



universität  
wien

# MASTERARBEIT / MASTER'S THESIS

Titel der Masterarbeit / Title of the Master's Thesis

„Schön SEIN. Welche Wirkung hat die Objektifizierung von Frauen und Mädchen auf deren psychologisches Selbst-Konzept?“

verfasst von / submitted by

Magdalena Härting BSc

angestrebter akademischer Grad / in partial fulfilment of the requirements for the degree of  
Master of Arts (MA)

Wien, 2022 / Vienna, 2022

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

UA 066 808

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

Masterstudium Gender Studies

Betreut von / Supervisor:

Assoz. Prof. Mag. Dr. Anna Babka

„Once you see what self-objectification is and how it has impacted your life, you can't unsee it. Seeing it allows you to see more in yourself“ (Kite & Kite, 2020, S. 127).

## Inhaltsverzeichnis

1 Einleitung.....	2
1.1 Mädchen lernen sich selbst auf ihre Körper zu reduzieren – Hinführung .....	2
1.2 Eigene Positionierung in einem intersektionalen Themenfeld.....	4
1.3 Wenn ich über „Frauen“ spreche.....	8
1.4 Forschungsfrage und Aufbau der Arbeit.....	11
2 Methodik - Autoethnographie.....	12
2.1 Der Arbeit zugrundeliegendes Wissenschaftsverständnis .....	12
2.2 Was ist Autoethnographie?.....	15
2.3 Begründung der Methodenwahl.....	16
2.4 Methodisches Vorgehen .....	18
3 Theorie .....	21
3.1 Objektifizierung .....	21
3.1.1 Definition und Eingrenzung .....	21
3.1.2 Objectification Theory .....	25
3.1.3 Reduktion auf den weiblichen Körper als patriarchales Phänomen.....	30
3.2 Psychologisches Selbst-Konzept.....	35
3.2.1 Einfluss der Umwelt auf das Selbst-Konzept .....	37
3.2.2 Das hierarchische Selbstkonzept-Modell .....	39
4 Forschungsstand.....	41
4.1 Forschung zur Verbindung von Selbst-Objektifizierung und Selbst-Konzept .....	41
4.2 Autoethnographien zur Wirkung von (Selbst-)Objektifizierung auf das Selbst-Konzept .....	43
5 Ergebnisse und Diskussion.....	46
5.1 Du bist dein Körper – Objektifizierung.....	47
5.2 Bin ich mein Körper? – Selbst-Objektifizierung.....	56
5.3 Integration von Selbst-Objektifizierung in das Selbst-Konzept.....	65
6 Schluss .....	72
6.1 Konklusion .....	72
6.2 Limitationen.....	73
6.3 Ausblick.....	75
7 Literaturverzeichnis .....	79
Anhang: Abstract.....	85

## Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Vereinfachtes hierarchisches Selbst-Konzept-Modell .....	40
Abbildung 2: Selbst-Objektifizierung im Selbst-Konzept.....	66

## 1 Einleitung

### 1.1 Mädchen lernen sich selbst auf ihre Körper zu reduzieren – Hinführung

11-jährige Mädchen tanzen aufreizend wie sexualisierte Frauen in Musikvideos – diese Szene beobachtete die französische Regisseurin Maimouna Doucouré in ihrer Pariser Nachbarschaft und nahm sie als Ausgangspunkt für ihren Film *Cuties*, der 2020 Premiere feierte. In dem autobiographisch geprägten Film geht es um Frauenbilder, an welchen sich präpubertierende Mädchen orientieren. Die unterwürfige, abhängige und einengende Frauenrolle, welche die 11-jährige Protagonistin von ihrer konservativen senegalesischen Mutter und Familie vorgelebt bekommt, lehnt sie ab – ihre Freundinnen sind hingegen durch freizügige Bilder auf Social Media und in der westlichen Popkultur beeinflusst. Musikvideos, in denen schöne hypersexualisierte Frauen tanzen. Schönheit und verführerisch aussehen wird für die Mädchen zum Ziel. Der Film kritisiert die Reduktion von Mädchen und Frauen – nicht nur die Reduktion auf eine vom Mann abhängige Rolle als dienende Ehefrau, sondern auch die Reduktion auf die Körpererscheinung: „We are able to see oppression of women in other cultures. But my question is: Isn't the objectification of a woman's body, that we often see in our western culture, not another kind of oppression“ (Netflix Film Club, 2020, 02:31)?

Zunächst hatte der Film großen Erfolg: Die Regisseurin gewann den Award *World Cinema Dramatic* beim Sundance Film Festival 2020; der Streaming-Riese Netflix nahm den französischen Film in sein Programm auf. Die Regisseurin sagt, sie habe einen Spiegel der Gesellschaft schaffen wollen, in den es mitunter schwer sei hineinzusehen (Netflix Film Club, 2020). Wie schwer – das zeigte sich meines Erachtens durch den massiven und breit diskutierten Shitstorm, dem die Regisseurin und der Streaming-Dienst Netflix ausgesetzt waren. Im September 2020 wurde *#cancelnetflix* zum Trend-Thema in den USA - Netflix erlebte die bis dahin größte Flut der Empörung und wurde aufgefordert den Film wieder von der Plattform zu nehmen. Die Kritiker\*innen echauffierten sich darüber, dass im Film junge Mädchen sexualisiert würden. Was bei dieser Debatte unterging, war die eigentliche Aussage des Films: Dass Objektifizierung von Frauen, welche in unserer Kultur eingebettet ist, schon bei jungen Mädchen dazu führen kann, dass sie sich selbst als schönes oder begehrtes Objekt sehen und behandeln.

Darum wird es in der hier vorliegenden Arbeit gehen. In den Blick zu nehmen, was bis dato bei Diskussionen um sexistische Werbung, ungefragte Kommentare zum Aussehen und allgegenwärtige unrealistische Schönheitsideale größtenteils unbeachtet bleibt: Was das alles auf basaler Ebene mit Mädchen und Frauen selbst macht.

Die objektifizierende Umwelt, in der Mädchen und Frauen auf ihre Körper reduziert werden, nehmen die Psychologinnen Fredrickson und Roberts (1997) als Ausgangspunkt für die

Objectification Theory. Sie postulieren, dass Objektifizierung von Mädchen und Frauen – etwa durch körperbezogene Kommentare, sexualisiert werden auf der Straße, aber auch durch die Darstellung von Frauen in Film und Medien, wo deren Aussehen noch immer besonders im Zentrum steht – zu Selbst-Objektifizierung führen könne. Wenn einen die Umwelt vor allem als Körper sehe; als Objekt, das gefällt oder nicht gefällt, sexy sein soll und Bewertung ausgesetzt ist - übernehme man diesen Blick von außen auf sich selbst. Den Blick auf sich als eine Art Ding, was auch Einfluss auf das Verhalten habe. Selbst-Objektifizierung, welche durch die Umwelt erlernt wird, sehen die Autorinnen als wichtigen Risikofaktor für psychische Erkrankungen und Phänomene, die vermehrt Frauen betreffen. Diese reduzierte Selbstwahrnehmung könne zu bedeutsamen psychischen Risiken führen. Wie im Kapitel *Forschungsstand* durch entsprechende Studien belegt wird, kann die Objectification Theory als breit beforscht angesehen werden – zentrale Thesen wurden empirisch untermauert. Doch einmal abgesehen von dem veränderten Blick auf sich selbst als Folge von Objektifizierung und möglichen Zusammenhängen mit psychischer Pathologie: Wie wirkt sich Selbst-Objektifizierung noch auf psychologischer Ebene aus? Was bedeutet es für mein Selbst, wenn ich mich als Objekt sehe?

Pädagogisch-psychologische Erklärungsansätze für Fragen der Selbstwahrnehmung ziehen *Selbst-Konzept*-Modelle heran. Das Selbstkonzept kann beschrieben werden als das Wissen über sich selbst. Welche Wahrnehmung habe ich von mir selbst? Welche Charakterzüge, Eigenschaften, Fähigkeiten, Interessen und Verhaltensweisen sind typisch für mich und machen mich aus? Das sind Fragen, die sich im Selbstkonzept von Personen widerspiegeln (vgl. Lohaus, Vierhaus & Maass, 2010). Selbst-Objektifizierung erfährt bislang keine Abbildung und Aufmerksamkeit in *Selbst-Konzept-Modellen* – diese Forschungslücke will ich durch meine Masterarbeit füllen.

Ziel der Masterarbeit ist es herauszuarbeiten, wie sich Objektifizierung durch Selbst-Objektifizierung auf das Selbst-Konzept von jungen Frauen auswirken kann. Dafür soll Selbst-Objektifizierung (Fredrickson & Roberts, 1997) im hierarchischen Selbstkonzept-Modell nach Shavelson et al. (1976) abgebildet werden. Meine persönliche Erfahrung wird autoethnographisch dazu genutzt, die Auswirkungen von Objektifizierung auf junge Frauen besser zu verstehen. Die in Zusammenhang mit Objektifizierung stehenden, als bedeutsam erlebten persönlichen Erfahrungen werden im Kontext kultureller Praktiken und Normen interpretiert und regen zur persönlichen Auseinandersetzung mit eigenen Objektifizierungs-Erfahrungen bei Leser\*innen an. Meine Forschungsarbeit trägt damit auf der einen Seite einen Teil zur wissenschaftlichen Auseinandersetzung mit Objektifizierung bei und soll auf der anderen Seite bei Leser\*innen die persönliche Auseinandersetzung mit Objektifizierung unterstützen und zur Verbesserung ihrer Lebenssituation beitragen. Durch das Bewusstmachen der Problematik soll die Arbeit einen Teil dazu beitragen, Objektifizierung und Selbst-Objektifizierung zu

vermindern und damit auf mehr Gleichstellung hinarbeiten. Denn Objektifizierung und damit die Überbewertung von, und Reduktion auf den Körper wird u. a. von den Autorinnen der Objectification Theory als ein entscheidender gesellschaftlicher Wirkfaktor mit negativen Auswirkungen für Mädchen und Frauen eingeordnet: „Although sexual objectification is but one form of gender oppression, it is one that factors into – and perhaps enables – a host of other oppressions women face, ranging from employment discrimination and sexual violence to the trivialization of women’s work and accomplishments“ (Fredrickson & Roberts, 1997, S. 174). Simonton (1995), welche in ihrer Arbeit die Objektifizierung von Frauen durch Werbung problematisiert, schreibt der Thematik ebenfalls höchste Bedeutsamkeit zu: „The biggest barrier to social equality may be that many women have become unwittingly attached to the woman who is on sale and on display“ (S. 161). Zurbriggen (2013) nennt sexuelle Objektifizierung von Mädchen und Frauen als Teil von Sexismus als wesentliches Hindernis für Geschlechter-Gleichstellung.

## **1.2 Eigene Positionierung in einem intersektionalen Themenfeld**

Zuerst will ich meine Position als Forschende transparent machen, um meinen Zugang zur Forschungsfrage und Themenfindung offenzulegen. Ich bin eine weiße cis<sup>1</sup> Frau Ende zwanzig, die sich als heterosexuell einordnet und die in Bayern im unteren Mittelstand christlich ländlich sozialisiert wurde; aufgezogen von einer nicht-akademischen alleinerziehenden Mutter und Großmutter. Es liegt keine psychische Erkrankung vor. Meine Sozialisation kann in vielerlei Hinsicht als stereotyp weiblich beschrieben werden; im traditionellen Rollenbild für Mädchen und Frauen finde ich mich in vielen Punkten wieder. Die persönliche kritische Auseinandersetzung mit den damit einhergehenden Einschränkungen und darin zentral Objektifizierung, die durch das Psychologiestudium begonnen hatte, motivierte mich zum Master-Studiengang Gender Studies. Das Thema der Masterarbeit stellt eine Verbindung zwischen Forschungsinhalten der Psychologie und den Gender Studies her. Die Wirkmacht von Geschlechterkonstruktionen und Effekte von gesellschaftlicher Diskriminierung auf die Entstehung psychischer Belastungen will ich auch in Zukunft im professionellen Kontext berücksichtigen: Ich befinde mich in Ausbildung zur Psychotherapeutin und plane längerfristig feministische Psychotherapie anzubieten.

Wie im Kapitel 3.1.1 ausführlich dargelegt wird, fokussiert diese Arbeit auf Objektifizierung von Frauen und Mädchen durch Reduktion auf Aussehen. Dabei sind Unterschiede zu berücksichtigen:

---

<sup>1</sup> Adjektiv *cis* (lat. „diesseits“) als Abkürzung für *cisgender* meint in Abgrenzung zu *transgender*, wenn die Geschlechtsidentität einer Person mit dem ihr bei der Geburt aufgrund bestimmter Körpermerkmale zugewiesenen Geschlecht übereinstimmt.

*Certainly not all women experience and respond to sexual objectification in the same way. Unique combinations of ethnicity, class, sexuality, age, and other physical and personal attributes undoubtedly create unique sets of experiences across women, as well as experiences shared by particular subgroups. (Fredrickson & Roberts, 1997, S. 174)*

Neben persönlichen Unterschieden im Erleben können andere auf Strukturkategorien, die mit gesellschaftlichen Machtkonstellationen und Diskriminierungsformen verbunden sind, erklärt werden. Eingehen will ich zuerst auf mögliche Unterschiede im Erleben durch Sexualität.

*Sexualität.* Studien, welche sich mit Objektifizierung in Zusammenhang mit Gender und Sexualität beschäftigen fanden, dass die Aussagen der Objectification Theory sich auch auf Frauen übertragen ließen, die nicht heterosexuell waren (Downs, James & Cowan, 2006; Kozee & Tylka, 2006, zitiert nach Moradi & Huang, 2008). Hetero- und homosexuelle Frauen scheinen gleichermaßen sexuelle Objektifizierung zu erleben und die Gefahr für Selbst-Objektifizierung scheint ebenso gegeben (Hill & Fischer, 2008). Dies weist darauf hin, dass der objektifizierende Blick auf Frauen unabhängig vom eigenen Begehren internalisiert werden kann. Dennoch kommen auch hier eigene Diskriminierungsmechanismen zum Tragen, u. a. durch Homo-Feindlichkeit, durch welche Frauen, die von der Heteronorm abweichen, verstärkt Übergriffen ausgesetzt sind, die teilweise Form von Objektifizierung sind und die durch diese Arbeit nicht abgebildet werden.

Über den bereits dargelegten persönlichen Hintergrund hinaus ist es auch von Bedeutung festzumachen, um welche konkreten Körper es hier gehen soll und meinen eigenen Körper, der ebenfalls Gegenstand der autoethnographischen Arbeit ist, kontextuell einzuordnen, da dessen Erscheinung mit einer Reihe von Privilegien einhergeht.

Zusätzlich zu den Kategorien Geschlecht / Gender und Sexualität, welche Objektifizierungs-Erfahrungen mitbestimmen, sind noch weitere gesellschaftliche Strukturkategorien in Zusammenhang mit Körpern besonders relevant, welche eigene Diskriminierungsformen zur Folge haben. Ich gehe daher kurz auf die Intersektionalität<sup>2</sup> mit Ethnie, Körpergewicht/-form und Behinderung ein, da ihnen im Kontext von Objektifizierung besondere Aufmerksamkeit gegeben werden sollte.

*Ethnie / Race.* Auf die Wichtigkeit des Einbezugs des historischen Kontextes von Rassismus und damit einhergehenden Unterschieden zwischen Frauen-Gruppen, wenn es um die Bearbeitung von

---

<sup>2</sup> Der Begriff der Intersektionalität geht auf die Schwarze US-amerikanische Juristin Kimberlé Crenshaw zurück und das Konzept wurde entwickelt, um die Überschneidungen unterschiedlicher Diskriminierungsvariablen aufzuzeigen, die davor verdeckt waren. Ein prominenter Rechtsfall bezog sich dabei auf die Diskriminierung Schwarzer Frauen im Arbeitskontext, die weder allein durch Sexismus noch allein durch Rassismus begründet werden konnte, da weder weiße Frauen noch Schwarze Männer davon betroffen waren. Es handelte sich um eine andere Form der Diskriminierung, die durch die Intersektion von Gender und Race, zustande kam. Das Konzept bildet die Lebensrealität mehrfach marginalisierter Personen in der Theorie ab.

Objektifizierung geht, weist McCann (2020) hin. Sie kritisiert Arbeiten weißer westlicher Feministinnen, die außer Acht lassen, welche besondere Rolle die Objektifizierung von Schwarzen Frauen im Zuge von Kolonialisierung spielte. Man könne die Erfahrungen mit Objektifizierung daher nicht generalisieren. Sie plädiert dafür, die bis heute andauernden Auswirkungen von Kolonialgeschichte auch bei der feministischen Aufarbeitung von Objektifizierung zu berücksichtigen. In der Objectification Theory (Fredrickson & Roberts, 1997) werden Unterschiede im Erleben von Objektifizierung angesprochen, die u. a. abhängig von Ethnizität, Sexualität und Alter sind - damit beziehen die Autorinnen zumindest oberflächlich intersektionale Perspektiven mit ein. Die meisten Studien, welche die Postulate untermauern sollen, beziehen sich jedoch lediglich auf junge weiße Frauen. Studien mit Women of Color und weißen Frauen zeigen auch Gemeinsamkeiten im Erleben von Objektifizierung: Women of Color scheinen das gleiche Level an sexuellen Objektifizierungs-Erfahrungen zu erleben - ebenso konnten keine signifikanten Unterschiede im Erleben von Selbst-Objektifizierung, Selbst-Überwachung und Körperscham gefunden werden (Harrison & Fredrickson, 2003; Kozee, Tylka, Augustus-Horvath & Denchtk, 2007; Moradi, Dirks & Matteson, 2005, zitiert nach Moradi & Huang, 2008). Dennoch ist es unzureichend, Studienergebnisse, die nur oder vor allem das Erleben weißer Frauen erfassen – so wie die hier vorliegende Arbeit – auf Women of Color auszuweiten, da Rassismus-Erfahrungen und geschichtliche Zusammenhänge dadurch stückweise unsichtbar gemacht werden. Meine Erfahrungen als Frau sind Untersuchungsgegenstand der Arbeit und mein Körper wurde nicht rassifiziert. Ich habe Objektifizierung nicht in Zusammenhang mit rassistischen Stereotypen erfahren. Das bedeutet auch, dass ich mich als weißes Mädchen in Medien stets repräsentiert sah. Schwarze<sup>3</sup> Frauen und Mädchen sind noch immer sehr wenig in Medien vertreten und westliche Schönheitsideale sind eurozentrisch geprägt. Dies kann sich stark darauf auswirken, wie Schwarze Kinder aufwachsen und sich selbst sehen. Gesamtgesellschaftlich hat die öffentliche Auseinandersetzung mit rassistischen Schönheitsidealen, die sich zum Beispiel durch die Abwertung von Afro-Haar zeigen, erst in den letzten Jahren großen Aufwind erfahren. Die Südafrikanerin Zozibini Tunzi gewann 2019 als erste Schwarze Frau mit ‚natürlichem Haar‘ (sie trug also keine Haarteile oder Perücke und ihr Haar war nicht chemisch geglättet, was stärker dem eurozentrischen Ideal entspräche) den Titel der ‚Miss Universe‘ und machte auf die einseitige Verzerrung und die negativen Folgen der eurozentrischen Schönheitsideale für das Körperbild Schwarzer Mädchen aufmerksam. Die US-amerikanische Soziologin Norwood (2018) bearbeitet die Auseinandersetzung mit dem

---

<sup>3</sup>„Schwarz“ meint eine soziale und politische Konstruktion, welche historisch gewachsen ist und die bis heute dazu führt, dass Menschen, die als „Schwarz“ gelesen werden, Rassismus erfahren. Um kenntlich zu machen, dass es sich hierbei nicht um eine reelle Hautfarbe oder biologische Merkmale, sondern einen politischen Begriff handelt, wird „Schwarz“ großgeschrieben.

eurozentrischen Blick auf ihr Haar als Schwarze Frau in *Decolonizing my hair, unshackling my curls: an autoethnography on what makes my natural hair journey a Black feminist statement*, auf die im Kapitel 4.2 noch eingegangen wird. Die vorliegende Arbeit hat den Anspruch, Rassismus-sensibel zu sein; die Ergebnisse sind vor dem Hintergrund meiner Position als weißer Frau zu sehen.

*Körpergewicht und -form.* Strukturelle Diskriminierung und Abwertung tritt auch verstärkt gegen Menschen mit höherem Gewicht und Körperformen auf, die vom Ideal abweichen. Mein Körper kommt im Allgemeinen dem relativ nahe, was als *normschön* bezeichnet werden kann – deshalb erlebte ich keine strukturelle Diskriminierung aufgrund meines Körpers (sofern ich Sexismus und Objektifizierung als strukturelle Diskriminierung ausklammere). Werden wir auf unser Aussehen reduziert, so stellt dies bereits in sich eine Abwertung dar (siehe Kapitel 3.1.1) – es macht aber einen entscheidenden Unterschied, ob dieser Körper, auf den man reduziert wird von anderen als schön oder nicht schön bewertet wird und wir mehr Auf- oder Abwertung aufgrund dessen erfahren. Ich habe entscheidend mehr körperbezogene Komplimente bekommen (die, wie ich aufzeigen werde, jedoch Teil von Objektifizierung sein können und damit nicht unbedingt einen positiven Effekt auf die Empfängerin haben) als Körperabwertungen (deren Effekt ausführlich in Kapitel 5.1.3 thematisiert wird). Das bestimmt auch meinen Zugang zu dieser Arbeit.

