>229</sup> Sie erklärt, dass es extrem wichtig ist, sich in Zeiten wo es ihnen besonders schlecht geht, mit Gleichgesinnten austauschen zu können. Mit Menschen die sie verstehen und die ihnen nicht ständig erklären wie falsch ihr Verhalten ist bzw. bei denen sie sich nicht überlegen müssen wie sie jeden einzelnen Satz am besten formulieren, um die nicht-kranken Zuhörer nicht zu verstören. Sie betont, dass Pro-Anas friedlich sind, niemanden beleidigen oder diskriminieren und dass sie nur ihre

---

<sup>225</sup> Vgl.: Eichenberg, Christiane; Elmar Brähler: „Nothing tastes as ... a. a. O., S. 269-270, S. 270

<sup>226</sup> endless\_cry (Admin.): Hungry Hearts Forum: Über uns. URL: <http://www.hungryhearts.de/vu/> (Abgerufen: 10.10.08 09:14)

<sup>227</sup> Vgl.: Leserkommentar von Lizz am 11.5.2006 zu: Baeuerlein, Theresa: Lebensgefühl Hunger. In: Neon das Magazin Ausgabe: 3/2006, 1.3.2006 11:51 URL: <http://neon.de/kat/wissen/gesundheits/130442.html> (Abgerufen: 17.10.08 13:11)

<sup>228</sup> Vgl.: Leserkommentar von Lenore am 23.2.2007 zu: Baeuerlein, Theresa: Lebensgefühl Hunger. In: Neon das Magazin Ausgabe: 3/2006, 1.3.2006 17:35 URL: <http://neon.de/kat/wissen/gesundheits/130442.html> (Abgerufen: 17.10.08 13:11)

<sup>229</sup> Leserkommentar von Lenore am 23.2.2007 zu: Baeuerlein, Theresa: Lebensgefühl Hunger. In: Neon das Magazin Ausgabe: 3/2006, 1.3.2006 17:35 URL: <http://neon.de/kat/wissen/gesundheits/130442.html> (Abgerufen: 17.10.08 13:11)

Ruhe haben möchten und die Möglichkeit sich in Krisensituationen an jemanden zu wenden der sie versteht. Was ihrer Meinung nach gegen Selbsthilfeforen spricht, die ja selbiges auch bieten würden, ist, dass dort das verboten ist was sie am meisten beschäftigt.<sup>230</sup>

Doch obwohl die Pro-Foren den Mädchen eine Möglichkeit bieten der Isolation zu entkommen, können sie auch den genau umgekehrten Effekt haben. Die Mädchen verbringen ihre Zeit dann nur noch in den Foren, fühlen sich nur noch dort verstanden, holen sich nur noch dort Rat, ziehen sich immer mehr zurück und kapseln sich schließlich völlig von der Außenwelt ab. Außerdem können sie suchtvorstärkend wirken, weil sich die Mädchen gegenseitig in ihrem Abnehmwillen bestärken und das fördern.<sup>231</sup>

Generell sind Foren als gefährlich einzustufen, in denen beispielsweise Abnehm-Wettbewerbe organisiert werden, BMI-Queens gekürt werden oder in denen das Gewicht der Mitglieder kontrolliert wird, wenn also typische Pro-Ana-Inhalte in drastischer Form vorhanden sind. Ebenso wenn in dem jeweiligen Forum zur strikten Geheimhaltung geraten wird und die Grundhaltung gegenüber der Magersucht verherrlichend ist oder diese zumindest einseitig positiv dargestellt wird.<sup>232</sup>

Doch es gibt eben auch weitaus unbedenklichere Foren, deren Betreiber und Mitglieder sich deutlich von diesem Lifestyle-Gedanken und Wettbewerben aller Art, also dem „Ana-Stuff“, den typischen Pro-Ana-Inhalten distanzieren. Deshalb muss tatsächlich im Einzelfall entschieden werden und zu diesem Entschluss ist auch Jugendschutz.net gekommen.<sup>233</sup>

---

<sup>230</sup> Vgl.: Leserkommentar von Lenore am 23.2.2007 zu: Baeuerlein, Theresa: Lebensgefühl Hunger. In: Neon das Magazin Ausgabe: 3/2006, 1.3.2006 17:35 URL: <http://neon.de/kat/wissen/gesundheits/130442.html> (Abgerufen: 17.10.08 13:11)

<sup>231</sup> Vgl.: Rauchfuß, Katja: Abschlussbericht der Recherche zu Pro-Anorexie-Angeboten 2006/2007. In: Jugendschutz.net. Mainz, 2008, S. 2 – 22, S. 10 - 12 URL: [http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht\\_pro-ana.pdf](http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht_pro-ana.pdf) (Abgerufen: 27.11.2008 13:52)

<sup>232</sup> Vgl.: Rauchfuß, Katja: Abschlussbericht der Recherche zu Pro-Anorexie-Angeboten 2006/2007. In: Jugendschutz.net. Mainz, 2008, S. 2 – 22, S. 15 URL: [http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht\\_pro-ana.pdf](http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht_pro-ana.pdf) (Abgerufen: 27.11.2008 13:52)

<sup>233</sup> Vgl.: Rauchfuß, Katja: Abschlussbericht der Recherche zu Pro-Anorexie-Angeboten 2006/2007. In: Jugendschutz.net. Mainz, 2008, S. 2 – 22, S. 12 und S. 15 - 16 URL: [http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht\\_pro-ana.pdf](http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht_pro-ana.pdf) (Abgerufen: 27.11.2008 13:52)

Welche Handlungsmöglichkeiten sich nun konkret im jeweiligen Fall ergeben, bzw. wie die Situation im Kampf gegen die Magersucht und gegen gefährliche Pro-Anorexie-Angebote aussieht, soll im folgenden Kapitel etwas genauer erläutert werden.

#### **5.2.4 Rechtliche Lage – Kampf gegen Magersucht**

An dieser Stelle sollen zuerst einige wichtige Daten im Kampf gegen die Magersucht und den Schlangheitswahn allgemein beschrieben und anschließend die Lage speziell zu den Pro-Ana-Seiten behandelt werden.

Der Kampf gegen die Magersucht beginnt laut S-O-Ess, der österreichischen Initiative gegen Essstörungen des Wiener Programms für Frauengesundheit, im Jahre 1979, als in England das erste Anti-Diät-Buch von Susie Orwell erscheint. In den darauffolgenden Jahren folgen verschiedenste Veröffentlichungen, die aufzeigen, dass der Druck dünn zu sein immer größer wird und das Selbstwertgefühl bei Mädchen und jungen Frauen dadurch negativ beeinflusst wird.<sup>234</sup>

Im Jahre 2000 zeigt der British Medical Association Report auf, dass die Lücke zwischen der Idealkörpervorstellung und der Realität so groß ist wie nie zuvor. Schließlich folgen verschiedene Initiativen und Kampagnen, die helfen sollen diesem Trend entgegenzuwirken. Im August 2006 stirbt in Uruguay das 22-jährige Model Luisel Ramos an den Folgen von Magersucht. Im September 2006 verbietet die Madrider Modeschau (Pasarela Cibeles) in Spanien Models mit einem Body Mass Index unter 18 den Auftritt bei dem Event. Im Oktober 2006 fordert die US-amerikanische 'Academy of Eating Disorders' dazu auf, untergewichtige Models von den Laufstegen und Modemagazinen zu verbannen und ermutigt die Modeindustrie ein Mindest-Größen-Gewicht-Verhältnis einzuführen. Im November 2006 stirbt das brasilianische Model Ana Carolina Reston auf Grund von Magersucht im Alter von 21. Im Dezember 2006 verfassen Vertreter des Ministeriums für Jugend und Sport, der Modekammer Italien und der Regierung in Rom die nationale Grundsatzerklärung zur Selbstverpflichtung der italienischen Modeindustrie im Kampf gegen die Magersucht. Ebenfalls im Dezember 2006 beginnen brasilianische

---

<sup>234</sup> Vgl.: Wimmer-Puchinger, Beate; Michaela Langer (Hrsg.): Chronologie „Kampf gegen den Schlangheitswahn“. Seit 1979 kämpfen Aktivisten mit verschiedenen Initiativen gegen den Schlangheitswahn. Hier finden Sie wichtige Daten des Kampfes chronologisch aufbereitet. URL: [http://www.s-o-ess.at/inter\\_initiativen/Chronologie\\_d\\_Kampfes\\_g\\_d\\_Schlangheitswahn.html](http://www.s-o-ess.at/inter_initiativen/Chronologie_d_Kampfes_g_d_Schlangheitswahn.html) (Abgerufen: 30.11.2008 15:18)

Modellagenturen medizinische Gutachten von zukünftigen Models zu verlangen und auf einer Modeschau in Milan werden Models mit einem BMI unter 18,5 und Models die jünger als 16 Jahre alt sind vom Laufsteg verbannt. Im Januar 2007 empfiehlt die 'Academy of Eating Disorders' Richtlinien für die Modeindustrie. Diese inkludieren ein Mindestalter für Models von 16 Jahren, die Förderung des Einsatzes von Models in allen Größen bei Modeshows und die Eliminierung der digitalen Fotobearbeitung, um Models auf Fotos dünner aussehen zu lassen. Im Februar 2007 stirbt das brasilianische Model Eliana Ramos mit 18 Jahren auf Grund eines Herzfehlers, der in Zusammenhang mit Magersucht steht. Im selben Monat wird in Österreich die Initiative „S-O-ESS“ vorgestellt deren Ziel der Kampf gegen krank machende Vorbilder und der Einsatz für gesundheitsfördernde Maßnahmen im Kampf gegen Essstörungen ist. Im September 2007 wird in England der Bericht „Fashioning a Healthy Future“ veröffentlicht. Unter anderem sollen Models unter 16 Jahren bei der Londoner Fashion Week nicht auftreten dürfen, medizinische Checks der Models sollen eingeführt werden und eine Studie bezüglich Essstörungen in der Modellszene soll durchgeführt werden. Im November 2007 stirbt in Israel das Model Hila Elmalich an den Komplikationen des selbstzugefügten Hungerns. Im Dezember 2007 starten die deutschen Bundesministerinnen Ulla Schmidt, Dr. Annette Schavan und Ursula von der Leyen starten gemeinsam mit Alice Schwarzer, Herausgeberin der Frauenzeitschrift "Emma", die Initiative "Leben hat Gewicht - gemeinsam gegen den Schlankeitswahn". Als Vorbild gilt die Wiener Initiative „S-O-ESS.“ Im Februar 2008 erhält diese Initiative Unterstützung von IGEDO Company, dem Veranstalter der Düsseldorfer Modemesse Igedo Fashion Fairs. Im April 2008 unterschreiben Vertreter aus Mode, Medien, Werbung sowie aus dem Gesundheitswesen in Paris eine "Charta gegen Magersucht."<sup>235</sup>

Damit setzt sich Frankreich an die Spitze im Kampf gegen die Magersucht. Im April 2008 wird eine Gesetzesvorlage eingereicht, die erstmals in Europa die Anstiftung zur Magersucht und zu extremer Magerkeit unter Strafe stellen soll. Eine Geldbuße bis zu 45.000 Dollar oder 30.000 Euro oder bis zu 2 Jahren Gefängnis drohen denen die andere zu exzessiver Magerkeit anstiften, wenn dadurch sogar eine Todesfolge nachgewiesen werden kann, drohen sogar bis zu 70.000 Dollar, 45.000 Euro und bis zu 3 Jahren Haft. Im

---

<sup>235</sup> Vgl.: Wimmer-Puchinger, Beate; Michaela Langer (Hrsg.): Chronologie „Kampf gegen den Schlankeitswahn“. Seit 1979 kämpfen Aktivisten mit verschiedenen Initiativen gegen den Schlankeitswahn. Hier finden Sie wichtige Daten des Kampfes chronologisch aufbereitet. URL: [http://www.s-o-ess.at/inter\\_initiativen/Chronologie\\_d\\_Kampfes\\_g\\_d\\_Schlankeitswahn.html](http://www.s-o-ess.at/inter_initiativen/Chronologie_d_Kampfes_g_d_Schlankeitswahn.html) (Abgerufen: 30.11.2008 15:18)

Visier sind dabei vor allem Internetseiten die Magersucht verherrlichen, also Pro-Ana-Seiten. Bis jetzt gleicht die Diskussion um das Thema allerdings einer gegenseitigen Schuldzuschreibung. Modelagenturen und Zeitschriften weigern sich die Vorreiterrolle zu übernehmen und Mager-Models von ihren Laufstegen bzw. Bildern zu verbannen und Topdesigner bezweifeln gar, dass es überhaupt einen Zusammenhang zwischen Mode und Essstörungen gibt. Trotzdem wollen sie ein Gesetz, das gegen Magersucht propagierende Internetseiten vorgeht, unterstützen. Das Gesetz erklärt allerdings nicht, wie nachgewiesen werden soll, wer tatsächlich für die Anstiftung zur Magersucht verantwortlich ist.<sup>236</sup>

Das ist auch der Grund warum die Sinnhaftigkeit des Gesetzes ziemlich kontrovers diskutiert wird. Die linke Opposition die sich der Abstimmung enthält, kritisiert, dass das Vorhaben nur auf Bestrafung abzielt und das eigentliche Problem der Magersucht nicht angeht. Die Aktion sei zudem rein plakativ ist und wird gar nichts nützen und tatsächlich zweifeln Experten daran, ob das Gesetz zu Verurteilungen führen wird, da die Anstiftung zur Magersucht wohl wirklich schwer nachzuweisen sein wird. Auf den Pro-Ana-Seiten geben sich die Mädchen, oft Minderjährige, gegenseitig Tipps und notfalls können sie das Ganze auch einfach ins Ausland verlegen.<sup>237</sup>

Der französische Kinder- und Jugend-Psychiater Philippe Jeammet hält die Drohung mit dem Strafgesetz dennoch für nicht übertrieben. Das Gesetz könne eine lange überfällige Debatte eröffnen und diese könne dann auch den Opfern helfen, ähnlich wie bei Geschwindigkeitsübertretungen oder dem Tabakmissbrauch. Und die für den Entwurf verantwortliche Abgeordnete Valérie Boyer begründet das Gesetz damit, dass in Frankreich 30.000 bis 40.000 Menschen magersüchtig sind von denen jeder Zehnte daran sterben wird - deshalb sei ein starkes Signal nötig.<sup>238</sup>

Am 11. Juli 2008 unterzeichnen in Berlin die Bundesgesundheitsministerin Ulla Schmidt und Vertreter des Modeverbands GermanFashion, des Deutschen Mode-Instituts, des Verbands lizenzierter Modellagenturen und des Modemessen-Veranstalters Igedo die Nationale Charta der deutschen Textil- und Modebranche im Rahmen der "Initiative Leben hat Gewicht". Mit dieser Selbstverpflichtung soll die Öffentlichkeit für ein gesundes

<sup>236</sup> Vgl.: Passariello, Christina; Stacy Meichtry: France aims to put anorexia out of fashion. Lawmakers pass bill against incitement of "excessive thinness". In: The Wall Street Journal. 16.4.2008, S. 31

<sup>237</sup> Vgl.: Anstiftung zur Anorexie. Frankreich führt Gesetz gegen Magerwahn ein. In: Spiegel Online. 15.4.2008 URL.: <http://www.spiegel.de/panorama/0,1518,547625,00.html> (Abgerufen: 30.11.2008 15:59)

<sup>238</sup> Vgl.: Verboten.: Anstiftung zur Magersucht. In: Der Tagesspiegel. 15.4.2008 URL: <http://www.tagesspiegel.de/weltspiegel/Magersucht;art1117,2513530> (Abgerufen: 30.11.2008 16:05)



Körperbild sensibilisiert und das oft vermittelte gesundheitsschädigende Körperbild korrigiert und einem extremen Schlankheitsideal entgegengetreten werden. Richtwert für Modenschauen und Fotoshootings soll künftig ein Body-Mass-Index von mindestens 18,5 und ein Mindestalter von 16 Jahren sein. Bundesgesundheitsministerin Ulla Schmidt: "Der heutige Tag setzt ein Zeichen im Kampf gegen gesundheitsschädlichen Schlankheitswahn."<sup>239</sup>

Zusammenfassend lässt sich also sagen, dass Länder in ganz Europa gegen den Schlankheitswahn vorgehen. Auch aufgrund dessen zeigt sich Igedo-Geschäftsführer Frank Hartmann „optimistisch über die anvisierte Mischung aus Druck, Appellen und neuen Vorbildern. Als bei der jüngsten Messe ein Veranstalter auf Magermodels bestand, drohte der Veranstalter Igedo mit Absage. Der Mann lenkte ein. Hartmann: «Es geht.» ... Man setzt auf ein allmähliches umdenken.“<sup>240</sup>

Die erste Maßnahme im Kampf gegen Pro-Ana-Foren, die ja eine sehr viel jüngere Thematik darstellen, wird im Juli 2001 getroffen, als 21 Foren von dem deutschen Anbieter Yahoo!, der zuvor 6 Monate lang mit Briefen von Gesundheitsorganisationen bombardiert wird, vom Netz genommen und gesperrt. Yahoo! hat damit einen Anfang gemacht, dem andere Suchmaschinen daraufhin folgen. Vorerst gibt es Schwierigkeiten die Foren zu schließen, weil sich die Betreiber auf das Recht zur freien Meinungsäußerung berufen, doch mit Verweis auf den Jugendschutz können die Schließungen durchgesetzt werden. Leider nutzt das nicht viel, denn die Foren tauchen schnell an anderer Stelle wieder auf. Die Mitglieder kommunizieren über Mailinglisten bzw. verfügen untereinander über Mailadressen und erfahren so schnell vom neuem Ort und Namen des Forums. Deshalb ist es mit der Schließung nicht getan.<sup>241</sup>

Deshalb ist es wichtig auch andere Methoden im Umgang mit problematischen Pro-Anorexie-Angeboten zu finden bzw. an anderer Stelle anzusetzen. So beschäftigt „die US-amerikanische "National Association of Anorexia Nervosa and Associated Disorders"

<sup>239</sup> Vgl.: Bundesministerium für Gesundheit (BMG) Referat Öffentlichkeitsarbeit (Hrsg.): Leben hat Gewicht. Gemeinsam gegen den Schlankheitswahn. Charta im Rahmen der Initiative „Leben hat Gewicht - gemeinsam gegen Schlankheitswahn“ unterzeichnet. URL: [http://www.leben-hat-gewicht.de/cln\\_117/mn\\_1149620/sid\\_A6DAE3E5423D1CF5C73F34C7D3A9EE2B/nsc\\_true/SharedDocs/Pressemitteilungen/DE/2008/Nationale-Modecharta.html?\\_\\_nnn=true](http://www.leben-hat-gewicht.de/cln_117/mn_1149620/sid_A6DAE3E5423D1CF5C73F34C7D3A9EE2B/nsc_true/SharedDocs/Pressemitteilungen/DE/2008/Nationale-Modecharta.html?__nnn=true) (Abgerufen: 1.12.2008 09:37)

<sup>240</sup> Initiative vor Fashionweek: Für ein paar Gramm mehr am Model. In: Netzeitung.de 11.7.2008 URL: <http://www.netzeitung.de/vermischtes/1085437.html> (Abgerufen: 3.12.2008 08:56)

<sup>241</sup> Vgl.: Gawlik, Wolfgang: Magersucht-Online. Yahoo! entfernt Pro-Anorexie-Seiten. URL: [http://www.magersucht-online.de/dossiers/prosites/prosites\\_closing.htm](http://www.magersucht-online.de/dossiers/prosites/prosites_closing.htm) (Abgerufen: 1.12.2008 12:49)



(ANAD) ... inzwischen einen Vollzeitangestellten damit, diese Seiten zu überwachen und Internet-Provider davon zu überzeugen, sie vom Netz zu nehmen.<sup>242</sup>

Ein weiteres Beispiel dafür ist Jugendschutz.net, diese Organisation nimmt eine wichtige Rolle bei der Einschätzung und Bekämpfung von gefährlichen Pro-Ana-Angeboten im deutschsprachigen Raum ein.

„Jugendschutz.net wird 1997 von den Jugendministern aller Bundesländer gegründet, um jugendschutzrelevante Angebote im Internet (so genannte Telemedien) zu überprüfen und auf die Einhaltung von Jugendschutzbestimmungen zu drängen. Ziel ist ein vergleichbarer Jugendschutz wie in traditionellen Medien.“<sup>243</sup>

Jugendschutz.net verfasst einen Abschlussbericht der Recherche zu Pro-Anorexie-Angeboten. Dazu werden 270 Webseiten, die zwischen 2006 und 2007 gefunden werden, untersucht. Die Untersuchung kommt zustande, weil durch das wachsende Pro-Anorexie-Angebot auch das Problembewusstsein für diese Thematik wächst und sich so die Beschwerden über Pro-Ana-Seiten häufen. Daraufhin untersucht Jugendschutz.net erstmals umfassend entsprechende Angebote. Da Pro-Ana-Seiten ein relativ neues Phänomen darstellen, gibt es keinerlei Erfahrung in der Sichtung und Einordnung. Für die Klassifizierung wird daher ein speziell abgestimmtes Rechercheraster entwickelt. Das Ergebnis zeigt, dass über 80 % der Angebote jugendschutzrelevant sind, weil sie Essstörungen propagieren. (Der Rest ist neutral zu beurteilen.) Daraufhin erprobt Jugendschutz.net verschiedene Vorgehensweisen. In 75 % der Fälle kann eine Abänderung der Angebote im Sinne des Jugendschutzes erreicht werden.<sup>244</sup>

---

<sup>242</sup> Gawlik, Wolfgang: Magersucht-Online. Anas wehren sich gegen die Schließung von Pro-Anorexie-Seiten. URL: [http://www.magersucht-online.de/dossiers/prosites/prosites\\_anorexic\\_gospel.htm](http://www.magersucht-online.de/dossiers/prosites/prosites_anorexic_gospel.htm) (Abgerufen: 3.12.2008 09:11)

<sup>243</sup> Schindler, Friedemann (Verantwortlicher): Jugendschutz.net. Jugendschutz im Internet. URL: [http://www.jugendschutz.net/jugendschutz\\_net/index.html](http://www.jugendschutz.net/jugendschutz_net/index.html) (Abgerufen: 1.12.2008 12:11)

<sup>244</sup> Vgl.: Rauchfuß, Katja: Abschlussbericht der Recherche zu Pro-Anorexie-Angeboten 2006/2007. In: Jugendschutz.net. Mainz, 2008, S. 2 – 22, S. 4 URL: [http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht\\_pro-ana.pdf](http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht_pro-ana.pdf) (Abgerufen: 1.12.2008 12:55)

Name des Forums	obligatorische Angabe
URL des Forums	obligatorische Angabe
Anbieter/Provider/Impressum	Ansprechpartner für spätere Handlungsoptionen, wichtig für die Einschätzung, da auch therapeutische Beratungsstellen Webangebote bieten
Professionalität des Anbieters/der Moderatoren	aktives Mitdiskutieren und Eingreifen von geschulten Fachkräften, Betroffene als Anbieter/Moderatoren
Art der Anmeldung	frei zugänglich, registrierungspflichtig, jugendschutzberücksichtigende Faktoren
Gesamttendenz	Pro-Ana oder Bekämpfung von Magersucht
Regeln	Gibt es spezielle Anorexie/Bulimie betreffende Regeln?
Anas Brief, Mias Brief	ja/nein
Thinspirations, Anti-Thinspiration	ja/nein, wenn ja, wie drastisch sind sie?
Tipps und Tricks	ja/nein, wenn ja, wie drastisch sind sie?
Gebote, Gesetze	ja/nein, wenn ja, wie drastisch sind sie?
Glaubensbekenntnisse, Psalme	ja/nein, wenn ja, wie drastisch sind sie?
Motivationsverträge, Thinline	ja/nein, wenn ja, wie drastisch sind sie?
Wettbewerbe	ja/nein, wenn ja, wie drastisch sind sie?
Ess- bzw. Gewichtstagebuch	ja/nein, wenn ja, wie drastisch sind sie?
Twin-Suche	ja/nein
Gästebuch	ja/nein, wenn ja, mit bestärkenden Kommentaren oder nicht?
Forum	ja/nein, wenn ja, geschlossenes oder offenes Forum?
Weitere Angebote	Informationen, Beratungsangebote, Chat etc.
Threads, thematische Schwerpunkte	Welchen Schwerpunkt nimmt Pro-Ana im Gesamtangebot ein? Welche anderen Themen gibt es?
Anzahl der Aufrufe, Gästebucheinträge, registrierte	Gibt Auskunft über die Bedeutung des Angebotes

Mitglieder	
Alter des Inhalte-Anbieters, Population der Forennutzer	Lassen sich anhand von Steckbriefen, evtl. Mitgliederlisten oder sonstigen Postings Rückschlüsse auf das Alter der User ziehen? Gibt es Hinweise auf einen gewissen Anteil Jugendlicher?
Inhaltliche Recherche	Art der Kommunikation, Reaktion auf Pro-Ana-Inhalte etc.
Auffindbarkeit	Wie leicht sind die Websites und Foren über Suchmaschinen durch bestimmte Begriffe zu finden? Google-Page-Rank, Backlinks
Kurze Beschreibung und Einschätzung	Fazit, Gesamteinschätzung des Rechercheurs
Besondere Bemerkungen	Weitere Auffälligkeiten
Material	unzulässige und problematische Inhalte
mögliche Handlungsoptionen	Beanstandung und Weiterleitung KJM wegen schwerer Jugendgefährdung oder Entwicklungsbeeinträchtigung, Anregung der Indizierung durch die BPjM, Kommunikation mit Host- oder Foren-Provider mit Bezug auf seine Geschäftsbedingungen, Weiterleitung Inhope

Abbildung 6: Rechercheraster von Jugendschutz.net

Jugendschutz.net geht es dabei in erster Linie um die Entwicklung von Handlungsoptionen gegen jugendgefährdende Pro-Ana-Angebote. „Für Pro-Ana-Seiten gelten die Vorgaben der §§ 4 und 5 des Jugendmedienschutzstaatsvertrages (JMStV) für unzulässige, jugendgefährdende oder entwicklungsbeeinträchtigende Angebote. Bisher fehlt es an einer gesicherten Spruchpraxis zur rechtlichen Einordnung solcher Angebote. Insbesondere die Frage wann ein Pro-Ana-Angebot als jugendgefährdend und unzulässig eingestuft werden muss, ist bisher noch nicht geklärt.“<sup>245</sup>

