

Abstract

Der Einfluss sozialer Medien auf die Entstehung von Anorexia und Bulimia nervosa bei Mädchen in der Pubertät und die Chancen der Sozialen Arbeit in der Prävention von Essstörungen - Eine Handlungs- und Orientierungshilfe für Sozialpädagogen*innen

Soziale Medien sind mittlerweile ein fester Bestandteil des Alltags vieler Jugendlicher. In der Sozialen Arbeit begegnen Fachkräfte häufig jungen Mädchen, die möglicherweise mit einer Essstörung zu kämpfen haben. Allerdings verfügen Sozialpädagogen*innen oft nur über begrenztes Wissen zu diesem Thema, da im Studium kaum auf den Einfluss sozialer Medien oder Essstörungen eingegangen wird. Daher ist es von großer Bedeutung, dass sie ein umfassendes Verständnis für Essstörungen entwickeln und sich mit präventiven Maßnahmen im Umgang mit jungen Mädchen auseinandersetzen, insbesondere im Hinblick auf den Einfluss sozialer Medien.

Das Hauptziel dieser Arbeit ist es, den Einfluss sozialer Medien auf die Entwicklung von Anorexia nervosa und Bulimia nervosa bei Mädchen im Pubertätsalter zu untersuchen und die Möglichkeiten der Sozialen Arbeit in der Prävention von Essstörungen bei jungen Mädchen zu überprüfen. Die Forschungsfrage lautet daher: *Inwieweit fördern soziale Medien eine mögliche Entstehung von Essstörungen bei Mädchen in der Pubertät und worin liegen die Chancen der Sozialen Arbeit in der Prävention?* Diese Arbeit dient als Handlungs- und Orientierungsleitfaden für Sozialpädagogen*innen.

Zur Beantwortung der Forschungsfrage wird eine Literaturanalyse gemäß dem PRISMA-Schema durchgeführt. Die Analyse liefert Erkenntnisse bezüglich der Beziehung zwischen sozialen Medien und Essstörungen sowie zur Prävention von Essstörungen. Auf Basis der Ergebnisse dieser Analyse werden anschließend Handlungsempfehlungen für die sozialpädagogische Praxis erarbeitet.

Die Ergebnisse zeigen, dass soziale Medien nicht als direkter Auslöser von Essstörungen gelten, sondern die negative Beziehung zwischen sozialen Medien und Essstörungen durch individuelle Risikofaktoren und Mediatoren beeinflussen. Solche können Aspekte des Körperbildes, des Selbstbewusstseins oder der Verinnerlichung des Schlankheitsideals sein. Aspekte wie die Häufigkeit, die Art oder die Dauer der Nutzung sozialer Medien können auch die Entstehung von Risikofaktoren begünstigen, die wiederum eine Essstörung auslösen können.

Die Soziale Arbeit kann präventiv auf verschiedene Weisen intervenieren. Insbesondere die Vermittlung von Medienkompetenz hat sich in den Studien als effektive Präventionsmöglichkeit erwiesen. Die kognitive Dissonanz ist ein weiteres effektives Präventionsprogramm. Zudem ist die Unterstützung der Mädchen in ihrer neuen Lebensphase von Bedeutung, um ein gesundes Körperbild und Selbstbewusstsein zu entwickeln. Präventionsprogramme, die sich mit der Reduktion von Risikofaktoren für die Entwicklung von Essstörungen beschäftigen erwiesen sich ebenfalls als effektiv. In der sozialpädagogischen Praxis liegt hier eine weitere Chance. Es sollte verstärkt darauf geachtet werden, dass das Selbstbewusstsein der Mädchen gestärkt wird und ihnen ausreichend Unterstützung geboten wird. Weitere Möglichkeiten zur präventiven Intervention umfassen, vor dem Hintergrund der Effektivität der Präventionsprogramme der Lebensstil-Veränderung, die Vermittlung eines Bewusstseins für gesunde Ernährung oder die Aufklärung über Schönheitsideale im Wandel. Um Sozialpädagog:innen entsprechend auf diese Aufgabe vorzubereiten, sollten die Themen „Soziale

Medien“ und „Essstörungen“ in die Ausbildung der Sozialpädagog:innen übernommen und/oder im Rahmen von Fortbildungen gelehrt werden.

Zusammenfassend kann die Soziale Arbeit einen wesentlichen Beitrag zur Prävention von Essstörungen leisten. Sozialpädagogen*innen stehen in direktem Kontakt zu den betroffenen Mädchen und können gezielt ansetzen, um geeignete Konzepte und Präventionsprogramme zu entwickeln. Die Soziale Arbeit ermöglicht die Verbindung von Theorie und Praxis und kann das Verständnis bezüglich Essstörungen und des Einflusses sozialer Medien fördern.

Autorin:

Luisa Achim

Arbeit zur Erlangung des Grades Bachelor of Arts im Bachelorstudiengang Soziale Arbeit an der IU Internationalen Hochschule im Fernstudium

Korrespondenzadresse:

Luisa.achim@yahoo.com