*Behinderung.* Ich bin nicht behindert, bzw. werde ich aufgrund bestimmter Bedürfnisse, die von der Norm abweichen, nicht von der Mehrheitsgesellschaft behindert. Malec (1993) macht in ihrem Artikel *The double objectification of disability and gender* auf die Dynamiken aufmerksam, welche sie als blinde Frau erlebt – sowohl objektifiziert durch (zugeschriebene) fehlende Autonomie und Passivität durch Behinderung, als auch objektifiziert durch ihre Rolle als Frau (siehe Kapitel 4.2). *Disability Studies* setzen sich unter anderem mit der Objektifizierung von Menschen mit Behinderung auseinander, wobei diese zunächst nicht eine Reduktion auf ein sexuelles Objekt bedeutet, sondern ein allgemeines Absprechen von Autonomie und Individualität betrifft. Frauen mit Behinderung wird oftmals Sexualität abgesprochen; gleichzeitig werden sie überproportional oft Opfer sexueller Übergriffe. Menschen / Frauen mit Behinderung werden wenig und verzerrt in Medien repräsentiert und dann oftmals auf ihre Behinderung reduziert. Von dem, was gemeinhin als „schön“ dargestellt wird, wird sichtbare Behinderung meistens ausgeklammert. Diese Unterschiede bestimmen maßgeblich die Objektifizierungs-Erfahrungen von Frauen mit Behinderung.

Es wurde bereits genannt, dass meine Perspektive, die einer cis Frau ist - auf die zentrale Strukturkategorie *Gender / Geschlecht* wird im Folgenden gesondert eingegangen.

### 1.3 Wenn ich über „Frauen“ spreche

Wenn ich in dieser Arbeit über die Objektifizierung von „Frauen“ spreche - wen meine ich mit „Frauen“? Die, denen nach der Geburt das Geschlecht „weiblich“ aufgrund der Existenz einer Vulva zugewiesen wurde? Das ist eine große Gruppe, mit welcher Begründung stecke ich so eine große Gruppe in eine Schublade, obwohl bereits aufgezeigt wurde, dass verschiedene Merkmale unsere Erfahrungen mit Objektifizierung stark beeinflussen können? Meine ich alle Frauen, also auch trans Frauen? Die, deren Körper von anderen als weiblich gelesen werden unabhängig der Geschlechtsidentität? Wie stehen Körper und Geschlechtsidentität mit dem Erleben von Objektifizierung in Verbindung?

„Man kommt nicht als Frau zur Welt, man wird es“ lautet die wahrscheinlich meist zitierte These von Simone de Beauvoir (2019 [1949], S. 334), welche in Folge eine der Ausgangsüberlegungen für gender- und sozialisationstheoretische Fragestellungen wurde. Damit spricht sie die sozialen Faktoren an, die Geschlechtsidentität formen und die entscheidenden Auswirkungen auf unser Leben als vergeschlechtlichte Subjekte haben.

*Wenn ich die Wörter ‚Frau‘ oder ‚weiblich‘ gebrauche, meine ich selbstverständlich keinen Archetypus, kein unveränderliches Wesen. Die meisten meiner Behauptungen beziehen sich auf den gegenwärtigen Stand der Erziehung und der Sitten. Es geht hier nicht darum, ewige Wahrheiten auszusprechen. Vielmehr soll der gemeinsame Hintergrund beschrieben werden. (Beauvoir, 2019 [1949], S. 333)*

Beauvoir spricht und ich spreche in der vorliegenden Arbeit über die Geschlechtskategorie „Frau“ als soziales Konstrukt. In der *Objectification Theory*, welche den theoretischen Grundstein für diese Arbeit bildet, sprechen die Autorinnen von einer „gendered experience in objectifying cultures“ (Fredrickson & Roberts, 1997, S. 180). Unter *Gender* wird Folgendes verstanden: „Gender is a social identity ascribed to individuals on the basis of the gender assigned at birth [...] which dictates status, roles, and norms for behavior“<sup>4</sup> (Kelly, 2016, S. 1). Mit der Zuteilung aufgrund sichtbarer biologischer Merkmale bei der Geburt zu „weiblich“ oder „männlich“ und erst seit kurzem „divers“ schreiben wir automatisch auch Erwartungen an geschlechtstypisches Agieren und Rollen zu, die das Verhalten anderer und das des Kindes beeinflussen wird. „Focusing on the ways in which society shapes the statuses, roles, and norms for behavior associated with gender allows for an understanding of

---

<sup>4</sup> Hier wird nur die Dynamik in die Definition von Gender einbezogen, mit der uns von außen aufgrund biologischer Merkmale Geschlechtsidentität zugewiesen wird, die soziale Geschlechtsidentität von Personen kann aber auch unabhängig des von außen zugewiesenen Geschlechts bzw. biologischer Merkmale sein.

how gender is shaped by society and how we might further projects of gender equality“ (Kelly, 2016, S. 2).

Gender oder in der deutschen Übersetzung *Geschlechtsidentität* und wie wir diese ausagieren und wie unsere Umwelt darauf reagiert, hängt mit körperlichen Begebenheiten zusammen. In der Objectification Theory, welche als zentrale Theorie der Arbeit dient, wird ein „weiblicher Körper“ als Grundlage dafür genannt, Objektifizierung bzw. Reduktion auf eben diesen Körper in besonderem Maße ausgesetzt zu sein: „we propose that having a reproductively mature female body may create a shared social experience, a vulnerability to sexual objectification, which in turn may create a shared set of psychological experiences“ (Fredrickson & Roberts, 1997, S. 174). Zuvor weisen die Autorinnen jedoch darauf hin, dass Geschlechterunterschiede weniger mit biologischen Unterschieden, als mit der unterschiedlichen Sozialisation von Jungen und Mädchen zu tun haben, und noch treffender, mit den Unterschieden im sozialen Status und Macht, die Männer und Frauen in der Gesellschaft innehaben (Fredrickson & Roberts, 1997, S. 174).

Objektifizierung hängt mit der Position zusammen, die Frauen in der Gesellschaft zugewiesen wird; Objektifizierung von Frauen und Mädchen ist Teil ihrer geschlechtsspezifischen Sozialisation. Diese hängt zwar deutlich mit materiellen Begebenheiten zusammen (wird mein Körper als „weiblich“ wahrgenommen und kategorisiert?) – ein als weiblich markierter Körper ist vermehrt Objektifizierung ausgesetzt. Jedoch ist der Körper nicht Auslöser, sondern die sozialen Konstrukte, die wir unter „Weiblichkeit“ fassen und die kulturell repräsentiert und reproduziert werden. Wie im Laufe der Arbeit deutlich wird, werden auch Mädchen *vor* der Pubertät im Gegensatz zu Jungen mehr objektifiziert, obwohl sich die Körper der Kinder kaum unterscheiden – der „erwachsene weibliche Körper“ ist *nicht* ausschlaggebend für Objektifizierung.

*Geschlechtsspezifische Sozialisation* meint, dass Subjekte „durch die in einer historisch-konkreten Gesellschaft herrschenden Geschlechterverhältnisse zu einem geschlechtlich positionierten und identifizierten Subjekt, zu ‚Mann‘ und ‚Frau‘“ (Dausien, Thon & Walgenbach, 2015, S. 20) werden. Das Konzept „lenkt den Blick auf die gesellschaftliche Herstellung sozialer Rollen und vergeschlechtlichter Identitäten“ (S. 21). Dausien et al. (2015) sprechen sich dafür aus, die Diskussion um Geschlechtersozialisation, welche in den letzten Jahren abgenommen hat, wieder stärker in den Blick zu nehmen „weil sie die Fragen stellen, die nach wie vor geeignet erscheinen, um Prozesse der Geschlechterkonstruktion in individuellen Biographien und gesellschaftlichen Verhältnissen zu analysieren“ (S. 42).

Auch wenn der Körper nicht Auslöser für Objektifizierungs-Erfahrungen ist, spielt er eine zentrale Rolle, weil er nicht nur bestimmt, welche Geschlechtsidentität uns nach der Geburt zugewiesen

wird, sondern auch wie unsere Umwelt auf uns reagiert und mit welchen (Körper-) Bildern wir uns identifizieren. Unter anderem trans Frauen und intergeschlechtliche Frauen bleiben in der Objectification Theory unerwähnt - Fredrickson und Roberts (1997) legen ihren Fokus implizit auf cis Frauen. Ich gehe davon aus, dass Objektifizierung verstärkt all jene mit weiblicher Geschlechtsidentität bzw. die als weiblich gelesen werden auf bestimmte Weise (be)trifft, auch unabhängig davon, ob sie einen „reproductively mature female body“ haben.

Dennoch gibt es bei queeren Personen weitere Kontextvariablen, die ich in dieser Arbeit nicht ausreichend berücksichtigen kann. Studien, welche explizit die Übertragbarkeit der Objectification Theory auf queere Identitäten untersuchen, gibt es noch wenige. Brown (2018), welche in ihrer Dissertation Prädiktoren für Körperunzufriedenheit bei trans Frauen und -Männern untersucht, fasst Studien, die Selbst-Objektifizierung bei nicht-heteronormativen und -binären Personen untersuchen so zusammen, dass Objektifizierung laut der Ergebnisse unabhängig von der jeweiligen Sexualität oder Geschlechtsidentität auftreten könne (S. 5). Ihre eigenen Studienergebnisse weisen darauf hin, dass trans Frauen ähnlich von Objektifizierung betroffen sind wie cis Frauen (Brown, 2018). Die Internalisierung von weiblichen Körperidealen geht bei trans Frauen wie cis Frauen damit einher, sich selbst aus einer überwachenden Außenperspektive zu betrachten, was Körperscham erhöht (Comiskey, Parent & Tebbe, 2020). Trotz der Gemeinsamkeiten erscheint es sinnvoll den Objektifizierungs-Erfahrungen unter anderem von trans Frauen gesondertes Augenmerk zu schenken. Die fehlende oder einseitig negative mediale Repräsentation von trans Frauen, die psychische Belastung durch gesellschaftliche Diskriminierung, erhöhtes Risiko für Gewalterfahrungen und Ausschlussmechanismen und die Beschäftigung mit dem Körperbild in Zusammenhang mit der Anerkennung als Frau von außen sollte hier Berücksichtigung finden. In dieser Arbeit werden meine persönlichen Erfahrungen als heterosexuelle cis Frau beleuchtet und mit Theorie und Studien, welche vor allem heterosexuelle cis Frauen im Fokus haben, in einen Kontext gesetzt. Dennoch lade ich alle Leser\*innen dazu ein, als Expert\*innen ihrer eigenen Lebensrealität selbst zu bestimmen, ob sie sich in dargelegten Situationen wiederfinden und inwieweit meine Interpretationen auf sie übertragbar sind.

Durch das zu Grunde legen von sozialisationstheoretischen Fragestellungen zum ‚Frausein‘ und die damit einhergehende Reproduktion binärer Geschlechterkategorien besteht die Gefahr einer Essentialisierung oder Biologisierung von Geschlecht – also der „Vorstellung, Weiblichkeit und Männlichkeit seien naturgegebene Wesensmerkmale“ (Zierhofer, 2004, S. 108): *Strategischer Essentialismus*, welcher durch Gayatri Chakravorty Spivak vorgebracht wurde und Eingang in den feministischen Kanon gefunden hat, verneint sexistische Vorstellungen eines einenden Wesens aller Frauen und erkennt die Diversität von Eigenschaften und gelebten Erfahrungen an. Bei dem Ansatz wird in

den Vordergrund gestellt, dass eben diese essentialistische Sichtweise auf Frauen – welche Spivak ablehnt - deren Erfahrungen dennoch signifikant forme: „This false idea [that women are a unitary group] informs and organizes practices and institutions that shape women’s experiences, so that those – very different – experiences become structured by essentialist assumptions“ (Stone, 2004, S. 143). Der Ansatz sei als Strategie der Einigung zu verstehen, wenn es darum geht politische Ziele zu erreichen: „Strategic essentialism ought to be seen as temporary political strategy and not as a universalizing theory“ (Eide, 2016, S. 2).

Wenn ich über „Frauen“ spreche, dann fasse ich eine sehr große diverse Gruppe von Menschen zusammen. Diese haben unterschiedliche Lebensrealitäten - nach den hier vorgestellten Konzepten gibt es durch die Geschlechtskategorie „Frau“ als sozial wirksames Konstrukt jedoch bestimmte Überschneidungen in Erfahrungswelten, welche ich adressiere. Im Sinne des strategischen Essentialismus verfolge ich damit die Strategie, Reflexion von und einen kritischen Umgang mit Objektifizierung und Selbst-Objektifizierung anzustoßen und so Ungleichheit aufgrund von Geschlechterkonstruktionen ein Stück weit aufzubrechen und an ihrer Aufhebung mitzuwirken.

#### **1.4 Forschungsfrage und Aufbau der Arbeit**

Aus den vorangegangenen Überlegungen ergibt sich für die Arbeit folgende Forschungsfrage:

*Wie wirkt sich die Reduktion von Frauen und Mädchen auf deren Äußeres mittels Selbst-Objektifizierung auf das Selbst-Konzept junger weißer cis Frauen ohne Behinderung aus?*

Da die *Methode* maßgeblich alle Schritte des Forschungsprozesses beeinflusst, wird sie als erstes vorgestellt. Zunächst wird der methodische Zugang kontextualisiert, danach ein Überblick zur Entstehung der Autoethnographie und deren Grundprinzipien gegeben, da es sich um eine Methode handelt, die im deutschsprachigen Raum wenig verbreitet ist und daher auch bei Akademiker\*innen wenig Wissen darüber vorausgesetzt werden kann. Daraufhin soll die Methodenwahl begründet und das methodische Vorgehen erläutert werden.

Danach wird die *Theorie* dargelegt, die der Arbeit zugrunde liegt. Das Konzept der *Objektifizierung* wird eingegrenzt und die für diese Arbeit zentrale Form der Objektifizierung vorgestellt – nämlich *Reduktion auf Aussehen*. Dann wird die *Objectification Theory* als grundlegendes Konzept dargelegt. Die Theorie zeigt auf, wie Frauen durch in der Kultur verankerte Objektifizierung den objektifizierenden Blick auf sich selbst internalisieren. Das Phänomen der *Selbst-Objektifizierung* wird beschrieben. Danach wird die Reduktion von Frauen auf ihre Körper in einen gesellschaftlichen Kontext gesetzt, der den Blick für Machtverhältnisse schärfen soll (und verhindern, dass die Interpretation von Selbst-Objektifizierung auf persönlich-psychologischer Ebene verbleibt und strukturelle Faktoren ausblendet).

Im zweiten Theorie-Teil wird zunächst das *psychologische Selbst-Konzept* erklärt und danach auf eine spezielle Theorie dazu fokussiert – das *hierarchische Selbstkonzept-Modell* – da es als besonders geeignet erscheint, um im Forschungsprozess Selbst-Objektifizierung darin einzuarbeiten und sie so sichtbar zu machen. Wie bereits dargelegt, wurde Selbst-Objektifizierung bislang wenig mit psychologischen Selbst-Konzepten zusammengedacht, bzw. die Auswirkungen darauf geklärt.

Als *Forschungsstand* werden zunächst Verweise auf die Verbindung zwischen Selbst-Objektifizierung und Selbst-Konzept gebracht und Studien dazu vorgestellt, sowie Autoethnographien, die sich verwandten Themen widmen ausgebreitet.

Die *Ergebnisse* meiner Arbeit werden gemeinsam mit der *Diskussion* dargestellt. Meine autoethnographische Datenerhebung entscheidet den Aufbau und einzelne persönliche Erfahrungen werden in den Text und die Darstellung relevanter Literatur eingewoben. Sie dienen als Illustration für Phänomene der Objektifizierung. Aufeinander aufbauend geht es zunächst darum, wie die Sozialisation von Frauen mit Objektifizierung einhergeht. Nachfolgend versuche ich zu verdeutlichen, wie es durch diese Erfahrungen zu Selbst-Objektifizierung kommt und wie sich diese äußert. Abschließend sollen meine Ergebnisse verdeutlicht werden durch die Modifikation des hierarchischen Selbstkonzept-Modells, mit dem Ziel Selbst-Objektifizierung und die Folgen dessen im Selbst-Konzept sichtbar zu machen.

Zum *Schluss* werden die Kernpunkte der Arbeit noch einmal zusammengefasst; die Limitationen der Masterarbeit besprochen und ein Ausblick gegeben. Dieser soll nicht nur weiterführende Forschungsperspektiven aufwerfen, sondern auch einen Raum der Reflexion öffnen, wie Objektifizierung und Selbst-Objektifizierung überwunden werden kann.

## **2 Methodik - Autoethnographie**

Da die methodische Herangehensweise maßgeblich durch mein Wissenschaftsverständnis bestimmt ist, lege ich dieses zuerst dar.

### **2.1 Der Arbeit zugrundeliegendes Wissenschaftsverständnis**

Durch den Fokus der Gender Studies auf die historische und aktuelle Wirkmacht von Geschlechterkonstruktionen, die auch in den Wissenschaften zum Tragen kommen, sind Fragestellungen der Wissenschaftskritik in mein Blickfeld gerückt. Unterschiedliche (feministische) Wissenschaftsansätze setzen sich mit Objektivitätsansprüchen und Machthierarchien innerhalb der Forschung auseinander und versuchen diese aufzuzeigen und neu zu denken. „Die klassische erkenntnistheoretische Frage Kants ‚Was können wir wissen?‘ wurde dahin gewendet zu fragen, wer de facto dieses wir ist und wieweit die Ordnung der Geschlechter die Ordnung des Wissens bestimmt“ (Singer, 2010,

S. 293). Dieses „Wir“ waren lange Zeit (weiße) Männer – Frauen waren von Wissensproduktion ausgeschlossen. Außerdem stellte sich die Frage: „Inwiefern sind nicht nur die Regeln und Normen des Wissenschaftsbetriebs als ‚männlich‘ konnotiert zu verstehen, sondern darüber hinaus auch die grundlegenden Auffassungen von wissenschaftlicher Rationalität, Objektivität und Universalität“ (Singer, 2010, S. 293)? Dem theoretischen Anspruch einer neutralen Beobachterperspektive von oben und universalen Wahrheitsansprüchen stehen aufgezeigte androzentrische und eurozentrische Verzerrungen in der Forschungspraxis entgegen. Im Namen der Wissenschaft wurden Machtdynamiken durch die weißen Wissenschaftler, welche die Deutungshoheit innehatten, verstärkt und fortgeschrieben. Honegger (1992) zeigt zum Beispiel auf, wie führende deutschsprachige Wissenschaftler des 18. und 19. Jahrhunderts aus unterschiedlichen Disziplinen Befunde von unter anderem vergleichender Anatomie heranzogen, anhand derer sie nicht nur eine grundlegende soziale Differenz zwischen Männern und Frauen erklärten, sondern sie auch die vermeintliche Überlegenheit der ersteren über zweitere aufgrund biologischer Merkmale behaupteten.

*Wissenschaften werden von konkreten, empirischen Subjekten produziert, deren Wahrnehmung keine unvermittelte sein kann. Die Wissenssubjekte sind – historisch, sozial, kulturell, ökonomisch – als situiert bzw. standortgebunden zu verstehen. [...] Dementsprechend ist auch das produzierte wissenschaftliche Wissen als situiert und kontextabhängig zu verstehen (Singer, 2010, S. 293).*

So lautet die These des *Situierten Wissens*, welche auf Sandra Harding und Donna Haraway zurückgeht. Damit gemeint ist, dass Wissenschaftler\*innen jeweils durch ihren persönlichen Hintergrund; durch die Zeit, in der sie leben; durch die Wissenschaftsdisziplin, der sie angehören, beeinflusst werden – woraus folgt, dass auch ihre Forschung nicht als objektiv, also wertfrei verstanden werden könne. Aus dieser Perspektive ist es hoch bedeutsam, welchen Hintergrund die forschende Person hat – umso mehr, wenn kulturelle Gefüge und soziale Fragestellungen bearbeitet werden. „Although social scientists, including some anthropologists, practice the scientific process of generating and testing hypotheses and formulating generalizable theories, many of them acknowledge that social ‚science‘ cannot create a totally objective, value-neutral environment to study“ (Chang, 2008, S. 129). Der Hintergrund bestimmt mit, welche Forschungsfragen wir stellen (und welche nicht), wie wir die Ergebnisse interpretieren und welche Realitäten dementsprechend in der Forschung abgebildet werden (und welche nicht).

Auch feministische Standpunkttheorien, welche an die marxistische Theorie anknüpfen, kritisieren die Vorstellung universeller Objektivitätsansprüche bzw. die Sichtweise, Wissenschaftler\*innen könnten „von oben herab“ wertfrei die eine Realität aufzeigen. Durch Aufdecken von - unter

anderem durch Androzentrismus und Eurozentrismus bedingten – Verzerrungen, können diese Thesen untermauert werden. Dabei werden auch Fragen danach gestellt, wer wen beforscht; wer Zugang zu Karrieren in der Wissenschaft hat und wer die Regeln der Wissensproduktion bestimmt – und was dementsprechend als gesichertes Wissen gilt und was nicht.