Aus Sicht von Jugendschutz.net ist ein Angebot jugendgefährdend, wenn typische Pro-Ana-Inhalte vorhanden sind und die Magersucht in drastischer Weise verherrlicht wird. Ein solches Beispiel wäre laut Jugendschutz.net, wenn durch Anas Brief fatalistisch zur strikten Befolgung und Abgrenzung aufgerufen wird, wenn Tipps und Tricks absolute Geheimhaltung erfordern, wenn drastische Abnehmtipps gegeben werden, wie z.B. nur jeden zweiten Tag zu essen, oder wenn Gebote und Gesetze lebensbedrohliches Verhalten fordern wie z.B. Dünn sein ist wichtiger als gesund sein, Du bist niemals zu dünn.<sup>246</sup>

Jugendschutz.net betont allerdings auch, dass jedes Angebot immer im konkreten Einzelfall beurteilt werden muss, so kann z.B. das Glaubensbekenntnis fehlen, aber wenn sehr drastische Thinspirations vorhanden sind, gilt es dennoch als gefährlich. Insgesamt ist ausschlaggebend, dass die Seite eine sozialetische Desorientierung hervorrufen könnte. Dazu zählen Angebote deren einziger Inhalt es ist Magersucht als erstrebenswerten Lebensinhalt darzustellen und Erkrankte und Gefährdete in ihrem Vorhaben zu stärken. Wenn die Inhalte nicht ganz so drastisch und eindeutig sind, die Krankheit aber dennoch einseitig als erstrebenswert verbreitet und verharmlost wird, dann wird das Angebot als entwicklungsbeeinträchtigend beurteilt.<sup>247</sup>

Wenn nun bestimmte Angebote als jugendgefährdend (oder entwicklungsbeeinträchtigend) eingeordnet werden, werden diese zunächst von Jugendschutz.net beanstandet. Dann hat der Anbieter des jeweiligen Angebots bzw. der Host-Provider der Website oder des

---

<sup>245</sup> Rauchfuß, Katja: Abschlussbericht der Recherche zu Pro-Anorexie-Angeboten 2006/2007. In: Jugendschutz.net. Mainz, 2008, S. 2 – 22, S. 15 URL: [http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht\\_pro-ana.pdf](http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht_pro-ana.pdf) (Abgerufen: 3.12.2008 08:37)

<sup>246</sup> Vgl.: Rauchfuß, Katja: Abschlussbericht der Recherche zu Pro-Anorexie-Angeboten 2006/2007. In: Jugendschutz.net. Mainz, 2008, S. 2 – 22, S. 15 URL: [http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht\\_pro-ana.pdf](http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht_pro-ana.pdf) (Abgerufen: 1.12.2008 13:43)

<sup>247</sup> Vgl.: Rauchfuß, Katja: Abschlussbericht der Recherche zu Pro-Anorexie-Angeboten 2006/2007. In: Jugendschutz.net. Mainz, 2008, S. 2 – 22, S. 15 URL: [http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht\\_pro-ana.pdf](http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht_pro-ana.pdf) (Abgerufen: 1.12.2008 13:47)

Forums die Möglichkeit entsprechend darauf zu reagieren und unzulässige Inhalte zu entfernen bzw. eine verlässliche Altersprüfung vorzuschalten, bevor ein aufsichtsrechtliches Verfahren beginnt. Sollte dies nicht, oder nicht in ausreichender Form geschehen, wird der Fall der Kommission für Jugendmedienschutz (KJM) zur Entscheidung vorgelegt. Eine weitere Handlungsoption von Jugendschutz.net ist die Indizierung von jugendgefährdenden Inhalten in Deutschland und allen ausländischen Angeboten durch die Bundesprüfstelle für jugendgefährdende Medien (BPjM)<sup>248</sup>. Wird ein Angebot durch die BPjM indiziert, darf dieses Kinder und Jugendlichen in Deutschland nicht zugänglich gemacht, beworben oder verlinkt werden.<sup>249</sup>

In erster Linie setzt Jugendschutz.net aber auf die Kommunikation zu den Providern, weil das in den meisten Fällen bereits zum Erfolg führt, aber auch weil es sich oft um problematische aber schwer zu klassifizierende Inhalte, geschlossene Foren oder ausländische Angebote handelt. Ein weiterer Grund, ist dass Foren, die einfach nur geschlossen werden, an anderer Stelle wieder auftauchen (die Mitglieder haben Kontakt untereinander). In diesen Fällen ist es am sinnvollsten, um dauerhaft etwas zu erreichen, die Verantwortlichen durch überzeugende Argumente und Aufklärungsarbeit über die Brisanz der Angebote dazu zu bringen, Schutzmaßnahmen zu treffen, wie z.B. die Vorschaltung eines Passwortes, wodurch verhindert wird, dass die Inhalte öffentlich einsehbar sind, problematische Inhalte zu entfernen oder das Forum zu schließen. Jugendschutz.net hat dafür eine informative Handreichung für Provider erstellt, die sie für die Thematik sensibilisieren, über jugendschutzrelevante Inhalte aufklären und einen damit verantwortungsvollen Umgang erleichtern soll.<sup>250</sup>

Die Auswirkungen des Einschreitens von Jugendschutz.net sind wohl heute bereits bemerkbar, denn man stößt nun ausschließlich auf passwortgeschützte Seiten und fast immer wird auch ein Mindestalter gefordert. Auch wird den Foren eine Warnung

---

<sup>248</sup> Das Gremium der Bundesprüfstelle hat sich erstmals im April 2008 mit Pro-Ana-Angeboten auseinandergesetzt und bestätigt, dass Seiten die Magersucht befürworten und als Lifestyle propagieren, jugendgefährdend sind. Die Jugendgefährdung wird durch das Gremium damit begründet, dass Kinder und Jugendliche die zu Magersucht tendieren in ihren Einstellungen massiv bestärkt und langfristig stabilisiert werden können.

<sup>249</sup> Vgl.: Rauchfuß, Katja: Abschlussbericht der Recherche zu Pro-Anorexie-Angeboten 2006/2007. In: Jugendschutz.net. Mainz, 2008, S. 2 – 22, S. 16 URL: [http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht\\_pro-ana.pdf](http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht_pro-ana.pdf) (Abgerufen: 1.12.2008 13:51)

<sup>250</sup> Vgl.: Rauchfuß, Katja: Abschlussbericht der Recherche zu Pro-Anorexie-Angeboten 2006/2007. In: Jugendschutz.net. Mainz, 2008, S. 2 – 22, S. 17 - 18 URL: [http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht\\_pro-ana.pdf](http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht_pro-ana.pdf) (Abgerufen: 1.12.2008 13:51)

vorgesaltet, die besagt, dass es sich um ein Pro-Ana-Forum handelt und Personen die damit nichts anfangen können, diese Seite möglichst sofort wieder verlassen sollen.



Abbildung 7: Warnung auf Pro-Ana-Seiten

Allerdings muss die Frage gestellt werden, ob diese Methode wirklich den gewünschten Effekt hat oder ob solche Warnungen nicht noch neugieriger machen.

Insgesamt lässt sich aber sagen, dass es sinnvoll ist, die Foren nicht einfach nur zu schließen, sondern wenn möglich zuerst an anderer Stelle anzusetzen. Wie Jugendschutz.net zeigt, bringt es oftmals mehr mit den Betroffenen zu sprechen und sie über die Problematik und die Gefährlichkeit dieses Gegenstandes zu informieren, um so Einsicht bei den Betreibern und Betroffenen zu erreichen. Außerdem ist es wichtig zwischen den verschiedenen Foren zu differenzieren, denn es gibt den Bedarf, dass sich auch Mädchen, die noch nicht gesund werden wollen über ihre Krankheit und ihre Probleme austauschen können. Und wenn sie dies in gemäßigeren und als unbedenklich einzustufenden Foren tun, dann sollten sie auch die Möglichkeit dazu haben. Hier gilt es allerdings noch das Problem der Überprüfung zu klären. Ein möglicher Ansatz wäre, dass ein geschulter Mitarbeiter z.B. von Jugendschutz.net Zutritt zum Forum erhält um so einen deutlich besseren Einblick in das jeweilige Forum zu gewinnen.

## 6. Untersuchungsgegenstand

Den Untersuchungsgegenstand dieser Arbeit bilden (deutschsprachige) Pro-Ana-Foren. Konkret soll die Gefährlichkeit der Foren eingeschätzt werden. Dazu wird vorerst geklärt was Pro-Ana überhaupt ist, gibt es doch bereits hier sehr unterschiedliche Auffassungen. Nicht nur zwischen Mediziner/Wissenschaftlern/Medien und Betroffenen, sondern auch zwischen den Betroffenen selbst.

Die Einstellungen zu dem Thema reichen von sehr kritischen Beurteilungen der Mediziner und Wissenschaftler, die darin eine gefährliche Idealisierung der Krankheit Magersucht sehen,<sup>251</sup> bis hin zu krankheitsverherrlichenden Ansichten, wie sie von den Lifestyle-Anas (Abspaltung der Pro-Ana-Anhängerinnen) vertreten werden. Die Lifestyle-Anas bestreiten jeglichen Krankheitsaspekt von Pro-Ana und bezeichnen ihr Verhalten als frei gewählte Lebensweise. Doch unter den Betroffenen befinden sich mindestens ebenso viele, die sich ihrer Krankheit sehr wohl bewusst sind, sich damit aber abgefunden haben und nicht (mehr) dagegen ankämpfen wollen oder können.<sup>252</sup>

Schließlich wird auf die Pro-Ana-Foren näher eingegangen, die das Grundelement des Phänomens Pro-Ana bilden. Dazu werden die typischen Foreninhalte beschrieben und deutlich gemacht, wodurch sich Pro-Ana-Foren von Selbsthilfeforen unterscheiden, aber auch, dass es nicht nur typische Pro-Ana-Foren gibt, sondern auch Zwischenformen, sogenannte With-Ana-Foren<sup>253</sup> die man als moderatere Foren bezeichnen kann. Weiters wird beschrieben, welche Mitgliedergruppen es gibt, wodurch sie sich unterscheiden und was ihre jeweilige Motivation ist Pro-Ana zu sein. Diese doch sehr deutlichen Unterschiede zwischen Inhalten und Grundeinstellungen in den jeweiligen Foren geben Anlass zu der Überlegung, dass gewisse Foren durchaus positiver zu bewerten sind, als zu Beginn der Arbeit angenommen.

Um die Gefährlichkeit, aber auch die positiven Aspekte der Foren einschätzen zu können werden folgende Fragen formuliert

---

<sup>251</sup> Vgl.: Haupt, Friederike: Denn dünn bedeutet ... a. a. O. S. 7

<sup>252</sup> Vgl.: featherweight (Maint.): „pro ana“. Untergruppen. URL: <http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/untergruppen.htm> (Abgerufen: 20.2.08 18:27)

<sup>253</sup> Vgl. z.B.: Way of perfection URL: <http://www.wayofperfection.de.vu/> (Abgerufen: 8.10.08 11:10) oder hungry hearts URL: <http://hungryhearts.de.vu> (Abgerufen: 8.10.08 09:37)

## 6.1 Konkrete Fragestellung und Forschungsziel

Die konkrete Fragestellung dieser Untersuchung lautet: Sind Pro-Ana-Foren gefährlich, das bedeutet haben sie eine schädigende Wirkung auf ihre Mitglieder? Oder haben sie ihre Berechtigung weil die Mädchen in den Foren Halt, Zuspruch, Rat und Trost erhalten?

Diese Fragen werden versucht an folgenden Punkten festzumachen:

Sind Pro-Ana-Foren **gefährlich** ...

- ... weil sie die Krankheit der Mädchen noch verfestigen? Oder sogar zur Entstehung dieser beitragen, indem in den Foren Abnehm-Tipps gegeben werden und die Mädchen dazu angestachelt werden weiter abzunehmen.
- ...weil sie suchtvorstärkend sind? Das bedeutet, dass sich die Mädchen gegenseitig in ihrer Essstörung bestärken und einen abgemagerten Körper als etwas Erstrebenswertes darstellen. Das könnte dazu führen, dass sich die Mädchen durch das Forum wünschen dünner zu werden
- ... weil einen aufrechterhaltenden Faktor darstellen? Da Magersucht in den Foren verharmlost wird bzw. gar nicht als Krankheit anerkannt wird.
- ... weil sie sich gegenseitig anstacheln immer mehr abzunehmen ohne Untergrenze was zum Tod führen kann.
- ...weil sie dazu beitragen, dass die Mädchen immer mehr Gewicht verlieren?
- ... weil sich der Gesundheitszustand der Mädchen durch die Foren verschlechtert?
- ... weil sich der Gemütszustand der Mädchen durch die Foren verschlechtert?

Die Fragen sollen teilweise an Dauer und Häufigkeit die im Forum verbracht wird, gemessen werden.

Haben Pro-Ana-Foren ihre **Berechtigung**?

- ...weil die Mädchen in den Foren Halt, Zuspruch, Rat und Trost bekommen?
- ...weil ihnen ohne die Foren den Mädchen etwas Wichtiges bieten? (offene Frage)

Diese Informationen haben nur Gewicht, wenn die Untersuchung zeigen sollte, dass die Gefährlichkeit der Foren nicht bestätigt werden konnte.

Das Ziel der vorliegenden Arbeit besteht darin, das bis jetzt noch relativ wenig untersuchte, aber dafür umso umstrittenere Phänomen „Pro-Ana“ und die damit zusammenhängenden Foren möglichst ausführlich zu beschreiben und so ein umfassendes Bild darüber zu geben, was Pro-Ana bedeutet, wer die Mitglieder sind, wodurch sie sich voneinander unterscheiden und welche unterschiedlichen Beweggründe die einzelnen Mitgliedergruppen haben.

Das Hauptziel der folgenden Untersuchung ist die Einschätzung der Gefährlichkeit von Pro-Ana-Foren. Dazu soll geklärt werden ob die Foren generell als gefährlich zu beurteilen sind und wenn ja, ob tatsächlich in dem Maße wie es in den Medien oft dargestellt wird bzw. inwiefern sie sich genau schädigend auf die Mitglieder auswirken. Also ob sie dazu beitragen, dass die Mädchen immer weiter abnehmen, ob sie einen aufrechterhaltenden Faktor bei der Krankheit Magersucht darstellen oder ob sie sich negativ auf den Gemüts- oder Gesundheitszustand der Mitglieder auswirken.

Neben den Gefahren sollen aber auch die möglichen positiven Seiten der Foren erfasst werden.

Die Interpretation der Ergebnisse der vorliegenden Untersuchung stellt den Versuch dar, etwas Klarheit in das strittige Thema Pro-Ana-Foren zu bringen und einer übertriebenen Panikmache entgegenzuwirken bzw. im umgekehrten Fall eine tatsächlich von den Foren ausgehende Gefahr für deren Mitglieder zu bestätigen, um diesbezüglich einen Anstoß zu geben, weiter an der Bekämpfung schädlicher Angebote zu arbeiten.

Durch die bereits mehrmals erwähnte Untersuchung von Jugendschutz.net, deren Ergebnisse während der Entstehung dieser Arbeit veröffentlicht werden,<sup>254</sup> wird das Forschungsziel der vorliegenden Arbeit allerdings geringfügig erweitert, da die von Jugendschutz.net gewonnenen Erkenntnisse in der vorliegende Arbeit Beachtung finden sollen.

Jugendschutz.net führt ebenfalls eine Untersuchung zum Thema Pro-Ana-Foren und deren Gefährlichkeit durch. Dafür wird ein eigens entwickeltes Rechercheraster erstellt, anhand

---

<sup>254</sup> Vgl.: Rauchfuß, Katja: Abschlussbericht der Recherche zu Pro-Anorexie-Angeboten 2006/2007. In: Jugendschutz.net. Mainz, 2008, S. 2 – 22 URL: [http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht\\_pro-ana.pdf](http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht_pro-ana.pdf) (Abgerufen: 1.12.2008 12:55)



dessen alle aufgefundenen Pro-Anorexie-Angebote einzeln beurteilt werden. Die Beurteilungskriterien beziehen sich darauf, wie Magersucht insgesamt dargestellt wird und darauf ob typische Ana-Elemente vorhanden sind und wenn ja, wie drastisch diese sind, ob z.B. der Ana-Brief vorhanden ist, wie drastisch die Thinspirations sind und wie stark zur Geheimhaltung aufgerufen wird.<sup>255</sup>

Für die vorliegende Untersuchung wird eine deutlich andere Vorgehensweise gewählt. Um die Gefährlichkeit der Foren einzuschätzen werden die Betroffenen direkt befragt. So wird versucht über die Anhaltspunkte Gewicht, Gesundheits- und Gemütszustand und über Fragen zu bestimmten Foreninhalten, z.B. ob Abnehm-Tipps gegeben werden oder ob gewarnt wird zu sehr abzunehmen oder was sie unter Pro-Ana verstehen, herauszufinden wie schädlich die Foren sind.

Jugendschutz.net kommt zu dem Ergebnis, dass ca. 80 % der Inhalte als jugendgefährdend eingestuft werden müssen. Daraufhin werden verschiedene Vorgehensweisen erprobt und in 75 % der Fälle kann eine Abänderung der Angebote im Sinne des Jugendschutzes erreicht werden.<sup>256</sup>

An dieser Stelle ist es interessant herauszufinden, ob die oben genannten Erfolge in der vorliegenden Untersuchung bestätigt werden. Erste Beobachtungen im Laufe der Rechercharbeiten zeigen tatsächlich eine deutliche Trendwende weg von der typischen und als problematisch einzustufenden Grundhaltung der Pro-Ana-Anhängerinnen, hin zu einer gemäßigteren Grundeinstellung. Ein Beispiel hierfür ist, dass sich viele Forenbetreiberinnen mittlerweile als With-Ana bezeichnen und sich davon distanzieren ihre Krankheit zu verherrlichen und als Lifestyle zu propagieren. Allerdings könnten diese Angaben auch nur vorgetäuscht sein, um die Foren nach außen hin harmlos wirken zu lassen und so Probleme mit dem Jugendschutz zu vermeiden. Denn auch Jugendschutz.net bleibt das Innenleben der Foren in vielen Fällen verborgen.

---

<sup>255</sup> Vgl.: Rauchfuß, Katja: Abschlussbericht der Recherche zu Pro-Anorexie-Angeboten 2006/2007. In: Jugendschutz.net. Mainz, 2008, S. 2 – 22, S. 13 - 14 URL: [http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht\\_pro-ana.pdf](http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht_pro-ana.pdf) (Abgerufen: 1.12.2008 12:55)

<sup>256</sup> Vgl.: Rauchfuß, Katja: Abschlussbericht der Recherche zu Pro-Anorexie-Angeboten 2006/2007. In: Jugendschutz.net. Mainz, 2008, S. 2 – 22, S. 4 URL: [http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht\\_pro-ana.pdf](http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht_pro-ana.pdf) (Abgerufen: 1.12.2008 12:55)

Deshalb könnte der Vergleich der Ergebnisse von Jugendschutz.net mit den Ergebnissen der vorliegenden Untersuchung aufschlussreich sein, da diese Untersuchung durch die direkte Befragung der Forenmitglieder auf gewisse Art und Weise einen Blick ins Innere der Foren ermöglicht.

Insgesamt sollen die Ergebnisse dieser Untersuchung unter Einbezug der Ergebnisse von Jugendschutz.net etwas differenzierter betrachtet werden. Das bedeutet, wenn die vorliegende Untersuchung zeigen sollte, dass die Foren relativ ungefährlich sind bzw. deren Gefährlichkeit nicht eindeutig bestätigt werden kann, dann könnte dies als Zeichen dafür gewertet werden, dass die Arbeit von Jugendschutz.net tatsächlich recht erfolgreich ist. Wenn die Untersuchung im umgekehrten Fall zeigen sollte, dass die Foren insgesamt doch als relativ gefährlich einzustufen sind, dann könnte man den Schluss ziehen, dass die Forenbetreiberinnen ihre Foren nur nach außen hin als harmlos erscheinen lassen und Jugendschutz.net noch nicht genug erreicht hat. In diesem Fall sollte der Anstoß gegeben werden, auf andere Schutzmaßnahmen auszuweichen bzw. die Arbeit von Jugendschutz.net durch ebensolche zu erweitern, z.B. indem eine geschulte Person Zugang zu den Foren erhält.

Es darf nicht unerwähnt bleiben, dass mit der vorliegenden Untersuchung in keiner Weise Anspruch auf Repräsentativität erhoben wird. Auch ein gültiger Vergleich zwischen den Ergebnissen von Jugendschutz.net und denen der vorliegenden Untersuchung ist aufgrund dessen und aufgrund der unterschiedlichen Erhebungsmethoden und Instrumente nicht möglich. Dennoch soll durch die vorliegende Untersuchung zumindest eine Tendenz der Grundeinstellung in Pro-Ana-Foren erkennbar werden und es sollen Wahrscheinlichkeitsaussagen über die Gefährlichkeit bestimmter Foreninhalte getroffen werden.

## **6.2 Forschungsfragen und Hypothesen**

**FF1: Sind Pro-Ana-Foren gefährlich, weil sie sich schädlich auf ihre Mitglieder auswirken?**

**H1.1: Wenn eine Person Pro-Ana-Foren besucht, erhält sie Abnehm-Tipps.**

**H1.2: Wenn eine Person Pro-Ana-Foren besucht, wird sie dadurch angestachelt weiter abzunehmen**

**H1.3: Wenn eine Person ein Pro-Ana-Forum besucht, sinken ihre Gewichtsziele.**

**H1.4: In Pro-Ana-Foren gibt es keine Grenze bei der davon abgeraten wird weiter abzunehmen.**

**H1.5: Je länger eine Person Mitglied in einem Pro-Ana-Forum ist, desto niedriger wird ihr Gewicht.**

**H1.6: Je länger eine Person Mitglied in einem Pro-Ana-Forum ist, desto schlechter ist der Gesundheitszustand der Person.**

**H1.7: Forenbesuche wirken sich negativ auf den Gemütszustand der Forennutzer aus.**

**FF2: Gehören Pro-Ana-Foren verboten?**

**FF3: Ist die Existenz von Pro-Ana-Foren berechtigt, weil die Foren (vernachlässigbar gefährlich sind und) positive Auswirkungen auf ihre Mitglieder haben?**

**H3.1: Pro-Ana-Forenbesuche wirken sich positiv auf den Gemütszustand der Forennutzer aus.**

**H3.2: Wenn eine Person ein Pro-Ana-Forum besucht, erhält sie Zuspruch und Trost**

**H3.3: Pro-Ana-Forenbesuche helfen gegen ein Gefühl der Einsamkeit**

**H3.4: In Pro-Ana-Foren beraten sich die Forennutzer gegenseitig bei Alltagsfragen oder –problemen.**

## 7. Methode

### 7.1 Die Methode der Befragung

„Befragung bedeutet Kommunikation zwischen zwei oder mehreren Personen. Durch verbale Stimuli (Fragen) werden verbale Reaktionen (Antworten) hervorgerufen: ... Die Antworten beziehen sich auf erlebte und erinnerte soziale Ereignisse, stellen Meinungen und Bewertungen dar.“<sup>257</sup>

Atteslander beschreibt, dass nichts näher liegt als gewünschte Informationen durch die Befragung der Personen zu bekommen, um die es geht. Wie beispielsweise die Frage danach, wie bestimmte Produkte beim Käufer ankommen. Und tatsächlich sieht er in repräsentativen Umfragen auch das rationellste Mittel um einigermaßen verlässliche Informationen zu erhalten.<sup>258</sup>

Dennoch hat diese Methode auch deutliche Nachteile, Umfrageergebnisse können überschätzt werden und häufig kommt es zu Fehldeutungen weil Umfragedaten unkritisch oder verkürzt wiedergegeben werden und schließlich wird selbst die Durchführung von Befragungen immer schwieriger und stößt nicht in wenigen Fällen auf Ablehnung.<sup>259</sup>

Doch trotz aller Kritik ist Diekmann der Meinung dass die Methode der Befragung „zur Erhebung sozial- und wirtschaftsstatistischer Daten, bei allgemeinen Bevölkerungserhebungen und zur Erforschung von Einstellungen und Meinungen“<sup>260</sup> unverzichtbar ist.