Patricia Hill Collins, deren Arbeit *The Social Construction of Black Feminist Thought* (1989) als ein Grundpfeiler postkolonialer Kritik gilt, legt die Einseitigkeit der historisch von weißen europäischen Männern geprägten Wissenschaft und die dadurch produzierten Ausschlüsse dar und vertritt eine *dialogische Standpunkttheorie*: „Diese Position [...] impliziert, dass es keinen Standpunkt gibt, der eine umfassende kritische Sicht [...] beanspruchen kann, sondern nur unterschiedliche Perspektiven und Standpunkte, zwischen denen durch kritische Dialoge Gemeinsamkeiten hergestellt werden können“ (Singer, 2010, S. 297). Zusätzlich verwischt sie die Trennlinien, welche bei etablierter Wissensproduktion dafür sorgen, dass Emotion, Erfahrungswissen und Subjektivität relativ wenig Wert beigemessen und oftmals ausgeklammert werden.

Maria Mies macht die Problematik von Objektivität in der Frauenforschung (heute den Gender Studies), welche sich aus feministischen Kämpfen um Gleichberechtigung und dem Aufzeigen von androzentrischen Verzerrungen der Forschung ergeben haben, wie folgt fest:

*‘Women’s Studies’ bezeichnet nicht einfach die Tatsache, daß die Zielgruppe Eingang in den akademischen Forschungsbetrieb gefunden hat, sondern bedeutet, daß sich engagierte Frauen im Hochschulbereich mit der gesellschaftlichen Unterdrückung der Frauen insgesamt so beschäftigen, daß sie auf eine Aufhebung dieser Unterdrückung hinwirken. Dabei sind sie sowohl Betroffene, die diese Unterdrückung in irgendeiner Weise selbst erfahren haben, und gleichzeitig Forschende, die sich wissenschaftlich mit dieser Unterdrückung und den Möglichkeiten ihrer Aufhebung befassen. (Mies, 1978, S. 45)*

Besonders wenn man selbst als Betroffene forscht, stellt sich also die Frage wie man mit der eigenen Involviertheit umgeht. Unter anderem feministische Forschungszugänge gehen davon aus, dass ein Sichtbarmachen und Reflektieren der eigenen Rolle durch Transparenz zu valideren Ergebnissen führe, da Wertfreiheit als solches in seiner letzten Konsequenz ohnehin nicht erreicht werden könne.

Gegenwärtige vielversprechende feministische epistemologische Ansätze zielten darauf, „wissenschaftliche Forschung mit Interaktion und Verantwortlichkeit sowie Wahrheits- und Objektivitätsansprüche mit Positionierung und Parteilichkeit zusammen zu denken“ (Singer, 2010, S. 300). Damit einher gehe die „Kritik an Vorstellungen von einer entkörpernten, freischwebenden Objektivität und entsprechenden Wahrheitsansprüchen“ (S. 300).

Autoethnographie, welche ich als Methode für die vorliegende Arbeit gewählt habe, versucht Kultur anhand persönlicher Erfahrung zu verstehen und „stellt kanonische Gepflogenheiten, Forschung zu betreiben und zu präsentieren infrage und behandelt Forschung als einen politischen und sozialen Akt“ (Ellis, 2004; Holman Jones, 2005; Spry, 2001; Adams & Holman Jones 2008, zitiert nach Ellis, Adams & Bochner, 2010, S. 365). Damit bietet sie sich vor dem Hintergrund der angerissenen feministischen Forschungskritik besonders an. Crawley (2012, S. 156) welche das Potenzial von, und verschiedene Herangehensweisen an Autoethnographie diskutiert, äußert:

*Autoethnography cannot claim to resolve a theoretical issue, as if to speak for the essentialized masses. [...] It can shine a light on the relations of ruling and connect members' voice to theory, but we must remain ever careful to guard against the assumption that any method can represent the people or constitute the final ruling on best practices.*

Im Sinne Collins dialogischer Standpunkttheorie fasst sie zusammen: „Scholarship, even autoethnography, is best understood as part of the group conversation we call knowledge construction“ (S. 156). „Narrative emphasizes plurality of truths that all cultures claim about themselves. Narrative shifts or pushes us from notions that there is a single cultural perspective revealing an irrefutable set of truths“ (Ettorre, 2017, S. 1).

Wie bereits genannt, bestimmen diese Ansätze maßgeblich die Methodenwahl der Arbeit. Das folgende Kapitel widmet sich der Vorstellung der Methode, die sich durch Kritik an Objektivitäts- und Universalismus-Ansprüchen herausgebildet hat. Zunächst wird erklärt, was unter der Methode der Autoethnographie verstanden wird, danach die Wahl der Methode hinsichtlich des Forschungsthemas und der -motivation begründet und in Folge das methodische Vorgehen erläutert.

## **2.2 Was ist Autoethnographie?**

„Autoethnography is one of the approaches that acknowledges and accommodates subjectivity, emotionality, and the researcher's influence on research, rather than hiding from these matters or assuming they don't exist“ (Ellis, Adams & Bochner, 2011, S. 274). Die Methode erlaubt es Forschenden, ihre persönlichen Erfahrungen in das Zentrum ihrer Forschungsarbeit zu stellen, um daran Erkenntnisse über bestimmte Teile einer Kultur, der sie angehören, abzuleiten. Insbesondere marginalisierte Blickwinkel werden mithilfe der Methode sicht- und greifbar gemacht. Die Methode sei aus den Konzeptionen einer *Anthropology at Home* (als Reaktion auf Dekolonisierung und die Kritik an eurozentrischer Forschung von oben herab, die rassistische Stereotype reproduziere) entstanden. Das heißt, Anthropolog\*innen forschten in Bereichen, in denen ihre Muttersprache gesprochen werde – Felder, in denen sie ein latentes oder ausgeprägtes Zugehörigkeitsgefühl empfinden (Bö-nisch-Brednich, 2012, S. 54). Dabei spielt auch die Auseinandersetzung mit ethischen

Fragestellungen bei ethnographischer Forschung eine Rolle. Autoethnographie kann als Reaktion auf Fragestellungen verstanden werden, wie mit Hierarchien und Machtdynamiken zwischen Forschenden und Beforschten umzugehen ist; wie sensibel mit persönlichen Informationen umgegangen werden kann und wie fehleranfällig Interpretationen sind, die man als außenstehende Person macht. Postkoloniale Kritik macht sichtbar, wie die Perspektive weißer westlicher ethnographischer Forschender durch koloniales rassistisches Gedankengut bestimmt ist und wie deren Arbeiten diskriminierende Stereotype fortschrieben und reproduzierten und dies zum Teil bis heute der Fall ist. Ellis et al. (2010, S. 346) vertreten die Ansicht, diejenigen, die für kanonische Formen von Forschung plädierten, würden eine weiße, maskuline, heterosexuelle, christliche und nicht-behinderte Perspektive der Mittel- und Oberschicht vertreten, die andere Formen von Wissen ausklammerte bzw. als unzulänglich und ungültig erscheinen ließe. „Autoethnografie hingegen will zu einem breiteren Blick auf die Welt verhelfen, der auf rigide Definitionen von ‚richtiger‘ Forschung, ihrem Prozess und ihren Ergebnissen, verzichtet“ (S. 346). Mit dem Begriff *Autoethnographie* wird sowohl die Methode als auch der dadurch entstandene Text bezeichnet (Spry, 2001).

Bönisch-Brednich (2012, S. 48) weist darauf hin, dass die Methode im deutschen Sprachraum zwar noch wenig verbreitet sei, sich im angelsächsischen Raum jedoch - so wie andere experimentell-wissenschaftliche Schreibformen - größerer Aufmerksamkeit erfreue.

### **2.3 Begründung der Methodenwahl**

Das Interesse am Forschungsthema ergab sich durch meine persönliche intensive Auseinandersetzung mit meiner Frauenrolle und Schönheitspraktiken. „Zu behaupten, es auch nur zu versuchen, dass ich in diesem Forschungsprojekt unbeteiligte Beobachterin sei, wäre schlicht unprofessionell“ – so reflektiert Bönisch-Brednich (2012, S. 50) ihre eigene Forschungsarbeit als Betroffene und macht damit deutlich, dass Subjektivität in Sozialforschung reflektiert werden sollte. Mir erschien es ebenfalls unprofessionell zu versuchen, meine eigene Involviertheit und auch mein persönliches Erfahrungswissen zu verschleiern oder aus dem Forschungsprozess auszuklammern. Der Autoethnographie als Methode ist die Transparentmachung der eigenen Betroffenheit und der Reflexion dieser im Gegensatz zu anderen qualitativen Forschungsmethoden inhärent.

Wie ich bereits dargestellt habe, gehen einige feministische Ansätze davon aus, subjektive Erfahrung führe nicht zu einer Verzerrung der *wissenschaftlichen Objektivität*, sondern liefere eigentlich zutreffendere Ergebnisse, da man „besser sensibilisiert [sei] für psychologische Herrschaftsmechanismen“ (Mies, 1978, S. 46). Bei der Sichtbarmachung der Objektifizierung von Frauen im Selbstkonzept steht im Hintergrund unter anderem das theoretische Verständnis von geschlechtsspezifischer Sozialisation (siehe Kapitel 1.3). Dausien et al. (2015) stellen heraus, dass dabei in empirischer

Hinsicht reflexiv-rekonstruktive Methodologien gefragt seien, die den oft verdeckten ‚inneren Zusammenhang‘ zwischen dem Individuellen und dem Sozialen am konkreten Material bzw. ‚am Fall‘ rekonstruieren. Es gehe darum „das Gesellschaftliche ‚im‘ Individuum und das Individuelle als Erscheinungsform des Gesellschaftlichen in den Blick zu nehmen“ (S. 43). Dazu brauche es „theoretisch eingebettete und reflektierte empirische Ansätze“ (S. 43). Autoethnographie erscheint vor dem Hintergrund als geeignete Methode.

In Anlehnung an Mies (1978) feministisch-emanzipatorisches Forschungsverständnis will ich als betroffene Forschende mit meiner Arbeit zum einen zum wissenschaftlichen Verständnis von den Auswirkungen von Objektifizierung beitragen, zum anderen bei der Verbesserung der Situation für Betroffene mitwirken. Ein Bewusstsein „der Frauenmisere“, (also in diesem Falle ein Bewusstsein über systemische Hintergründe und Auswirkungen der Reduktion auf das Äußere) ist laut Mies (1978) die Bedingung für Veränderungsprozesse. In *Autoethnography as a Queer Method* machen Holman Jones und Adams (2016, S. 198) das Potenzial der Methode für Identifikation und daraus resultierenden Willen zu Veränderung in folgendem Zitat anschaulich: „My experience [...] could be your experience. My experience [...] could reframe your experience. My experience [...] could politicize your experience and could motivate, mobilize you, and us, to action“ (Holman Jones & Adams, 2016, S. 198). Insofern wurde die Methode auch hinsichtlich des Forschungsziels ausgewählt: Möglichst zur Verbesserung für Betroffene von Objektifizierung beizutragen.

Der Ansatz stellt zusätzlich die Trennung zwischen Forschungsobjekt und -subjekt in Frage, indem beide eins werden; dadurch werden auch ethische Fragestellungen nach den Rechten der Forschungsobjekte am erzeugten Wissen und der Probleme durch Interpretation von außenstehenden Forscher\*innen beantwortet. Zudem wird Erfahrungswissen und Emotion einbezogen, die durch andro- und eurozentrisch geprägte Forschung abgelehnt und als minderwertig dargestellt wurden (wie zum Beispiel Hill Collins, 1989 aufzeigt).

Einen anderen Vorteil bietet die Autoethnographie anderen Methoden gegenüber durch ihr Potenzial, wissenschaftliche Texte leichter verständlich und damit niederschwelliger zu machen. Das Einbinden persönlicher Erfahrung trage dazu bei, „ein breiteres und heterogeneres Publikum zu erreichen, das traditionelle Forschung üblicherweise außer Acht lässt, um zu persönlicher Veränderung und sozialem Wandel für möglichst viele Menschen beizutragen“ (Goodall 2006; hooks, 1994, zitiert nach Ellis et al., 2010, S. 348). Damit richtet sich die Methode auch gegen das Bild von *Forschung aus dem Elfenbeinturm*, mit dem Wissenschaften als fernab der Lebensrealität der meisten Menschen und elitär kritisiert werden.

Zuletzt weise ich spezifisch auf die inhaltliche Passung der Methode mit dem Forschungsthema hin – es soll untersucht werden, wie Objektifizierung zu *Selbst*-Objektifizierung wird und sich im *Selbst*-Konzept abbildet. Chang (2008, S. 26) benutzt synonym zu Autoethnographie den Begriff der *kulturellen Selbst-Analyse*<sup>5</sup> – aus den genannten Gründen wurde die autoethnographische Annäherung für die Beantwortung der Forschungsfrage anderen Methoden gegenüber vorgezogen, die Schlüsse auf das Selbst durch z.B. Befragung Anderer und Interpretation von außen einschließen.

## **2.4 Methodisches Vorgehen**

Selbst-Objektifizierung und wie sich das im Selbst-Konzept verstehen lässt, soll anhand meiner persönlichen Erfahrungen anschaulich gemacht werden. Die methodische Vorgehensweise orientiert sich an Changs Überblickswerk „Autoethnography as Method“ (2008), in welchem sie eine Anleitung gibt. Crawley (2012, S. 144) weist darauf hin, dass Autoethnographie keine definierte Methode mit spezifischen Parametern sei, sondern ein Akt der Balance zwischen moderner empirischer Forschung, postmoderner Dekonstruktion von Empirie und Subjektivität und dem aktivistischen Bestreben, marginalisierte Blickwinkel sichtbar zu machen. Es können dennoch unterschiedliche Herangehensweisen an Autoethnographie unterschieden werden, auch wenn es keine klaren Trennlinien gibt. Chang (2008) vertritt einen analytischen Ansatz der Autoethnographie, bei dem persönliches Datenmaterial (das neben abgerufenen und niedergeschriebenen Erinnerungen auch Tagebucheinträge, Dokumente oder Interviews mit nahen Bezugspersonen umfassen kann) systematisch gesammelt, kodiert, ausgewertet und interpretiert wird. Damit wird persönliche Erfahrung der Forschenden ähnlich untersucht, wie bei herkömmlich empirischer qualitativer Sozialforschung. Dem gegenüber gestellt werden können evokative Ansätze. Crawley (2012), die sich mit dem feministischen Potenzial von Autoethnografie auseinandersetzt, bietet einen kurzen Überblick. Durch den evokativen Ansatz sollen bei Leser\*innen zentral Gefühle gelebter emotionaler Erfahrung evoziert werden (Crawley, 2012, S. 148). Dabei werde durch das Beschreiben relevanter Erinnerungen, Konversationen und Interaktionen Identifikation möglich gemacht und zur Auseinandersetzung mit eigenen Erfahrungen bei Lesenden angeregt (S. 148). Damit wendet sich evokative Autoethnographie noch deutlicher von herkömmlichen empirischen Forschungsmethoden ab, indem das Resultat klare Überschneidungen mit der Autobiographie aufweist und sich eines Stils bedient, der bislang mehr künstlerischem als wissenschaftlichem Schreiben zugeordnet wird. „Sowohl Befürworter/innen als auch Kritiker/innen dieser dominierenden Richtung von Autoethnografie betonen, dass fast alle

---

<sup>5</sup> Den Terminus begründet die Autorin damit, dass Autoethnographie auf einem Verständnis des Selbst als Teil kultureller Gemeinschaft und von Kultur abhängig aufbaue (im Gegensatz zu einem Verständnis eines von Einflüssen vollkommen unabhängigen sich selbst genügenden Individuums).

diese Texte in einer literarischen Sprache verfasst sind, die die Leser/innen wirklich mitnehmen, in die Ereignisse hineinziehen und die das Fehlen der Methoden, auf denen kritische Analyse beruht, vergessen lassen“ (Bönisch-Brednich, S. 58). Unter anderem Chang (2008) vertritt hingegen den Standpunkt, Analyse und Interpretation seien unbedingt nötig um sich von autobiographischen Schriften zu unterscheiden. Die Daten sollten nach ihrem Dafürhalten nicht für sich stehen, sondern in Bezug zur Kultur mittels Theorie und Forschung gesetzt werden (S. 126). Dennoch – die traditionell als unwissenschaftlich geltenden Faktoren der Innenperspektive der Forschenden, deren Intuition und des persönlichen Eindrucks seien nötig für den autoethnographischen Prozess, da ein holistisches Verstehen von Kultur auch einen umfassenderen Forschungsansatz voraussetze (S. 130). Im Folgenden gehe ich auf mein konkretes Vorgehen orientiert an Chang (2008) ein, auch wenn es keinen klar definierten und voneinander abgegrenzten Ablauf der Methode gibt, da die Forschungsschritte miteinander überlappten und einen manchmal auch wieder auf die vorigen Schritte zurückwerfen. „One activity informs and modifies another“ (Chang, 2008, S. 121).

Datenmaterial wird gesammelt, indem ich relevante Erinnerungen rund um mein – in Kategorien geteiltes – Thema „Objektifizierung“, „Selbst-Objektifizierung“ und „Selbst-Konzept“ abrufe und sie in einzelnen „Datensets“ niederschreibe. Dies stellt auch einen Reflexionsprozess dar, der mit durch die Lektüre im Zuge der Literaturrecherche, sowie Bezüge in Romanen und Popkultur ange-regt wurde. Zuerst werden die Sets anhand eines Zeitstrahls chronologisch eingeordnet zu dem Lebensjahr, denen ich sie zuordne. Im nächsten Schritt werden die Datensets sortiert und kategorisiert. Ihnen werden Schlagwörter, bzw. Codes zugeordnet, durch die sich nach und nach Muster und Gemeinsamkeiten herauskristallisieren, also ein roter Faden, der sich durch die Lektüre abzeichnet. Datensets werden dann in Gruppen eingeteilt (z.B. ergab sich die Gruppe „körperbezogene Komplimente“, sowie „aussehensbezogene Abwertungserfahrungen“), außerdem werden die Datensets gewertet, wobei einigen mehr Wert, als anderen zugeschrieben wird und einige Sets werden aus-sortiert (z. B. betraf das Datensets, die sich auf Erfahrungen mit Objektifizierung im Rahmen körperlicher Übergriffe bezog, eine andere betraf vermittelte Körperunsicherheiten hinsichtlich bestehender Körperideale und die damit an der Forschungsfrage vorbei gingen). Nicht alle Datensets werden in den autoethnographischen Text übernommen; im finalen Produkt werden sie zudem so gekürzt und miteinander verbunden, dass sie ein zusammenhängendes Gesamtbild ergeben, welches mit kultureller Analyse und Selbst-Interpretation eng verwoben ist (Chang, 2008, S. 126). Analyse und Interpretation hängen bei Autoethnographie eng miteinander zusammen, weswegen auch Ergebnis- und Interpretationsteil der Arbeit ineinander verwoben sind. Idealerweise wechsele sich Analyse und Interpretation mittels der Kombination eines „zoom-in“- und „zoom-out“-Ansatz ab (Chang,

2008, S. 129). Fragmente einzelner Datensets werden unter die Lupe genommen, was erlaubt, Details zu finden, die Verbindungen mit anderen Sets bedeuten. Dies betreffe mehr die analytische Kategorisierung der Sets. Bei der Interpretation trete man hingegen eher einen Schritt zurück: „The zooming-out approach privileges you to see how your own case is related to others, how your case is connected to its context, and how the past has left traces in the present“ (S. 129). Die Analyse und Interpretation der Datensets zielt darauf ab, Erkenntnisse über Kultur zu entwickeln, in welcher Mädchen und Frauen von Objektifizierung betroffen sind: „Autoethnography looks to extract meaning from experience rather than to depict experience exactly as it was lived‘. It puts the ‚autobiographical and personal‘ in conversation with the ‚cultural and social‘ (Bochner, 2000; Ellis, 2004; zitiert nach Holman Jones & Adams, 2016, S. 199). Mit der Methode soll also nicht einfach meine persönliche Geschichte erzählt werden, sondern persönliche Erfahrungen werden geordnet und analysiert und in einen theoretischen Kontext eingebettet und damit abgeglichen: „Since self is considered a carrier of culture, intimately connected to others in society, the self’s behaviors – verbal and nonverbal – should be interpreted in their cultural context“ (Chang, 2008, S. 125). Mitch Allen betont die Wichtigkeit dessen in einem persönlichen Interview mit Ellis et al. 2006 folgendermaßen – er stellt die Frage, was Autoethnographie vom Wiedergeben der eigenen Geschichte in einer Talkshow unterscheidet:

*‘What makes your story more valid is that you are a researcher. You have a set of theoretical and methodological tools and research literature to use. That’s your advantage. If you can’t frame it around these tools and literature and just frame it as ‚my story‘, then why or how should I privilege your story over anyone else’s I see 25 times a day on TV?’ (zitiert nach Ellis et al., 2010, S. 347)*

Er zielt damit auf die Frage ab, wie Schilderung persönlicher Erfahrung von der Ebene des Privaten auf die Ebene von Kultur gehoben werden kann und Aussagen über gesellschaftliche Zusammenhänge zulässt – eben dadurch, dass gesellschaftliche Strukturen durch bestehende Theorie und Studien ins Blickfeld gerückt werden. Datensets sollen laut Chang (2008, S. 126) Argumente unterstützen und illustrieren – nicht alleine stehen. Diese können zur Reflexion der eigenen Erfahrungen von Objektifizierung und Selbst-Objektifizierung bei Leser\*innen beitragen: Durch die Lektüre der Selbst-Narrative anderer sei es unumgänglich, dass Leser\*innen sich selbst mit den Texten vergleichen und kontrastieren; „in turn discovering new dimensions of their own lives“ (Chang, 2008, S. 34).

### 3 Theorie

Nachdem die Methode vorgestellt wurde, soll im Folgenden der theoretische Hintergrund meiner Arbeit dargelegt werden. Die zentralen Theoriegebäude, auf die sich die Interpretation und Diskussion meiner Ergebnisse stützen, betreffen *Objektifizierung*, bzw. *Selbst-Objektifizierung* von Frauen und das *psychologische Selbstkonzept*.

#### 3.1 Objektifizierung

Zuerst soll der Frage nachgegangen werden, was mit Objektifizierung genau gemeint ist und auf welche Form der Objektifizierung sich diese Arbeit bezieht. Danach wird die *Objectification Theory* vorgestellt, welche einen zentralen Theoriebaustein der Arbeit darstellt. Danach wird die Reduktion von Frauen auf ihre Körper in einen kulturellen und historischen Kontext gebettet, vor dem die Problematik von Objektifizierung besonders deutlich wird.

##### 3.1.1 Definition und Eingrenzung

Dem Konzept der Objektifizierung von Personen liegt eine in der europäischen Philosophiegeschichte zentrale Trennung zwischen *Subjekten* und *Objekten* zugrunde – damit geht es eigentlich um die Frage, was den Menschen zum Menschen, bzw. zum *Subjekt* (im Gegensatz zum Objekt) macht. Feministische Denker\*innen, welche Objektifizierung behandeln, beziehen sich mitunter auf Kant, welcher dem Menschen als zentrales Unterscheidungsmerkmal zu Tieren und Dingen die *Vernunft* zuweist. Diese mache den Menschen und damit das Subjekt aus. Vernunftlose Wesen haben laut Kant „nur einen relativen Wert, als Mittel, und heißen daher *Sachen*, dagegen vernünftige Wesen *Personen* genannt werden, weil ihre Natur sie schon als Zwecke an sich selbst, d. i. als etwas, das nicht bloß als Mittel gebraucht werden darf, auszeichnet“ (Kant, 1785/2016, S. 54). Subjekte oder Personen haben nach Kant also Vernunft, Sachen oder Objekte nicht, können von Subjekten benutzt werden und sind auch nur so viel wert, wie sie Nutzen haben<sup>6</sup>. Objektifiziert man eine Person, spricht man ihr Vernunft ab und abqualifiziert sie zu Dingen, die für den eigenen Nutzen gebraucht werden können. Dass das Konzept der Objektifizierung auf diese *Trennung* zwischen Subjekt und Objekt zurückgeht und dadurch eine *Hierarchie* zwischen denen, die als Subjekte gesehen und behandelt werden und denen, die objektifiziert werden und ein Absprechen von Fähigkeiten und Rechten enthält, ist zentral für das weitergehende Verständnis.

Es gibt verschiedene Arten von Objektifizierung - wie bereits angesprochen, handelt diese Forschungsarbeit, welche sich auf die *Objectification Theory* von Fredrickson und Roberts (1997) stützt

---

<sup>6</sup> Diese Wertzuschreibung, die mit ‚Vernunft‘ verbunden wird, ist kritisch zu betrachten, da aus dieser Logik eine Entwertung und im Extremfall Entmenschlichung von Menschen mit Intelligenzminderung und Entsagung ihrer Würde folgen würde.

im Speziellen von der *Reduktion von Frauen auf ihre Körper*: „The common thread running through all forms of sexual objectification is the experience of being treated *as a body* (or collection of body parts) valued predominantly for its use to (or consumption by) others“ (Fredrickson & Roberts, 1997, S. 174).

Doch was heißt das genau? Wie können wir in Situationen bestimmen, ob Objektifizierung vorliegt oder nicht? Papadaki (2010) weist auf die Ungenauigkeit des Konzeptes *Objektifizierung* hin und entwirft – in Bezugnahme auf Kant und die feministischen Denkerinnen Dworkin, McKinnon und Nussbaum – folgende spezifische Definition:

*Objectification is seeing and/or treating a person as an object (seeing and/or treating them in one or more of these seven ways: as an instrument, inert, fungible, violable, owned, denied autonomy, denied subjectivity), in such a way that denies this person's humanity. A person's humanity is denied when it is ignored/not properly acknowledged and/or when it is in some way harmed. (Papadaki, 2010, S. 32)*

Papadakis Spezifikation bedeutet ins Deutsche übersetzt: Objektifizierung meint eine Person als Objekt zu behandeln oder zu betrachten. Ein Objekt, das 1) als *Instrument* dient und benutzt werden kann, 2) *passiv reglos* ist, welches 3) *austauschbar / beliebig* ist, welches 4) *verletzt* werden kann, das 5) *in Besitz genommen* werden kann; dem 6) *Autonomie* oder 7) *Subjektivität verwehrt* wird. Und zwar in solch einer Weise, dass die *Menschlichkeit* oder *Menschenwürde* (welchen Begriff ich hier passender finde) abgesprochen wird – indem sie ignoriert, verletzt oder nicht in vollem Maße anerkannt wird. Wenn eines oder mehrere der sieben Merkmale erfüllt werden, liegt nach diesem Konzept Objektifizierung vor.

Die gegebene Definition umfasst theoretisch auch Formen von Objektifizierung, die nicht genderspezifisch sind. Zum Beispiel die Objektifizierung von Arbeitnehmer\*innen seitens der Arbeitgeber\*in, wenn sie wie (3) *austauschbare* Arbeitsmaschinen behandelt oder gesehen werden oder als (1) *Instrumente*, welche benutzt werden können.

Langton (2009a) fügt drei andere Arten von Objektifizierung hinzu, welche sie im feministischen Kontext zusätzlich als zentral sieht: *Reduction to body*, *reduction to appearance* und *silencing*. Damit zählt sie 8) *das Reduzieren auf den Körper oder Körperteile*, 9) *die Reduktion auf das Aussehen, Attraktivität oder Wertschätzung von rein ästhetischen Merkmalen* ebenfalls explizit zu Objektifizierung. Zusätzlich 10) *das Berauben oder Nichtanerkennen einer Stimme* (und damit verbunden das Unsichtbarmachen von Erfahrungen, Gedanken oder Bedürfnissen, etc.)<sup>7</sup>.

---

<sup>7</sup> Als Beispiel für Silencing als Form von Objektifizierung nennt sie die Darstellung von Frauen in Pornographie, welche oft durch Passivität und fehlende Kommunikation von Bedürfnissen gekennzeichnet ist (Langton, 2009, S. 228).

Kant, wie auch feministische Denkerinnen sahen zum Teil Sexualität zwischen zwei Menschen notwendigerweise mit Objektifizierung einhergehen. Werden die vorgebrachten Klassifikationsmerkmale 8) und 9) von Langton (2009a) jedoch mit der Definition Papadakis (2010) zusammengebracht, widerspricht das dieser Auslegung von Objektifizierung: Personen werden demnach objektifiziert, wenn wir sie behandeln oder sehen, als wären sie Objekte – wenn wir die Person auf ihren Körper, einzelne Körperteile und/oder auf ihr Aussehen reduzieren - *und zwar in dem Sinne, dass die Menschenwürde der Person dadurch verleugnet wird* (Langton, 2009a; Papadaki, 2010). Sexuelles Begehren eines Körpers an sich zählt demnach nicht zu Objektifizierung, wenn wir davon ausgehen, dass dadurch die Menschenwürde der begehrten Person nicht in Frage steht. Nach dieser Definition ist zunächst nicht von Objektifizierung auszugehen, wenn zwei oder mehrere wertschätzende Partner\*innen den Körper der anderen begehren, selbst wenn sie in dem Moment nur deren Körper im Sinn haben. (Gleiches sehe ich grundsätzlich geltend für Sexualität im Kontext von Sexarbeit). Anders verhält es sich natürlich, wenn die Sex-Partner\*innen nicht auf Augenhöhe interagieren, eine Person von der anderen dabei benutzt wird oder Aktionen nicht konsensuell sind und damit Übergriffe darstellen. Auf der gegebenen Definition fußend versteht Papadaki (2010, S. 31) Objektifizierung auch grundsätzlich als moralisch problematisch und mit negativen Folgen für die betroffenen Personen verbunden.

Dennoch gibt es Grauzonen – ab wann die Menschlichkeit oder Würde einer Person ignoriert, nicht in vollem Maße anerkannt oder verletzt wird, hat Interpretationsspielraum. Sexuelle und sexualisierte Gewalt können z. B. eindeutig unter Berücksichtigung der Kriterien als Objektifizierung eingeordnet werden, wenn eine Person als Instrument (Merkmal 1) oder als bloßer Körper (8) betrachtet wird, dem Gewalt von einer Person angetan wird (Merkmal 4) und / oder wessen Menschenwürde und Subjektivität (Merkmal 7) verletzt und ignoriert werden, indem dem Willen der objektifizierten Person über den eigenen Körper zuwidergehandelt wird. Nicht so eindeutig ist die Lage zum Beispiel bei Kommentaren, welche die Attraktivität von Frauen ungefragt bewerten. Wird dadurch auf das Aussehen oder den Körper reduziert – sind also Merkmale 8 / 9 erfüllt - oder nicht und die Person wird dennoch in ihrer Ganzheit und Menschenwürde anerkannt? Dabei kommt es neben dem Inhalt des Kommentars, wie Papadaki (2010, S. 36) anführt, auf den Grad der Beziehung an. Zum Beispiel kann es für die Einordnung des gleichen Kommentars relevant sein, ob meine Partnerperson meine Attraktivität bewertet oder mein Vorgesetzter. Gibt es ein Machtungleichgewicht oder sind die Partner\*innen auf Augenhöhe? Daneben sehe ich für die Interpretation die Situation als bedeutsam (z.B.: Professionelles Setting oder privates?) sowie die Art der Interaktion (z.B.: Bin

ich Teil des Gesprächs oder wird über mich gesprochen?) und noch flüchtigere Nuancen (z.B.: Ist der Tonfall oder die Wortwahl herablassend?).

Das Beispiel einer Freundin zeigt die Bedeutung des Kontexts bei der Interpretation auf: Als Teilnehmerinnen einer Fortbildung im Arbeitskontext sollten sie und ihre Kolleginnen sich zum Abschluss gegenseitig anonym wertschätzende Rückmeldungen geben. Ein Drittel der anonymen Rückmeldungen, die sie von ihren Kolleginnen erhielt, waren aussehensbezogene Komplimente. Sie fühlte sich objektifiziert – während sie die aussehensbezogenen Komplimente ihrer Kolleginnen im privaten Kontext (z. B. beiläufig in Pausen) nicht als Objektifizierung gedeutet und sich darüber gefreut hätte, erlebte sie diese Überbewertung ihres Äußeren, die damit einherging, dass sie weniger Rückmeldung zu ihren Kompetenzen und Fähigkeiten im professionellen Kontext erhielt als Abwertung. Im Arbeitskontext wollte sie als die kompetente, zuverlässige, wissensdurstige und engagierte Kollegin gesehen werden, die sie war, und nicht als attraktive Frau mit gutem Modegeschmack.

Es wird deutlich, dass trotz der gegebenen Definition die Bestimmung von Objektifizierung situationsbedingt Interpretation bedarf, die sich von Person zu Person, die sie fällt, unterscheiden kann. „We will be relying largely (if not exclusively) on our intuitions in order to make such judgements, we must be prepared to expect much disagreement“ (Papadaki, 2010, S. 36).

Bei der Interpretation von Situationen ist nicht die Intention hinter Handlungen ausschlaggebend, sondern die Wirkung auf Betroffene – denn auch unbeabsichtigte Akte von Objektifizierung sind in die Definition miteingeschlossen: „realizing that objectification is often caused by ignorance and thus unintentional is important in order to correctly fight this phenomenon“ (Papadaki, 2010, S. 35). Auch Fredrickson und Roberts (1997, S. 174) lenken die Deutungsmacht darüber, wann es sich um Objektifizierung handelt, hin zu von Objektifizierung Betroffenen, wenn sie schreiben, Objektifizierung meine die *Erfahrung behandelt zu werden als sei man sein Körper, der vor allem entsprechend dem Nutzen für andere geschätzt werde*. Zum Beispiel daran gemessen, wie gut er anderen gefalle. Damit einhergehend werden auch in dieser Arbeit Objektifizierungs-Erfahrungen dargestellt, die aus der Sicht der Betroffenen als solche erlebt wurden, und die Folgen im Selbst-Konzept von Betroffenen abgebildet.

Nachdem das Konzept der Objektifizierung erklärt und eingegrenzt wurde, soll im folgenden Kapitel das Kernstück des Theoriegebäudes dieser Arbeit vorgestellt werden: die *Objectification Theory* und das von deren Autorinnen eingeführte Konzept der *Selbst-Objektifizierung*. Ausschnitte aus Grundlagenwerken, auf die sich die Autorinnen beziehen, sollen zur Verdeutlichung der Konstrukte dienen.

### 3.1.2 Objectification Theory

Durch die *Objectification Theory* von Fredrickson und Roberts (1997) werden psychologische Folgen von sexueller Objektifizierung für Mädchen und Frauen beleuchtet. Den Forscherinnen gehe es darum, die bis dahin wenig spezifizierten intraindividuellen psychologischen Konsequenzen für Frauen aufzuzeigen, welche sie auf Objektifizierung zurückführen (S. 174). Sexuelle Objektifizierung sehen die Autorinnen in der US-amerikanischen (bzw. der westlichen) Kultur eingeschrieben. „Objectification theory takes as a *given* that women exist in a culture in which their bodies are [...] looked at, evaluated, and always potentially objectified“ (Fredrickson & Roberts, 1997, S. 177). Es trete sexuelle Objektifizierung auf, wenn Frauen wie Körper behandelt werden, welche für das Vergnügen anderer existierten: „Sexual Objectification occurs whenever a woman’s body, body parts, or sexual functions are separated out from her person, reduced to the status of mere instruments, or regarded as if they were capable of representing her“ (Bartky, 1990, zitiert nach Fredrickson & Roberts, 1997, S. 175). Die Theorie bezieht sich damit auf Objektifizierung in Form von *Reduktion auf den Körper* und *Attraktivität*, was den Punkten 8) und 9) der im vorigen Kapitel vorgestellten Eingrenzung von Objektifizierung durch Langton (2009a) entspricht. Als zentrale Form dieser Objektifizierung werden *objektifizierende Blicke* beleuchtet, durch die sexualisierte Bewertung stattfindet. Diese seien zwar subtil, bestimmten aber den Alltag von Frauen und seien im Gegensatz zu z. B. sexualisierter Gewalt bis dahin wenig untersucht (Fredrickson & Roberts, 1997, S. 175). Dabei beziehen sie sich auf das Konzept des *Male Gaze*, welches auf Laura Mulvey zurück geht und das im *Kapitel 3.1.3* vorgestellt wird, in dem ein Stück des historischen Kontexts von Objektifizierung beleuchtet werden soll.

In der Theorie werden Studien herangezogen, welche vermehrt objektifizierende Blicke auf Frauen und Mädchen in folgenden Bereichen aufzeigen:

*Erstens* bei sozialen interpersonalen Begegnungen sowohl im privaten als auch im öffentlichen Raum, bei denen gezeigt werden könne, dass Männer mehr ihren Blick auf Frauen richten als umgekehrt und dass sich Frauen auch stärker beobachtet fühlen (Hall, 1984; Argyle & Williams, 1969; zitiert nach Fredrickson & Roberts, 1997, S. 176). Objektifizierende Blicke von Männern seien oft begleitet von bewertenden Kommentaren (Gardner, 1980; zitiert nach Fredrickson & Roberts, 1997, S. 176). Choi und DeLong (2019) nennen den Peer-Einfluss bei sexueller Objektifizierung, also die sexualisierte Bewertung durch Gleichaltrige als wesentlich. Wie in den Ergebnissen dargestellt wird, sind daneben aber auch andere Personen im Umfeld und Frauen selbst an Objektifizierung beteiligt.

*Zweitens* innerhalb von medialen Darstellungen von interpersonalen Beziehungen (Bsp.: die Frau blickt passiv in eine andere Richtung und wird zum Objekt, das vom dargestellten Mann

zusammen mit den Zuschauer\*innen angesehen wird, wobei das Konzept des *Male Gaze* relevant ist, das im nächsten Kapitel vorgestellt wird).

*Drittens* in der sexualisierenden Medienrepräsentanz von Frauen, bei der Zuschauer\*innen implizit den objektifizierenden Blick aufgrund der zu beobachtenden Darstellungsweise übernehmen. Zum Beispiel durch die vermehrte Reduktion auf den Körper, indem bloße Körperteile der Frauen oder den Körper ohne Kopf gezeigt würden. „The visual media portray women as though their bodies were capable of representing them“ (Fredrickson & Roberts, 1997, S. 177).

Überschneidungen dieser Bereiche gibt es heute insbesondere durch Social Media, auf dessen negative Wirkweisen in Zusammenhang mit Objektifizierung durch verschiedene Studien empirisch hingewiesen wird (Fardouly, Willburger & Vartanian, 2018; Vandenbosch & Eggermont, 2016). Hier findet sowohl persönlicher (objektifizierender) Austausch und Bewertung z. B. durch das Kommentieren von Bildern statt, als auch die Darstellung objektifizierender Situationen innerhalb geteilter Fotos und Videos und Inhalte, bei denen Zuseher\*innen durch die Darstellung den objektifizierenden Blick übernehmen. Choi und DeLong (2019) weisen außerdem auf die Rolle des Konsums von Online-Pornographie deren Verbreitung seit der Veröffentlichung der Objectification Theory Ende der 1990er massiv gestiegen ist bei der Selbst-Sexualisierung von jungen Frauen hin. Hier soll nicht weiter auf den Einfluss von Social Media und Pornographie eingegangen werden, da das den Rahmen sprengen würde; mir erscheinen weniger die Medien und Bildmaterial an sich problematisch zu sein, sondern die jeweiligen konsumierten Inhalte und u. a. Gender-Rollenbilder, die stark variieren können und von denen manche sogar gegenteilig einen positiven Effekt haben können.

**Selbst-Objektifizierung.** Der Objectification Theory nach könne Objektifizierung dazu führen, dass Frauen diesen auf Attraktivität begrenzten Blick von außen auf sich selbst übernehmen und dass dies sich negativ auf ihre psychologische Gesundheit auswirke. *Selbst-Objektifizierung* beschreiben Fredrickson und Roberts (1997) folgendermaßen:

*At a psychological level, perhaps the most profound effect of objectifying treatment is that it coaxes girls and women to adopt a peculiar view of self. Objectification theory posits that the cultural milieu of objectification functions to socialize girls and women to, at some level, treat themselves as objects to be looked at and evaluated. (Fredrickson & Roberts, 1997, S. 177)*

Die Wissenschaftlerinnen beziehen sich dabei unter anderem auf Berger (1990), der postuliert, dass Frauen das Gewahrsein ihres Äußeren von klein an vermittelt bekommen und der eine Art Aufspaltung der Identität betont, welche durch Selbst-Objektifizierung geschehe:

*A woman must continually watch herself. She is almost continually accompanied by her own image of herself. [...] From earliest childhood she has been taught and persuaded to survey herself [...]. And so she comes to consider the surveyor and the surveyed within her as the two constituent yet always distinct elements of her identity as a woman. (Berger, 1990 [1972], S. 46)*

Das fast allzeit bestehende Bewusstsein über die eigene Körpererscheinung von Frauen geschehe durch die Internalisierung des männlichen Blicks auf sich selbst: „The surveyor of woman in herself is male: the surveyed female. Thus she turns herself into an object – and most particularly an object of vision: a sight“ (S. 47).

Diese Fokussierung auf das eigene Äußere durch die Erfahrung von Objektifizierung äußere sich im Verhalten der Betroffenen. Die Einnahme des Bewusstseins durch die Sorge darum, wie der eigene Körper aussieht und die Überprüfung dessen nennen Fredrickson und Roberts „*habitual body monitoring*“ (1997, S. 180). Cary und Reese-Weber (2018) fanden diese Verbindung von Selbst-Objektifizierung und dessen *Verhaltensausdruck* empirisch bestätigt: Das Selbstbild auf sich vor allem als Körper ging auch mit der Überprüfung der eigenen Körpererscheinung bei den jungen Frauen, die befragt wurden, einher.