Auf jeden Fall stellt die Befragung die in der Sozialforschung am häufigsten gewählte Erhebungsmethode dar.<sup>261</sup>

---

<sup>257</sup> Atteslander, Peter: Methoden der empirischen Sozialforschung. Erich Schmidt, Berlin, 2008, Aufl. 12, S. 101

<sup>258</sup> Vgl.: Atteslander, Peter: Methoden der empirischen ... a. a. O. S. 101

<sup>259</sup> Vgl.: Atteslander, Peter: Methoden der empirischen ... a. a. O. S. 102

<sup>260</sup> Diekmann, Andreas: Empirische Sozialforschung. Grundlagen, Methoden, Anwendungen. Rowohlt Taschenbuch, Hamburg, 2007, Aufl. 18, S. 434

<sup>261</sup> Vgl.: Diekmann, Andreas: Empirische Sozialforschung. Grundlagen ... a. a. O. S. 437

Prinzipiell kann in 3 Typen von Befragungen unterteilt werden:

1. „das persönliche „Face-to-Face“-Interview,
2. das telefonische Interview,
3. die schriftliche Befragung.“<sup>262</sup>

Laut Diekmann war in der Vergangenheit das persönliche Interview die am weitesten verbreitete Befragungsmethode, während heute in Ländern mit hoher Netzdichte, also in westlichen Ländern wo über 90 % der Haushalte über einen Telefonanschluss verfügen, das Telefoninterview das persönliche Interview bereits ablöst. Doch auch die schriftliche Befragung hat eine Art Comeback – obwohl natürlich nicht in dem Maße wie telefonische oder persönliche Befragung – seit nachgewiesen wurde, dass mit geeigneten Maßnahmen die Rücklaufquote auf ein ähnliches Niveau gebracht werden kann, wie bei den anderen beiden Methoden.<sup>263</sup>

Befragungen können weiter nach dem Grad der Strukturierung oder Standardisierung unterschieden werden. Die Bandbreite reicht dabei von «vollständig strukturiert» bis zu «unstrukturiert, offen». Bei einer vollständig strukturierten Befragung werden alle Fragen mit vorgegebenen Antwortkategorien in festgelegter Reihenfolge gestellt. Bei offenen Verfahren werden nur minimale Vorgaben benötigt, im Extremfall nur die Vorgabe des Themas der Befragung, während sich alles andere aus dem Gesprächsverlauf ergibt.<sup>264</sup>

Scholl dazu weiter: „Standardisierte Verfahren streben in erster Linie den Vergleich zwischen den Untersuchungsobjekten an. Um die Vergleichbarkeit herzustellen, vereinheitlichen (und «objektivieren») sie anhand eines ausführlichen Regelwerks.“<sup>265</sup>

Das bedeutet, dass der Fragebogen, also das Instrument, vereinheitlicht wird indem jedem Befragten die exakt gleichen Fragen mit den selben Antwortmöglichkeiten, in der gleichen Reihenfolge gestellt werden, wie es soeben auch von Diekmann schon beschrieben. Weiters wird die Forschungssituation möglichst vereinheitlicht, indem die Interviewer trainiert werden sich den Befragten gegenüber einheitlich zu verhalten und schließlich wird

---

<sup>262</sup> Diekmann, Andreas: Empirische Sozialforschung. Grundlagen ... a. a. O. S. 437

<sup>263</sup> Vgl.: Diekmann, Andreas: Empirische Sozialforschung. Grundlagen ... a. a. O. S. 437

<sup>264</sup> Vgl.: Diekmann, Andreas: Empirische Sozialforschung. Grundlagen ... a. a. O. S. 437

<sup>265</sup> Scholl, Armin: Die Befragung. Sozialwissenschaftliche Methode und kommunikationswissenschaftliche Anwendung. UKV, Konstanz, 2003, S. 26

die Auswahl der Forschungsgegenstände objektiviert indem die Stichprobenziehung vom Interviewer unabhängig durch Zufall oder Quotenvorgabe erfolgt.<sup>266</sup>

„Das Auswertungsziel standardisierter Verfahren besteht darin, über Häufigkeitsverteilungen bestimmte Phänomene, wie etwa das Meinungsklima zu einer öffentlichen Kontroverse, zu beschreiben oder über Häufigkeitsvergleiche Hypothesen zu überprüfen, die als Zusammenhang von mindestens zwei Variablen formuliert werden.“<sup>267</sup>

Außerdem sollen standardisierte Verfahren die Ansprüche Objektivität, Reliabilität und Validität in möglichst hohem Maße erfüllen. Im Idealfall sollten in standardisierten Befragungen die Antwortreaktionen und letztlich auch die Daten unabhängig davon ausfallen wer befragt und wer auswertet. Das Ideal der Objektivität wird zwar in der Praxis oft nicht erreicht, durch standardisierte Verfahren soll aber ein möglichst hoher Wert der Objektivität, die ja die Voraussetzung für Reliabilität und Validität darstellt, angestrebt werden.<sup>268</sup>

Die Standardisierung hat aber auch Nachteile, denn man erhält nur Antworten innerhalb des vorgegebenen Spektrums, das bedeutet, dass möglicherweise sehr interessante Informationen durch einen standardisierten Fragebogen nicht erfasst werden. Doch es gibt auch Kompromisse zwischen völlig strukturiert und unstrukturiert, häufig verwendet man deshalb Mischformen die teilweise strukturiert sind. So können strukturierte Fragebögen zusätzlich mit einigen offenen Fragen ergänzt werden, oder umgekehrt als Zusatz zu einem narrativen Interview kann ein standardisierter Fragebogen vorgelegt werden in dem z.B. die soziodemographischen Daten erfasst werden.<sup>269</sup>

„Offene Verfahren sind weniger stark regelgeleitet und streben in erster Linie ein tieferes Verstehen und Verständnis vom Forschungsgegenstand an. Um dieses Ziel zu erreichen, individualisieren (und «subjektivieren») die Forscher.“<sup>270</sup>

In diesem Fall wird der Fragebogen weit offener gestaltet und der Interviewer kann je nach Antwort des Befragten flexibel nachfragen, auch die gesamte Interviewsituation wird

---

<sup>266</sup> Vgl.: Scholl, Armin: Die Befragung. Sozialwissenschaftliche ... a. a. O. S. 26

<sup>267</sup> Scholl, Armin: Die Befragung. Sozialwissenschaftliche ... a. a. O. S. 26

<sup>268</sup> Vgl.: Diekmann, Andreas: Empirische Sozialforschung. Grundlagen ... a. a. O. S. 437 - 438

<sup>269</sup> Vgl.: Diekmann, Andreas: Empirische Sozialforschung. Grundlagen ... a. a. O. S. 438

<sup>270</sup> Scholl, Armin: Die Befragung. Sozialwissenschaftliche ... a. a. O. S. 27

offener gestaltet. So sind zwar bestimmte Vorstellungen und Ziele des Interviewers vorhanden, aber er hört vor allem zu, er nimmt Hinweise des Befragten auf und seine Fragen ergeben sich aus den Aussagen des Befragten.<sup>271</sup> Und schließlich wird die Auswahl der Befragten im Gegensatz zu standardisierten Verfahren, bewusst getroffen.<sup>272</sup>

Das nicht-standardisierte Verfahren „wird angewendet, wenn Häufigkeitsverteilungen und Vergleichbarkeit der Antworten nicht Untersuchungsziel oder nicht möglich sind“<sup>273</sup>

Offene Verfahren sollen die Gütekriterien Transparenz, Konsistenz (entspricht der Reliabilität in der standardisierten Forschung), Kohärenz und Kommunikabilität (korrespondiert mit Validität bei standardisierten Befragungen) erfüllen.<sup>274</sup>

Für die vorliegende Untersuchung wird die schriftliche Befragung, in Form einer Online-Befragung gewählt.

Eine erste Übersicht über Online-Befragungen verfassen Manuela Pötschke und Julia Simonson im Jahre 2001. Sie beschreiben Online-Befragungen als Erhebungen bei denen die Befragten online auf einem Server abgelegte Fragebögen im Internet ausfüllen und per E-Mail zurückschicken. Sie beschreiben auch, dass es sich dabei um keine neue Methode, sondern nur um eine neuartige Technik der Übertragung und dessen sofortige Rücksendung handelt. Die Vorteile von Online-Befragungen sind die geringen Erhebungskosten und dass die Dateneingabe durch direktes einlesen in eine Datenbank entfällt, was eine schnelle Verfügbarkeit der Daten zur Folge hat. Das größte Potential sieht Atteslander aber in der Möglichkeit Audio- und Videosequenzen einzufügen und dadurch eventuell die Motivation der Beantwortung zu erhöhen und komplexe Zusammenhänge besser verständlich zu machen.<sup>275</sup>

---

<sup>271</sup> Vgl.: Atteslander, Peter: Methoden der empirischen ... a. a. O. S. 124

<sup>272</sup> Vgl.: Scholl, Armin: Die Befragung. Sozialwissenschaftliche ... a. a. O. S. 28

<sup>273</sup> Atteslander, Peter: Methoden der empirischen ... a. a. O. S. 135

<sup>274</sup> Vgl.: Scholl, Armin: Die Befragung. Sozialwissenschaftliche ... a. a. O. S. 28 - 29

<sup>275</sup> Vgl.: Atteslander, Peter: Methoden der empirischen ... a. a. O. S. 156



Batinic und Bosnjak haben die Vorteile von Online-Befragungen wie folgt beschrieben:

**Asynchronität:** das bedeutet, die Befragung kann zeitunabhängig stattfinden und der Befragte kann den Fragebogen zu einer für ihn günstigen Zeit und in einer für ihn passenden Situation ausfüllen.

**Alokalität:** Die Befragten können sich im Prinzip überall auf der Welt verstreut befinden, die Befragung ist somit ortsungebunden.

**Automatisierbarkeit:** Es kommt zu keinen Medienbrüchen und dadurch verschwindet die mögliche zusätzliche „menschliche Fehlerquelle“ bei der Dateneingabe

**Dokumentierbarkeit:** Durch dieses medieninhärente Merkmal wird die durchgängige Dokumentation der Antwort- und Untersuchungsprozessdaten ermöglicht. So kann z.B. festgestellt werden wie schnell einzelne Fragen beantwortet wurden und auf diese Weise kann man erkennen ob die Fragen beispielsweise gar nicht gelesen wurden, weil die Antwort dafür viel zu schnell kam. Derlei Erkenntnisse könnten für folgende Untersuchungen von großem Interesse sein.

**Flexibilität oder Multimedialität:** Schrift-, Ton-, Bild- oder Filmelemente können ohne größeren Aufwand integriert werden, wenn darauf geachtet wird dass dadurch nicht zu hohe Programmanforderungen entstehen, oder gar zuerst eine Software installiert werden muss um die Befragung durchführen zu können. Es ist auch drauf achten, dass kein zu hohen Ladezeiten entstehen. Flexibilität meint aber auch die Möglichkeit Filterfragen in die Befragung einzubauen durch die der jeweilige Befragte nur die Fragen sieht, die für ihn auch von Bedeutung sind.

**Objektivität der Durchführung und Auswertung:** Die Objektivität stellt einen bedeutenden Vorteil von Online-Befragungen dar, denn da eine direkte Interaktion zwischen Befragter und Befragtem vermieden wird, kommt es weniger zu daraus resultierenden Verzerrungen. Probleme wie sozial erwünschten Antworten bei heiklen Themen können somit reduziert werden.

Ökonomie: mögliche Kostenersparnis bei der Erstellung, Lagerung und Versendung der Fragebögen und Zeitersparnis durch den Wegfall der Eingabe der Daten.<sup>276</sup>

Ein weiterer wesentlicher Vorteil, den Hollaus nennt, ist, dass mit Online-Befragungen bestimmte Personen erreicht werden können, die sonst nicht dazu bereit sein würden.<sup>277</sup>

Doch die Online-Befragung hat auch deutliche Nachteile. Ein Punkt der immer wieder stark kritisiert wird ist, dass nur Leute erfasst werden können die elektronisch erreichbar sind und Erfahrung im Umgang mit dem Medium haben.<sup>278</sup>

Ein weiterer gravierender Nachteil ist, dass es nicht möglich ist Repräsentativität zu erreichen, weil es keine klar definierte Grundgesamtheit der Internetnutzer gibt und diese sich ohnehin in wesentlichen Merkmalen von der Gesamtbevölkerung unterscheidet. So können keine Aussagen über die Allgemeinbevölkerung getroffen werden. Ein weiteres Problem ist die korrekte Stichprobenziehung, die Befragten stellen keine Zufallsstichprobe dar, weil bei offenen WWW-Befragungen die Teilnehmer durch Selbstauswahl entstehen.<sup>279</sup>

Problematisch ist weiter, dass die Beantwortungssituation nicht kontrolliert werden kann, das heißt es ist nicht klar wie viele Personen sich tatsächlich an der Beantwortung eines Fragebogens beteiligen. Weitere Nachteile die Hollaus nennt sind die eingeschränkte Möglichkeit die Bildschirmdarstellung zu kontrollieren, da hier übergreifende technische Normen fehlen. So kann der Interviewer nicht sicher sein, wie sich die Befragung hinsichtlich Aufbau, Struktur und graphischer Darstellung dem Befragten darstellt. Speziell wenn z.B. Markenlogos auf ihre Wirkung untersucht werden sollen, kann sich die teilweise sehr unterschiedliche farbliche Darstellung als problematisch erweisen.<sup>280</sup>

---

<sup>276</sup> Vgl.: Batinic, Bernad.; Michael Bosnjak: Fragebogenuntersuchungen im Internet . In: Batinic, Bernad (Hrsg.): Internet für Psychologen, Hogrefe, Göttingen, 2000, Aufl. 2, S. 287 – 317, S. 311 – 312 und Hollaus, Martin: Der Einsatz von Online-Befragungen in der empirischen Sozialforschung. Shaker, Aachen, 2007, S. 33 - 37

<sup>277</sup> Vgl.: Hollaus, Martin: Der Einsatz von Online-Befragungen ... a. a. O. S. 43

<sup>278</sup> Vgl.: Atteslander, Peter: Methoden der empirischen ... a. a. O. S. 156

<sup>279</sup> Vgl.: Diekmann, Andreas: Empirische Sozialforschung. Grundlagen ... a. a. O. S. 521

<sup>280</sup> Vgl.: Hollaus, Martin: Der Einsatz von Online-Befragungen ... a. a. O. S. 43

## 7.2 Der Fragenkatalog

Herzlich willkommen bei meiner Befragung.

Bitte klicken Sie auf „weiter“, um die Befragung zu starten!

1. Wie alt bist du?

Bitte gib dein Alter in Jahren an.

2. Welches Geschlecht hast du?

männlich       weiblich

3. Was bedeutet Pro-Ana von diesen Auswahlmöglichkeiten am ehesten für dich?

- Diät
- Lebenseinstellung
- Religion
- Magersucht / Krankheit
- Freundin
- Weg mit der Krankheit umzugehen

Sonstiges:

4. Wie lange besuchst du Pro-Ana-Foren bereits?

Bitte gib die ungefähre Zeit seit deinem ersten Besuch eines Pro-Ana-Forums an und schreibe dazu ob es sich um Tage, Monate oder Jahre handelt.

5. Wie oft besuchst du Pro-Ana-Foren durchschnittlich?

- mehrmals täglich
- täglich
- mehrmals pro Woche
- wöchentlich
- mehrmals pro Monat
- monatlich
- mehrmals pro Jahr

6. Kommt es vor, dass du dich durch Forumsbesuche aufgebaut oder getröstet fühlst?

- immer
- oft
- selten
- nie

7. Kommt es vor, dass du durch das Forum das Gefühl hast nicht alleine zu sein?

- immer
- oft
- selten
- nie

8. Kommt es vor, dass dich andere ForumsnutzerInnen bei Alltagsfragen oder –problemen beraten?

- immer
- oft
- selten
- nie

9. Haben Forumsbesuche Einfluss auf deine Laune?

Meine Laune wird durch Forumsbesuche:

- deutlich verbessert
- verbessert
- nicht beeinflusst
- verschlechtert
- deutlich verschlechtert

10. Was würde dir abgehen wenn du keinerlei Möglichkeit mehr hättest auf irgendein Pro-Ana-Forum zuzugreifen?

11. Kommt es vor, dass du durch Forumsbesuche „getriggert“ wirst, das heißt dass du durch Forumsbesuche angestachelt wirst z.B. weiter abzunehmen?

- immer
- oft
- selten
- nie

12. Werden im Forum Tipps gegeben um abzunehmen?

- ja
- ab und zu
- nein

13. Wenn ja, nutzt du diese?

- ja
- ab und zu
- nein

14. Hat sich dein Wunschgewicht durch Pro-Ana-Foren geändert?

Mein Wunschgewicht ist seit ich Pro-Ana-Foren besuche:

- gestiegen
- gleich geblieben
- gesunken

15. Hat sich dein tatsächliches Gewicht durch Pro-Ana-Foren geändert?

Mein Gewicht ist seit ich Pro-Ana-Foren besuche:

- gestiegen
- gleich geblieben

gesunken

16. Wie hoch war dein Gewicht vor deinem ersten Pro-Ana-Forumsbesuch?

Bitte gib dein damaliges Gewicht in Kilogramm an, oder deinen BMI, oder beides. Wenn du es nicht genau weißt, schätze es bitte.

kg

BMI

17. Wie hoch ist dein Gewicht jetzt?

kg

BMI

18. Warnen andere Forumsmitglieder davor zu sehr abzunehmen? Also gibt es eine Grenze bei der abgeraten wird weiter abzunehmen?

ja

nein

19. Würdest du sagen, dass sich dein Gesundheitszustand seit du das Forum besucht verändert hat?

Mein Gesundheitszustand hat sich:

deutlich verbessert

verbessert

nicht verändert

verschlechtert

deutlich verschlechtert

weiß nicht

Vielen Dank für ihre Teilnahme!

Um zum Fragebogen zurückzukehren, klicken Sie bitte auf „zurück“.

Um die Befragung endgültig abzuschließen, klicken Sie bitte auf „Abschließen, Antworten speichern“.

Ihre Antworten werden dann in der Datenbank gespeichert.

### 7.3 Die Erhebung

Für die vorliegende Untersuchung wird, wie bereits erwähnt, die Online-Befragung als passende Methode gewählt. Auch die Inhaltsanalyse wäre als geeignete Methode in Frage gekommen, durch eine Analyse der Beiträge in diversen Pro-Ana-Foren hätte man sicher sehr interessante und aussagekräftige Erkenntnisse erhalten. Doch diese Methode muss

leider von vornherein verworfen werden, da die Foren ja wie schon mehrmals beschrieben, für Nicht-Betroffene nicht einsehbar sind und deshalb eine Untersuchung der Foreninhalte und der tatsächlichen Beiträge nicht möglich ist. Die Wahl fällt deshalb auf die Methode der Befragung, weil schnell klar wird, dass der Untersuchungsgegenstand durch die direkte Befragung der betroffenen Personen am ehesten beleuchtet wird.

Dass die Wahl weiters auf eine Sonderform der Befragung, die Online-Befragung fällt, liegt ebenfalls auf der Hand. Da der Untersuchungsgegenstand Pro-Ana-Foren und deren Mitglieder sind, wird schnell klar, dass diese am besten übers Internet erreicht werden. Probleme wie die Gefahr, dass die Befragten im Umgang mit dem Medium nicht sicher sind, fallen bei Pro-Ana-Mitgliedern, die sich ja häufig in diversen Foren aufhalten und deshalb mit dem Internet vertraut sind, weg. Auch das Problem einer geeigneten Stichprobe stellt sich in diesem Fall nicht, da der Link zur Befragung ausschließlich in Pro-Ana-Foren gepostet wird und so sichergestellt ist, dass die richtigen Personen angesprochen werden.

Eine repräsentative bzw. Zufallsstichprobe kann allerdings nicht gezogen werden, da es keine definierte Grundgesamtheit der Pro-Ana-Mitglieder gibt. Außerdem ist die Befragung, wenn auch nur innerhalb der Zielpopulation, selbstselektiv. Da dies aber für diese Untersuchung die am besten geeignete Möglichkeit darstellt und immerhin nur Personen aus der Zielgruppe angesprochen werden, kann dieses Problem vernachlässigt werden, denn ein Anspruch auf Repräsentativität besteht in dieser Arbeit, wie schon erwähnt, definitiv nicht. Das Ziel sind vielmehr, wie ebenfalls schon beschrieben, Wahrscheinlichkeitsaussagen über bestimmte Zusammenhänge zwischen gewissen Foreninhalten oder -elementen und deren Gefährlichkeit und eine Tendaussage über die Gesamtsituation und Grundstimmung in den Foren, die auch aus dieser Menge und Zusammensetzung der Befragten hervorgeht.

Die Entscheidung für eine WWW-Befragung und gegen eine E-Mail-Befragung fällt aufgrund von möglichen Hemmungen auf Seite der Befragten. Einerseits weil die Befragung dadurch nicht mehr anonym ist, weil man die jeweilige E-Mail-Adresse dem jeweiligen Fragebogen zuordnen kann und andererseits weil es sich um ein ziemlich heikles Thema handelt – die Pro-Anas wollen nicht, dass jemand weiß, dass sie Pro-Ana sind und auch die gestellten Gewichtsfragen sind sehr persönlich.

Bei dieser Methode ist die Gefahr groß, dass gewisse Antworten zu Gunsten der Foren gegeben werden, weil die Befragten diese schützen möchten. Um dieser Gefahr entgegenzuwirken und auch um das Thema möglichst neutral und von verschiedenen Seiten zu beleuchten, werden auch Fragen gestellt, die die möglichen positiven Aspekte der Foren deutlich machen. Durch eine offene Frage sollten die Befragten die Möglichkeit bekommen in eigenen Worten zu beschreiben, was ihnen fehlen würde, wenn sie keinerlei Zutritt mehr zu einem Pro-Ana-Forum hätten. So soll den Befragten der Eindruck genommen werden, dass die Befragung nur darauf abziele die Foren zu verteufeln. Auf diese Weise erhoffe ich, möglichst ehrliche Antworten zu bekommen. Zusätzlich wird auch ein Appell an die Befragten gerichtet, indem zur Ehrlichkeit aufgerufen wird.

Die Online-Befragung wird im Rahmen von Befrager.de erstellt. Diese Plattform bietet die Möglichkeit kostenlos und ohne jegliche Programmierkenntnisse einen individuellen Fragebogen zu erstellen. Nachdem der Fragebogen fertig gestaltet ist, wird der Link freigeschaltet und die Befragung kann beginnen. Vorerst wird ein kleiner Pre-Test durchgeführt. Dazu werden Freunde und Bekannte gebeten den Fragebogen über den angegebenen Link zu öffnen und auszufüllen. Damit soll die Verständlichkeit und das Funktionieren der Befragung sichergestellt werden. Nachdem keine Fragen oder Probleme auftauchen, kann die eigentliche Befragung gestartet werden. Dazu wird in diversen Foren der Link zur Befragung gepostet, samt einer kurzen Erklärung worum es sich handelt, von wem und wofür die Untersuchung durchgeführt wird, wohin sie sich bei Fragen oder Problemen wenden können und mit der Bitte den Fragebogen möglichst vollständig und ehrlich zu beantworten. Die Foren, in denen der Link gepostet wird, werden danach ausgewählt ob sie einen öffentlichen oder einen Gästebereich haben, der es erst erlaubt, den Link samt Beschreibung zu posten. Die Befragung findet zwischen 11. 1. 2008 und 7. 12. 2008 statt. Insgesamt schließen 126 Personen die Befragung ab. Rückfragen oder Beanstandungen gibt es nicht.

## 8. Auswertung

### 8.1 Interpretation der Ergebnisse

#### 8.1.1 Alter

Insgesamt nehmen 126 Personen an der Befragung teil. Die jüngste Befragte ist 14 Jahre alt und weiblich. Die beiden ältesten Befragten sind 45 Jahre alt und ebenfalls weiblich. Das durchschnittliche Alter beträgt 21,5 Jahre. (Bei einer Person ist das Alter unbekannt.)

#### 8.1.2 Geschlecht

Von den 126 befragten Personen sind 119 Personen weiblich, das entspricht etwa 96 %, und nur 4 Personen, also etwa 3,3 %, sind männlich. 3 Personen nennen ihr Geschlecht nicht.

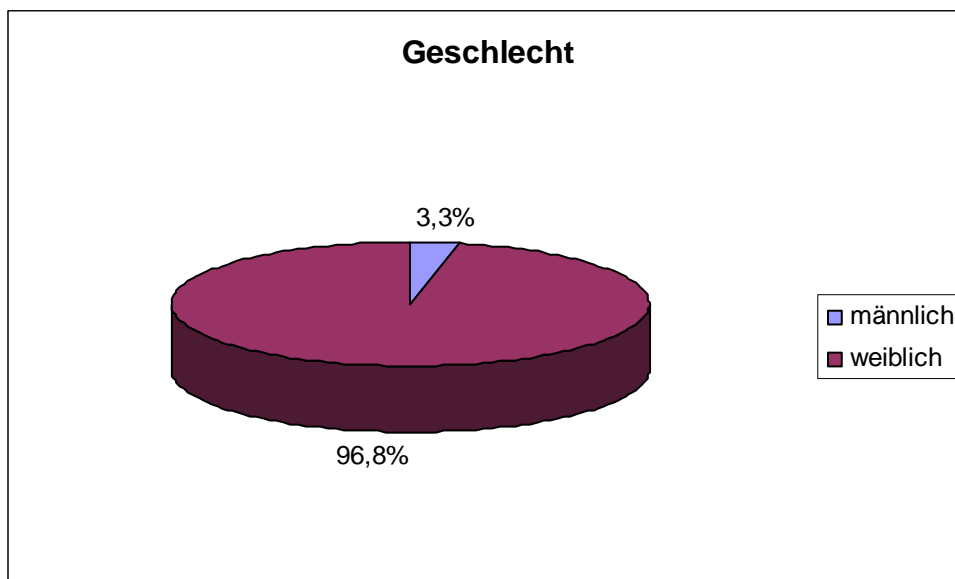


Abbildung 8: Verteilung nach Geschlecht

Der sehr hohe Prozentsatz an weiblichen Befragungsteilnehmern ist nicht überraschend und bestätigt die Information, dass deutlich mehr Frauen an Magersucht leiden, als Männer und dementsprechend auch deutlich mehr Frauen Mitglieder in Pro-Ana-Foren sind.



### 8.1.3 Bedeutungen von Pro-Ana

Knapp die Hälfte der Befragten (46,8 %) gibt an, dass Pro-Ana für sie am ehesten bedeutet, einen Weg zu finden mit ihrer Krankheit umzugehen. Und weitere 27,4 % geben an, dass Pro-Ana für sie Magersucht bzw. Krankheit bedeutet. Für immerhin 16,1 % scheint Pro-Ana dagegen eine Lebenseinstellung zu sein. 4 % der Befragten wählen die Kategorie „Sonstiges“ und nutzen die Möglichkeit die Frage in eigenen Worten zu beantworten. Interessant erscheint dabei, dass auch die Teilnehmer die Sonstiges angeben, Pro-Ana als Krankheit bezeichnen, wie folgende Aussagen zeigen: „ein Leben mit der Magersucht (Krankheit)“; „es ist ein weg einmal mit der krankheit umzugehen...und auch für mich ein weg überhaupt mit mir umzugehen“; „Ich weiß das ich krank bin! Ich weiß, dass Magersucht eine schwerwiegende Krankheit ist. Pro Ana ist für mich, dass ich meine Krankheit akzeptiere und in den Jahren gelernt habe mit ihr umzugehen.“; „einerseits sind es Anorektiker, welche nicht ohne ihre Es leben wollen/können. Zugleich gibt es viele Pro Anas, welche gerne magersüchtig wären und daher versuchen es in Foren zuu werden.“

Nur aus der Aussage eines Befragten aus dieser Kategorie, geht nicht eindeutig hervor, ob er Pro-Ana als Krankheit sieht, seine Antwort lautet: „Mit meinen Problemen klarzukommen“.

3,2 % der Befragten sehen in Pro-Ana eine Freundin, weitere 1,6 % bezeichnen Pro-Ana als Religion und 0,8 % sehen darin eine Diät.

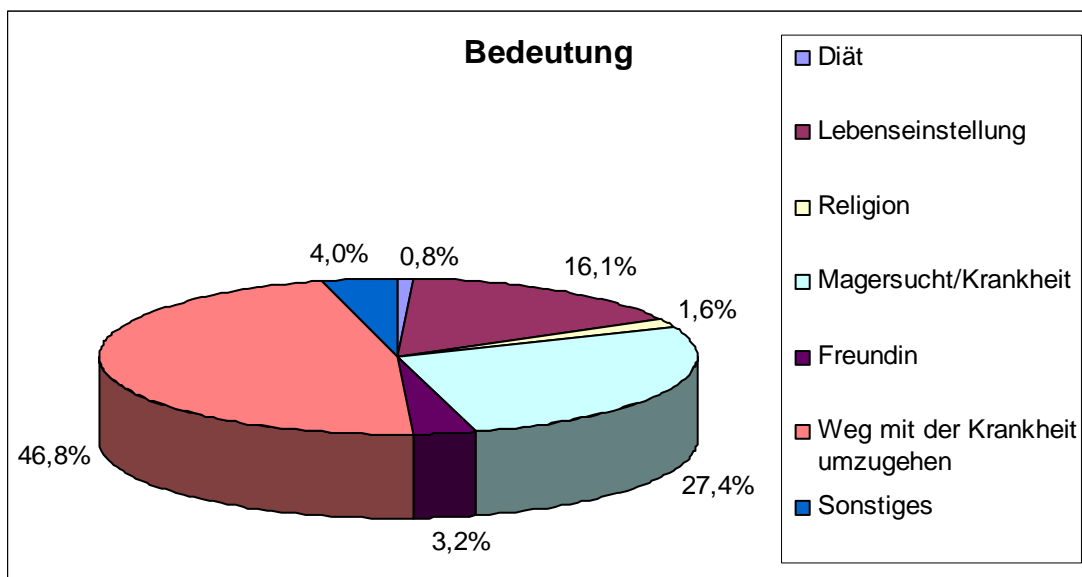
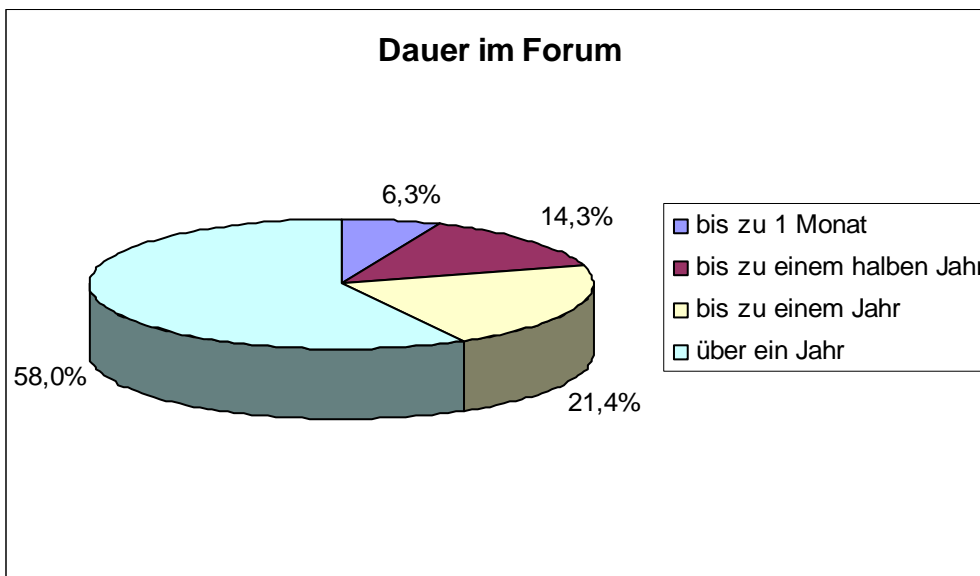


Abbildung 9: unterschiedliche Bedeutungen von Pro-Ana

Bemerkenswert an diesem Ergebnis ist, dass insgesamt ca. 78 %, also gut  $\frac{3}{4}$  aller Teilnehmer Pro-Ana mit einer Krankheit assoziieren. Das bedeutet, dass Pro-Ana-Anhängerinnen entgegen der vorherrschenden Meinung durchaus über eine Krankheitseinsicht verfügen.

#### 8.1.4 Dauer im Forum

Über die Hälfte aller Teilnehmer (58 %) geben an, Pro-Ana-Foren schon seit über einem Jahr zu besuchen. Weitere 21,4 % besuchen Pro-Ana-Foren zwischen 7 Monaten und einem Jahr. 14,3 % der Befragten geben an die Foren seit mindestens 2 Monaten und bis zu einem halben Jahr zu besuchen und 6,3 % der Befragten besuchen diese erst seit höchstens einem Monat.



**Abbildung 10: Dauer im Forum**

Diese Ungleichverteilung zu Gunsten einer langen Aufenthaltsdauer in den Foren, lässt sich damit erklären, dass die Forenbesucher natürlich jeweils nur für eine kurze Zeit „neu im Forum“ sind, deshalb ist die Kategorie „bis zu 1 Monat“ so gering vertreten. Die Dauer der Forumsmemberschaften ist ausschlaggebend um einige zentrale Zusammenhänge der vorliegenden Untersuchung darzustellen. Es soll geklärt werden ob die Dauer die die einzelnen Teilnehmer bereits in den Foren verbracht haben, Auswirkungen auf deren Gewicht, und ihren Gesundheits- und Gemütszustand haben.

### 8.1.5 Frequenz der Forenbesuche

Die Mehrheit der Teilnehmer gibt an, Pro-Ana-Foren durchschnittlich mindestens einmal täglich aufzusuchen (42,9 % mehrmals täglich und 27 % täglich). 12,7 % der Befragten besuchen diese mehrmals wöchentlich und 5,6 % zumindest einmal pro Woche. Weitere 4 % besuchen die Foren mehrmals pro Monat und 2,4 % durchschnittlich einmal pro Monat. 5,6 % aller Befragten suchen diese nur einige Male im Jahr auf.

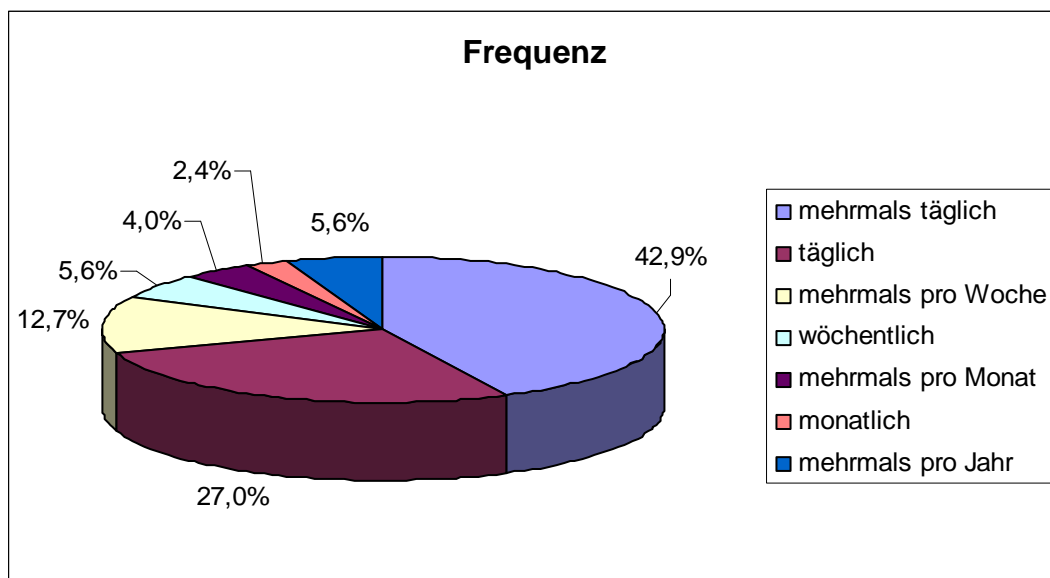
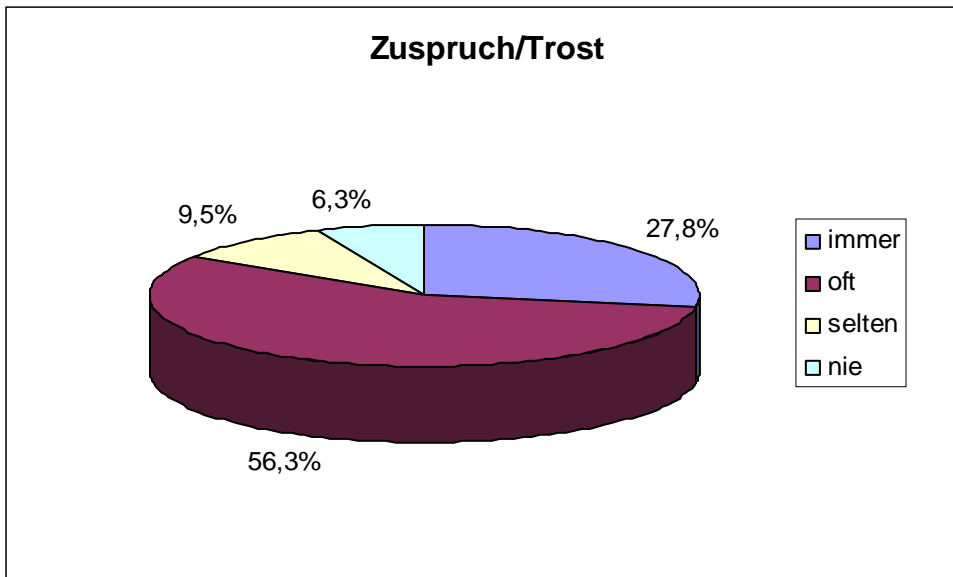


Abbildung 11: Frequenz der Forenbesuche

### 8.1.6 Erhalten die Befragten Zuspruch oder Trost

Über die Hälfte der Befragten (56,3 %) gibt an, sich durch Forumsbesuche oft aufgebaut oder getröstet zu fühlen und gut ein Viertel (27,8 %) aller Teilnehmer empfindet dies sogar immer so. 9,5 % der Befragten geben, dass dem immerhin selten so sei. Nur 6,3 % fühlen sich nie aufgebaut oder getröstet.



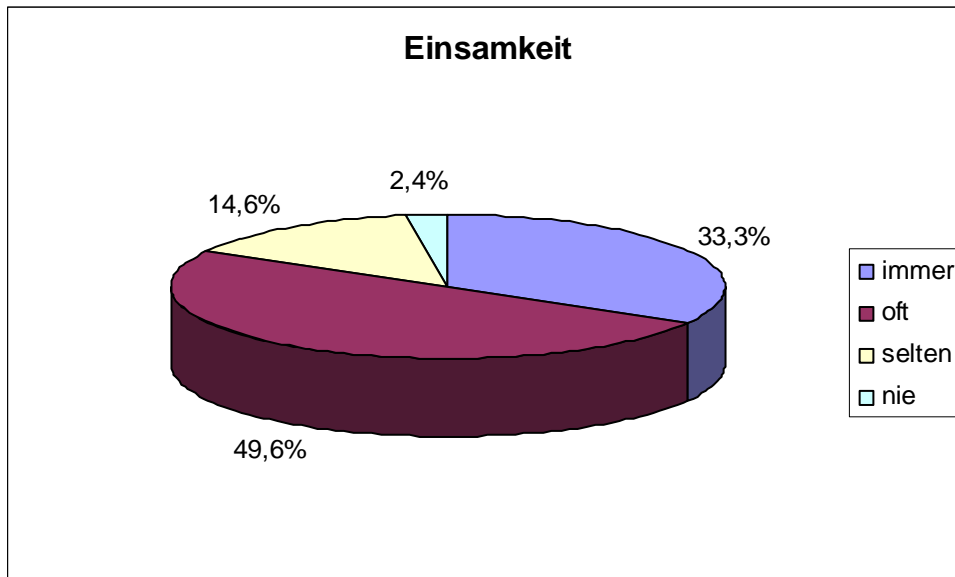
**Abbildung 12: Zuspruch/Trost**

Zusammengenommen gibt demnach die überwiegende Mehrheit aller Teilnehmer (84,1 %) an, sich zumindest oft aufgebaut oder getröstet zu fühlen. Wenn man die Personen, die selten angeben dazu nimmt, entspricht das sogar 93,6 %.

Der Erhalt emotionaler Unterstützung stellt für Menschen die dies benötigen einen äußerst wertvollen Tatbestand dar. Aufbauende und tröstende Worte sind für die durch die Krankheit bedingt oft sehr verzweifelten und unglücklichen Mädchen/Betroffenen oft eine große Entlastung. Dieses Ergebnis zeigt demnach einen positiven Aspekt der Foren auf.

### **8.1.7 Helfen Foren gegen Einsamkeit**

Knapp die Hälfte aller Befragten (49,6 %) gibt an, durch Forenbesuche oft das Gefühl zu haben, nicht alleine zu sein, einem weiteren Drittel der Teilnehmer geht dies sogar immer so und weiteren 14,6 % helfen Forenbesuche wenigstens selten gegen ein Gefühl der Einsamkeit. 2,4 % der Teilnehmer geben an, dass ihnen Forenbesuche nie das Gefühl geben nicht allein zu sein.



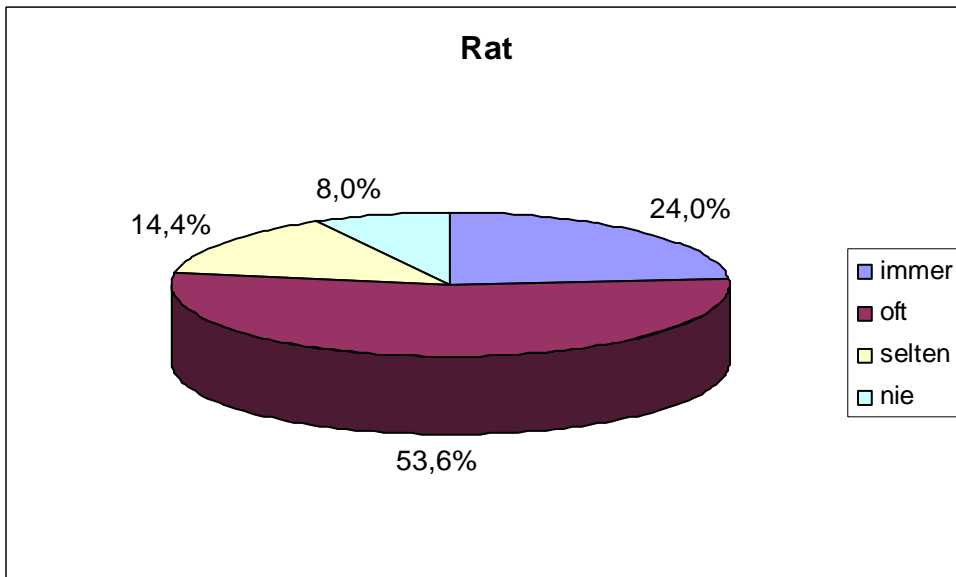
**Abbildung 13: Einfluss der Foren auf ein Gefühl der Einsamkeit**

Hier ist anzumerken, dass nicht danach gefragt wird, ob sich die Teilnehmer überhaupt jemals alleine fühlen. Wenn angenommen wird, dass sich manche Teilnehmer nur selten oder niemals alleine fühlen, dann würde das bedeuten, dass all jenen Teilnehmern, die sich zumindest selten alleine fühlen, Forenbesuche gegen dieses Gefühl helfen. Auch wenn diese (ungesicherte) Annahme nicht getroffen wird, zeigen die Ergebnisse, dass Forenbesuche zumindest bei 82,9 % der Befragten einen positiven Effekt auf ein Gefühl des Alleinseins haben.

Bedingt durch eine gewisse Heimlichkeit, die oft mit Essstörungen einhergeht und dem Gefühl Betroffener, von niemandem verstanden zu werden, leiden Personen mit Essstörungen oft unter einer stark belastenden Einsamkeit. Der Austausch mit Gleichgesinnten kann daher einen wichtigen Schritt bei der Überwindung der Isolation darstellen. Aus diesem Grund spricht auch dieses Ergebnis für einen positiven Aspekt von Pro-Ana-Foren.

### **8.1.8 Rat bei Alltagsfragen oder -problemen**

Die Mehrheit der Teilnehmer (77,6 %) gibt an, von anderen Forennutzern zumindest oft bei Alltagsfragen oder -problemen beraten zu werden (24 % immer; 53,6 % oft). 14,4 % der Befragten werden selten von anderen Forenmitgliedern beraten und 8 % der Teilnehmer geben an, nie bei Alltagsfragen oder -problemen beraten zu werden.

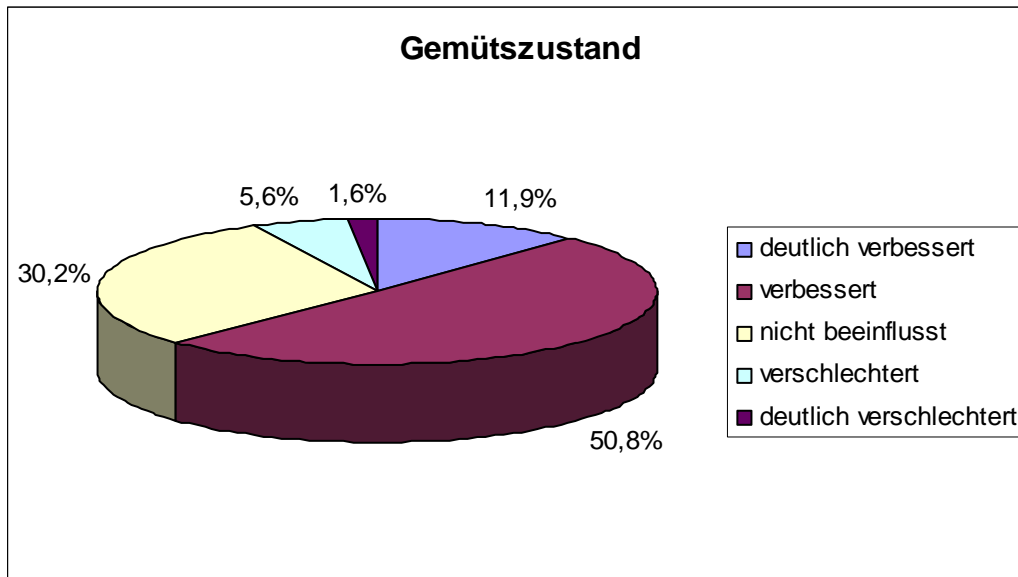


**Abbildung 14: Rat bei Alltagsfragen oder -problemen**

Diesem Ergebnis nach zu urteilen tauschen sich die Forennutzer untereinander nicht nur über das Thema Pro-Ana aus und allem was damit in Verbindung steht, sondern offensichtlich werden in den Foren auch ganz alltägliche Dinge besprochen und bei Fragen oder Problemen die diese Dinge betreffen nehmen die Forennutzer sogar eine beratende Funktion ein. Diese Tatsache spricht für ein großes Vertrauensverhältnis unter den einzelnen Forenmitgliedern und da auch dem Besprechen von Alltagsproblemen eine wichtige soziale Bedeutung zukommt, kann auch dieses Ergebnis als positiver Aspekt von Pro-Ana-Foren gewertet werden.

### **8.1.9 Einfluss der Forenbesuche auf die Laune der Befragten**

Die Hälfte der Teilnehmer (50,8 %) gibt an, dass sich ihre Laune durch Forenbesuche verbessert und bei weiteren 11,9 % der Befragten verbessert sich ihre Laune sogar deutlich. Knapp ein Drittel der Befragten (30,2 %) gibt an, dass Forenbesuche keinen Einfluss auf ihren Gemütszustand haben und 5,6 % der Befragten stellen sogar eine Verschlechterung ihrer Laune fest und bei 1,6 % haben Forenbesuche sogar eine deutliche Verschlechterung der Laune zur Folge.



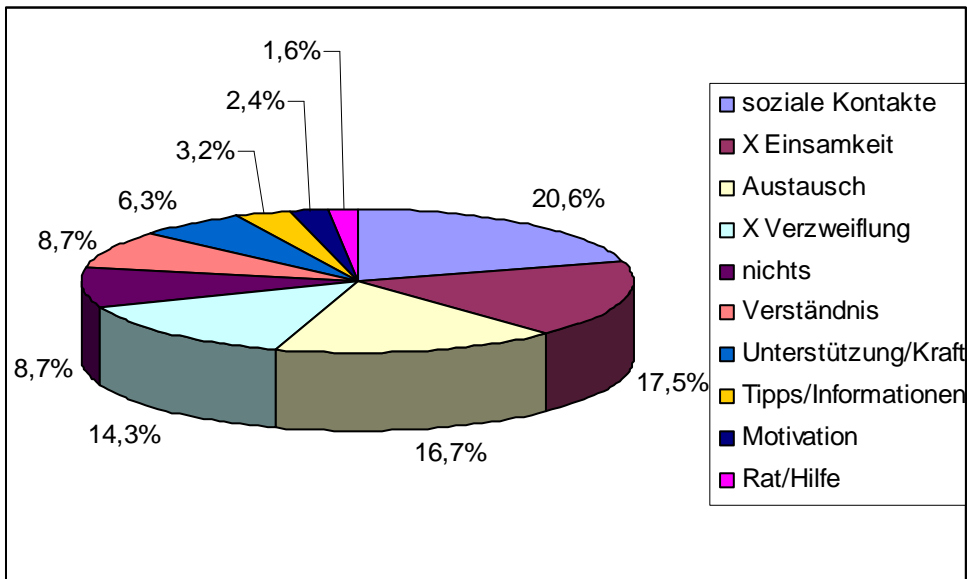
**Abbildung 15: Einfluss der Forenbesuche auf den Gemütszustand der Befragten**

Durch diese Frage soll ermittelt werden, ob und wie sich Forenbesuche auf den Gemütszustand der Forennutzer auswirken. Der Hintergedanke dieser Frage ist, dass sich Forenbesuche eventuell negativ auf den Gemütszustand der Forennutzer auswirken könnten, weil der Vergleich mit anderen eventuell dünneren, oder beim hungern bzw. abnehmen erfolgreicherer Forenmitgliedern, frustrierend wirkt. Die andere Möglichkeit wäre, dass sich die Forenbesuche positiv auf die Laune der Befragten auswirken, weil sie das Forum z.B. schon schlecht gelaunt oder traurig aufsuchen und durch den Besuch des Forums aufgebaut bzw. getröstet werden. Diese Annahme wird auch bereits bestätigt (Siehe 8.1.6). Auch gesamt gesehen scheint ein positiver Einfluss der Forenbesuche auf die Laune der Befragten zu überwiegen. Zwar haben Forenbesuche bei manchen Befragten auch eine Verschlechterung ihrer Laune zur Folge, aber mit insgesamt 7,2 % aller Befragten stellen diese die deutliche Minderheit dar.

#### **8.1.10 Was die Befragungsteilnehmer vermissen würden, wenn sie keinerlei Möglichkeit mehr hätten auf Pro-Ana-Foren zuzugreifen.**

Von den insgesamt 126 Befragungsteilnehmern, nutzen 103 Personen die Möglichkeit in eigenen Worten zu beschreiben, was ihnen fehlen würde, wenn sie keinerlei Zutritt mehr zu einem Pro-Ana-Forum hätten.

Aus den Antworten werden 10 Kategorien entwickelt, die sinngemäß alle Antwortthemen enthalten.



**Abbildung 16: Was die Befragten an Pro-Ana-Foren vermissen würden.**

Die Kategorie soziale Kontakte steht z.B. für Freundschaften, liebe Menschen, für das Miteinander an sich, Begriffe die dieser Kategorie zugeordnet werden können, nennen 20,6 % der 103 Teilnehmer. Damit steht der Verlust sozialer Kontakte an 1. Stelle.

An 2. Stelle steht die Kategorie Einsamkeit. (Das X vor den Kategorien „Einsamkeit“ und „Verzweiflung“ bedeutet, dass diese Kategorien nicht wie die übrigen Kategorien für etwas stehen, das die Befragten vermissen würden, sondern für einen Zustand, in dem sich die Befragten befinden würden, wenn sie keinen Zutritt mehr zu einem Pro-Ana-Forum hätten. Diese Einteilung ergibt sich aus den Antworten.) Antworten, die der Kategorie Einsamkeit zugeordnet werden, z.B. „ich würde mich alleine fühlen,“ „ich wäre schrecklich einsam“ werden von 17,5 % der Befragten gegeben.

An 3. Stelle werden Nennungen gemacht, die den fehlenden Austausch mit Gleichgesinnten oder allgemein Gespräche über die Essstörung, über Probleme und Sorgen betreffen. Die Kommunikation untereinander würde 16,7 % der Teilnehmer fehlen.

Mit 14,3 % liegen Nennungen die der Kategorie Verzweiflung zugeordnet werden, an 4. Stelle. Aussagen die dieser Kategorie beigeordnet werden, müssen größtenteils als sehr bedenklich beurteilt werden, da sie erkennen lassen, dass einige Befragungsteilnehmer ohne die Möglichkeit auf irgendein Pro-Ana-Forum zugreifen zu können, richtiggehend



verzweifeln und resignieren würden. Das geht so weit, dass einige Befragte nach eigenen Angaben der Lebensmut verlassen würde. Beispiele für solche Aussagen sind: „Mein Leben hätte keinen Sinn mehr“; „...Ein Leben ohne Ana geht nicht dann würde ich auch gehen.“; „... ich hätte vielleicht keine kraft mehr weiter zu machen ...“; „das wäre sehr schlecht für mich.“; „ich würde verzweifeln“; „ich würde daran kaputt gehen ...“; „es wäre mein ende ...“

An dieser Stelle muss man sich die Frage stellen, ob den Foren hier eine positive Bedeutung zukommt, weil sie eine enorm wichtige seelische Stütze für ihre Nutzer darstellen oder ob sich die Krankheit der Nutzer eventuell erst durch die Foren so sehr verfestigt hat, dass die Betroffenen damit alleine und ohne die Unterstützung oder die weitere Bestätigung der anderen Forenmitglieder, völlig überfordert wären. Eine weitere Vermutung ist, dass sich die Mädchen eventuell immer weiter von der Außenwelt abkapseln, weil sie sich nur noch in den Foren gut aufgehoben und verstanden fühlen.<sup>281</sup> Deshalb werden die Foren zu ihrem Lebensmittelpunkt, ohne den sie sich ihr Dasein nicht mehr vorstellen können.