Selbst-Objektifizierung erhöhe laut den Autorinnen Scham- und Angsterleben, verhindere das Aufgehen in einer Tätigkeit (was unter dem psychologisch breit beforschten Konstrukt *Flow-Erleben* gefasst wird vgl. Ufer, 2020, das mit einer Reihe von positiven psychologischen Outcomes verbunden wird) und verschleierte die Wahrnehmung eigener Körperempfindungen. Außerdem trage es zu psychischen Erkrankungen bei, welche typischer Weise Frauen betreffen. Die Hypothesen von Fredrickson und Roberts (1997) können als gut belegt gelten. So fanden empirische Studien einen negativen Einfluss von Selbst-Objektifizierung auf den Selbstwert junger Frauen (Choma et al., 2010; Mercurio & Landry, 2008; Strelan, Mehaffey & Tiggemann, 2003), wie auf die allgemeine Lebenszufriedenheit (Mercurio & Landry, 2008); Selbst-Objektifizierung scheint Essstörungen und Einschränkung des Essverhaltens zu begünstigen (Calogero & Thompson, 2009; Dakanalis et al., 2015; Luo, Niu, Kong & Chen, 2019; Noll & Fredrickson, 1998; Peat & Muehlenkamp, 2011; Schaefer et al., 2018), geht mit Schamerleben einher (Calogero & Jost, 2011; Cary & Reese-Weber, 2018; Schaefer et al., 2018; Talmon & Ginzburg, 2016), es wurde ein Zusammenhang mit Depressionen aufgezeigt (Peat & Muehlenkamp, 2011; Szymanski & Henning, 2007), mit sexueller Dysfunktion bzw. negativen Folgen auf das Sexualverhalten (Calogero & Thompson, 2009; Cary & Reese-Weber, 2018; Ramseyer Winter, 2017) und einer Einengung des Bewusstseins; bzw. Sorgen um die eigene

Körpererscheinung (Cary & Reese-Weber, 2018; Rousseau & Eggermont, 2018; Vandenbosch & Eggermont, 2012).

Die Theorie und die Ergebnisse dahingehend legen nahe, dass eine Fokussierung von Mädchen und Frauen aufs eigene Äußere wohl meist nicht auf einen übersteigerten Selbstwert hinsichtlich der eigenen Erscheinung zurückgeführt werden können. Den Effekt der Überwachung des eigenen Äußeren sehen Fredrickson und Roberts als funktionale (und oftmals unbewusste) Strategie von Mädchen und Frauen an, um darauf Einfluss zu nehmen, wie sie behandelt werden – da die äußere Erscheinung von Frauen sich maßgeblich auf ihr soziales und berufliches Leben auswirke. Die Fokussierung auf die eigene Erscheinung wirke jedoch als Störfaktor im Erleben von Betroffenen: „Significant portions of women’s conscious attention can often be usurped by concerns related to real or imagined, present or anticipated, surveyors of their physical appearance. [...] The potential always exists for their thoughts and actions to be interrupted by images of how their bodies appear“ (Fredrickson & Roberts, 1997, S. 180).

Im prominenten Werk *Das andere Geschlecht* von Simone de Beauvoir finden sich Parallelen. Im Kapitel *Die Narzißtin* offenbart Beauvoir ihre konträre Sicht auf die (damalige) Annahme, Frauen seien besonders von Narzissmus betroffen. Sie gibt an, dass die Umstände für als narzisstisch interpretiertes Verhalten von Frauen entscheidend seien:

*Wenn sie [die Frau] sich derart ihren eigenen Begierden darbieten kann, so weil sie sich seit der Kindheit als Objekt erschienen ist. Ihre Erziehung hat sie dazu angehalten, sich in ihrem ganzen Körper zu entfremden. Die Pubertät hat ihr diesen Körper als passiv und begehrenswert enthüllt. [...] Es kommt vor, daß die Frau sich in der solitären Lust in ein männliches Subjekt und ein weibliches Objekt aufspaltet. (Beauvoir, 2019 [1949], S.738).*

Damit übereinstimmend weist Calogero (2012, S. 575) darauf hin, dass Selbst-Objektifizierung nicht als Narzissmus verstanden werden dürfe, sondern eine psychologische Strategie widerspiegle, die es Frauen erlaube zu kontrollieren, wie sie von anderen gesehen und behandelt werden. Was Männer in dem Sinn von Frauen unterscheide sei laut Beauvoir folgendes:

*Ein Mann, der Aktivität, Subjektivität sein will und sich als solche fühlt, erkennt sich in seinem erstarrten Bild nicht wieder. Es hat für ihn kaum eine Anziehungskraft, da der männliche Körper ihm nicht als Objekt des Begehrens erscheint. Während eine Frau, die sich Objekt weiß und sich dazu macht, wirklich glaubt, sich im Spiegel zu sehen. Passiv und gegeben, ist ihr Abbild ein Ding wie sie selbst. Und da sie das weibliche Fleisch, ihr eigenes Fleisch begehrt, belebt sie die leblosen Reize, die sie im Spiegel entdeckt, mit ihrer Bewunderung, ihrem Begehren. (S. 784)*

Eindrücklich beschreibt Beauvoir die Systematik, welche hinter der Überbetonung der eigenen Schönheit und des eigenen Körpers bei Frauen stecke. Da die Frau im Gegensatz zum Mann auf ihren Körper reduziert wird, erscheint er ihr als wichtigster Teil ihrer Selbst. Darauf folgend betont Beauvoir kritisch, wie diese Werte mit der Rolle der Frau einhergehen: „Sich als Frau fühlen heißt, sich als begehrenswertes Objekt fühlen, sich begehrt und geliebt glauben“ (S. 795). Damit macht sie deutlich, wie stark die gesellschaftliche Rolle von Frauen mit Passivität verbunden ist und mit der Reduktion auf den Körper, was für Beauvoir dafür ausschlaggebend ist, wenn Frauen in narzisstischer Manier auf ihr Äußeres fixiert sind.

Selbst-Objektifizierung wird gleichermaßen als situations-induzierter Zustand (was in der Psychologie mit dem Begriff *State* gefasst wird), als auch als relativ überdauernde Eigenschaft, also *Trait* konzeptualisiert (Miner-Rubino, Twenge & Fredrickson, 2002, S. 152).

*Most women will experience some degree of state self-objectification in situations where attention has been called to their bodies, such as receiving catcalls, catching someone staring at their breasts, or where their gender becomes a salient feature of the immediate social context. For some women, however, this objectified lens becomes engaged virtually all of the time, whether they find themselves in public or private settings. This more pervasive and chronic view of the self as an object is referred to as trait self-objectification. (Calogero, 2012, S. 575)*

Werden also einzelne Situationen diskutiert und untersucht, in denen Objektifizierung oder Selbst-Objektifizierung geschieht, bezieht sich das auf den *State*, also auf den vorübergehenden Zustand. Einige Beispiele dieser spezifischen Situationen werde ich im ersten Unterkapitel des Ergebnis- und Diskussionsteils darlegen. Da ich in der hier vorliegenden Arbeit deutlich machen will, wie diese (selbst-) objektifizierenden Situationen sich auf das Selbst-Konzept auswirken und Selbst-Objektifizierung in das Selbst-Konzept einbettet, steht jedoch im Fokus dieser Arbeit die (relativ) überdauernde Eigenschaft (*Trait*), welche durch Objektifizierung erlernt wird.

Selbst-Objektifizierung kann von Selbst-Sexualisierung unterschieden werden. Die Konzepte weisen Überschneidungen auf und werden daher teilweise simultan verwendet (Choi & DeLong, 2019). Selbst-Objektifizierung kann der Selbst-Sexualisierung übergeordnet verstanden werden. Beide Konzepte beinhalten, sich selbst als Objekt zu sehen, welches für andere existiert. *Selbst-Sexualisierung* hat dabei aber den Fokus auf Sexualität (d. h.: für andere sexy sein, sexuelle Fantasien erfüllen, etc.), während *Selbst-Objektifizierung* auch auf die physische Erscheinung bezogen sein kann ohne direkt Sexualität zu beinhalten (d. h.: anderen gefallen, gut aussehen). Zurbriggen (2013) verweist darauf, dass Fredrickson und Roberts (1997) zwar den Begriff *sexual objectification*

verwendeten, Selbst-Objektifizierung aber nicht notwendigerweise sexuell geprägt sei: „the self-objectifying woman strives to be attractive, but not necessarily to attract sexual partners or attention“ (Zurbriggen, 2013, S. 191). Wie bereits erläutert, bezieht sich die Objectification Theory wie auch diese Arbeit vor allem auf Reduktion auf den Körper und Aussehen und auf diese Form bezieht sich auch das Konzept der Selbst-Objektifizierung.

### **3.1.3 Reduktion auf den weiblichen Körper als patriarchales Phänomen**

In den vorigen Kapiteln wurde bereits angesprochen, dass Objektifizierung von Frauen und Mädchen systematisch auf unterschiedlichen Ebenen geschieht. Das Phänomen sei der westlichen Kultur eingeschrieben (Fredrickson & Roberts, 1997). Im Folgenden will ich eine Idee davon geben, wie sich die Sichtweise auf Frauen als Körper im Kontext patriarchaler Strukturen einordnen lässt. Denn bei einer ahistorischen oder auf Einzelsituationen bezogenen Perspektive auf Objektifizierung, sowie Selbst-Objektifizierung, wird die Tragweite des Phänomens geschmälert und die sich daraus ergebenden psychischen Belastungen bzw. die Auswirkung auf das Selbst-Konzept individualisiert. Dem soll entgegengewirkt werden.

Die Einzelsituationen, in denen Objektifizierung von Frauen und Mädchen medial oder im zwischenmenschlichen Kontakt passiert, beruhen auf einem System, in dem Frauen und Mädchen – unter anderem durch Objektifizierung – ein Männern und Jungen untergeordneter Platz zugewiesen wird<sup>8</sup>. Durch die Reduktion auf den Körper, bzw. das Aussehen findet eine Abwertung und Degradierung auf Objektstatus statt (wie in Kapitel 3.1.1 erklärt). Fredrickson und Roberts (1997, S. 180) sprechen bei Objektifizierung von einer „gendered experience in objectifying cultures“ - Objektifizierung kann als inhärenter Teil weiblicher Sozialisation betrachtet werden. *Mit dem Konzept von Objektifizierung und der damit einhergehenden Kritik im feministischen Kontext geht es letztlich nicht um die Kritikname an Fehlverhalten von Personen in unzusammenhängenden Einzelfällen, sondern das Aufzeigen und Angreifen von patriarchalen Strukturen, die diese mit sich bringen.* Dieses Kapitel bildet einen Exkurs zum historischen Rahmen von Objektifizierung, um die Tragweite und Hintergründe besser verstehen zu können.

Der Term Patriarchat meint „die Beziehungen zwischen den Geschlechtern [...], in denen Männer dominant und Frauen untergeordnet sind“ (Cyba, 2010, S. 17). Alle Definitionen des Begriffs

---

<sup>8</sup> Neben *Gender* spielen allerdings noch weitere Konstrukte eine Rolle, aufgrund derer Personen abgewertet und benachteiligt werden, wie *Race*, *Klasse*, *Alter*, *Behinderung*, *Sexualität*, *Hautfarbe*, *Nationalität*, etc. Wenn sich mehrere dieser sozial bedeutsamen Eigenschaften in Personen verschränken (z.B. Frau, Schwarz, arm, lesbisch mit Behinderung) ergeben sich Intersektionen (vgl. „Intersektionalität“ nach Kimberlé Crenshaw), die eigene Diskriminierungserfahrungen mit sich bringen. So ist die Aussage „Frauen wird ein Männern untergeordneter Platz zugewiesen“ nicht absolut zu verstehen, sondern beschreibt eine zugrundeliegende Asymmetrie bestehender Geschlechterkonstruktionen.

verwiesen auf soziale Ungleichheiten, asymmetrische Machtbeziehungen und soziale Unterdrückung und auf die Tatsache, dass es sich dabei nicht um ein natürliches oder selbstverständliches Phänomen handle (S. 17). Die Strukturen, in denen Männern und Jungen eine Vormachtstellung eingeräumt wird, sind demnach veränderbar. Die Ideen von Unterdrückung und Objektifizierung seien über die *Verwehrung von Autonomie* miteinander verbunden: „when women are treated as tools, they are treated as things, items lacking in agency“ (Langton, 2009b, S. 2). Cyba (2010, S. 20) hebt entgegen Vorurteilen, nach denen Diskriminierung immer bewusst geschehe und Männern eine aktive Unterdrückerrolle zugeschrieben würde außerdem hervor, dass einige dieser Konstellationen von niemandem intendiert seien, sondern aufgrund ihrer Trägheit als selbstverständliche Traditionen überdauerten. Zweitens sei die aktive Rolle von Frauen nicht zu unterschätzen, die in die Reproduktion ihrer benachteiligten Situation eingebunden und nicht nur passive Objekte ihrer Unterdrückung seien. Frauen werden also als Teil dieses Systems verstanden und tragen mehr oder weniger zur Aufrechterhaltung dessen bei. Wie diese ungleiche Verteilung von Macht zugunsten von Männern und damit unter anderem Zugang zu Wissen und Entscheidungs-, sowie Deutungshoheit über die Position von Frauen in der Gesellschaft mit der Objektifizierung von Frauen einherging, soll deutlich gemacht werden:

Es wurde bereits beschrieben, dass das Konzept der Objektifizierung auf der dualistischen Trennung zwischen Subjekt und Objekt beruht und dass feministische Vorreiterinnen sich bei der Theoriebildung auf Kant bezogen. Papadaki (2010, S. 18) weist daraufhin, dass Kant Frauen als die am meisten durch Objektifizierung betroffenen Opfer sah, auch wenn er das Phänomen nicht exklusiv einem Geschlecht zuwies. Die Assoziation zwischen ‚Frau‘ und ‚Körper‘, auf den sie reduziert wird, findet sich auch bei anderen der prominentesten europäischen Denker, welche unser heutiges Denken mitformten. Prominent war der Glaubenssatz, nach dem Frauen nicht oder jedenfalls weniger vernunftbegabt seien, da sie durch ihre Fähigkeit Kinder zu gebären stärker an ihre Körper bzw. Materielles, Weltliches gebunden seien als Männer. Diese Essentialisierung des Frauseins wurde männlichen Zuschreibungen zudem nicht als ebenbürtig charakterisiert, sondern dem Männlichen untergeordnet.

Nead ([1992], 2010, S. 525) weist darauf hin, dass Platon, Aristoteles, als auch Denker des Mittelalters *Natur* und *Materie* und auch *Körperlichkeit* als ‚weiblich‘ bzw. ‚Mutter‘ konzeptualisierten. *Wissen* sollte laut Descartes – einem der bedeutendsten europäischen Philosophen – dem gegenüber jedoch durch Objektivität in einer Lösung des Verstandes vom Körper erreicht werden. Der Idee dieser voneinander getrennten Einheiten (siehe weiterführend *Leib-Seele-Dualismus*), die bis heute entscheidende Fragen nach dem Verhältnis zwischen Körper und Geist / Psyche aufwirft,

waren auch vergeschlechtlichte Zuschreibungen inhärent. Zum einen wurden *Vernunft* und *Geist* dem *Körper* und der *Materie* als überlegen bewertet, zum anderen sei Vernunft bzw. wissenschaftliches Denken auch *männlich* attribuiert worden (Nead, 1992, S. 525). „The implications of a system of thought that defines both scientific inquiry and artistic creativity as masculine are considerable and are certainly still at work in contemporary society“ (Nead, 1992 [1992], 2010, S. 525-526).

Diese geschlechtlich zugeordneten dualistischen Zuschreibungen untersucht Auer (2018) in ihrer Abschlussarbeit. Sie fasst zusammen, dass Männern in der westlichen Denktradition *Kultur*, Frauen die *Natur* zugewiesen worden sei. Weiter *männlich* und *höherwertig* attribuiert wurden „Vernunft, Moral, Seele und Geist“ (S. 35). Als jeweiliges Gegenstück der Paarung diene als *weiblich* konnotiert und *unterlegen* geltend „Trieb, Instinkt, Animalisches und *Körper*“ (S. 35).

Diese von weißen Männern formulierte Legitimation männlicher Vormacht durch die Reduktion von Frauen auf Körper blieb nicht theoretischer Natur, sondern wurde auch in der Praxis dazu genutzt, Frauen bestimmte Rechte und gesellschaftliche Teilhabe zu verwehren. Zum Beispiel gründeten Gegenpositionen des in Deutschland und Österreich vor rund 100 Jahren eingeführten Frauenwahlrechts oftmals auf Argumenten, nach denen Frauen durch die Möglichkeit einer Mutterschaft von ihrem Körper beherrscht seien, wohingegen das souveräne Subjekt, der Mann, seinen Körper bezähmt hätte (Richter & Wolff, 2018, S. 25–26). Ein anderes Beispiel bezieht sich auf die Französische Revolution, die Gleichheit und Freiheit als zentrale Leitmotive trug, in der die Akteure jedoch die Reduktion auf den weiblichen Körper und damit assoziierte (fehlende) Fähigkeiten als Argumente nutzten, um weiße Frauen neben People of Color vom Gleichheitsideal auszuschließen: „Men were individuals [...] and men could be abstracted from their physical and social embodiment, that’s what the abstract individual was about. Women, in contrast, were dependent, a consequence of the dedication of their bodies to reproduction; they were not self-owning, thus not individuals<sup>9</sup>“ (S. 4).

Die ungleiche Machtverteilung innerhalb patriarchaler Gesellschaftsstrukturen, die mit der Reduktion von Frauen auf ihre Körper einherging, lässt sich neben den prominenten vorgestellten philosophischen Ideen und der Verwehrung politischer Teilhabe historisch auch an der bildlich objektivierenden Darstellungsweise von Frauen festmachen. Konkretes objektivierendes Bildmaterial kann als eine entscheidende Einflussvariable gesehen werden, welche eine reduktionistische Sichtweise auf Frauen als Körpererscheinung bis heute reproduziert. John Berger untersucht prominente

---

<sup>9</sup> Dieses Zitat bezieht sich auf weiße Menschen, ohne es kenntlich zu machen. Nach Koerbl (2002) waren von den Idealen der Revolution und den Deklarierten Menschenrechten zunächst neben weißen Frauen auch rassifizierte Menschen ausgeschlossen, u.a. Schwarze Menschen und Jüdinnen und Juden; Sklaverei in französischen Kolonien wurde offiziell erst 1794 nach Beginn der französischen Revolution abgeschafft – insofern galt das Ideal der Revolution nur für eine sehr eingeschränkte Gruppe privilegierter Männer.

Gemälde europäischer Malereigeschichte mit dem beliebten Motiv der weiblichen Aktdarstellung. Er unterscheidet dabei die weit verbreitete objektifizierte Darstellung der Nacktheit von Frauen (*Nudity*) von Ausnahmen, bei denen Nacktheit nicht mit der Reduktion auf ein schönes Objekt verbunden sei (*Nakedness*): „To be naked is to be oneself. To be nude is to be seen naked by others and yet not recognized for oneself. A naked body has to be seen as an object in order to become a nude“ (Berger, 1990, S. 51). Er weist darauf hin, dass das durchschnittliche europäische Ölgemälde einer Aktdarstellung nie den eigentlichen Protagonisten zeige. Er sei der Betrachter vor dem Gemälde, bei dem vorausgesetzt wurde, es handele sich um einen Mann, auf den die Darstellung ausgerichtet sei (S. 51):

*Everything must appear to be the result of his being there. It is for him that the figures have assumed their nudity. But he, by definition, is a stranger – with his clothes still on. [...] Painters and spectator-owners were usually men and the persons treated as objects, usually women. This unequal relationship is so deeply embedded in our culture that it still structures the consciousness of many women“ (Berger, 1972/2010, S. 52).*

Dieser objektifizierende Blick auf Frauen, der durch die Ungleichverteilung, bzw. ein Machtgefälle zustande kam – Maler, Käufer, Auftraggeber, Zahlende, einflussreiche Persönlichkeiten, Publikum der Kunstwerke waren vor allem Männer und nicht Frauen – ziehe sich hindurch bis zu der aktuellen Darstellungsweise von Frauen in Massenmedien:

*Today the attitudes and values which informed that tradition are expressed through other more widely diffused media – advertising, journalism, television. [...] The essential use to which [womens] images are put, has not changed. Women are depicted in a quite different way from men – not because the feminine is different from the masculine – but because the ‚ideal‘ spectator is always assumed to be male and the image of the woman is designed to flatter him. (Berger, 1990, S. 52)*

Durch Mulvey (1975) wurde ein Begriff geprägt, der diese These im feministischen Kontext berühmt gemacht hat: Sie postuliert in ihrem prominenten Beitrag zu feministischer Filmanalyse, dass durch die historisch bedingte Übermacht von Männern in der Filmproduktion und eine zunächst vornehmlich männlich gedachte Zuschauerschaft die dominierende Sichtweise im Film keineswegs eine neutrale gewesen sei, sondern eine männliche heterosexuelle, welche die Darstellung von Frauen in Medien als begehrenswerte Objekte bedinge: „In a world ordered by a sexual imbalance, pleasure in looking has been split between active/male and passive/female. The determining male gaze projects its fantasy onto the female figure, which is styled accordingly“ (Mulvey, 2010 [1975], S. 60). Die sexuelle Attraktivität von Frauen werde in den Vordergrund gestellt durch die Projektion

heterosexueller männlicher Fantasien auf die weibliche Gestalt. Dieses Phänomen nennt sie den *Male Gaze*. Allerdings wurde hier einmal mehr weder die Lebensrealität Schwarzer Frauen noch Schwarzer Männer in diesen ersten feministischen Filmtheorien durch weiße Autor\*innen berücksichtigt, wie bell hooks anführt. Denn besagter Blick sei nicht einfach männlich, sondern männlich und *weiß*, bzw. sexistisch und rassistisch geprägt<sup>10</sup>. Die mediale Objektifizierung weißer Frauen unterschied sich dadurch stark und unterscheidet sich bis heute von der von Women of Color.

Die Grundlagentexte von Berger (1990) und Mulvey (1975) sind inzwischen mehrere Jahrzehnte alt. Das Phänomen des Male Gaze wurde neben filmischer Darstellung in vielen weiteren Bereichen aufgezeigt, in denen historisch bedingt noch immer vor allem Männer dominieren, zum Beispiel der Literatur. Ziehen wir zum Beispiel Filmanalysen aus den letzten Jahren heran, zeigen deren Ergebnisse, dass besagtes Ungleichgewicht in der Filmproduktion und damit zusammenhängend die objektifizierende Darstellung von Frauen medial noch immer besteht (Flicker, 2018; Lauzen, 2015; Murphy, 2015). Der Österreichische Film Gender Report (Flicker, 2018) zeigt zum Beispiel, dass drei Viertel aller österreichischen Kinofilme zwischen 2012 und 2016 von Regisseuren und nur ein Viertel von Regisseurinnen waren. Internationale empirische Analysen zeigen dabei, dass Filmteams mit mehr Männern weibliche Rollen weniger differenziert darstellen als Filmteams mit mehr Frauen (Flicker, 2018; Lauzen, 2015; Murphy, 2015). Und die Darstellung weiblicher Charaktere unterscheidet sich noch immer maßgeblich von der Darstellung männlicher Rollen; nicht zugunsten der Frauenrollen: In 15 der umsatzstärksten Hollywood Filme zwischen 1993 und 2013 waren die Frauenrollen zwar zunehmend durch ihre Intelligenz, Stärke oder Unabhängigkeit geprägt, ihre Rollen waren aber dennoch weniger divers und einflussnehmend auf die Handlung des Films als die Männerrollen (Murphy, 2015, S. 23). In den 100 umsatzstärksten Hollywood-Filmen 2014 waren lediglich 12% aus der Sicht einer weiblichen Protagonistin inszeniert und die zugeschriebene Passivität äußerte sich auch darin, dass weniger als ein Drittel der Sprechrollen durch Frauen besetzt wurden (Lauzen, 2015). Die Analyse österreichischer Kinofilme zwischen 2012 und 2016 zeigte, dass Kommentare

---

<sup>10</sup> Die afro-amerikanische feministische Theoretikerin und Autorin bell hooks kritisiert: „Feminist film theory rooted in an ahistorical psychoanalytic framework that privileges sexual difference actively suppresses recognition of race, reenacting and mirroring the erasure of black womanhood that occurs in films, silencing any discussion of racial difference – of racialized sexual difference“ (hooks, 2010, S. 112). Women of Color seien filmisch zunächst gar nicht oder nicht als Objekt des Begehrens dargestellt worden und wenn, dann im Sinne rassistischer Erzählungen objektifiziert worden. Dies wurde genutzt, um die moralisch überlegen dargestellte Rolle weißer Frauen rassistisch zu inszenieren (vgl. hooks, 2010 [1992], S. 109-110). Parmar (2010) zeigt, dass in westlichen Medien auch asiatische Frauen kaum und wenn, dann oftmals entsprechend rassistischer Fantasien im Film gezeigt würden – „represented on the one hand as sexually erotic creatures, full of Eastern promise, and on the other as completely dominated by their men, mute and oppressed wives and mothers“ (S. 388). Lauzens (2015) Studie zeigt auf, dass besagte Ungleichverteilung in der Repräsentation von Frauen weiterhin fortbesteht: Asiatinnen und Latinas machten fast ebenso wenige der weiblichen Rollen in den weltweit umsatzstärksten Filmen aus (jeweils 4%), wie weibliche Außerirdische (3%).

zum Äußeren als Teil der Filmhandlung noch immer zu über 75% die weiblichen Filmfiguren betreffen (Flicker, 2018).

Heute kann im öffentlichen Diskurs bezüglich Objektifizierung von Frauen zwar ein steigendes Problembewusstsein für sexistische Werbung und sexualisierende mediale Darstellung von Frauen wahrgenommen werden<sup>11</sup>. Durch die Präsenz von visuellen Medien im öffentlichen Diskurs um Objektifizierung kann jedoch der Eindruck entstehen, die Reduktion von Frauen auf ihre Körper sei durch die sexualisierende Darstellung in (Massen-)Medien oder gar durch Pornographie erst aufkommen oder auf sie begrenzt. Um bewusst zu machen, dass die Reduktion von Frauen auf ihre Körper jedoch als Teil patriarchaler Strukturen schon Jahrhunderte früher dafür genutzt wurde, um Frauen abzuwerten und ein Machtungleichgewicht zugunsten von Männern zu legitimieren, wurde in diesem Kapitel der historische Kontext der Objektifizierung von Frauen umrissen.

Nachdem bis hierhin die Reduktion auf das Aussehen von Mädchen und Frauen theoretisch eingebettet und kontextualisiert wurde, soll im Folgenden das zweite relevante Theoriegebäude dieser Forschungsarbeit vorgestellt werden, auf das im Ergebnis- und Diskussionsteil die Effekte von Objektifizierung übertragen werden.

### **3.2 Psychologisches Selbst-Konzept**

Eines der prominentesten und meist erforschtesten Konzepte in der Sozial-, Pädagogischen und Persönlichkeits-Psychologie sei das Selbst-Konzept des Menschen (Hagger, Biddle & John Wang, 2005, S. 297). Man kann als Teile des Selbst das Selbst-Konzept und den Selbst-Wert unterscheiden. Das Selbst-Konzept beschreibt die „kognitive Komponente des Selbst“ und besteht demnach „aus der Selbstwahrnehmung und dem Wissen um das, was die eigene Person ausmacht“ (Lohaus et al., 2010, S. 165). Das Selbst-Konzept meint also das Bild - das Konzept – das der Mensch von sich selbst hat. Was für ein Mensch bin ich? Was macht mich aus? Was kann ich gut? Was nicht? Das sind Fragen, die unser Selbst-Konzept betreffen. Der Selbst-Wert „resultiert als affektive Komponente des Selbst aus den Bewertungen der eigenen Person oder von Aspekten, die die eigene Person ausmachen“ (S. 165). Selbst-Wert (also Selbstbewertung) und Selbst-Konzept (Selbstbeschreibung) sind eng miteinander verknüpft – so würden die Konzepte teilweise auch synonym benutzt (Shavelson et al., 1976, S. 414–415).

Eng verwandt und teilweise überlappend mit dem Selbst-Konzept sind die Konzepte der *Identität* und *Persönlichkeit*. Diese Begriffe finden sich auch im alltäglichen Sprachgebrauch wieder,

---

<sup>11</sup> Etwa in Großbritannien führte der unabhängige Werberat Advertising Standards Authority (ASA) 2017 nach öffentlichen Protesten gegen sexistische Werbedarstellungen strengere Regeln ein, die sich unter anderem gegen die objektifizierende reduzierende Darstellung von Frauen richten.

weshalb sie kurz erklärt und vom Selbst-Konzept abgegrenzt werden sollen. Bei den drei Konzepten geht es im Großen und Ganzen darum, was das Individuum ausmacht. Je nach Wissenschaftsdisziplin, in der die Konzepte von Interesse sind, unterscheiden sich aber die Schwerpunkte. Während das Selbst-Konzept das Wissen um die eigene Person beschreibt und vor allem aus entwicklungspsychologischer- bzw. pädagogischer Psychologie entwickelt wurde, orientieren sich Fragen zur *Identität* stärker an philosophischen Überlegungen. „Identität im psychologischen Sinne beantwortet die Frage nach den Bedingungen, die eine lebensgeschichtliche und situationsübergreifende Gleichheit in der Wahrnehmung der eigenen Person möglich machen“ (Keupp, o. D.). Bei Identität gehe es um die Frage, wodurch wir uns und andere immer als die gleiche Person wahrnehmen, obwohl sich Personen in Persönlichkeit, Verhalten, Interessen und sogar biologisch ständig wandeln. Ein Identitätsgefühl könne als Basis für die Beantwortung der Frage „Wer bin ich?“ verstanden werden (Keupp, o. D.) – damit kann Identität im Versuch der Abgrenzung auch als Grundlage für das Selbst-Konzept verstanden werden – auch wenn die Konzepte teilweise simultan verwendet werden und Überschneidungen aufweisen. Nicht deutlich abzugrenzen ist auch die *Persönlichkeit*. Sie ist von zentralem Interesse in der Persönlichkeits- und Differentiellen Psychologie. Es wird zum Beispiel untersucht, warum die eine neuen Situationen sehr offen gegenübersteht, der andere ängstlich – es geht bei Fragen zur Persönlichkeit um relativ beständige individuelle Charaktermerkmale (wie *Extraversion / Intraversion* oder *Offenheit für Neues*). Im Gegensatz zum Selbst-Konzept - dem Wissen über sich selbst - wird Persönlichkeit bzw. Temperament schon bei Kleinkindern erhoben, bei denen die kognitiven Strukturen noch nicht so weit ausgeprägt sind, dass sie ein Konzept von sich selbst haben. Sowohl in bestehenden Theorien zur Identität als auch zur Persönlichkeit findet der eigene Körper bzw. das Aussehen keinen Platz. Das Selbst-Konzept kann aus dieser Perspektive als umfassender verstanden werden; die Beschreibung und Bewertung von sich selbst auf verschiedene Kontexte bezogen ist hier von Interesse.

Prominente Ansätze des psychologischen Selbst-Konzepts weisen der Umwelt des Individuums eine zentrale Bedeutung bei der Entstehung des Wissens um sich selbst zu, auch wenn genetische Anlagen ebenfalls eine Rolle für das Selbst-Konzept zu spielen scheinen (Pinquart, 2019, S. 321). „In very broad terms, self-concept is a person’s perception of himself. These perceptions are formed through his experience with his environment, [...] and are influenced especially by environmental reinforcements and significant others“ (Shavelson et al., 1976, S. 411).

### 3.2.1 Einfluss der Umwelt auf das Selbst-Konzept

Um nachvollziehen zu können, wie sich im Speziellen Objektifizierung von Frauen, die wie aufgezeigt wurde Teil ihrer sozialen Umwelt ist, auf das Selbst-Konzept auswirken kann, werden im Folgenden einige prominente Ansätze zur Entstehung des Selbst-Konzeptes umrissen:

Bei *informationstheoretischen Ansätzen* des Selbst-Konzeptes, welche auf Sigrun-Heide Filipp (1984) zurückgehen, wird der Mensch als *aktive\*r Konstrukteur\*in* des eigenen Wissens über sich selbst gesehen. Filipp beschreibt verschiedene Phasen (Aufnahme, Verarbeitung, Abruf) selbstbezogener Informationsverarbeitung, und die Quellen für selbstbezogenes Wissen z. B. *direkte Prädikatuweisung* durch andere Personen: Jemand sagt „Du bist ein hübsches Mädchen“, also integriere ich in mein Selbst-Konzept, dass ich ein hübsches Mädchen bin, oder *komparative Prädikatenselbstzuweisung*: Durch Vergleich mit anderen Mädchen gebe ich mir das Prädikat und die Eigenschaft „hübsch“. Aus dieser Perspektive stellt sich das Selbst-Konzept als „aktuelles Ergebnis der Verarbeitung selbstbezogener Informationen“ (Lohaus et al., 2010, S. 169) dar - das heißt es ist auch potentiell wandelbar, wenn sich die Informationen, die ich in mein Selbst-Konzept integriere, wandeln. Die Umwelt – Eltern, Familie, Freunde, Kultur, Medien, etc. – spielt hier die entscheidende Rolle zur Bildung des Selbst-Konzeptes.

Felson (2014) vertritt einen ähnlichen Ansatz. Hier wird auch ein indirekter Weg genannt, wie sich das Selbst-Konzept, bzw. die Selbsteinschätzung bilden kann. Gemeinsame Standards einer Bezugsgruppe spielten hier eine besonders wichtige Rolle: „Nach dieser Annahme kann ein Individuum zu einer Repräsentation der eigenen Reputation kommen, indem es die in der Bezugsgruppe vorherrschenden Standards internalisiert und sich selbst daran misst“ (Möller & Trautwein, 2015, S. 191). Nach Möller und Trautwein (2015) zählen dazu auch wahrgenommene Stereotype – sie seien potenziell selbstkonzeptrelevant. Wahrgenommene Gender-Stereotype können nach dieser Theorie also ebenfalls internalisiert werden.

Abels, welcher die Organisation von Identität diskutiert, greift dabei zurück auf die frühen Theorien des Selbst des Theoretikers und Sozialpsychologen Mead. In der Zusammenfassung wird ebenfalls die zentrale Rolle der Umwelt hervorgehoben:

*Unser Bewusstsein von uns selbst entsteht aus der permanenten Kommunikation zwischen uns und den Anderen. [...] Wir sehen uns mit den Augen des Anderen, und erst auf diesem Umweg über den Anderen werden wir uns unserer selbst bewusst! Kommunikation ist der Prozess, in dem sich die handelnden Individuen darüber verständigen, wer sie sind, wie sie wahrgenommen werden wollen und welchen Sinn sie ihrem wechselseitigen Handeln beimessen (Abels, 2017, S. 204).*

Mit der Fähigkeit, sich auf die Perspektive eines generalisierten Anderen einzustellen, sei die Voraussetzung für die Entwicklung von Identität gegeben. Der generalisierte Andere könne dabei letztlich gleichgesetzt werden mit für die jeweilige Situation relevanten Normen und Werten der Gesellschaft (Abels, 2017, S. 211). Sexistische Vorstellungen über Frauen sind damit eingeschlossen und können sich so ebenfalls auf das Selbst auswirken.

Mit diesem Verständnis deckt sich auch die Theorie zur Entstehung des Selbst(-Konzeptes), welche die Autorinnen der Objectification Theory heranziehen: Der Soziologe Charles Cooley (1902/1990, zitiert nach Fredrickson & Roberts, 1997, S. 179) führte zu Beginn des letzten Jahrhunderts die Theorie des *looking glass self* ein. Dabei geht es darum, „dass die Vorstellung des Individuums von sich selbst, das ‚Ich‘, nicht losgelöst von seiner Gesellschaft gedacht werden kann, sondern von vornherein und unausweichlich ein soziales Selbst ist. Die Vorstellung des Individuums, ein ‚Ich‘ zu sein, ist keine eigene Erfindung, sondern die Summe der Erfahrungen, die es aus den Reaktionen der Anderen auf sein Verhalten gezogen hat“ (Abels, 2017, S. 212). Das Selbst-Konzept sei demnach metaphorisch ein Spiegel unserer Umwelt. Das Individuum konstruiert sich auch in dieser Sichtweise das Wissen über sich selbst in Reaktion auf äußere Einflüsse. Bezogen auf Objektivierung und Selbst-Objektivierung von Frauen stellen Fredrickson und Roberts (1997) die Metapher des Spiegel-Selbst als besonders passend heraus - „because mirrors reflect the physical attributes that we argue can monopolize women’s sense of self“ (Fredrickson & Roberts, 1997, S. 179). Dies betonen die Psychologinnen umso mehr, da prominente Selbst-Konzept-Theorien oft den Körper oder das eigene Körperbild gar nicht als Facette des Selbst-Konzeptes begreifen, sondern Körperlichkeit als Teil des Selbst oft ganz ausklammern und damit auch ein ‚weibliches‘ Selbstbild ignorieren (Fredrickson & Roberts, 1997, S. 179)<sup>12</sup>.

Bem (1981) zeigt durch die *Gender Schema Theory* auf, dass geschlechtsspezifische Informationen sich durch kognitive Gender-Schemata auf das Selbst-Konzept von Individuen auswirken. Das Kind lerne von seiner Umwelt, welche Eigenschaften, Verhaltensweisen und Zuschreibungen für Frauen oder für Männer angemessen seien – daraus entstehen bestimmte Schemata. Diese erlernten Gender-Schemata gehen mit Selektionsprozessen einher. Das Kind lernt durch Gender-Schemata abhängig seines zugewiesenen Geschlechts bestimmte Dinge in sein Selbst-Konzept zu integrieren – andere nicht. Es kopiert das erlernte Gender-Schema – „thus do self-concepts become sex typed, and thus do the two sexes become, in their own eyes, not only different in degree but different in kind“ (Bem, 1981, S. 355).

---

<sup>12</sup> Sieben (2010, S. 213) weist darauf hin, dass eine allgemeine Kritik an der Psychologie ihre Geschlechterunsensibilität betreffe – in den meisten psychologischen Theorien bleibe Geschlecht unbeachtet.

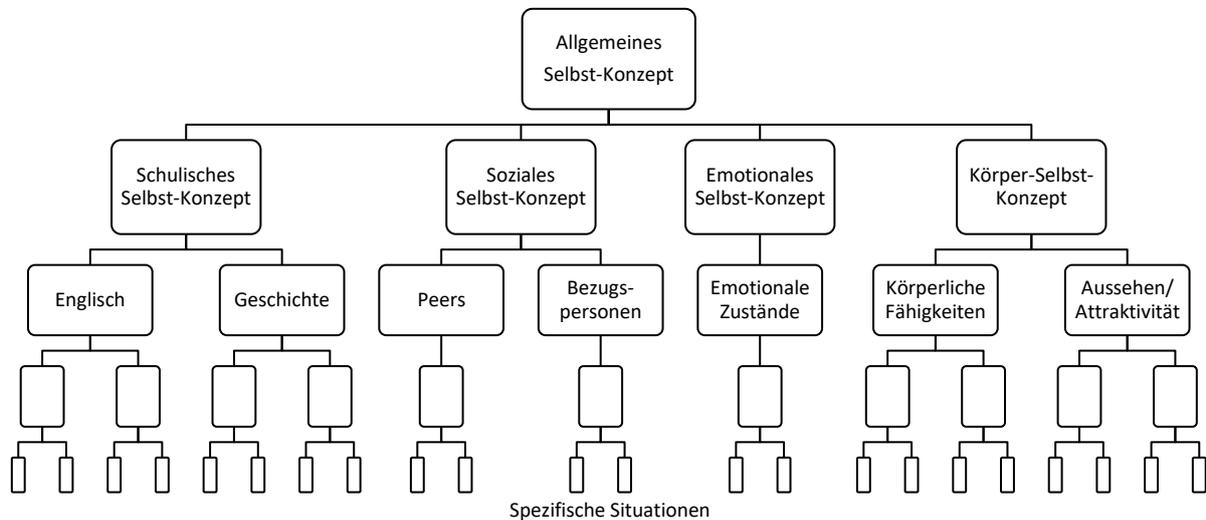
Durch das Vorangegangene sollten grundlegende theoretische Annahmen über das psychologische Selbst-Konzept verständlich gemacht werden, sowie deutlich gemacht werden, wie sich geschlechtsspezifische Sozialisation konkret im Selbst-Konzept von Individuen wiederfinden kann. Das folgende Kapitel stellt das Modell zum Selbst-Konzept vor, auf welches ich konkret meine Ergebnisse mittels Autoethnographie übertrage.

### **3.2.2 Das hierarchische Selbstkonzept-Modell**

Das *hierarchische Selbstkonzept-Modell* von Shavelson, Hubner und Stanton (1976) unterteilt das *allgemeine Selbst-Konzept* – also das Gesamtwissen über uns selbst - in unterschiedliche Facetten des Selbst (Schulisches Selbst-Konzept, Soziales Selbst-Konzept, Emotionales Selbst-Konzept und Körperliches Selbst-Konzept). Dem Selbst-Konzept wird eine multidimensionale Struktur zugeschrieben. Zusammen würden sie ein Gesamtbild ergeben und die Facetten seien wiederum beeinflusst durch verschiedene untergeordnete Subdimensionen. Individuen bildeten diese Kategorien, um die Komplexität verschiedener einzelner Erlebnisse zu reduzieren (Bruner, 1958; zitiert nach Shavelson et al., 1976, S. 411). Die Facetten bildeten sich durch spezifische einzelne Situationen heraus, durch die wir zu Selbstzuschreibungen und -bewertungen kommen. Sie bestimmen, wie positiv oder negativ die jeweiligen Bereiche des Selbst-Konzeptes eine Person bewertet. *Abbildung 1* zeigt das hierarchische und multidimensionale Prinzip des Modells schematisch auf. Die jeweiligen Kategorien, die im Selbst-Konzept von Personen vertreten sind, seien bis zu einem gewissen Grad Reflexion seiner\*ihrer Kultur (S. 411-412). Damit reiht sich das hierarchische Selbst-Konzept-Modell neben anderen Theorien, auf die bereits eingegangen wurde ein, welche der Umwelt eine entscheidende Rolle bei der Bildung des Selbst-Konzeptes zuweisen. Die Selbstzuschreibungen, die wir machen, seien nicht neutral, sondern würden vom Individuum bewertet (wodurch sich die direkte Verbindung zum Selbst-Wert ergibt). Maßstab für die Eigenbewertungen seien Zuschreibungen von wichtigen Bezugspersonen, Vergleich mit einer Peer-Gruppe oder Idealvorstellungen (S. 414).