Die Beurteilung dieser Fragen ist schwierig und würde wahrscheinlich von Fall zu Fall verschieden ausfallen. Zwei Antworten, die im Rahmen dieser Untersuchung gewonnen werden, geben aber Grund zur Annahme, dass den Foren krankheitsverfestigende Aspekte zugeschrieben werden müssen. Eine Person antwortet auf die Frage, was ihr ohne Pro-Ana-Foren fehlen würde: „Ich würde eine wesentlich normalere Sicht auf die Dinge bekommen ...“ und eine andere Person meint „Wenn ich keine Möglichkeit mehr hätte, auf die Foren zuzugreifen, hätte ich auch keinen Sinn mehr diese Krankheit zu akzeptieren und würde nicht mehr damit Leben wollen.“

Ganz im Gegensatz zu der eben genannten Gruppe stehen diejenigen Befragten die offensichtlich problemlos ohne Pro-Ana-Foren klarkommen würden. 8,7 % der 103 Befragten geben an, dass ihnen nichts fehlen würde. Ein Teil dieser Gruppe fügt hinzu, dass ihm die sozialen Kontakte, die Freundschaften fehlen würden, dass er diese aber auch ohne Foren aufrechterhalten könnte und würde, da sie auch außerhalb der Foren untereinander in Kontakt stehen.

---

<sup>281</sup> Vgl.: Rauchfuß, Katja: Abschlussbericht der Recherche zu Pro-Anorexie-Angeboten 2006/2007. In: Jugendschutz.net. Mainz, 2008, S. 2 – 22, S. 10 - 12 URL: [http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht\\_pro-ana.pdf](http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht_pro-ana.pdf) (Abgerufen: 27.11.2008 13:52)

Weitere 8,7 % der Befragten meinen, dass ihnen das Gefühl verstanden zu werden fehlen würde und 6,3 % geben an, dass sie die Unterstützung und die Kraft, die sie in den Foren erhalten, vermissen würden. Tipps und Informationen zu erhalten würde nur 3,2 % der Antwortenden fehlen und die Motivation der anderen Forennutzer würden 2,4 % vermissen. An letzter Stelle, mit 1,6 % der Antworten, steht Rat oder Hilfe zu bekommen.

Zusammengefasst lässt sich also sagen, dass der Kontakt und der Austausch mit Gleichgesinnten, ohne die sich viele Pro-Anas einsam fühlen würden das Hauptmotiv sind Pro-Ana-Foren zu nutzen. Solange diese sozialen Beziehungen nicht die einzigen sind die die Forennutzern pflegen, spricht hier auch nichts dagegen. Diese Nutzungsmotive können dann sogar als positiver Aspekt von Pro-Ana-Foren gewertet werden. Anders sieht es mit den Motiven Tipps zu erhalten, motiviert zu werden und Rat von Gleichgesinnten zu bekommen aus. Diese spielen zwar nur eine untergeordnete Rolle bei der Forennutzung, trotzdem muss man sich gerade mit diesen besonders kritisch auseinandersetzen, wie durch Antworten auf die Frage, was die Befragten an den Foren vermissen würden, deutlich wird. Z.B.: „Hm, in schlechten Tagen, nicht viel. An guten Tagen, an denen ich gehungert habe und dann die Unterstützung durch das Forum bekomme sehr viel!“ oder „Die Motivation und die Unterstützung der anderen ...“

Motivation und Unterstützung beziehen sich in diesen Fällen offensichtlich darauf, dass sich die Forennutzer gegenseitig darin motivieren und unterstützen das Hungern durchzuhalten. Dieser Tatbestand verdeutlicht weitere negative Aspekte und Gefahren der Foren. Auch dass manche Befragten scheinbar eine starke Abhängigkeit von den Foren aufweisen, wie im Rahmen der Kategorie „Verzweiflung“ deutlich wird, muss kritisch beurteilt werden. Vor allem da nicht klar ist, wie es zu dieser Abhängigkeit kommt und ob die Foren eventuell für die Entstehung dieser Abhängigkeit verantwortlich sind.

### 8.1.11 Stacheln Forenbesuche dazu an weiter abzunehmen?

Etwas weniger als die Hälfte der Befragten (45,2 %) gibt an, dass sie durch Forenbesuche zumindest oft (34,9 % oft; 10,3 % immer), „getriggert“ bzw. dazu angestachelt werden, weiter abzunehmen. Bei weiteren 36,5 % der Teilnehmer geschieht dies zumindest selten. 18,3 % der Befragten geben an, dass dies nie der Fall ist.

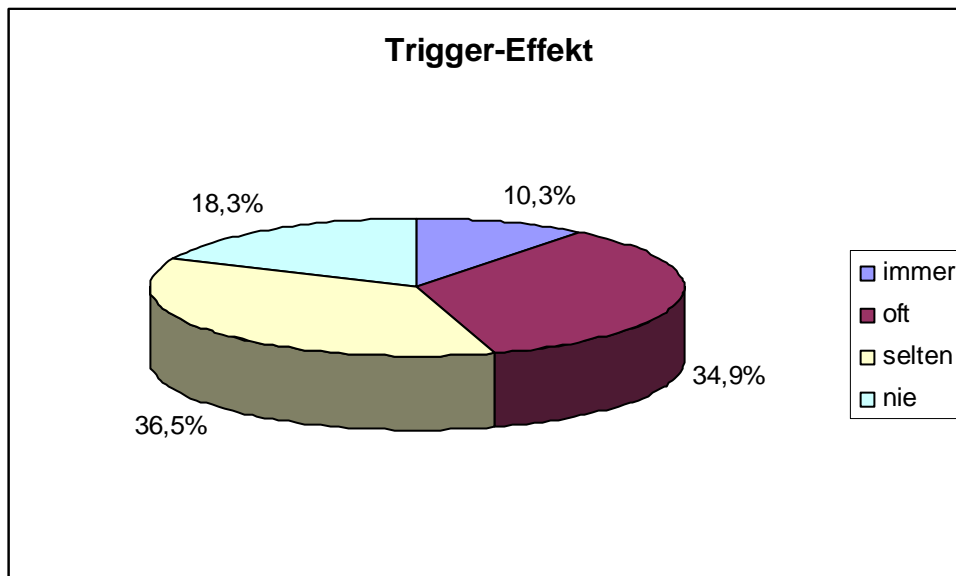
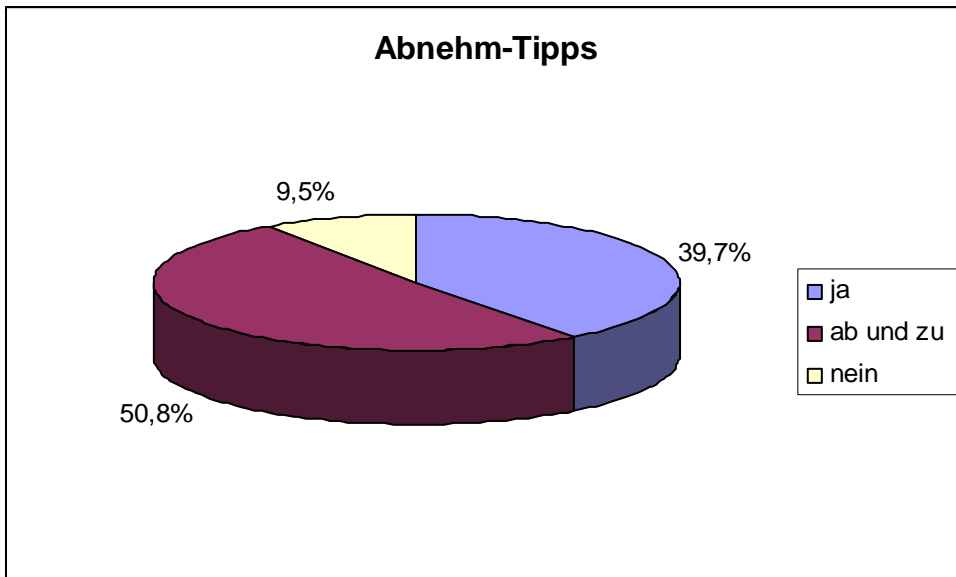


Abbildung 17: Trigger-Effekt

Die Tatsache, dass Forenbesuche „triggern“ bzw. zum weiteren Abnehmen verleiten, muss als gefährlicher bzw. schädlicher Aspekt der Foren gewertet werden.

### 8.1.12 Werden in den Foren Abnehm-Tipps gegeben?

Insgesamt geben 90,5 % der Befragungsteilnehmer an, dass in den Foren zumindest ab und zu Tipps gegeben werden um abzunehmen. Nur 9,5 % der Befragten geben an, keine Abnehmtipps zu bekommen oder zu erhalten.

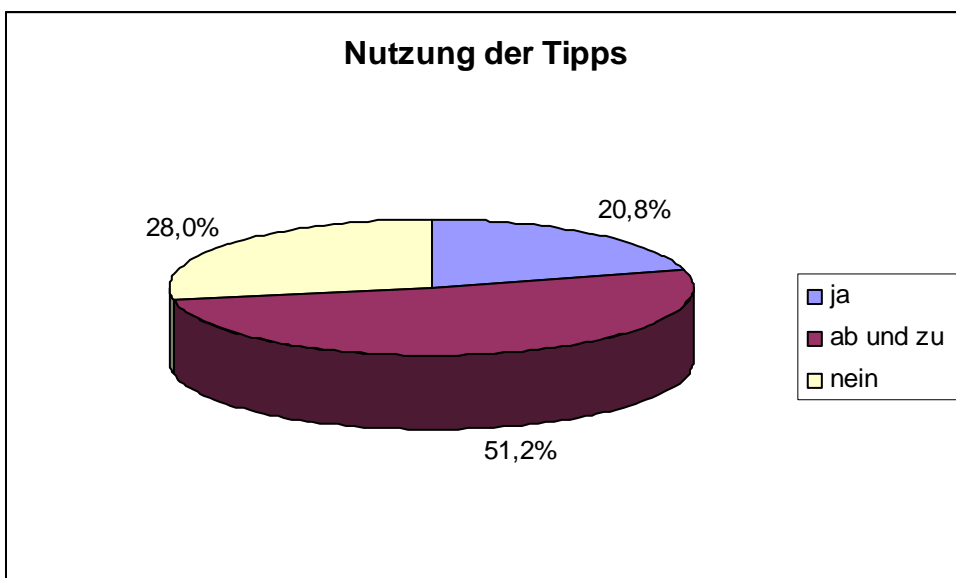


**Abbildung 18: Abnehm-Tipps**

Die Tatsache, dass in den Foren Abnehm-Tipps gegeben werden, spricht für eine von den Foren ausgehende Gefahr und wird ebenfalls als negativer Aspekt der Foren gewertet.

### 8.1.13 Nutzung der Abnehm Tipps

Gut die Hälfte der Befragten (51,2 %) nutzt die Abnehm-Tipps ab und zu und 20,8 % tun dies regelmäßig. 28 % der Teilnehmer nutzen die Tipps nicht.



**Abbildung 19: Nutzung der Tipps**

Auch wenn offenbar die Tipps nicht im selben Maße genutzt werden, wie sie gegeben werden (90,5 % geben an, dass zumindest ab u zu Tipps gegeben werden und 72 % davon

nutzen diese zumindest ab und zu) werden sie doch von einem Großteil der Befragten zumindest unregelmäßig genutzt. Magersüchtigen neue Abnehm-Tipps zu geben ist ebenfalls ganz klar als gefährlich einzustufen.

#### 8.1.14 Einfluss der Foren auf das Wunschgewicht der Forennutzer

Auf die Mehrheit der Teilnehmer (64,8 %) haben Forenbesuche keinen Einfluss auf ihr Wunschgewicht. 29,6 % der Befragten wünschen sich durch die Forenbesuche ein niedrigeres Gewicht und bei 5,6 % ist das Gegenteil der Fall.

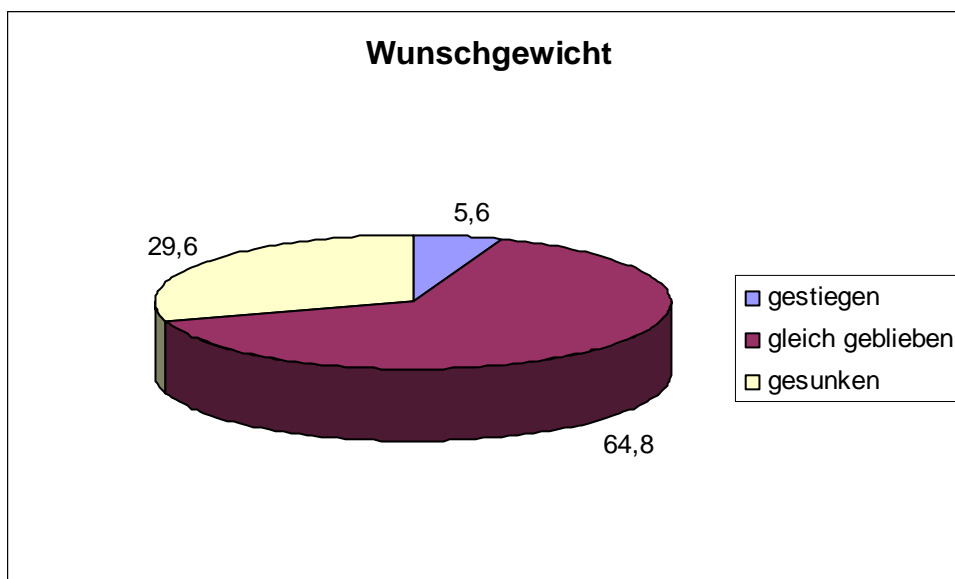
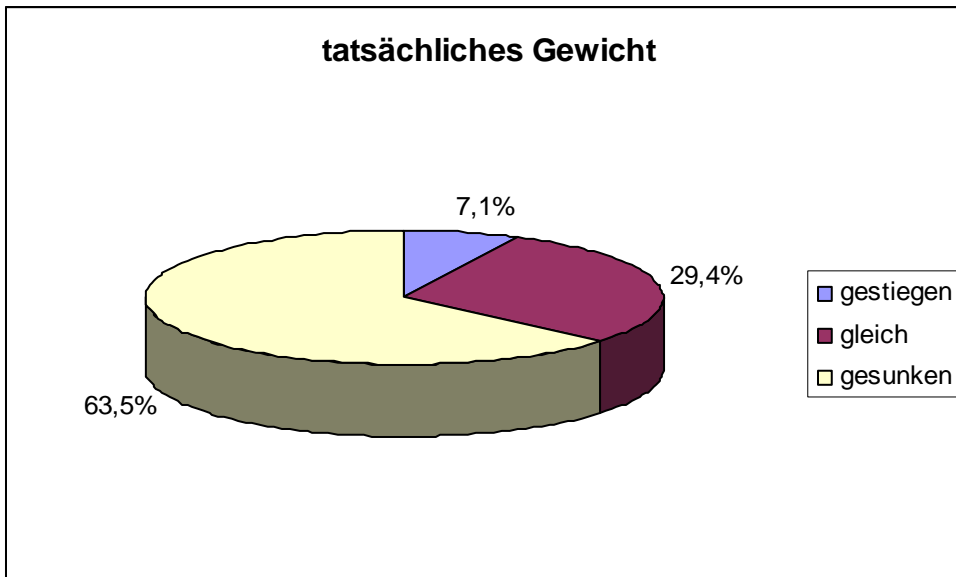


Abbildung 20: Einfluss der Foren auf das Wunschgewicht

Die Annahme, dass die Gewichtsziele von Personen durch Pro-Ana-Besuche sinken, kann daher nicht bestätigt werden. Somit könnte für die Gefährlichkeit von Pro-Ana-Foren was diesen Punkt betrifft, Entwarnung gegeben werden. Wichtiger als der Foren-Einfluss auf die Gewichtsziele ist allerdings deren Einfluss auf das tatsächliche Gewicht.

#### 8.1.15 Einfluss der Foren auf das tatsächliche Gewicht der Forennutzer

Die Mehrheit der Befragungsteilnehmer (63,5 %) nimmt ab seit sie Pro-Ana-Foren besucht. Bei 29,4 % der Befragten bleibt das Gewicht unverändert und bei 7,1 % der Befragten steigt das Gewicht.



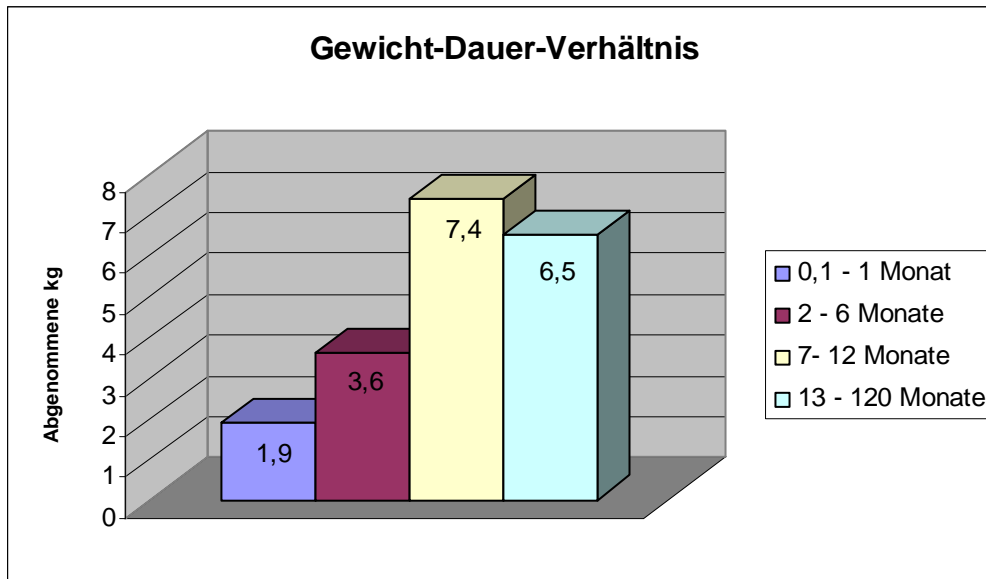
**Abbildung 21: Einfluss der Foren auf das tatsächliche Gewicht**

Dass die Mehrheit der Teilnehmer abnimmt, wird als problematisch betrachtet. Um die Tragweite dieser Problematik einschätzen zu können, soll im Folgenden die genaue Gewichtsänderung im Zusammenhang mit der in den Foren verbrachten Dauer bestimmt werden.

#### **8.1.16 Verhältnis der Dauer die bereits in Foren verbracht wird zum Gewicht der Forennutzer**

Die vorliegende Grafik zeigt prinzipiell eine steigende Tendenz der Gewichtsabnahme proportional zur Dauer die bereits im Forum verbracht wird. Zumindest trifft dies auf die Befragungsteilnehmer zu, die bis zu einem Jahr in Pro-Ana-Foren aufhalten. Danach fällt die durchschnittliche Gewichtsabnahme wieder leicht ab.

Während des ersten Monats nehmen die Befragungsteilnehmer durchschnittlich 1,9 kg ab, innerhalb des ersten halben Jahres nehmen sie durchschnittlich bereits 3,6 kg ab, während des ersten Jahres liegt der Durchschnitt schließlich bei 7,4 kg. Teilnehmer, die sich seit über einem Jahr in Pro-Ana-Foren aufhalten, nehmen im Durchschnitt wieder etwas weniger, nämlich 6,5 kg ab.



**Abbildung 22: Gewicht-Dauer-Verhältnis**

Damit wird die Annahme, dass mit der Dauer die jemand im Forum verbringt, kontinuierlich sein Gewicht sinkt, nur bedingt bestätigt. Eine mögliche Erklärung dafür warum die Personen, die sich seit mindestens 13 Monaten in Foren aufhalten, wieder etwas weniger abnehmen, ist, dass sehr junge Mädchen, die beim ersten Forenbesuch etwa zwischen 14 und 17 Jahren alt sind, noch wachsen können. Durch das Wachstum im jugendlichen Alter kann eine Person trotz einer geringfügigen Gewichtszunahme oder –stagnation, im Verhältnis trotzdem abnehmen.

Zur Einschätzung der Gefährlichkeit dieses Aspekts von Pro-Ana-Foren kann gesagt werden, dass das durchschnittlich abgenommene Gewicht die abgenommen werden, für sich genommen vielleicht noch nicht besonders alarmierend erscheint. Obwohl 7,4 kg abzunehmen für ohnehin schon schlanke Personen auch schon gewisse gesundheitlichen Risiken bergen kann. Was aber vor allem bedacht werden muss, ist, dass die Gewichtsabnahme in den meisten Fällen mit sehr ungesunden Methoden erreicht wird, was zu gefährlichen Mangelerscheinungen führen kann. Vor allem für jungen Mädchen, die sich noch in ihrer Entwicklung befinden oder für bereits längere Zeit magersüchtige Frauen, die ohnehin schon unterversorgt sind, stellt dieser Tatbestand deshalb eine ernste Gefahr dar. Außerdem darf man nicht außer Acht lassen, dass die angegebenen Werte nur Durchschnittswerte widerspiegeln und da es auch immer wieder Personen gibt, die trotz Forenbesuchen zunehmen, werden die Werte durch diese Personen sogar noch deutlich gedrückt.

Insgesamt werden die Auswirkungen die die Foren auf das Gewicht der Forennutzer haben, als gefährlich eingestuft.

### 8.1.17 Gibt es eine Grenze, bei der abgeraten wird, weiter abzunehmen?

Die deutliche Mehrheit der Befragungsteilnehmer (85,7 %) gibt an, dass sich Forenmitglieder gegenseitig warnen zu sehr abzunehmen. 14,3 % der Befragten geben aber an, dass es keine Grenze gibt bei der davon abgeraten wird weiter abzunehmen.

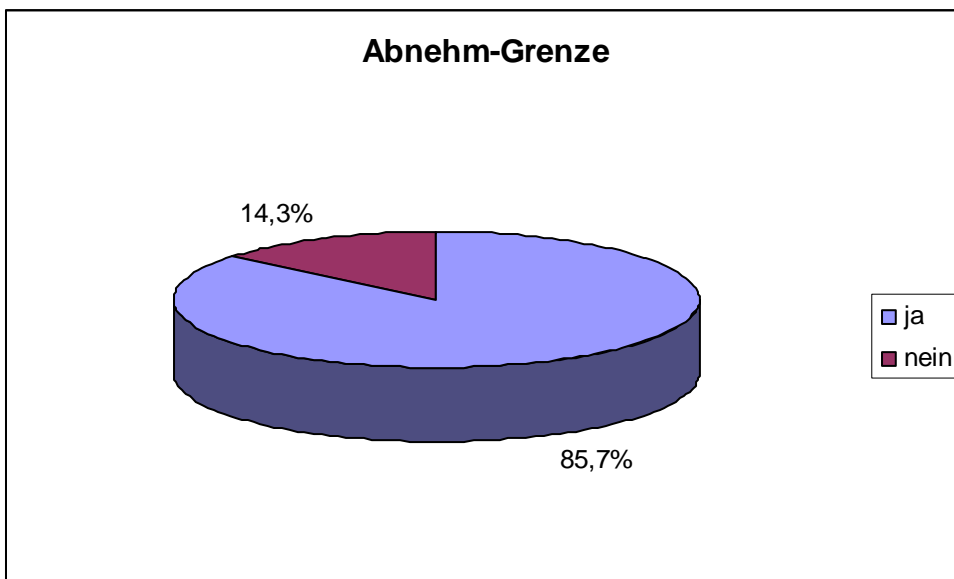


Abbildung 23: Abnehm-Grenze

In den meisten Fällen warnen sich die Forenmitglieder gegenseitig vor einer zu hohen Gewichtsabnahme. Dieses Ergebnis spricht dagegen, dass sich die Mädchen in den Foren zu Tode hungern wollen, wie von den Medien oft dargestellt.<sup>282</sup> Im Gegenteil, dieses Vorhaben wird nicht toleriert.<sup>283</sup> Aus diesem Grund kann für die Gefährlichkeit von Pro-Ana-Foren, was diesen Punkt betrifft, Entwarnung gegeben werden.