**Abbildung 1**

Vereinfachtes hierarchisches Selbst-Konzept-Modell nach Shavelson et al. (1976, S. 413)



*Anmerkung.* Die einzelnen Facetten des Selbst-Konzeptes auf 2. Hierarchieebene teilen sich in Subdimensionen; ganz unten stehen Bewertungen eigenen Verhaltens in spezifischen Situationen.

Mit jeder Hierarchieebene gewinne das Selbstkonzept an Stabilität (Lohaus et al., 2010). Das heißt, es brauche viele situationsspezifische Erlebnisse, um z.B. das schulische Selbstkonzept oder sogar das allgemeine Selbstkonzept zu verändern (Shavelson et al., 1976, S. 414). Das Konstrukt zeigt nicht nur, wie wir uns das Wissen über uns selbst vorstellen können, sondern trägt nach den Autoren auch zur Erklärung und Vorhersage des Verhaltens einer Person bei. Im Modell wird davon ausgegangen, dass die Wahrnehmung von sich selbst das Verhalten beeinflusst und umgekehrt auch das Verhalten sich darauf auswirkt, wie man sich selbst wahrnimmt (Shavelson et al., 1976, S. 411).

Die Autoren weisen darauf hin, dass es sich bei dem Dargestellten lediglich um eine mögliche Variante handelt (Shavelson et al., 1976, S. 413). In der Originalversion wird in *schulisches Selbst-Konzept* und *nicht schulisches Selbst-Konzept* unterschieden. Schulleistungen nehmen hier einen relativ großen Raum ein, was durch den Kontext der pädagogischen Psychologie bedingt ist, in dem das Modell entwickelt wurde mit dem Ziel Bedingungen für Heranwachsende zu schaffen, die sich förderlich auf deren Selbstwahrnehmung und schulische Leistungen auswirken.

Mit der Entwicklung des Individuums (und unter anderem sprachlichen Fähigkeiten) finde eine zunehmende Ausdifferenzierung der Facetten statt: „As the child coordinates and integrates the parts of his self-concept, we can speak of a multifaceted, structured self-concept“ (S. 414).

Wie dargestellt wurde, bezieht sich Selbst-Objektifizierung auf die Übernahme einer Beobachter-Perspektive auf sich selbst, bei der vor allem die eigene Körpererscheinung fokussiert wird.

Deshalb ist besonders eine Facette des Selbst-Konzeptes für diese Arbeit von Interesse: *Aussehen / Attraktivität*, welches eine Unterkategorie des *Körper-Selbst-Konzeptes* bildet.

Das *Körper-Selbst-Konzept* (im englischen Original ‚physical self-concept‘) bildet im hierarchischen Selbst-Konzept-Modell nach Shavelson et al. (1976) eine Facette, die besonders bedeutsam in der Pubertät werde und zunehmend in Zusammenhang mit Veränderungen des Selbst-Werts stehe. Das Körper-Selbst-Konzept kann nach Shavelson et al. (1976) unterteilt werden in *Aussehen* und *körperliche Fähigkeiten*. Die körperlichen Fähigkeiten können auch noch weiter aufgeteilt werden in *sportliche Kompetenz*, *körperliche Fitness* und *physische Kraft* (Hagger et al., 2005). Physische Erscheinung scheint bei Kindern und jungen Erwachsenen stärker als alle anderen Facetten den Selbst-Wert zu beeinflussen unabhängig vom Geschlecht (Harter, 1987; zitiert nach Fredrickson & Roberts, 1997, S. 179). Martin Hagger, Stuart Biddle und John Wang (2005) fanden, dass Jungen im Teenageralter in allen Bereichen, die den Körper betreffen, positivere Werte erreichten als Mädchen.

## 4 Forschungsstand

Nachdem die Theorie zu Objektifizierung und Selbst-Konzept dargelegt wurde, soll nun der aktuelle Forschungsstand vorgestellt werden. Zuerst wird ein Überblick der relevanten Studien mit traditionell wissenschaftlichen Methoden gegeben und danach Autoethnographien dargelegt, die mit der Forschungsfrage in Verbindung stehen.

### 4.1 Forschung zur Verbindung von Selbst-Objektifizierung und Selbst-Konzept

Wie sich Selbst-Objektifizierung bei Mädchen und Frauen konkret im Selbst-Konzept nach Shavelson et al. (1976) abbilden lässt, wurde durch Forscher\*innen und Theoretiker\*innen bislang nicht bearbeitet. Eine Reihe von Wissenschaftler\*innen thematisieren aber (indirekt) die Auswirkung von Objektifizierung auf das Selbst. Die Autorinnen der Objectification Theory Fredrickson und Roberts (1997, S. 177) ziehen Sozialisationstheorien heran, um zu erklären, wie Frauen und Mädchen die Beobachterperspektive in ihr „sense of self“ übernehmen. Calogero (2012, S. 575) spricht davon, dass Selbst-Objektifizierung auf fundamentaler Ebene die Beziehung zwischen Selbst und Körper störe. Die Störung trete ein, da man sich durch die Einnahme einer Außenperspektive – die eines externen Betrachters - von sich selbst und dem eigenen Körper entferne.

Folgende Studienergebnisse weisen auf negative Einflüsse von Objektifizierung auf das Selbst-Konzept hin: Whealin und Jackson (2002) untersuchten, wie sich ungewollte sexuelle

Aufmerksamkeit<sup>13</sup> – welche als Form von Objektifizierung verstanden werden kann - im Kindes- und Jugendalter (unter 18 Jahren) auf das Selbst-Konzept von jungen Frauen auswirkte. Das Selbst-Konzept wurde in der Studie erfasst durch ein Instrument, welches sich auf das hierarchische Selbst-Konzept-Modell nach Shavelson et al. (1976) stützt. Sie fanden, dass die Frequenz von ungewollter sexueller Aufmerksamkeit (welche vor allem von Mitschülern ausging), sich signifikant negativ auf den Körperselbstwert und den allgemeinen Selbstwert auswirkte, sowie negativ auf die Selbstachtung der Betroffenen. Die Forscherinnen interpretierten den Befund so, dass die Mädchen über die Botschaften lernten, dass ihre subjektiven Bedürfnisse und Gefühle nicht geschätzt würden und dass andere sie nicht berücksichtigten (S. 866). Selbst-Objektifizierung wurde in der Studie nicht direkt erfasst, die Erklärung beschreibt jedoch eigentlich das Phänomen. „Beunruhigend“ nennen es Whealin und Jackson (2002, S. 866), dass sich die Menge an ungewollter sexueller Aufmerksamkeit auch signifikant negativ auf das akademische Selbst-Konzept der Mädchen auswirkte. Umso mehr die jungen Frauen früher der Objektifizierung ausgesetzt waren, desto weniger trauten sie sich in der Schule zu, bzw. waren sie abgelenkt von der Schule, und desto negativer wurde auch ihr allgemeines Selbst-Konzept beeinflusst. Mit diesem Befund übereinstimmend, fanden Miner-Rubino et al. (2002), dass Selbst-Objektifizierung negativ mit Intellekt korrelierte – die jungen Frauen, die die objektifizierende Perspektive auf sich selbst stärker vereinnahmt hatten, taten sich schwerer bei intellektuellen und kreativen Aufgaben (S. 165).

Talmon und Ginzburg (2016) zeigen, dass sexuelle Objektifizierung mittels Selbst-Objektifizierung nicht nur die eigene Wahrnehmung auf den eigenen Körper lenkt („habitual body monitoring“), was als Verhaltensmarker von Selbst-Objektifizierung vorgestellt wurde, sondern dass dies auch mit der eigenen *Dehumanisierung* einhergeht. Dehumanisierung messen die Autor\*innen mit den Faktoren *Unsichtbarkeitsgefühl* (engl. *invisibility*) und *fehlender Autonomie*. Dass Selbst-Objektifizierung dazu führt, dass man sich unsichtbar und passiv oder nicht selbstwirksam fühlt, kann auch Aufschluss über die Wirkung auf das Selbst-Konzept geben, was in den Ergebnissen der Arbeit aufgegriffen wird.

Folgende Ergebnisse unterstreichen zum einen, dass Frauen mehr als Männer von Selbst-Objektifizierung betroffen sind, zum anderen was das bedeutet – dass man sich selbst als passives Objekt sieht, das seinen Wert vor allem über die Attraktivität erfährt. Lerner, Orlos und Knapp (1976) zeigen, dass das Körper-Selbst-Konzept unterschiedlich bedeutsam für Männer und für Frauen ist.

---

<sup>13</sup>Ungewollte sexuelle Aufmerksamkeit meint in der Studie unter anderem ungewollte Kommentare über das Aussehen oder Körperentwicklungen in der Pubertät; Nachpfeifen, Anstarren in sexueller Weise, Schimpfwörter mit Bezug zu Sexualität, etc.

Während ein positives Selbst-Konzept bei Frauen an wahrgenommener physischer Attraktivität hing, kam es bei Männern auf wahrgenommene physische Leistungsfähigkeit (engl. „physical effectiveness“) an, was angesichts geltender binärer Genderrollen-Erwartungen bzw. -Stereotypen einleuchtend erscheint. Mehrere Studien fanden, dass Mädchen allgemein ein negativeres Selbst-Konzept hätten als Jungen (Marsh, 1989; Marsh et al., 1984; Wilgenbusch & Merell, 1999; zitiert nach Hagger et al., 2005), wozu die Integration von Selbst-Objektifizierung in das Selbst-Konzept von Mädchen möglicherweise einen Teil zur Erklärung beitragen kann. Hagger et al. (2005) fanden diese Unterschiede zuungunsten der Mädchen in allen Domänen des physischen Selbst-Konzepts als auch im allgemeinen Selbst-Konzept. Die Forschenden begründen dies damit, dass die im Körper-Selbst-Konzept abgefragten Fähigkeiten eher bei Jungen besonders ausgeprägt wären, deshalb sähen sich Mädchen negativer. Die Unterschiede in der Bewertung des Aussehens werden von den Autoren begründet mit der Verankerung von Aussehen im Wertesystem von Mädchen und der damit einhergehenden Angst, den Ansprüchen nicht zu genügen, von denen Mädchen im Teenageralter berichten. Choma et al. (2010) fanden, dass Selbst-Objektifizierung (operationalisiert durch *self-surveillance*) sich negativ auf den Selbst-Wert auswirke. Allerdings zeigten sich in der Studie keine Unterschiede zwischen Männern und Frauen oder internalisierten männlichen oder weiblichen Gender-Stereotypen.

#### **4.2 Autoethnographien zur Wirkung von (Selbst-)Objektifizierung auf das Selbst-Konzept**

Die Wirkung von Selbst-Objektifizierung auf das Selbst-Konzept wurde bisher nicht explizit mittels Autoethnographie beforscht, jedoch gibt es einige Arbeiten, die sich mit persönlichen Objektifizierungs-Erfahrungen auseinandersetzen, die indirekt Rückschlüsse auf das Selbst-Konzept zulassen. Relevante Arbeiten beziehen sich dabei nicht vor allem auf *Reduktion auf das Aussehen* als Form von Objektifizierung, sondern *Reduktion auf den Körper* (beide Formen wurden im feministischen Kontext von Langton (2009a) als eigene Formen der Objektifizierung definiert). Reduktion auf Behinderung wird ebenfalls autoethnographisch bearbeitet, was in der Forschungsliteratur nicht als eigene Form der Objektifizierung deklariert wird<sup>14</sup>. Ebenso Objektifizierung Schwarzer Frauen in Zusammenhang mit Rassismus, die sich durch die bis heute andauernden Folgen von Kolonialismus und der damit zusammenhängenden Abwertung von People of Color von der Objektifizierung und

---

<sup>14</sup>was unter Berücksichtigung der andauernden Reduktion von Menschen mit Behinderung auf ihre (sichtbaren) Behinderungen in Medien und im Alltag und dem damit einhergehenden Absprechen anderer Merkmale und Fähigkeiten und bestimmter Rechte als auch die dehumanisierende und gewalttätige Geschichte der Behandlung von Menschen mit Behinderung insbesondere im deutschsprachigen Raum meines Erachtens nachgeholt werden sollte

Reduktion weißer Frauen auf ihre Körper unterscheidet. Die Auseinandersetzung der amerikanischen Frauen- und Genderwissenschaftlerin Norwood (2018) mit der rassistischen Abwertung ihres Äußeren, die sie als Schwarze Frau erlebt, kann dennoch zum Bild der Folgen von Objektifizierung auf das Selbst-Konzept beitragen. Im Speziellen beschreibt sie ihren Weg dahin, sich über rassistische Schönheitsideale hinwegzusetzen und ihr krauses Haar ungeglättet zu tragen, womit sie nicht länger eurozentrischen Idealen entspricht und sich von den daraus hervorgehenden Einschränkungen befreit. Der Umgang mit Styling ist Teil der Überwindung rassistischer Abwertung: „The decision to go natural was the key to all kinds of freedom. It was the freedom to wash and go, the freedom to travel and not worry about packing a separate piece of luggage to carry all my hair-straightening gear and products, the freedom to exercise without worry about sweating my hair back“ (S. 80). Aus den Zeilen wird ersichtlich, wie sie Selbst-Objektifizierung – also die Priorisierung der (rassistisch geprägten) Beobachterperspektive auf den eigenen Körper – zuvor erlebt hat. Sie nennt ihre Sorge darüber, mit natürlichem Haar nicht weiterhin Schwarzen Männern zu gefallen, was auch Hinweis auf Selbst-Objektifizierung sein kann, wenn die männliche Beobachterperspektive über das eigene Erleben gestellt wird. Durch ihre Schilderungen wird deutlich, wie die Autorin ihr Äußeres als übermäßig präsent erlebte (da es stets von außen hervorgehoben wurde), und es entscheidend ihre Lebensgestaltung mitbestimmte. Die Befreiung von westlich geprägten abwertenden Vorstellungen sei eine Frage ihrer psychischen Gesundheit gewesen (S. 79) und sie spricht die Folgen auf ihr Selbst an: „For me, going natural was a way of falling in love with a self I did not know – a self that was prohibited, a self that was shunned for no apparent reason, a self that was (and is) beautiful as is“ (S. 81). Aus den Zeilen geht hervor, dass sie einen Teil ihres Selbst für sich als unterdrückt wahrnahm, den sie durch das Hinwegsetzen über die Zwänge von außen erst kennenlernte.

Symonds LeBlanc (2020) setzt sich autoethnographisch mit Selbstüberwachung, die mit Selbst-Objektifizierung zusammenhängt während der Schwangerschaft auseinander. So schildert sie zum Beispiel die Erfahrung der Objektifizierung in einem Ärztezentrum. „The monitoring occurred for my body and the baby; monitoring of self, of mom as a being, was absent. They did not see me, Sarah, my true self but rather they saw the pregnant and post-pregnant body [Kannen, 2013]. I became a conduit [Geburtskanal], having fulfilled the social norm of having a baby“ (S. 3891). Sie beschreibt eine Trennung zwischen ihrem Körper und ihrem wahren Selbst und aus den Zeilen geht hervor, dass sie sich durch die Fokussierung auf ihren Körper als Person nicht wahrgenommen fühlte.

Malec (1993) schildert, wie sie in ihrem Alltag als blinde Frau auf ihre Behinderung reduziert und abgewertet wird. Sie beschreibt, wie sie für Außenstehende ein „Objekt der Neugier“ (S. 2) werde und dass ihre Identität als autonomes Individuum für andere dadurch zurücktrete. Sie selbst

vergleicht diesen Prozess mit der sexuellen Objektifizierung von Frauen ohne sichtbare Behinderung, die Dehumanisierung zur Folge haben könne. Auf der einen Seite beschreibt sie, wie die Objektifizierung sie aus Protest stark gemacht habe: „Society’s tendency to dehumanize me has had the effect of forcing me to become a strong-minded individualist“ (S. 3). Auf der anderen Seite bekennt sie, dass die objektifizierende Perspektive auf sie auch Spuren in ihrer Wahrnehmung von sich selbst hinterlasse: „I am a human being, a woman, a student, a friend, a lover, a daughter. I know this in myself, but my self-perception cannot help but be injured by overhearing (as I have done) the emotion-laden voice of a passing stranger say ‚I’d rather die than go blind‘“ (S. 3). In der hier vorliegenden Arbeit geht es nicht um psychische Gewalt im engeren Sinne – wie diese Aussage gegenüber der Autorin zu deuten ist - obwohl auch sie Formen der Objektifizierung sind. Dennoch trägt die Arbeit Malecs einen Baustein bei zum größeren Bild der Auswirkungen von Objektifizierung auf das Selbst.

Barry (2017) setzt sich in ihrer autoethnographischen Arbeit *‚On not being a victorias secret model. A critical analysis of my struggle with social comparison and objectification‘* mit persönlichen Objektifizierungs-Erfahrungen und vermittelten Minderwertigkeitsgefühlen durch unerreichbare Schönheitsideale auseinander. Diesen Druck durch medial (re)produzierte Körperideale stellt sie ins Zentrum. Außerdem ist eine Form der Objektifizierung Thema, welche in der vorliegenden Arbeit nicht behandelt wird: Objektifizierung in Form von psychischer Partner-Gewalt. Wie sich Selbst-Objektifizierung zeigen kann und was die Autorinnen der Objectification Theory *body monitoring* nennen, wird z.B. in diesen Sätzen sichtbar: „I had a great body: muscular, toned, curvy, perfect dimensions. Dark hair. Dark eyes. A sultry Scorpio. Everything a guy would want, right?“ (Barry, 2017, S. 116). Wiederholt weist sie auf die durch Schönheitsideale und Erwartungen an Frauen bestimmte verzerrte Körper-Selbstwahrnehmung hin: „I was no longer a perfect 34, but I looked damned good for someone with a four-year-old son“ (S. 119). Anhand der folgenden Beschreibung und Bewertung ihres Körpers wird deutlich, dass bei Barry die Dekonstruktion der einseitigen Schönheitsideale im Zentrum steht und weniger die Selbst-Objektifizierung, da sich die Bewertung ihres Körpers anhand von Schönheitsidealen bis zum Ende der Arbeit durchzieht: „I’m not a Victorias Secret model. I never have been and I never will be. I am me. [...] I’m no longer a perfect 34, but I’m pretty perfect, especially for someone my age“ (Barry, 2017, S. 123). Obwohl bereits die Akzeptanz des eigenen Körpers als kritische Reaktion auf Objektifizierung gesehen werden kann, bleiben die dahinterstehenden Strukturen der Objektifizierung, die zur Internalisierung und Priorisierung der Beobachterperspektive auf das eigene Äußere führen, relativ unhinterfragt.

Als letzter Baustein relevanter Forschungsliteratur dient das Buch ‚More Than a Body – Your Body Is an Instrument Not an Ornament‘ der Wissenschaftlerinnen Kite und Kite (2020), die zu führenden Expertinnen des Forschungsgebiets Objektifizierung von Frauen und dessen Auswirkungen gezählt werden können. Auch sie diskutieren die Auswirkungen von Selbst-Objektifizierung nicht explizit im Selbst-Konzept, beschreiben aber ausgiebig psychologische Konsequenzen und Folgen für das Verhalten, die Rückschlüsse auf die Integration ins Selbst-Konzept zulassen. Das Werk baut auf der langjährigen wissenschaftlichen und persönlichen Auseinandersetzung mit Selbst-Objektifizierung der Forscherinnen auf. Es handelt sich hierbei nicht um Autoethnographie und wegen fehlender Zitation gilt es nicht als wissenschaftliche Publikation, sondern Aufklärungs- und Selbsthilfeliteratur für Betroffene im Bestreben der Forscher\*innen, Körperbild-Resilienz (engl. *body image resilience*) bei Frauen und Mädchen zu stärken und über Wirkweisen und Folgen von Objektifizierung aufzuklären. Es versammelt neben der niederschweligen Darstellung der Theorie und Forschung zu Selbst-Objektifizierung persönliche Erfahrungsberichte von Studienteilnehmerinnen ihrer qualitativen Befragungen und der Forscherinnen selbst, die als Illustration der dargestellten Mechanismen herangezogen werden. Dadurch gibt es Ähnlichkeiten zu autoethnographischen Schriften und erfüllt nebenbei den feministischen Anspruch an Forschung, zugänglicher für mehr Menschen zu sein und zur Verbesserung der Lebenssituation und Bekämpfung von Unterdrückung von Frauen und marginalisierten Gruppen beizutragen. Dadurch halte ich die Berücksichtigung des Werks für wertvoll.

Nachdem die Methode vorgestellt und zugrunde liegende Theorie und bestehende Forschung zur Auswirkung von durch Objektifizierung ausgelöste Selbst-Objektifizierung auf das Selbst-Konzept dargelegt wurde, werden nun die Ergebnisse meiner autoethnographischen Arbeit dargestellt und in Zusammenhang mit Literatur und Studien diskutiert.