<sup>282</sup> Vgl.: featherweight (Maint.): „pro ana“. Einleitung. URL: <http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/einleitung.htm> (Abgerufen: 10.3.08 17:00)

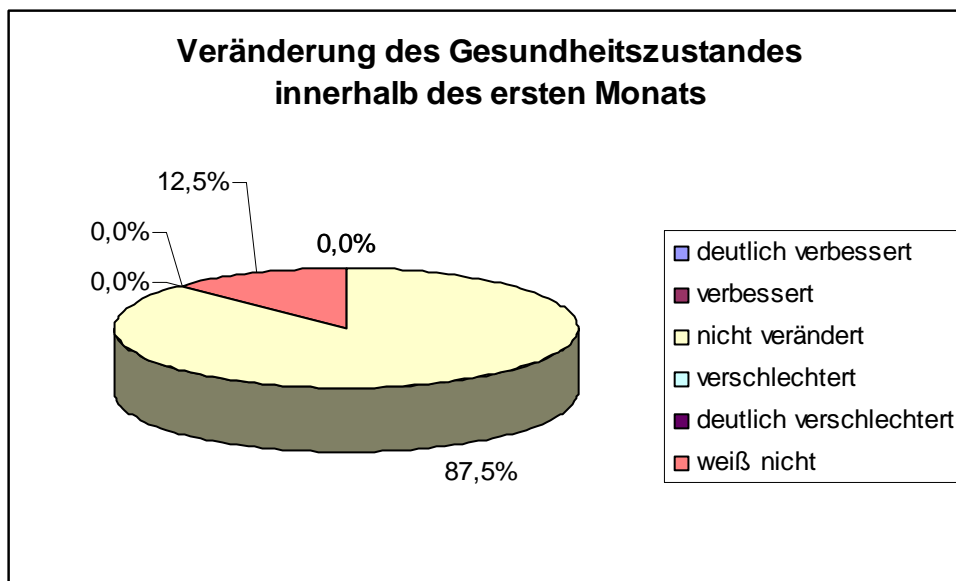
<sup>283</sup> Dafür sprechen auch während der Recherche gewonnenen Erkenntnisse, wie z.B.: Kyra (Admiss): Silent Angel Forum: „User mit einem kritischen BMI werden für das Forum gesperrt. Wir unterstützen niemanden, sich zu Tode zu hungern!“ URL: <http://2898.rapidforum.com/> (Abgerufen: 5.10.2008 22:52)



### 8.1.18 Einfluss der Foren auf den Gesundheitszustand der Befragten.

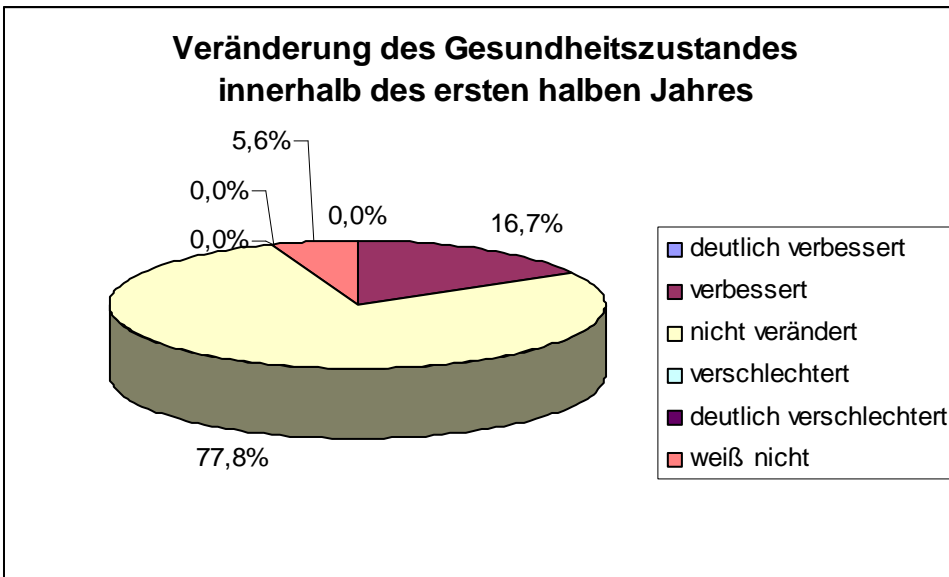
Untersucht werden soll ob sich der Gesundheitszustand der Forennutzer mit der Dauer die bereits in den Foren verbracht wird, kontinuierlich verschlechtert.

Während des ersten Monats in dem Pro-Ana-Foren besucht werden, stellt die Mehrheit der Befragten keine Veränderung ihres Gesundheitszustandes fest. 12,5 % können es nicht beurteilen.



**Abbildung 24: Veränderung des Gesundheitszustandes innerhalb des ersten Monats**

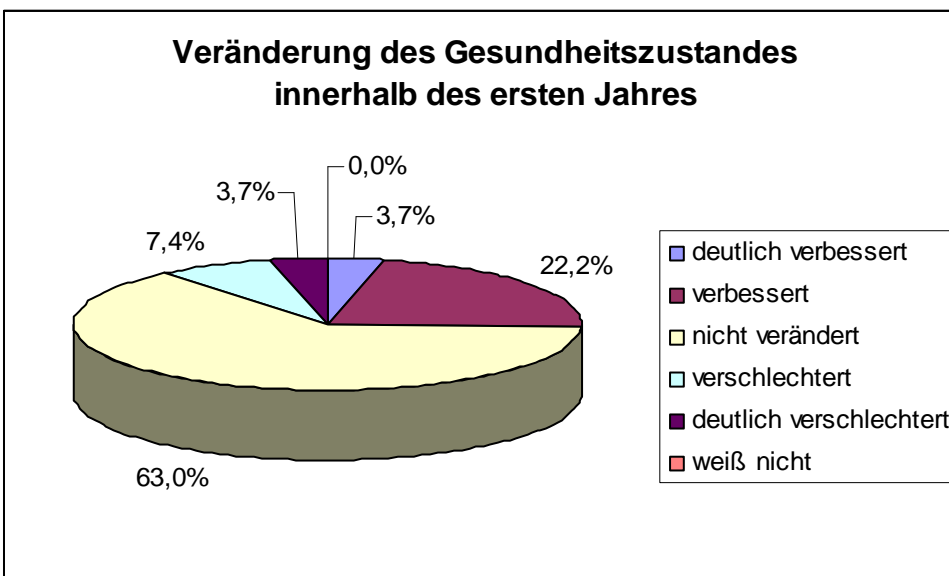
Innerhalb des ersten halben Jahres stellen die meisten Befragungsteilnehmer (77,8 %) ebenfalls keine Veränderung ihres Gesundheitszustandes fest bzw. können sie dies nicht einschätzen, aber 16,7 % geben nun an, ihr Gesundheitszustand hätte sich verbessert.



**Abbildung 25: Veränderung des Gesundheitszustandes innerhalb des ersten halben Jahres**

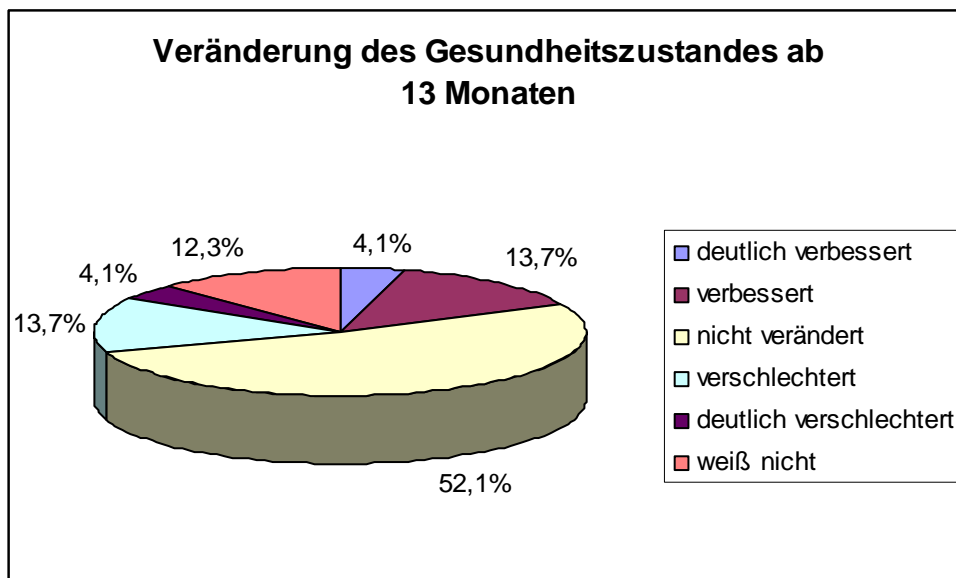
Befragungsteilnehmer die zwischen 7 Monaten und einem Jahr Pro-Ana-Foren besuchen stellen erstmals eine Verschlechterung ihres Gesundheitszustandes fest. Insgesamt geben 11,1 % der Befragten an, ihr Gesundheitszustand hätte sich zumindest verschlechtert (7,4 %: verschlechtert; 3,7 % deutlich verschlechtert).

Doch auch die Zahl der Teilnehmer, deren Gesundheitszustand sich verbessert hat steigt in diesem Zeitraum an. 22,2 % geben eine Verbesserung an und 3,7 % sprechen sogar von einer deutlichen Verbesserung.



**Abbildung 26: Veränderung des Gesundheitszustandes innerhalb des ersten Jahres**

Bei Befragungsteilnehmern, die seit über 13 Monaten Pro-Ana-Foren nutzen, ist die Zahl der Personen, deren Gesundheitszustand sich verschlechtert hat, am größten: Insgesamt geben 17,8 % der Befragten zumindest eine Verschlechterung an (13,7 %: verschlechtert; 4,1 % deutlich verschlechtert). Die Zahl derjenigen, deren Gesundheitszustand sich zumindest verbessert hat, sinkt dagegen wieder etwas ab und liegt bei insgesamt 17,8 %.



**Abbildung 27: Veränderung des Gesundheitszustandes ab 13 Monaten**

## **8.2 Überprüfung der Hypothesen**

**FF1: Sind Pro-Ana-Foren gefährlich, weil sie sich schädlich auf ihre Mitglieder auswirken?**

**H1.1: Wenn eine Person Pro-Ana-Foren besucht, erhält sie Abnehm-Tipps.**

Insgesamt geben 90,5 % der Befragungsteilnehmer an, dass in den Foren zumindest ab und zu Tipps gegeben werden um abzunehmen. Nur 9,5 % der Befragten geben an, keine Abnehmtipps zu erhalten. Somit gilt diese Hypothese weitgehend als bestätigt.

**H1.2: Wenn eine Person Pro-Ana-Foren besucht, wird sie dadurch angestachelt weiter abzunehmen**

Etwas weniger als die Hälfte der Befragten (45,2 %) gibt an, dass sie durch Forenbesuche zumindest oft (34,9 % oft; 10,3 % immer), „getriggert“ bzw. dazu angestachelt wird, weiter abzunehmen. Bei weiteren 36,5 % der Teilnehmer geschieht dies zumindest selten. 18,3 % der Befragten geben an, dass dies nie der Fall ist. Das bedeutet, dass 81,7 % der Befragten durch Forenbesuche zumindest ab und zu den Wunsch verspüren weiter abzunehmen. Die Hypothese wird daher ebenfalls als weitgehend bestätigt betrachtet.

**H1.3: Wenn eine Person ein Pro-Ana-Forum besucht, sinken ihre Gewichtsziele.**

Auf die Mehrheit der Teilnehmer (64,8 %) haben Forenbesuche keinen Einfluss auf ihr Wunschgewicht. Nicht einmal ein Drittel der Befragten (29,6 %) wünscht sich durch die Forenbesuche ein niedrigeres Gewicht und bei 5,6 % ist sogar das Gegenteil der Fall. Die Hypothese ist somit falsifiziert.

**H1.4: In Pro-Ana-Foren gibt es keine Grenze bei der davon abgeraten wird weiter abzunehmen.**

Die deutliche Mehrheit der Befragungsteilnehmer (85,7 %) gibt an, dass sich Forenmitglieder gegenseitig warnen zu sehr abzunehmen. 14,3 % der Befragten geben an,

dass es keine Grenze gibt bei der davon abgeraten wird weiter abzunehmen. Die Hypothese ist damit falsifiziert.

**H1.5: Je länger eine Person Mitglied in einem Pro-Ana-Forum ist, desto niedriger wird ihr Gewicht.**

Die Untersuchungsteilnehmer verlieren tatsächlich mit der in den Foren verbrachten Dauer immer weiter an Gewicht, (0 bis 1 Monat: -1,9 kg; 2 bis 6 Monate: -3,6 kg; 7 bis 12 Monate: -7,4 kg) allerdings bilden die Personen die bereits am längsten in den Foren sind (seit mindestens 13 Monaten), durchschnittlich wieder etwas weniger ab. Diese Hypothese kann daher nur mit Einschränkungen bestätigt werden.

**H1.6: Je länger eine Person Mitglied in einem Pro-Ana-Forum ist, desto schlechter ist der Gesundheitszustand der Person.**

Die Hypothese, dass der Gesundheitszustand sich mit der Dauer die Pro-Ana-Foren genutzt werden, kontinuierlich verschlechtert ist auf den ersten Blick bestätigt, denn im ersten Monat verschlechtert sich der Gesundheitszustand bei keiner der Befragten Personen, ebenso verhält es sich im ersten halben Jahr. Während des ersten Jahres geben schließlich 11,1 % eine Verschlechterung an und von den Teilnehmern die seit über 13 Monaten Forennutzer sind geben bereits 17,8 % eine Verschlechterung an.

Doch auch die Zahl der Personen die eine Verbesserung ihres Gesundheitszustandes feststellen, steigt tendenziell an, deshalb hat dieses Ergebnis keine besondere Aussagekraft.

**H1.7: Forenbesuche wirken sich negativ auf den Gemütszustand der Forennutzer aus.**

Etwas mehr als die Hälfte der Teilnehmer (62,7 %) gibt an, dass sich ihre Laune durch Forenbesuche zumindest verbessert Auf knapp ein Drittel der Befragten (30,2 %) haben Forenbesuche keinen Einfluss auf ihren Gemütszustand und nur 7,2 % der Befragten stellen eine Verschlechterung ihrer Laune fest. Die Hypothese muss daher in jedem Fall falsifiziert werden, da sich Forenbesuche nicht negativ sondern sogar eher positiv auf den Gemütszustand der Befragten auswirken.

**FF2: Gehören Pro-Ana-Foren verboten?**

Die Beantwortung dieser Frage erfolgt nicht durch Hypothesenprüfung, sondern aufgrund der schlussendlichen Einschätzung der Foren-Gefährlichkeit und aufgrund der Erkenntnisse der vorangegangenen Literaturrecherche.

**FF3: Ist die Existenz von Pro-Ana-Foren berechtigt, weil die Foren (vernachlässigbar gefährlich sind und weil sie) positive Auswirkungen auf ihre Mitglieder haben?****H3.1: Pro-Ana-Forenbesuche wirken sich positiv auf den Gemütszustand der Forennutzer aus.**

Diese Hypothese bildet eine Gegenhypothese zu H.1.7, diese wurde falsifiziert. Da sich Forenbesuche bei 62,7 % der Untersuchungsteilnehmer positiv auf deren Gemütszustand auswirken, gilt die vorliegende Hypothese als weitgehend bestätigt.

**H3.2: Wenn eine Person ein Pro-Ana-Forum besucht, erhält sie Zuspruch und Trost**

84,1 % der Teilnehmer geben an, sich zumindest oft aufgebaut oder getröstet zu fühlen. Mit den Personen, die angeben zumindest selten Zuspruch und Trost zu erhalten sind es sogar 93,6 %. Damit gilt die Hypothese als weitgehend bestätigt.

**H3.3: Pro-Ana-Forenbesuche helfen gegen ein Gefühl der Einsamkeit**

82,9 % der Befragten helfen Forenbesuche zumindest oft gegen ein Gefühl der Einsamkeit und weiteren 14,6 % der Untersuchungsteilnehmer helfen Forenbesuche wenigstens selten gegen das Gefühl alleine zu sein. Nur 2,4 % der Teilnehmer geben an, dass ihnen Forenbesuche nie gegen ein Gefühl des Alleinseins helfen. Die Hypothese gilt somit ebenfalls als weitgehend bestätigt.

**H3.4: In Pro-Ana-Foren beraten sich die Forennutzer gegenseitig bei Alltagsfragen oder –problemen.**

Die Mehrheit der Teilnehmer (77,6 %) wird von anderen Forennutzern zumindest oft bei Alltagsfragen oder –problemen beraten. Nimmt man die Befragten dazu, die angeben selten beraten zu werden (14,4 %) dann ergibt das 92 %. 8 % der Teilnehmer werden nach eigenen Angaben nie bei Alltagsfragen oder –problemen beraten. Somit kann auch diese Hypothese als weitgehend bestätigt betrachtet werden.

### **8.3 Vorteile von Pro-Ana-Foren**

Die Auswertung der Untersuchungsergebnisse und die Prüfung der Hypothesen führen insgesamt zu folgenden Vorteilen bzw. positiven Aspekten von Pro-Ana-Foren:

- Die überwiegende Mehrheit der Pro-Ana-Forennutzer erhält in den Foren Trost und Zuspruch.
- Die Foren helfen einem Großteil der Betroffenen gegen ein Gefühl der Einsamkeit.
- Die Mehrheit der Forennutzer wird in Pro-Ana-Foren bei Alltagsfragen und –problemen beraten.
- In den Foren entstehen für die Forennutzer wichtige soziale Kontakte.
- Die Foren bieten Gleichgesinnten untereinander einen unzensurierten Austausch.
- Die Foren bzw. ihre Mitglieder geben einem Großteil der Befragten das Gefühl verstanden zu werden.

### **8.4 Nachteile und Gefahren von Pro-Ana-Foren**

Insgesamt haben sich folgende Nachteile bzw. Gefahren von Pro-Ana-Foren ergeben:

- Ein Großteil der Befragten wird durch Forenbesuche dazu angestachelt weiter abzunehmen.
- Die überwiegende Mehrheit erhält in Pro-Ana-Foren Abnehm-Tipps.
- Ein Großteil der Betroffenen nutzt diese Tipps.
- Das Gewicht der Forennutzer sinkt durch Forenbesuche.
- Der Anteil der Personen die angeben, dass sich ihr Gesundheitszustand verschlechtert, steigt kontinuierlich mit der Dauer die die Personen im Forum verbringen.

- Die Foren haben teilweise aufrechterhaltende bzw. krankheitsverfestigende Auswirkungen auf deren Nutzer.

## **8.5 Zusammenfassung der Ergebnisse**

Das Ergebnis dieser Untersuchung zeigt, dass Pro-Ana-Foren sowohl positive als auch negative Aspekte aufweisen. Die positiven Aspekte der Foren betreffen allesamt zwischenmenschliche Beziehungen oder Interaktionen. Offensichtlich haben der Austausch mit Gleichgesinnten, das Besprechen von Sorgen und Problemen und der Erhalt emotionaler Unterstützung die größte Bedeutung für die Forennutzung. Zumindest wären das die Dinge, die die Forenteilnehmer am meisten vermissen würden, würde man ihnen jeglichen Zutritt zu den Foren verwehren.

Manche Forenaspekte scheinen allerdings nur auf den ersten Blick ein Vorteil zu sein. Beispiele hierfür sind gegenseitige Unterstützung und Motivation der Forenmitglieder. Was im ersten Moment positiv erscheint, stellt sich im Zusammenhang mit Pro-Ana schnell als problematisch heraus. Denn Motivation und Unterstützung meint in diesen Fällen scheinbar die gegenseitige Motivation und Unterstützung darin, das Hungern durchzuhalten. Dieser Tatbestand verdeutlicht einen negativen Aspekt bzw. eine von den Foren ausgehende Gefahr. Allerdings muss an dieser Stelle festgehalten werden, dass der Erhalt von Unterstützung und Motivation eine eher untergeordnete Rolle einnimmt, wenn es darum geht was die Befragten an den Foren vermissen würden.

Kritisch beurteilt werden muss außerdem, dass einige Befragungsteilnehmer offensichtlich eine starke Abhängigkeit von den Foren aufweisen. Diese geht in manchen Fällen sogar so weit, dass einige Befragungsteilnehmer, ohne die Möglichkeit auf Pro-Ana-Foren zugreifen zu können, der Lebensmut verlassen würde. An dieser Stelle ist, wie bereits erwähnt, nicht klar, ob die Foren eine so große emotionale Stütze darstellen, dass die betroffenen Personen deshalb ohne diese so sehr verzweifeln würden, oder ob die Foren eventuell sogar für die Entstehung dieser Abhängigkeit verantwortlich gemacht werden müssen. Die Krankheit der Nutzer könnte sich beispielsweise erst durch die Foren so sehr verfestigt haben, dass die Betroffenen nun mit dem alleinigen Umgang mit ihrer Krankheit völlig überfordert wären. Denkbar ist auch, dass sich die Mädchen durch die Foren so sehr



von der Außenwelt abkapseln, dass sie sich ein Leben ohne Foren gar nicht mehr vorstellen können.

Die Beantwortung dieser Fragen, würde eine weitere Untersuchung erfordern. Im Rahmen der vorliegenden Untersuchung werden aber auch klarere Erkenntnisse gewonnen. Folgende Gefahren der Foren werden deutlich: Die Gefahren, die von den Foren ausgehen betreffen hauptsächlich das Gewicht der Forennutzer. Forenbesuche haben zur Folge, dass die Mitglieder abnehmen wollen. In den Foren werden Tipps gegeben, wie man am besten abnimmt und diese werden laut der vorliegenden Untersuchung auch von einem Großteil der Betroffenen genutzt.

Diese Taktiken scheinen auch Erfolg zu haben, denn die Untersuchungsteilnehmer nehmen im Laufe der Zeit, die sie in den Foren verbringen, immer mehr ab. Eine Ausnahme bilden dabei die Befragten, die bereits am längsten Pro-Ana-Foren aufsuchen, denn diese nehmen im Durchschnitt wieder etwas weniger ab. Die mögliche Begründung hierfür ist, dass auch sehr viele junge Mädchen (ab 14 Jahren) Pro-Ana-Foren nutzen und falls sich diese noch im Wachstum befinden, würden sie in einem Zeitraum von ein paar Jahren naturgemäß nicht weniger wiegen als zu Beginn der Forenbesuche. Trotz desselben oder sogar eines höheren Gewichts, könnten sie im Verhältnis zu ihrer Körpergröße aber dennoch abgenommen haben, was das Ergebnis dieser Untersuchung verfälschen könnte. Aber auch wenn diese Tatsache nicht berücksichtigt wird, zeigen die Ergebnisse, dass die Forennutzer insgesamt abnehmen. Da naheliegend ist, dass die Gewichtsabnahme mit höchst ungesunden Maßnahmen erreicht wird, was große Mangelerscheinungen zur Folge haben kann, stellen alle Aspekte die mit einer Gewichtsabnahme der Forennutzer zu tun haben, ein ernstes gesundheitliches Risiko dar und werden deshalb als gefährlicher Aspekt der Foren bewertet.

Weitere von den Foren ausgehende Gefahren sind, dass diese offensichtlich gewisse aufrechterhaltende oder verfestigende Faktoren für die Krankheit Magersucht darstellen. Das äußert sich einerseits durch die Tipps, die sich die Forenmitglieder gegenseitig geben, andererseits darin, dass sie sich gegenseitig unterstützen, das Hungern durchzuhalten und weiterhin diszipliniert zu sein. Manche Forenmitglieder werden schlicht durch die Existenz der Foren in der Beibehaltung ihrer Krankheit bestärkt, wie folgende Aussagen, die sich darauf beziehen, was den Befragten an den Foren abgehen würde, zeigen: „Ich würde eine

wesentlich normalere Sicht auf die Dinge bekommen ...“ und eine andere Person meint „Wenn ich keine Möglichkeit mehr hätte, auf die Foren zuzugreifen, hätte ich auch keinen Sinn mehr diese Krankheit zu akzeptieren und würde nicht mehr damit Leben wollen.“

Für einige zu Beginn dieser Arbeit angenommene Gefahren kann aber auch Entwarnung gegeben werden: Ein negativer Einfluss auf den Gemüts- und, Gesundheitszustand der Teilnehmer kann nicht eindeutig nachgewiesen werden. Auch die Annahme, dass in den Foren trotz einer bereits kritischen Grenze nicht davon abgeraten wird weiter abzunehmen, bestätigt sich nicht.

## 9. Schlussbetrachtung – Aussicht

Thema der Arbeit sind Pro-Ana-Foren. Das Ziel der Arbeit besteht darin, die Gefährlichkeit dieser Foren einzuschätzen bzw. auch die möglichen positiven Aspekte der Foren herauszuarbeiten. Um sich diesem Ziel anzunähern wird in einem ersten Schritt versucht ein möglichst vollständiges Bild von dem Phänomen Pro-Ana zu geben, dazu werden die unterschiedlichen Ansichten zu diesem Thema aufgezeigt und etwas näher ausgeführt. Schließlich wird auf die Pro-Ana-Foren näher eingegangen. Hierfür werden deren typische Inhalte, die unterschiedlichen Mitgliedergruppen und die Ziele der Foren beschrieben.

Dabei wird deutlich, dass sich die Inhalte, die Mitgliedergruppen und teilweise auch die gesamte Ausrichtung der einzelnen Foren stark voneinander unterscheiden. Außerdem wird eine Art Trend beobachtet, weg von dem typischen Pro-Ana, das dafür steht, dass die Mitglieder über keinerlei Krankheitseinsicht verfügen und Magersucht als erstrebenswerten Lifestyle propagieren, hin zu With-Ana, was soviel bedeutet wie „leben mit der Essstörung“ und sich von dem gerade beschriebenen typischen Pro-Ana distanziert.<sup>284</sup>

Während den Recherchearbeiten werden fast ausschließlich Foren entdeckt, die sich als With-Ana bezeichnen oder sich zumindest deutlich von jeglichen Lifestyle-Gedanken distanzieren. Dadurch entsteht der immer größer werdende Eindruck, dass eine Vielzahl, vielleicht sogar der überwiegende Teil der Pro-Ana-Foren relativ moderat zu sein scheint und dementsprechend womöglich auch als vergleichsweise ungefährlich beurteilt werden kann.

Dieser Verdacht verstärkte noch das Interesse an der Beantwortung der zentralen Fragestellungen dieser Arbeit: Sind Pro-Ana-Foren gefährlich, weil sie sich schädlich auf ihre Mitglieder auswirken? Oder wird ihre Gefährlichkeit überschätzt und ihre Existenz ist berechtigt?

Diese Fragen werden anhand einer Online-Befragung von Pro-Ana-Mitgliedern zu klären versucht. Die Schädlichkeit der Foren wird daran eingeschätzt ob sich die Foren schädlich

---

<sup>284</sup> Vgl. z.B.: Way of perfection URL: <http://www.wayofperfection.de.vu/> (Abgerufen: 8.10.08 11:10) oder hungry hearts URL: <http://hungryhearts.de.vu> (Abgerufen: 8.10.08 09:37)

auf den Gesundheitszustand oder den Gemütszustand der Befragten auswirken, aber auch daran ob z.B. Abnehm-Tipps gegeben werden, ob diese genutzt werden, ob sich die Forenteilnehmer ab einer gewissen Grenze gegenseitig davor warnen weiter abzunehmen oder daran ob die Befragungsteilnehmer mit der Dauer, die im Forum verbracht wird, immer weiter an Gewicht verlieren.

Die positiven Aspekte der Foren werden anhand von Fragen, die z.B. emotionalen Beistand betreffen, bewertet. Außerdem wird den Untersuchungsteilnehmern die Möglichkeit gegeben, anhand einer offenen Frage in eigenen Worten zu beschreiben, was ihnen fehlen würde, wenn sie keinerlei Zutritt zu Pro-Ana-Foren mehr hätten.

Die wichtigsten Ergebnisse dieser Untersuchung die die Gefährlichkeit der Foren betreffen, sind folgende:

In den Foren werden Abnehm-Tipps gegeben und diese werden auch von einem Großteil der Befragten genutzt. Wie aus den Recherchearbeiten hervorgeht, sind dies meist sehr ungesunde Tipps, deren Befolgung über einen längeren Zeitraum vermutlich gesundheitliche Schäden nach sich ziehen könnte. Dieses Ergebnis spiegelt daher klar einen gefährlichen Foren Aspekt wider.

Eine weitere von den Foren ausgehende Gefahr ist, dass Forenbesuche bei einem Großteil der Befragungsteilnehmer offensichtlich den Wunsch auslösen, weiter abzunehmen und dieses Ziel wird auch von der Mehrheit der Teilnehmer erreicht. Die Untersuchungsteilnehmer verlieren im Zeitraum seit dem ersten Forenbesuch bis zu einem Jahr, in Foren durchschnittlich immer weiter an Gewicht. Personen, die seit über einem Jahr und bis zu 10 Jahren Foren besuchen, nehmen zwar durchschnittlich wieder etwas weniger ab, doch das könnte, wie im Kapitel 8.1.16. bereits näher ausgeführt wird, daran liegen, dass manche Teilnehmerinnen noch sehr jung, und deshalb noch im Wachstum sind. Jedenfalls muss die allgemeine Gewichtsabnahme, die mit Pro-Ana-Forenbesuchen einhergeht als problematisch und gefährlich beurteilt werden. Man kann davon ausgehen, dass die Gewichtsabnahme durch sehr ungesunde Maßnahmen erreicht wird, was zu Mangelerscheinungen führen kann und eine ernstzunehmende gesundheitliche Gefährdung darstellt.

Sehr problematisch ist auch zu bewerten, dass die Foren gewisse krankheitsverfestigende oder krankheitsverstärkende Effekte auf ihre Mitglieder haben. Das äußert sich z.B. darin, dass sich die Forennutzer offensichtlich gegenseitig darin unterstützen und motivieren das Hungern durchzuhalten, bzw. darin, dass manche Personen nur aufgrund der Foren noch an ihrer Krankheit festhalten.<sup>285</sup>

Bei einigen zu Beginn der Arbeit angenommenen Gefahren kann aber auch Entwarnung gegeben werden. Die Untersuchung zeigt, dass in den Foren größtenteils davor gewarnt wird, zu sehr abzunehmen. Dieser Punkt erscheint äußerst wichtig, gerade weil z.B. in den Medien immer wieder dargestellt wird, dass sich die Mädchen in den Foren gegenseitig dazu antreiben, sich zu Tode zu Hungern.<sup>286</sup> Deshalb ist es wichtig zu wissen, dass das sich zu Tode Hungern auf jeden Fall nicht Ziel der Foren ist und dass Bestrebungen in diese Richtung auch nicht toleriert werden.

Entwarnung kann auch betreffend des Einflusses der Foren auf den Gemütszustand der Mitglieder, gegeben werden. Forenbesuche scheinen sich in den meisten Fällen nicht negativ sondern eher positiv auf den Gemütszustand der Befragten auszuwirken. Ein weiteres sehr interessantes Ergebnis ist, dass ein Großteil der Befragten entgegen der allgemeinen Annahmen durchaus über eine Krankheitseinsicht verfügt.

Schwer einzuschätzen ist dagegen der Einfluss der Foren auf den Gesundheitszustand der Forennutzer. Es kann zwar eine Verschlechterung des Gesundheitszustandes mit der Dauer, die im Forum verbracht wird, festgestellt werden, doch der Anteil dieser Personen war eher gering und gleichzeitig findet bei einigen Befragten auch eine Verbesserung ihres Gesundheitszustandes statt.

Was die positiven Aspekte der Foren betrifft, wird festgestellt, dass diese ihren Mitgliedern einen unzensierten Austausch mit Gleichgesinnten bieten. Durch das Besprechen von Problemen und Sorgen kommt es zu einer großen Entlastung bei den durch die Krankheit bedingt oft sehr verzweifelten Betroffenen, auch weil sie das Gefühl haben mit ihren Problemen nicht alleine zu sein. Weiters erhalten sie wichtigen seelischen Beistand in

---

<sup>285</sup> Vgl. dazu das schon mehrfach genannte Zitat eines Befragungsteilnehmers: „Wenn ich keine Möglichkeit mehr hätte, auf die Foren zuzugreifen, hätte ich auch keinen Sinn mehr diese Krankheit zu akzeptieren und würde nicht mehr damit leben wollen.“

<sup>286</sup> Vgl.: featherweight (Maint.): „pro ana“. Einleitung. URL: <http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/einleitung.htm> (Abgerufen: 10.3.08 17:00)

Form von emotionaler Unterstützung und Verständnis. Diese Aspekte der Pro-Ana-Foren stellen wesentliche positive Merkmale dar.

Zu Beginn dieser Arbeit wurde das Ziel definiert, die Gefährlichkeit von Pro-Ana-Foren einzuschätzen und entweder einer übertriebenen Gefahrenzuschreibung entgegenzuwirken, oder einen Anstoß zu geben, wie man die Gefährlichkeit der Foren verringern kann.

Wenn man nun die positiven Aspekte der Foren und deren Gefahren zusammennimmt, ergibt sich folgende Einschätzung:

Insgesamt gesehen scheinen die Foren tatsächlich etwas gemäßiger bzw. weniger gefährlich zu sein, als in den Medien oft dargestellt. Die wenigsten Befragungsteilnehmer empfinden Pro-Ana als einen frei gewählten Lifestyle, die meisten wissen, dass sie an einer gefährlichen Krankheit leiden. Sie verherrlichen oder propagieren diese auch nicht, aber sie können oder wollen auch nicht ohne sie leben und haben gelernt damit umzugehen. Auch geht es in den Foren nicht darum sich zu Tode zu hungern, im Gegenteil, wenn jemand zu sehr abnimmt wird er von den anderen Forenteilnehmern gewarnt weiter an Gewicht zu verlieren. Die Foren scheinen sich auch nicht negativ auf den Gemütszustand der Befragten auszuwirken.

Trotzdem weisen die Foren aber auch schwerwiegende negative Aspekte auf, die hauptsächlich mit einer gefährlichen Gewichtsabnahme und der gegenseitigen Bestärkung darin einhergehen. Doch die Foren verfügen ebenfalls über bedeutungsvolle positive Aspekte, die vor allem emotionale Unterstützung und Verständnis betreffen.

Insgesamt betrachtet werden Pro-Ana-Foren im Rahmen dieser Arbeit daher als mäßig gefährlich beurteilt, denn einige der vermuteten Gefahren werden nicht bestätigt. Dennoch haben die Foren ein gewisses Gefahrenpotential, das auch nicht unterschätzt werden darf. Gleichzeitig stellen sie aber auch eine wichtige emotionale Stütze für Personen dar, die diese dringend benötigen. Eine Frage, die sich hier vielleicht aufdrängt, ist: Wenn es in den Pro-Ana-Foren tatsächlich hauptsächlich um emotionalen Beistand und den Austausch untereinander geht, warum soll man dann die betroffenen Personen nicht einfach an Selbsthilfeforen verweisen, welche die Vorteile der Pro-Foren bieten, nicht aber deren Gefahren? Die Antwort darauf lautet: In Pro-Ana-Foren sind die sozialen Beziehungen

eventuell etwas intensiver als in Selbsthilfeforen. Erstere bestehen aus weit weniger Mitgliedern, das hat zur Folge, dass sich die Personen untereinander besser kennen, bzw. dass sich überhaupt alle Mitglieder kennen, was eine viel intimere Atmosphäre ergibt. Pro-Ana-Foren sind zudem Exklusiv-Clubs, das bedeutet, dass die Foren nur aus ausgewählten Mitgliedern bestehen, also nur aus Personen die in die Gruppe passen und ähnliche Probleme haben. Außerdem wird in Pro-Ana-Foren meist sehr großer Wert auf einen freundlichen und sensiblen Umgang miteinander gelegt. All diese Dinge zusammengenommen ermöglichen es den einzelnen Mitgliedern leichter Vertrauen zu fassen.

Der Hauptgrund warum die Pro-Anas nicht so ohne weiters auf Selbsthilfeforen ausweichen können ist aber, dass die Pro-Anas (noch) nicht gesund werden können oder wollen. Auch wenn das natürlich nicht positiv zu beurteilen ist, kann man an dieser Tatsache nichts ändern. Keine Magersüchtige will zu Beginn ihrer Krankheit gesund werden. Deshalb komme ich zu dem Schluss, dass Pro-Ana-Foren nicht verboten werden sollen. Abgesehen davon, dass dies ohnehin schwer durchzusetzen wäre, weil die Foren schnell ins Ausland verlegt oder einfach auf einem anderen Server neu eröffnet werden können, (die Mitglieder stehen untereinander in Kontakt und verbreiten dann per Rundmail wo das neue Angebot zu finden ist),<sup>287</sup> stellen die Foren eine wichtige emotionale Stütze für ihre Mitglieder dar, die sie in dieser Form auch nur im Rahmen der Pro- oder With-Ana-Foren bekommen können.

Auch wenn jedoch die Foren nicht verboten werden sollen, sollten sie meiner Ansicht nach zukünftig besser kontrolliert werden. Der Ansatz von Jugendschutz.net, die Foren aufgrund eines bestimmten Rasters zu beurteilen und dann durch Kommunikation mit den Forenbetreibern und durch deren Aufklärung, Änderungen im Sinne des Jugendschutzes zu erreichen,<sup>288</sup> ist ein guter Anfang. Jugendschutz.net scheint schon viel erreicht zu haben. Ich stoße insgesamt nur auf ein Forum, das gleich auf den ersten Blick ein „härteres Forum“<sup>289</sup> zu sein scheint, aber auch dieses ist beim letzten Versuch nicht mehr abrufbar.

---

<sup>287</sup> Vgl.: Rauchfuß, Katja: Abschlussbericht der Recherche zu Pro-Anorexie-Angeboten 2006/2007. In: Jugendschutz.net. Mainz, 2008, S. 2 – 22, S. 18 URL: [http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht\\_pro-ana.pdf](http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht_pro-ana.pdf) (Abgerufen: 1.12.2008 12:55)

<sup>288</sup> Vgl.: Rauchfuß, Katja: Abschlussbericht der Recherche zu Pro-Anorexie-Angeboten 2006/2007. In: Jugendschutz.net. Mainz, 2008, S. 2 – 22 URL: [http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht\\_pro-ana.pdf](http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht_pro-ana.pdf) (Abgerufen: 1.12.2008 12:55)

<sup>289</sup> Härteres Forum meint, dass die Betreiberin des Forums in der Beschreibung der Foreninhalte, darauf hinweist, dass es Abnehmwettbewerbe, Abnehmtagebücher und dergleichen gibt und dass die

Außerdem stößt man bereits ausschließlich auf passwortgeschützte Seiten und hauptsächlich auf Seiten, die ein Mindestalter fordern und eine Warnung vorgeschaltet haben, die besagt, dass es sich hierbei um ein Pro-Ana-Forum handelt. Zudem beinhalten die meisten Seiten nun auch schon die Warnung, dass Magersucht eine schwere Krankheit und Pro-Ana kein Lifestyle ist.

Doch auch die Foren, die moderater zu sein scheinen, bergen laut den vorliegenden Untersuchungsergebnissen noch einige Gefahren. Sinnvoll wäre es daher, die Bemühungen von Jugendschutz.net durch weitere Maßnahmen zu ergänzen. Wünschenswert wäre, dass die Pro-Ana-Foren so weit kontrolliert werden, dass weitgehend ausgeschlossen werden kann, dass sich die Mitglieder darin bestärken, an der Krankheit festzuhalten bzw. dass diese sogar idealisiert wird. Da die Zutrittsbeschränkungen der Pro-Ana-Foren selbst für Jugendschutz.net ein unüberwindbares Hindernis für die Beurteilung der Foreninhalte darstellen, wäre eine Kontrollinstanz sinnvoll, die eine Zutrittslizenz zu den Foren erhält. Forenbetreiberinnen, von als besonders gefährlich eingestuft, oder schwer zu klassifizierenden Angeboten, könnten verpflichtet werden, einer eigens dafür geschulten Person Zutritt zu ihren Foren zu gewähren. Eventuell könnte man die Zutrittslizenz durch spezielle Auflagen, die Datenschutzrichtlinien und Verschwiegenheit beinhalten, erweitern.

Sinnvoll wäre eventuell auch, wie Eichenberg bereits vorschlägt, die Verpflichtung Informationen über Essstörungen und dafür geeignete Therapiemöglichkeiten in den Foren zu platzieren.<sup>290</sup>

An dieser Stelle ist zu erwähnen, dass diese Vorschläge auf Untersuchungsergebnissen basieren, die in keiner Weise repräsentativ sind, denn es gibt keine bekannte Grundgesamtheit der Pro-Ana-Forennutzer und daher kann auch keine entsprechende Stichprobe gezogen werden. Die Befragung ist im Gegenteil dazu sogar selbstselektiv. Aussagen, die auf die Gesamtheit der Pro-Ana-Foren schließen lassen, sind daher nicht möglich. Außerdem ist es im Rahmen dieser Untersuchung nicht möglich zwischen den einzelnen Foren zu differenzieren. Die Ergebnisse können nur eine Tendenz aufzeigen. Doch gerade eine Differenzierung zwischen den jeweiligen Pro-Ana-Foren scheint

---

Gewichtsverläufe der Mitglieder auch kontrolliert werden, bzw. die Teilnahme an den Wettbewerben verpflichtend ist.

<sup>290</sup> Vgl.: Eichenberg, Christiane; Elmar Brähler: „Nothing tastes as ... a. a. O. S 270



angebracht zu sein, die soeben beschriebenen Vorschläge sind aber trotzdem oder gerade deshalb sinnvoll, denn sie zielen genau darauf ab, dass jedes Forum individuell beurteilt wird.

Zum Abschluss noch ein weiterer wichtiger Ansatz, der sehr viel weiter greift. Dieser betrifft die gesamte Gesellschaft bzw. ganz speziell Bereiche wie Fernsehen, Kino, Werbung, Modezeitschriften und vor allem die gesamte Modeindustrie. Denn diese Bereiche propagieren das überschlanke Schönheitsideal der heutigen Zeit und dieses trägt zu einem nicht unerheblichen Teil zur Entstehung von Essstörungen und der immer weiteren Verbreitung des Phänomens Pro-Ana bei. An Magersucht leiden allein in Österreich mindestens 2.500, an Bulimie sogar mindestens 6.500 Mädchen.<sup>291</sup> Und die Sterblichkeitsrate dieser Essstörungen liegt bei erschreckenden 5 bis 20 %.<sup>292</sup> Deshalb kommt dem Kampf gegen Magersucht bzw. gegen Pro-Ana so eine große Bedeutung zu. Geeignete Maßnahmen in diesem Kampf werden in ganz Europa bereits getroffen, wie im Kapitel 5.2.4 Kampf gegen Magersucht schon beschrieben wird. Diese betreffen z.B. die Unterzeichnung von Selbstverpflichtungen, die die Öffentlichkeit für ein gesundes Körperbild sensibilisieren und das oft vermittelte gesundheitsschädigende Körperbild korrigieren sollen oder die Erstellung von Richtwerten für Modenschauen und Fotoshootings, wie z.B. die Einführung eines Body-Mass-Index von mindestens 18,5 und einem Mindestalter von 16 Jahren.<sup>293</sup>

Derlei Maßnahmen sind bereits ein großer Schritt in die richtige Richtung. Um im Kampf gegen den Schlankeitswahn aber wirklich etwas zu erreichen, wäre wünschenswert, dass aus den unverbindlichen Richtlinien oder Vorschlägen verbindliche Regeln werden.

---

<sup>291</sup> Vgl.: Institut Suchtprävention. Aktuelle Zahlen. URL:

<http://www.praevention.at/seiten/index.php/nav.206/view.246/level.4/> (Abgerufen 6.1.2008 16:58)

<sup>292</sup> Magersucht-Online. Risiken, die mit einer Essstörung verbunden sind. Medizinische Komplikationen. URL: <http://www.magersucht-online.de/risiken.htm> (Abgerufen: 6.1.2008 17:07)

<sup>293</sup> Vgl.: Bundesministerium für Gesundheit (BMG) Referat Öffentlichkeitsarbeit (Hrsg.): Leben hat Gewicht. Gemeinsam gegen den Schlankeitswahn. Charta im Rahmen der Initiative „Leben hat Gewicht - gemeinsam gegen Schlankeitswahn“ unterzeichnet. URL: [http://www.leben-hat-gewicht.de/cIn\\_117/nn\\_1149620/sid\\_A6DAE3E5423D1CF5C73F34C7D3A9EE2B/nsc\\_true/SharedDocs/Pressemittelungen/DE/2008/Nationale-Modecharta.html?\\_\\_nnn=true](http://www.leben-hat-gewicht.de/cIn_117/nn_1149620/sid_A6DAE3E5423D1CF5C73F34C7D3A9EE2B/nsc_true/SharedDocs/Pressemittelungen/DE/2008/Nationale-Modecharta.html?__nnn=true) (Abgerufen: 1.12.2008 09:37)

## Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Venus von Willendorf <a href="http://willendorf.info/verkauf.htm">http://willendorf.info/verkauf.htm</a> (6.1.2009 21:15).....	21
Abbildung 2: Twiggy <a href="http://fashionation.files.wordpress.com/2006/10/twiggy02.jpg">http://fashionation.files.wordpress.com/2006/10/twiggy02.jpg</a> (6.1.2009 22:05).....	23
Abbildung 3: Thinspiration Original und Fälschung <a href="http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht_pro-ana.pdf">http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht_pro-ana.pdf</a> (1.12.2008 12:17) .....	57
Abbildung 4: Diätticker <a href="http://proxanaxkeks.chapso.de/diaetticker-s335372.html">http://proxanaxkeks.chapso.de/diaetticker-s335372.html</a> (8.11.08 11:21) .....	58
Abbildung 5: Aufnahmeprozedere <a href="http://www.wayofperfection.de.vu/">http://www.wayofperfection.de.vu/</a> (10.0kt.08 9:14) .....	60
Abbildung 6: Rechercheraster von Jugendschutz.net <a href="http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht_pro-ana.pdf">http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht_pro-ana.pdf</a> (Abgerufen: 1.12.2008 12:55) .....	76
Abbildung 7: Warnung auf Pro-Ana-Seiten <a href="http://www.forumprofi.de/forum7013/_">http://www.forumprofi.de/forum7013/_</a> (17.10.08 11:24) .....	79
Abbildung 8: Verteilung nach Geschlecht .....	98
Abbildung 9: unterschiedliche Bedeutungen von Pro-Ana.....	99
Abbildung 10: Dauer im Forum.....	100
Abbildung 11: Frequenz der Forenbesuche .....	101
Abbildung 12: Zuspruch/Trost.....	102
Abbildung 13: Einfluss der Foren auf ein Gefühl der Einsamkeit.....	103
Abbildung 14: Rat bei Alltagsfragen oder -problemen.....	104
Abbildung 15: Einfluss der Forenbesuche auf den Gemütszustand der Befragten.....	105
Abbildung 16: Was die Befragten an Pro-Ana-Foren vermissen würden. ....	106
Abbildung 17: Trigger-Effekt .....	109
Abbildung 18: Abnehm-Tipps .....	110
Abbildung 19: Nutzung der Tipps .....	110
Abbildung 20: Einfluss der Foren auf das Wunschgewicht.....	111
Abbildung 21: Einfluss der Foren auf das tatsächliche Gewicht .....	112
Abbildung 22: Gewicht-Dauer-Verhältnis.....	113
Abbildung 23: Abnehm-Grenze.....	114
Abbildung 24: Veränderung des Gesundheitszustandes innerhalb des ersten Monats.....	115

Abbildung 25: Veränderung des Gesundheitszustandes innerhalb des ersten halben Jahres .....	116
Abbildung 26: Veränderung des Gesundheitszustandes innerhalb des ersten Jahres.....	116
Abbildung 27: Veränderung des Gesundheitszustandes ab 13 Monaten.....	117

## Quellenverzeichnis

### Literaturverzeichnis

Alpers, Georg; Andrew Winzelberg, Barr Taylor: Internetgruppen für Brustkrebspatientinnen. In: Ott, Ralf; Christiane Eichenberg (Hrsg.): Klinische Psychologie und Internet. Potenziale für klinische Praxis, Intervention, Psychotherapie und Forschung. Hogrefe, Göttingen, S. 207 – 228

Arns, Inke: Netzkulturen. Europäische Verlagsanstalt, Hamburg, 2002

Atteslander, Peter: Methoden der empirischen Sozialforschung. Erich Schmidt, Aufl. 12, Berlin, 2008

Batinic, Bernhard,; Michael Bosnjak: Fragebogenuntersuchungen im Internet . In: Batinic, Bernad (Hrsg.): Internet für Psychologen, Hogrefe, Aufl. 2, Göttingen, 2000, S. 287 – 317

Buchholz, Helga: Die verzehrte Frau. Anorexie und Bulimie im Spiegel weiblicher Subjektivität. Leske + Budrich, Opladen, 2001

Bruch, Hilde: Essstörungen. Zur Psychologie und Therapie von Übergewicht und Magersucht. Fischer Taschenbuch, Frankfurt am Main, 1991

Diagnostisches und Statistisches Manual Psychischer Störungen DSM-IV. Hogrefe, Göttingen, 2001

Diekmann, Andreas: Empirische Sozialforschung. Grundlagen, Methoden, Anwendungen. Rowohlt Taschenbuch, Aufl. 18, Hamburg, 2007

Dolan, Bridget: Die Bedeutung soziokultureller Faktoren für die Entwicklung von Essstörungen. In: Köpp Werner; Georg Ernst Jacoby (Hrsg.): Beschädigte Weiblichkeit. Eßstörungen, Sexualität und sexueller Missbrauch. Roland Asanger, Aufl. 2, Heidelberg, 1996, S. 30 - 37

Döring, Nicola: Computervermittelte Kommunikation als therapeutisches Medium. In: Ott, Ralf; Christiane Eichenberg (Hrsg.): Klinische Psychologie und Internet. Potenziale für klinische Praxis, Intervention, Psychotherapie und Forschung. Hogrefe, Göttingen, 2003, S. 117 – 127

Drolshagen, Ebba D.: „Wir wollen, was wir wollen sollen“ Der vermännlichte Frauenkörper – Hintergründe eines paradoxen Schönheitsideals. In: Nuber Ursula (Hrsg.): Spieglein, Spieglein an der Wand. Der Schönheitskult und die Frauen. Beltz, Weinheim, 1992, S. 57 - 68

Eichenberg Christiane: Internetbasierte Hilfe für Betroffene psychischer Störungen. In: Ott, Ralf; Christiane Eichenberg (Hrsg.): Klinische Psychologie und Internet. Potenziale für klinische Praxis, Intervention, Psychotherapie und Forschung. Hogrefe, Göttingen, 2003, S. 173 – 189

Ettrich, Christine; Ulrike Pfeiffer (Hrsg.): Anorexie und Bulimie – zwischen Todes-Sehnsucht und Lebens-Hunger. Urban & Fischer, Aufl. 1, München, 2001

Eysenbach, Gunther: Online-Gesundheitsinformationen, ihre Qualität und Nebenwirkungen. In: Grätzel von Grätz, Phillip (Hrsg.): Vernetzte Medien. Patienten-Empowerment und Netzinfrastrukturen in der Medizin des 21. Jahrhunderts. Heise, Hannover, 2004, S. 47 – 61

Forbriger, Anja: Krebs. So finden sie Hilfe im Internet. Trias, Stuttgart, 2002

Gerlinghoff, Monika; Herbert Backmund; Norbert Mai: Magersucht und Bulimie. Verstehen und bewältigen. Quadriga, Aufl. 3, Weinheim, 1993

Gerlinghoff, Monika; Herbert Backmund: Schlankheitstick oder Eßstörung? Ein Dialog mit Angehörigen. Deutscher Taschenbuch, Aufl.2, München, 1999

Grätzel von Grätz, Phillip (Hrsg.): Einleitung: Netztechnologien in einem Gesundheitswesen im Umbruch. In: Grätzel von Grätz, Phillip (Hrsg.): Vernetzte Medien. Patienten-Empowerment und Netzinfrastrukturen in der Medizin des 21. Jahrhunderts. Heise, Hannover, 2004. S. 6 – 13

Grunwald, Martin: Essstörungen: Wird das Internet als Informationsquelle von Betroffenen und Angehörigen genutzt? In: Ott, Ralf; Christiane Eichenberg (Hrsg.): Klinische Psychologie und Internet. Potenziale für klinische Praxis, Intervention, Psychotherapie und Forschung. Hogrefe, Göttingen, 2003, S. 190 – 206

Haupt, Friederike: Denn dünn bedeutet frei zu sein. Wenn die Magersucht zur besten Freundin wird: Die Internet-Bewegung „Pro-Ana“ verklärt die Essstörung zum Lebensstil. In: FRANKFURTER ALLGEMEINE ZEITUNG, 16. November 2007

Hollaus, Martin: Der Einsatz von Online-Befragungen in der empirischen Sozialforschung. Shaker, Aachen, 2007

Janssen, Ludwig (Hrsg.): Auf der virtuellen Couch. Selbsthilfe, Beratung und Therapie im Internet. Psychiatrie-Verlag, Bonn, 1998, 11 – 25

Kestler, Marianne: In der virtuellen Gemeinschaft. Newsgroups, Diskussionsgruppen, Foren. In: Janssen, Ludwig (Hrsg.): Auf der virtuellen Couch. Selbsthilfe, Beratung und Therapie im Internet. Psychiatrie-Verlag, Bonn, 1998, S. 53 – 69

Krüger, Claus: Binge Eating und Binge-Eating-Störung. In: Reich, Günter; Manfred Cierpka (Hrsg.): Psychotherapie der Essstörungen. Krankheitsmodelle und Therapiepraxis – störungsspezifisch und schulenübergreifend. Georg Thieme, Stuttgart, 2001, S. 43 - 50

Krüger, Claus; Günter Reich; Peter Buchheim; Manfred Cierpka: Essstörungen und Adipositas: Epidemiologie – Diagnostik – Verläufe. In: Reich, Günter; Manfred Cierpka (Hrsg.): Psychotherapie der Essstörungen. Krankheitsmodelle und Therapiepraxis – störungsspezifisch und schulenübergreifend. Georg Thieme, Stuttgart, 2001, S. 24 - 42

Ott, Ralf: Klinisch-psychologische Intervention und Psychotherapie im Internet: Ein Rewiev zu empirischen Befunden. In: Ott, Ralf; Christiane Eichenberg (Hrsg.): Klinische

Psychologie und Internet. Potenziale für klinische Praxis, Intervention, Psychotherapie und Forschung. Hogrefe, Göttingen, 2003, 128 – 148

Ott, Ralf; Christiane Eichenberg: Informationen über psychische Störungen im Internet: Überblick und Qualitätssicherung. In: Ott, Ralf; Christiane Eichenberg (Hrsg.): Klinische Psychologie und Internet. Potenziale für klinische Praxis, Intervention, Psychotherapie und Forschung. Hogrefe, Göttingen, 2003, S. 21 – 46

Passariello, Christina; Stacy Meichtry: France aims to put anorexia out of fashion. Lawmakers pass bill against incitement of “excessive thinness”. In: The Wall Street Journal. 16.4.2008, S. 31

Pfannenschwarz, Christl: Schön und gut, aber: Was heißt eigentlich „schön“? Attraktivitätsforschung – die Messbarkeit äußerlicher Reize. In: Nuber Ursula (Hrsg.): Spieglein, Spieglein an der Wand. Der Schönheitskult und die Frauen. Beltz, Weinheim, 1992, S. 23 - 39

Rünger, Michaela; Fritz Haverkamp: Ressourcen zur Kinder- und Jugendpsychologie, -psychiatrie und –psychotherapie im Internet. In: Ott, Ralf; Christiane Eichenberg (Hrsg.): Klinische Psychologie und Internet. Potenziale für klinische Praxis, Intervention, Psychotherapie und Forschung. Hogrefe, Göttingen, 2003, S. 47 – 61

Scholl, Armin: Die Befragung. Sozialwissenschaftliche Methode und kommunikationswissenschaftliche Anwendung. UKV, Konstanz, 2003

Schöppe, Arno: Internet-Raststätten für Sex-Surfer? Digitale Beratung von Pro Familia. In: Janssen, Ludwig (Hrsg.): Auf der virtuellen Couch. Selbsthilfe, Beratung und Therapie im Internet. Psychiatrie-Verlag, Bonn, 1998, S. 117 – 128

Schreiber, Celine: Selbsthilfe im Internet: Ein Erfahrungsbericht am Beispiel Missbrauch. In: Ott, Ralf; Christiane Eichenberg (Hrsg.): Klinische Psychologie und Internet. Potenziale für klinische Praxis, Intervention, Psychotherapie und Forschung. Hogrefe, Göttingen, 2003, S. 229 - 246

Selvini Palazzoli Mara; Stefano Cirillo; Matteo Selvini u.a.: Anorexie und Bulimie. Neue familientherapeutische Perspektiven. Klett-Cotta, Stuttgart, 1999

Stahr, Ingeborg; Ingrid Barb-Priebe, Elke Schulz: Essstörungen und die Suche nach Identität. Ursachen, Entwicklungen und Behandlungsmöglichkeiten. Juventa, Weinheim, 1995

Treasure, Janet: Gemeinsam die Magersucht besiegen. Ein Leitfaden für Betroffene, Freunde und Angehörige. Beltz, Weinheim, 2001

Uca, Eda R.: Ana's Girls. The Essential Guide to the Underground Eating Disorder Community Online. Author House, Bloomington, 2004

Vandereycken, Walter; Meermann Rolf: Magersucht und Bulimie. Ein Ratgeber für Betroffene und ihre Angehörigen. Hans Huber, Aufl. 2, Bern, 2003

Verbraucherzentrale NRW (Hrsg.): ABC der Schlankmacher. Verbraucherlexikon zur aktuellen Angebotspalette. Nordrhein-Westfalen e.V., Düsseldorf, 2004

### Internetverzeichnis:

Ana-forever: Thinlines. URL: <http://ana-forever.chapso.de/thinlines-s216734.html?PHPSESSID=e605d5b2b19188bfedb633d0a0266089> (Abgerufen: 8.11.08 11:04)

Angel (Admiss): Diamondangels Forum. Anmeldung. Anmeldebogen. URL: <http://33766.rapidforum.com/topic=106969699055> (Abgerufen: 26.11.08 10:16)

Anstiftung zur Anorexie. Frankreich führt Gesetz gegen Magerwahn ein. In: Spiegel Online. 15.4.2008 URL.: <http://www.spiegel.de/panorama/0,1518,547625,00.html> (Abgerufen: 30.11.2008 15:59)

Bei "Neurose" drücken Sie die "Eingabetaste"! Cyber-Psychiatrie Online: Keine Zukunft mehr. 13.7.1999 URL: <http://www.multimedvision.de/online/cybermed/990713.htm> (Abgerufen: 10.5.08 10:13)

Blueangel (Admiss): Forum: Blue Angels. Anmeldung. So stellt ihr euch vor. URL: <http://5950.rapidforum.com/topic=100271488658> (Abgerufen: 26.11.08 11:55)

Blueberry (MOD Team Member): An alle Neulinge! Ein paar Regeln! Verfasst: 7.4.2005, zuletzt bearbeitet: 25.4.2006 URL: <http://www.bulimie.at/board4/viewtopic.php?f=5&t=9563> (Abgerufen: 27.10.08 13:14)

Bulimie.at URL: <http://www.bulimie.at/board4/viewtopic.php?f=5&t=9563>

Bundesministerium für Gesundheit (BMG) Referat Öffentlichkeitsarbeit (Hrsg.): Leben hat Gewicht. Gemeinsam gegen den Schlankheitswahn. Charta im Rahmen der Initiative „Leben hat Gewicht - gemeinsam gegen Schlankheitswahn“ unterzeichnet. URL: [http://www.leben-hat-gewicht.de/cln\\_117/nn\\_1149620/sid\\_A6DAE3E5423D1CF5C73F34C7D3A9EE2B/nsc\\_true/SharedDocs/Pressemitteilungen/DE/2008/Nationale-Modecharta.html?nnn=true](http://www.leben-hat-gewicht.de/cln_117/nn_1149620/sid_A6DAE3E5423D1CF5C73F34C7D3A9EE2B/nsc_true/SharedDocs/Pressemitteilungen/DE/2008/Nationale-Modecharta.html?nnn=true) (Abgerufen: 1.12.2008 09:37)

Dragonry (Admin.): Rapid Tec Fan Forum 4.11.2008 URL: <http://1.rapidforum.com/topic=105467419318> (Abgerufen: 4.12.2008 10:07)

Dünnsein als Lifestyle. Wenn Magersucht zum Lebensinhalt wird. Aus einem Beitrag von Andrea Schreiber und Linda Wundrak. ML Mona Lisa, Sendedatum: 1. Oktober 2006, 18.00 Uhr URL.: <http://monalisa.zdf.de/ZDFde/inhalt/16/0,1872,3982896,00.html?dr=1> (Abgerufen: 13. März 2008, 13:17)

Eichenberg, Christiane: Das Internet als therapeutisches Medium. Selbsthilfe und Intervention. In: Praxis Computer in Verbindung mit dem deutschen Ärzteblatt, Heft 2/2004 URL.: <http://www.aerzteblatt.de/v4/archiv/pdf.asp?id=41731> (Abgerufen: 29.10.08 12:48)

Eichenberg, Christiane: Essstörungen: Informations- und Interventionsangebote im Internet. In: Psychotherapie im Dialog. Heft 1/2004, S. 82 - 85, S. 82 URL.: <http://www.christianeeichenberg.de/ess.pdf> (Abgerufen: 30.10.08 09:46)

Eichenberg, Christiane; Elmar Brähler: „Nothing tastes as good as thin feels ...” – Einschätzung zur Pro-Anorexia-Bewegung im Internet. In: [Psychotherapie Psychosomatik Medizinische Psychologie](#). Heft 7/2007, S. 269-270, S. 269 URL: <http://www.christianeeichenberg.de/s-2007-970912.pdf> (Abgerufen: 29.10.2008 13:15)

Fairytale Dreams Forum. Willkommen. Ein wenig über uns. Über das Forum. URL: <http://fairytale-dreams.forumieren.de/ein-wenig-uber-uns-f1/uber-das-forum-t1.htm> (Abgerufen: 27.11.08 14:29)

featherweight (Maint.): „pro ana”. Anfang oder Ende. URL: [http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/anfang\\_oder\\_ende.htm](http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/anfang_oder_ende.htm) (Abgerufen: 12.3.08 17:44)

featherweight (Maint.): „Pro Ana”. Versuch einer Begriffsdefinition. URL: [http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/versuch\\_begriffsdefinition.htm](http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/versuch_begriffsdefinition.htm) (Abgerufen: 18.2.08 13:24)

featherweight (Maint.): „pro ana“-Seiten. Was heißt eigentlich „pro ana“? URL: [http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/mii\\_pro-ana.htm](http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/mii_pro-ana.htm) (Abgerufen: 18.2.08 12:42)

featherweight (Maint.): „pro ana“. Untergruppen. URL: <http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/untergruppen.htm> (Abgerufen: 10.3.08 19:10) Hinweis: auf die vier Gruppen von Pro-Ana's wird im Kapitel 5.3.2. noch genauer eingegangen werden.

featherweight (Maint.): Woher kommt pro ANA? URL: <http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/ursprung.htm> (Abgerufen 30.9.07 11:37)

featherweight (Maint.): „pro ana“-Seiten. Wer besucht „pro ana“-Seiten? URL: [http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/mii\\_pro-ana.htm](http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/mii_pro-ana.htm) (Abgerufen: 14.3.08 11:59)

featherweight (Maint.): Persönliche Meinungen. Was bedeutet (pro) ANA für dich? URL: <http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/pro-ana.htm> (Abgerufen: 21.2.08 14:20)

featherweight (Maint.): (Selbst-)Hilfe-Seiten. Überblick. URL: <http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/hilfeseiten.htm> (Abgerufen: 18.2.08 12:24)

featherweight (Maint.): „pro ana“-Seiten. Wie sind „pro ana“-Seiten aufgebaut? URL: [http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/mii\\_pro-ana.htm](http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/mii_pro-ana.htm) (Abgerufen: 13.3.08 11:50)

featherweight (Maint.): (Th)inspiration? URL: <http://www.gestoerte-welt.de/pure/thinspiration/thinspiration.htm> (Abgerufen: 17.3.08 15:11)

Fritzsche, Lara: Meine Freundin Ana.

23.08.04, 14:19h, AKTUALISIERT 20.05.05, 16:17h URL:

<http://www.ksta.de/html/artikel/1092932021179.shtml> (Abgerufen: 13. März 2008, 11:48)



Gawlik, Wolfgang: Magersucht-Online. Yahoo! entfernt Pro-Anorexie-Seiten. URL: [http://www.magersucht-online.de/dossiers/prosites/prosites\\_closing.htm](http://www.magersucht-online.de/dossiers/prosites/prosites_closing.htm) (Abgerufen: 1.12.2008 12:49)

Gawlik, Wolfgang: Magersucht-Online. Anas wehren sich gegen die Schließung von Pro-Anorexie-Seiten. URL: [http://www.magersucht-online.de/dossiers/prosites/prosites\\_anorexic\\_gospel.htm](http://www.magersucht-online.de/dossiers/prosites/prosites_anorexic_gospel.htm) (Abgerufen: 3.12.2008 09:11)

Hungrig-Online.de URL: <http://www.hungrig-online.de/content/view/34/31/>

Hungrige-Seelen.de URL: <http://www.hungrige-seelen.de/viewtopic.php?f=155&t=7205>

Hörndler, Margit; Zitt, Christian: Körperkult – Körpersein. Vom soziokulturellen Normierungsdruck, vom Verlust einer weiblichen Genealogie, von Beziehungs- und Identitätsstörungen zur Entstehung von Essstörungen. Jänner 2004 URL: [http://www.sowhat.at/downloads/Forschung\\_Koerperkult.pdf](http://www.sowhat.at/downloads/Forschung_Koerperkult.pdf) (Abgerufen: 31. Oktober 2007, 13:18)

<http://5249.free-toplist.de/> (Abgerufen: 27.11.08 13:57)

<http://hungryhearts.de.vu> (Abgerufen: 8.10.08 09:37)

<http://overtherainbow.de.ms/> (Abgerufen: 4.12.2008 10:05)

<http://pink-flowers.ingoo.us/forum.htm> (Abgerufen: 4.12.2008 10:05)

<http://www.pure-perfection.de.vu/> (Abgerufen: 4.12.2008 10:05)

<http://18563.rapidforum.com/> (Abgerufen: 4.12.2008 10:05)

<http://78225.rapidforum.com/> La Salida Forum (Abgerufen: 4.12.2008 10:05)

<http://sad-fairys.forumn.net/> (Abgerufen: 4.12.2008 10:05)

<http://www.sternenkinder.net.ms/> (Abgerufen: 4.12.2008 10:05)

<http://www.wayofperfection.de.vu/> (Angerufen: 21.11.2008 16:18)

Initiative vor Fashionweek: Für ein paar Gramm mehr am Model. In: Netzeitung.de 11.7.2008 URL: <http://www.netzeitung.de/vermishtes/1085437.html> (Abgerufen: 3.12.2008 08:56)

Jegerlehner, Nicole: Ana, die Freundin junger Frauen. Im Berner Inselspital sind immer mehr extrem magersüchtige Frauen in Behandlung; im Internet zelebrieren Jugendliche die Krankheit. In: Der Bund. 4.1.2007, S. 17 URL: [http://www.jugendfachstelle-lyss.ch/Downloads/2007-01-04\\_Der\\_Bund\\_ANA.pdf](http://www.jugendfachstelle-lyss.ch/Downloads/2007-01-04_Der_Bund_ANA.pdf) (Abgerufen: 3.11.08 13:20)

Jensch, Nele: „Lieber krank als fett“ – Magersucht als Lifestyle. Verfasst: 27.9.2006 URL: <http://www.dw-world.de/dw/article/0,2144,2186154,00.html> (Abgerufen: 21.11.08 09:50)

Karwautz, Andreas: Essstörungen. Gesundheitsbericht Wien. 1997. URL:  
<https://www.wien.gv.at/who/gb/97/pdf/4-7.pdf> (Abgerufen: 11. Oktober 2007, 18:05)

Kölz, Daniela; Wolfgang Gawlik; Regina Brauner: Selbsthilfe- und Präventionsaspekte von Pro-Ana im Internet. 3. November 2006 URL: <http://www.magersucht-online.de/modules.php?name=News&file=print&sid=497> (Abgerufen: 13. März 2008, 10:27)

Lau, Hannes: Triggern - ein Erklärungsversuch. URL:  
<http://home.debitel.net/user/hannes.lau/Borderline/Trigger.htm> (Abgerufen: 17.12.2008 10:35)

Leserkommentar von Lizz am 11.5.2006 zu: Baeuerlein, Theresa: Lebensgefühl Hunger. In: Neon das Magazin Ausgabe: 3/2006, 1.3.2006 11:51 URL:  
<http://neon.de/kat/wissen/gesundheit/130442.html> (Abgerufen: 17.10.08 13:11)

Leserkommentar von Lenore am 23.2.2007 zu: Baeuerlein, Theresa: Lebensgefühl Hunger. In: Neon das Magazin Ausgabe: 3/2006, 1.3.2006 17:35 URL:  
<http://neon.de/kat/wissen/gesundheit/130442.html> (Abgerufen: 17.10.08 13:11)

Magersucht.de URL: <http://www.magersucht.de/forum.php>

Moni (Admiss): Forum: Want To Be A Skinny. Fragebogen für neue Bewerber. URL:  
<http://www.forumprofi.de/forum7013/fragebogen-fuer-neue-bewerber-t5.html> (Abgerufen: 26.11.08 10:00)

Princess-ana18 (Maint.): Tipps und Motivation. Geheimhaltung. URL: <http://princess-ana18.chapso.de/geheimhaltung-s505579.html> (Abgerufen: 6.11.08 19:06)

Princess-ana18 (Maint.): Twin-Vermittlung. URL: <http://princess-ana18.chapso.de/twin-vermittlung-s503378.html> (Abgerufen: 26.11.08 09:45)

“Pro-Ana im Internet. Anas Brief. 15.8.07 URL:  
<http://www.spiegel.de/schulspiegel/leben/0,1518,489791,00.html> (Abgerufen: 21.5.2008 14:28)

Rauchfuß, Katja: Abschlussbericht der Recherche zu Pro-Anorexie-Angeboten 2006/2007. In: Jugendschutz.net. Mainz, 2008, S. 2 – 22, S. 10 URL:  
[http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht\\_pro-ana.pdf](http://www.jugendschutz.net/pdf/bericht_pro-ana.pdf) (Abgerufen: 31.10.2008 9:45)

Sad Fairies Forum URL: <http://sad-fairys.forumn.net/vorstellung-f3/vorstellung-aufgenommen-t7.htm> (Abgerufen: 27.11.08 13:55)

Schindler, Friedemann (Verantwortlicher): Jugendschutz.net. Jugendschutz im Internet. URL: [http://www.jugendschutz.net/jugendschutz\\_net/index.html](http://www.jugendschutz.net/jugendschutz_net/index.html) (Abgerufen: 1.12.2008 12:11)

Secret Pain Forum. URL: <http://www.secret-pain.de/viewtopic.php?f=52&t=34> (Abgerufen: 21.11.08 09:16)

Silent Angel Forum URL: <http://2898.rapidforum.com/> (Abgerufen: 21.11.08 09:24)

Silent Taers Forum URL: <http://www.board-4you.de/v65/boards/259/thread.php?threadid=359&sid=a806ed12797b6c885f4b993a54e7512e> (Abgerufen: 27.11.08 13:55)

Therapie im Internet. Was kann die Internet-Seelsorge leisten? 12.12.2000 nano online  
<http://www.3sat.de/3sat.php?http://www.3sat.de/nano/bstuecke/13402/index.html> 13.5.08  
13:05

Verboten.: Anstiftung zur Magersucht. In: Der Tagesspiegel. 15.4.2008 URL:  
<http://www.tagesspiegel.de/weltspiegel/Magersucht;art1117,2513530> (Abgerufen:  
30.11.2008 16:05)

Way of perfection URL: <http://www.wayofperfection.de.vu/> (Abgerufen: 8.10.08 11:10)

Wimmer-Puchinger, Beate; Michaela Langer (Hrsg.): Chronologie „Kampf gegen den Schlankeitswahn“. Seit 1979 kämpfen Aktivisten mit verschiedenen Initiativen gegen den Schlankeitswahn. Hier finden Sie wichtige Daten des Kampfes chronologisch aufbereitet.  
URL: [http://www.s-o-ess.at/inter\\_initiativen/Chronologie\\_d\\_Kampfes\\_g\\_d\\_Schlankeitswahn.html](http://www.s-o-ess.at/inter_initiativen/Chronologie_d_Kampfes_g_d_Schlankeitswahn.html) (Abgerufen:  
30.11.2008 15:07)

Zess, Birte (Pressekontakt): Hilfe und Unterstützung. Du hast Angst? URL:  
<http://www.hungrig-online.de/content/view/40/34/> (Abgerufen: 30.10.2008 16:03)

Zess, Birte (Pressekontakt): Regeln und Nutzungshinweise. Vorbemerkung. URL:  
<http://www.hungrig-online.de/content/view/34/31/> (Abgerufen: 11.7.2008 9:30)

Zess, Birte (Pressekontakt): Die Regeln des Diskussionsforums. URL:  
<http://www.hungrig-online.de/content/view/34/31/> (Abgerufen: 11.7.2008 9:45)

Ich habe mich bemüht, sämtliche Inhaber der Bildrechte ausfindig zu machen und ihre Zustimmung zur Verwendung der Bilder in dieser Arbeit eingeholt. Sollte dennoch eine Urheberrechtsverletzung bekannt werden, ersuche ich um Meldung bei mir.

## Anhang

### Abstract

Thema der Arbeit ist das Phänomen Pro-Ana. Pro-Ana bedeutet im Wesentlichen „für die Magersucht sein“. Die Pro-Ana-Bewegung entsteht etwa 1997 in den USA<sup>294</sup> und breitet sich von dort in den deutschsprachigen Raum aus. Mittlerweile gibt es hier eine Vielzahl an Pro-Ana-Foren. Diese stehen im Verdacht Magersucht zu einem durch ein extremes Schlankheitsideal geprägten Lebensstil zu erheben. Gerade die Medien vermitteln oft das Bild, in Pro-Ana-Foren würden sich Mädchen gegenseitig in den Hungertod treiben.<sup>295</sup>

Auf der anderen Seite stehen die Pro-Ana-Ahängerinnen. Diese plädieren für eine Differenzierung zwischen den einzelnen Foren. Das von den Medien gezeichnete Bild wäre einseitig und vereinfacht und würde nur auf Skandale abzielen. Ihrer Meinung nach bedeutet Pro-Ana einen Weg zu finden, mit ihrer Krankheit umzugehen.<sup>296</sup>

Aufgrund dieser unterschiedlichen Darstellungen, widmet sich die vorliegende Arbeit der Frage: Sind Pro-Ana-Foren gefährlich, weil sie sich schädlich auf ihre Mitglieder auswirken, oder sind sie berechtigt, weil sie eine wichtige Bedeutung für ihre Mitglieder haben?

Diese Fragen werden im Rahmen einer Online-Befragung der Pro-Ana-Forenmitglieder untersucht.

Mit den Ergebnissen wird kein Anspruch auf Repräsentativität erhoben. Einerseits aufgrund von Selbstselektionsprozessen bei der Befragung, andererseits weil es angesichts der unbekanntem Grundgesamtheit von Pro-Ana-Forennutzern nicht möglich ist eine korrekte Stichprobe zu ziehen. Es ist daher nur möglich einen Trend aufzeigen.

Das Ziel der vorliegenden Arbeit besteht darin, die Gefährlichkeit oder eine mögliche Berechtigung der Foren einzuschätzen. Dadurch soll einer übertriebenen

---

<sup>294</sup> Vgl.: Haupt, Friederike: Denn dünn bedeutet ... a. a. O. S. 7

<sup>295</sup> Vgl.: featherweight (Maint.): „pro ana“. Einleitung. URL: <http://www.gestoerte-welt.de/pure/pro-ana/einleitung.htm> (Abgerufen: 10.3.08 17:00)

<sup>296</sup> Vgl.: Silent Angel Forum. URL: <http://2898.rapidforum.com/> (Abgerufen: 21.11.08 09:24)

Gefahrenzuschreibung entgegengewirkt, oder im umgekehrten Fall, eine tatsächlich von den Foren ausgehende Gefahr für deren Mitglieder bestätigt werden.

Die zentralen Ergebnisse der vorliegenden Untersuchung bezüglich der Gefährlichkeit von Pro-Ana-Foren betreffen allesamt das Gewicht der Betroffenen bzw. Maßnahmen dieses zu reduzieren. In den Foren werden Abnehm-Tipps gegeben und genutzt. Die Foren tragen dazu bei, dass sich ihre Besucher ein niedrigeres Gewicht wünschen. Dieses Ziel erreichen auch die meisten. Außerdem haben die Foren teilweise krankheitsverfestigende und aufrechterhaltende Auswirkungen auf deren Nutzer.

Die positiven Aspekte der Foren äußern sich durchwegs darin, dass die Forennutzer in den Foren emotionalen Beistand erhalten. Dieser ist äußerst wichtig für die durch die Krankheit bedingt oft sehr verzweifelten Forenmitglieder.

Insgesamt betrachtet kann durch die Untersuchungsergebnisse für gewisse, zu Beginn der Arbeit angenommene Gefahren, Entwarnung gegeben werden. Andere von den Foren ausgehende Gefahren müssen aber bestätigt werden. Da durch die Untersuchung jedoch gleichzeitig auch bedeutungsvolle positive Forenaspekte deutlich werden, erscheint ein gänzlich Verbot von Pro-Ana-Foren unangebracht. Stattdessen könnte es sinnvoll sein, bisherige Bemühungen im Kampf gegen gefährliche Pro-Ana-Angebote zu ergänzen. Z.B. könnte eine geschulte Person Zutritt zu den passwortgeschützten Foren erhalten. So sollen die Inhalte der einzelnen Foren beurteilt werden können.

## Lebenslauf



### Persönliche Angaben

---

Name:	Lydia Nemetz
Geb. Datum:	09.11.1983
Staatsbürgerschaft:	Österreich
Familienstand:	ledig, keine Kinder
Adresse:	1150 Wien, Giselhergasse 3/1
Telefon:	0676/9619302
E-Mail:	lydia.nemetz@gmx.at

### Schulbildung

---

1990 – 1994	Volksschule in Wien, 1230
1994 – 2002	Realgymnasium in Wien, 1230
2002	Matura

### Studium

---

Seit 2002	Studium an der Universität Wien Publizistik- und Kommunikationswissenschaft in Fächerkombination mit Sportwissenschaft und Politikwissenschaft
-----------	---

### Beruflicher Werdegang

---

Juli 1999	Bürotätigkeit in der Druckerei Martini & Janac
Februar 2005	Interviewerin Fa. Integral Institut für Markt- und Meinungsforschung
Oktober 2005	Promotionstätigkeit für ATV / Grazer Herbstmesse
Seit Oktober 2005	Freie Mitarbeiterin / Projektassistenz Bundesrechenzentrum

### Spezielle Qualifikationen

---

Sprachen:	Deutsch (Muttersprache) Englisch (Konversationsfähig) Spanisch (Grundkenntnisse)
EDV Kenntnisse:	MS-Office, SAP/R3