## 5 Ergebnisse und Diskussion

Die Reihenfolge der folgenden Kapitel bildet schematisch den Prozess von Objektifizierung hin zu Selbst-Objektifizierung und dessen Abbildung im Selbst-Konzept ab. Zuerst werden Objektifizierungs-Erfahrungen dargelegt – also Situationen, in denen ich mich gesehen oder behandelt fühlte, als sei ich mein Körper, dessen Wert vor allem anhand des Nutzens für andere gemessen wird (vgl. Fredrickson & Roberts, 1997, S. 174). Nutzen meint hier, anderen äußerlich zu gefallen (sexuell oder rein ästhetisch), und so behandelt zu werden als sei man ein *Objekt*, das für diesen Zweck existiert. Gesehen oder behandelt nicht als *Subjekt*, das nach Kant naturgemäß als Zweck an sich selbst ausgezeichnet ist (und damit über Objekten steht, die nur einen relativen Wert haben (Kant, 1785/2016, S. 54). Als objektifizierter Person wurde mir damit einhergehend auch Autonomie

(Langton, 2009a) abgesprochen. In den Datensets, die diesem Kapitel zugeordnet sind, waren als Form der Objektifizierung *bewertende, aufs Aussehen bezogene Kommentare* vorherrschend. Nach Fredrickson und Roberts (1997, S. 176) gingen sie oft mit objektifizierenden Blicken auf Frauen und Mädchen einher. Im Gegensatz zu bloßen objektifizierenden auf mich gerichteten Blicken oder Szenen, die ich in Medien sah und mich mit ihnen auf die ein oder andere Art identifizierte, waren sie explizit und unmissverständlich an mich gerichtet und eindrücklich wegen starken Gefühlen meinerseits als Reaktion – meist Scham – weshalb die Erinnerungen leicht abrufbar waren.

### **5.1 Du bist dein Körper – Objektifizierung**

Seit meiner frühen Kindheit - als sich mein Körper dementsprechend noch nicht merklich von dem von Jungen unterschied - hob meine Umwelt insgesamt mein Aussehen am stärksten an mir hervor: Was für ein hübsches Mädchen ich sei. Wie süß ich aussähe. Was für ein hübsches Kleid ich an hätte. Ein schönes Kind! Das hörte ich von meiner Familie, Bekannten und Fremden.

Besagte Fokussierung auf meinen Körper verstärkte sich in der Pubertät, was dem Erleben der meisten Mädchen zu entsprechen scheint: Helferts (2013) Studie zeigte, dass der soziale Druck hinsichtlich des Aussehens bei Mädchen über die Pubertät zunahm, während er bei Jungen eher abnahm. Als ich dreizehn war – mein Körper begann sich zu verändern, ich probierte mich mit Kleidung und Make-Up aus und stand zu der Zeit auf Amy Winehouse – ich wollte gerne aussehen, wie sie – da wiesen mich zwei Klassenkameraden in der Pause ungefragt darauf hin, dass ich ihnen heute ohne Brille und mit fettem Lidstrich gut gefalle. Ich solle doch öfter so zur Schule kommen. Ich selbst gefiel mir an dem Tag auch gut – ihr Kompliment löste bei mir aber widerstreitende Gefühle aus. Eine Mischung aus Freude über die Anerkennung, aber auch Unwohlsein in der Magengegend. Sie hatten mein Äußeres beurteilt, als seien sie selbstverständlich befugt dazu. Ihr Hinweis war nicht nur ein körperbezogenes Kompliment, sondern beinhaltete auch eine Aufforderung, mich weiterhin so zu zeigen, *weil* es ihnen gefiel. Als sei mein Körper und die Veränderungen, die ich daran vornahm, dafür da, ihren Vorlieben zu entsprechen.

Mit fünfzehn standen zwei Klassenkameraden neben mir in der Warteschlange - verstörender Weise vor dem Besuch des KZ Dachau im Rahmen einer Geschichts-Exkursion - als einer der beiden ohne für mich erkennbaren Kontext mit prüfendem Blick auf mich feststellte: „Ich würde sagen, auf einer Skala von eins bis zehn bist du so eine sieben“. Damit gemeint war mein Körper, genauer gesagt meine Attraktivität (und nicht etwa meine körperlichen Fähigkeiten). Die Jungen ordneten sie auf einer scheinbar objektiven und universell gültigen Skala dem Rang sieben zu (wobei die zehn vermutlich dem Bild eines Supermodels entsprach). Ich war sprachlos und vor den Kopf gestoßen. Ob ich das als Kompliment oder als Abwertung auffassen sollte, weiß ich bis heute nicht. Meinem

Äußeren wurde ein relativ hoher Wert zugeordnet, der gleichzeitig weit genug von der zehn entfernt war, dass ich panisch darüber nachzudenken begann, welche Mängel dafür wohl ausschlaggebend gewesen waren. Meine Haut kribbelte vor Scham. Ich war kein Teil dieser Unterhaltung, sondern es wurde über mich geredet, obwohl ich direkt neben ihnen stand. Ich war das Objekt der Unterhaltung und fühlte mich gedemütigt. Auf die Idee, diese Hierarchie zu hinterfragen oder Kontra zu geben, kam ich erst viele Jahre später. Mich über einen Jungen zu stellen, indem ich ihm ins Gesicht sagte, als wie attraktiv ich seinen Körper empfand, lag jenseits meines Horizonts.

Es muss im gleichen Jahr gewesen sein, als ich mit meinem damaligen festen Freund und den Jungs aus seinem Dorf auf dem Weg irgendwohin war. Ich lief vor ihnen. Als hätte er es gerade eben bemerkt, gab einer dieser Jungs zum Besten: „Die Magda ist schon heiß“. Das war ich. Er adressierte das weniger an mich als an meinen Freund. Mein Freund stimmte zu. Damals freute ich mich, glaube ich, darüber. Abermals: Die scheinbare Selbstverständlichkeit, mit der ein mir nicht nahestehender Junge über mich – das heißt meinen Körper urteilte, als sei ich ein Ding zum Anschauen oder Begehren, nahm ich einfach hin. Dieses hierarchische Gefälle, das damit zusammenhing, ob du ein Junge oder ein Mädchen warst, fühlte sich so natürlich an, dass ich es nicht hinterfragte. Zu dieser Zeit war ich auch gewohnt, „die Freundin von ...“ zu sein. Ich passte mich an, blieb auf Partys so lange, bis mein Freund gehen wollte - ich war kein gleichwertiger Teil der Jungs-Gruppen. Jetzt war ich in der Gruppe eben „die *heiße* Freundin von ...“.

Die Botschaften, die ich von meinem Umfeld empfing, und die mir über meine Kindheit hin vermittelten, mein hübsch anzusehender Körper sei von größtem Interesse für mein Umfeld, hatten sich während der Pubertät dahin gewandelt, mich danach zu bewerten, wie *begehrenswert* mein Körper für andere war.

Die objektifizierenden Kommentare von anderen beschränkten sich aber natürlich nicht darauf, mein Aussehen zu loben oder mich zu sexualisieren. Dass ich viel mehr „Komplimente“ und Zuspruch für mein Aussehen als Abwertung erlebte, unterscheidet meine Erfahrungen mit Objektifizierung deutlich von denen anderer Frauen, welche verstärkt negativen Kommentaren und abwertenden Vergleichen ausgesetzt sind. Auch diese Seite der Körperbewertungen scheinen vor allem Frauen und Mädchen zu betreffen: In der Studie von Helfert (2013) erlebten Mädchen sowohl durch Peers als auch durch Eltern mehr körperbezogene Hänsel- und Abwertungserfahrungen als Jungen.

Mit ungefähr 13 Jahren lief ich im Sportunterricht mit den anderen Mädchen meiner Klasse Runden am Sportplatz, die Jungen machten auf einer Seite des Platzes Übungen. Ich blieb bei ihnen stehen, um mit ihnen zu quatschen und zwei Jungen machten eine boshafte Bemerkung: „Ich solle

weitergehen, bei mir gebe es nichts zu sehen'. Sie giggelten herum und meinten, sie wollten Julia<sup>15</sup>, eine Klassenkameradin sehen, die sehr große Brüste hatte. Es fühlte sich an, als hätten sie mir ins Gesicht geschlagen. Dass sie meinen Körper scheinbar für unansehnlich hielten und mich deshalb zurückwiesen, schmerzte mich. Ich fühlte mich abgewertet und wünschte mir, in einem anderen Körper zu stecken, den sie begehren würden. Sie schlugen ein Gespräch mit mir aus, mit der Begründung, ich sei weniger attraktiv als ein anderes Mädchen.

Eine zentrale Rolle in der Reduktion von Frauen und Mädchen auf ihr Aussehen spielen einseitige und unrealistische Schönheitsideale als Bewertungsmaßstab – unsere Person wird darauf reduziert, wie gut oder schlecht andere unser Aussehen bewerten. In welchen Punkten unsere Körper nicht den Idealen entsprechen – was verheimlicht werden muss, für was wir uns schämen sollen, und worum in Folge unsere Gedanken kreisen, was unter dem Konzept *habitual body monitoring* (Fredrickson & Roberts, 1997) gefasst wird – lernen wir neben den eigenen Vergleichen mit anderen und aufwendig inszenierten Frauenkörpern in Medien oft durch abwertende Kommentare anderer. Mir sollte klar gemacht werden, dass mein Wert aufgrund meiner sichtbaren dunklen Körperbehaarung gemindert wurde.

Als ich fünfzehn oder sechzehn war und meine Klasse wegen eines Schulausflugs im Bus saß, sagte ein Junge mit einem ablehnenden Blick auf meine Arme zu seinem Sitznachbarn: „Die hat ja mehr Haare als ich am Arm“. Abermals war ich das Objekt der Unterhaltung, über das gerichtet wurde. Völlig klar war, dass das nicht so sein sollte. Er war *männlich*, ich *weiblich*. Der Schluss aus seiner Beobachtung fiel nicht zu meinen Gunsten aus - scheinbar zweifelte er deshalb nicht an seiner Männlichkeit, sondern meine Weiblichkeit stand damit in Frage. Frauen sollten keine sichtbaren Haare an den Armen haben, damit war ich *falsch*. Mein Gesicht wurde heiß und rot; ich war verletzt und schämte mich für die dunklen Haare auf meinen Unterarmen. Klassenkameraden in der Hausaufgabenbetreuung machten boshafte Witze über den Flaum dunkler Haare auf meiner Oberlippe. Ich wollte im Boden versinken. Im Klassenzimmer raunte ein Banknachbar dem anderen mit einem boshaften Grinsen zu, ich hätte einen Bart. Als ich bei einem der wenigen Besuche bei meinem Vater war, als Kind oder Teenagerin, machte er ebenfalls einen Kommentar zu meinem „Bärtchen“, der mich beschämte. Der Junge, mit dem ich eine meiner ersten sexuellen Erfahrungen machte, kommentierte, als wir im Bett lagen, ebenfalls die sichtbaren Haare auf meiner Oberlippe, der mich beschämen sollte und mit denen er das Machtgefälle zwischen uns demonstrierte, welches er auch in anderen Situationen pflegte. Mit sechzehn wurde mir ein Party-Abend mit meinen Freundinnen

---

<sup>15</sup> Name anonymisiert

ruiniert, weil ein Fremder im Vorbeigehen nachts im McDonalds sagte, ich hätte einen Bart. Die Scham, die ich in meiner Teenager-Zeit aufgrund meiner dunklen Körperhaare erlebte, empfand ich so brennend heiß wie körperlichen Schmerz. Meine behaarten Arme widerten mich an. Diese frühen Erfahrungen leiteten einen lang andauernden Feldzug gegen meine Körperbehaarung ein. Er kostete mich viel Zeit, Geld und Schmerz und wurde durch Körperscham und Hass auf die Stellen dieses falschen Körpers angetrieben, der durch die abwertenden Kommentare entstanden war.

Dieser vermeintliche Makel der sichtbaren Körperbehaarung bei Frauen und damit der vermittelte Grund zur Scham ist austauschbar - die meisten Frauen dürften sich in meinen Erinnerungen auf ihre Weise wiedererkennen. Sind es nicht sichtbare Körperhaare, dann zu viel oder zu wenig Fett an den Oberschenkeln, dem Bauch, Armen, Po oder Brust; Akne; eine zu breite oder große Nase, Rötungen, Cellulite; dünnes Haar, zu kurzes, plattes oder buschiges Haar; zu groß, zu klein, komische Füße, Krampfadern, ungerade Zähne, sichtbares Zahnfleisch, Falten, der falsche Hautton, zu schmale oder zu große Lippen, kurze Wimpern, undichte Augenbrauen, komische Knie, sichtbare Hautporen, sogenannte Hip Dips und andere Dellen, Muttermale, die falsche Brustform, die falsche Relation innerer und äußerer Vulvalippen, zu kleine oder zu hervorstehende Augen, sichtbare Behinderungen, ein zu fahler Teint, zu wenig Glow im Gesicht, die falsche Größenrelation aus Ober- und Unterkörper, zu kurze Nagelbetten, zu kurze oder zu dicke Finger, zu trockene oder fettige Haut, ein zu rundes Gesicht und Variationen aus all diesen Dingen und noch mehr – die Möglichkeiten Körper als ungenügend zu bewerten sind schier endlos. Es ist für jede was dabei, wofür sie sich schämen kann, und für alle vermeintlichen Unzulänglichkeiten gibt es einen großen Markt, der von den Unsicherheiten von Frauen profitiert. *Richtig* unter den herrschenden Idealen ist eigentlich niemand. Wolf (1991) weist darauf hin, dass lediglich eine von 40.000 Frauen den Maßen eines Modells entspricht (zitiert nach Fredrickson & Roberts, 1997, S. 181), durch die Körperideale in Teilen vorgegeben werden. Und die Bilder von denen, die als ideal gelten, sind durch aufwendige und kostspielige Prozeduren manipuliert - einem der erfolgreichsten Supermodels der 90er Jahre, Cindy Crawford, wird das Zitat zugeschrieben: „Even I don't wake up looking like Cindy Crawford“. Das Schönheitsideal hat sich seit den 90ern zwar entscheidend verändert – es ist nicht länger das immer gleiche Bild einer superdünnen hochgewachsenen jungen weißen Frau. Wir beobachten mehr Diversität in Körperdarstellungen, wir sehen heute auch Women of Color, dicke Frauen, Hautunebenheiten oder Frauen mit Behinderung - Vertreter\*innen von *Body Positivity* haben die Botschaft *all bodies are beautiful* in die Köpfe gebracht. Viele Influencer\*innen, die Schönheitsideale heute maßgeblich mitbestimmen, zeigen in ihren Posts auch Aufnahmen ohne aufwendige Inszenierung und machen auf das verzerrte Bild auf Schönheit aufmerksam. Durch neue Medien und

Konsumverhalten unterscheiden sich die Bilder der Körper, die auf uns einströmen sehr, abhängig davon welchen Accounts wir folgen, welche Serien wir schauen und in welchen Online-Bubbles wir uns aufhalten. Dennoch ist unter den erfolgreichsten Frauen in Popkultur, Musik, Mode und auf Social Media, die Kapital aus ihrem Aussehen schlagen, weiterhin ein bestimmter Körpertypus vorherrschend: Kurvige und gleichzeitig trainierte Körper mit größerem Brust- und Hüftumfang<sup>16</sup> und schmaler Taille, mit dem besonderen Fokus auf makelloser weichgezeichneter strahlender Haut, sowie aufgepolsterten Lippen und langen Wimpern. Diese Bilder von dem, was heute als schön gilt, werden oft durch Beauty Filter und leicht zugängliche Foto- und Videobearbeitung miterzeugt. Obwohl Schönheitsideale heute als komplexer und diverser beschrieben werden können, als sie es etwa zum Ende des letzten Jahrhunderts waren, und Frauen und Mädchen in Teilen heute wohl im Durchschnitt etwas mehr Selbstakzeptanz hinsichtlich körperlicher Eigenheiten vermittelt bekommen dürften, ist der Druck gut auszusehen und bestimmten Schönheitsidealen zu entsprechen, weiterhin gegeben. Den andauernden Vergleich, den Frauen zwischen ihren Körpern und dem mythischen Ideal machen, nennen Fredrickson und Roberts (1997, S. 181) ein *Rezept für Scham*. Der Effekt, den der Vergleich mit unerreichbaren Schönheitsidealen auf uns hat, wird verstärkt durch Objektifizierung, also die Reduktion auf das Aussehen. Objektifizierung ist verbunden mit dem Messen an Schönheitsidealen, weshalb ich diese kurz beleuchtet habe, aber:

*The truth is, being defined by our appearance is the real problem, and the endless beauty work we do to improve our confidence and body image is just a symptom of the problem, not the solution (Kite & Kite, 2020, S. 115).*

Obwohl sich die kritische Untersuchung von Schönheitsidealen und ihres Einflusses lohnt, soll es in dieser Arbeit nicht um den Umgang mit Körperidealen an sich gehen, sondern viel mehr um die Strukturen dahinter, welche uns das Erreichen dieser Ideale als eines unserer wichtigsten Lebensinhalte vermittelt. Die Ergebnisse zu Objektifizierungserfahrungen sollen nun zusammengefasst und diskutiert werden:

Es wurden *drei Arten von Kommentaren*, die sich auf meine Erscheinung bezogen, als Form der Objektifizierung dargestellt: Die, die meinen Körper als *schön* beurteilten. Die, bei denen es darum ging, wie *begehrenswert* mein Körper für andere war und jene, die meinen Körper als *makelhaft* und damit *ungenügend abwerteten*. Diese haben sich als Cluster objektifizierender Botschaften während des autoethnographischen Prozesses herausgebildet. Sie können gefasst werden unter:

---

<sup>16</sup> Der zunehmend durch chirurgische Eingriffe namens „Brazilian Butt Lift“ erreicht wird, bei dem zuvor abgesaugtes Fett in den Po gespritzt wird oder Implantate eingesetzt werden.

„Du bist dein schöner Körper“. „Du bist dein begehrenswerter Körper“. Und gewissermaßen die Kehrseite: „Du bist dein ungenügender Körper“.

*Beide Seiten – die vielen körperbezogenen und teilweise sexualisierenden Komplimente, sowie die Abwertungen - können auf die übermäßige Fokussierung auf die Körper von Frauen zurückgeführt werden und letztlich als Ausdruck einer Kultur verstanden werden, die Frauen objektifiziert. Und beides kann sich auf negative Weise auf die Betroffenen auswirken.*

Zuerst will ich verdeutlichen, inwiefern körperbezogene Komplimente einen negativen Effekt haben können. Beispielhaft wurde sichtbar, dass ungefragte Kommentare unabhängig von der Intention, insbesondere wenn sie mit Handlungsanweisungen zum Aussehen einhergehen, irritieren und als Objektifizierung erlebt werden können. In *Kapitel 3.1.1* wurde außerdem die Bedeutung des Kontextes für die Interpretation von möglicherweise objektifizierenden Situationen hervorgehoben. Der gleiche Kommentar kann in verschiedenen Kontexten, bei der u. a. die Beziehung zwischen den Personen eine Rolle spielt, einmal als Objektifizierung erlebt werden, ein anderes Mal nicht. Jedoch können auch einzelne Situationen, in denen oberflächliche Komplimente ausgesprochen werden, und die isoliert betrachtet keine Objektifizierung darstellen, zu Objektifizierung beitragen. Zusammengefasst vor dem Hintergrund einer Kultur, in der Frauen und Mädchen laufend verschiedenen Situationen ausgesetzt sind, in denen der Körper, bzw. das Aussehen als zentraler Bestandteil des Selbst von Frauen und Mädchen hervorgehoben wird, können sich auch harmlose Bemerkungen in unbedenklichen Kontexten zu Objektifizierung akkumulieren. Kite und Kite (2020, S. 189) weisen auf die negativen Auswirkungen von zu vielen Komplimenten bezogen auf die körperliche Erscheinung hin, denn sie nutzen den selben Rahmen, der als Gegenstück die Abwertungen so schädigend mache: die Werthaltung, dass es bei Mädchen und Frauen auf Schönheit ankomme. Meine Großmutter, die mich liebevoll mit großzog, wollte mir mit Komplimenten zu meinem Äußeren bestimmt Anerkennung vermitteln; vor dem Hintergrund andauernder subtiler oder expliziter Objektifizierung, die ich erlebte, trugen ihre Bewertungen meines Äußeren aus meiner Sicht aber dennoch zu Objektifizierung bei. Dass Objektifizierung oft unabsichtlich geschieht, hebt Papadaki (2010, S. 35) hervor. Cyba (2010) weist ebenfalls darauf hin, dass patriarchale Unterdrückung – wozu Objektifizierung von Frauen gezählt werden kann – in Teilen unabsichtlich und unhinterfragt strukturell durch Traditionen reproduziert wird. Meine Arbeit soll helfen, Objektifizierung bewusst zu machen, zu reflektieren und unser Verhalten durch das Wissen darum zu verändern. Für unser Aussehen Wertschätzung zu erfahren ist grundsätzlich etwas Gutes – es ist schließlich auch Teil von uns selbst. Doch wenn die Fokussierung auf das Aussehen so dominant wird, dass andere Facetten dahinter verschwinden, ist die Hervorhebung oberflächlicher Merkmale – z.B. durch Komplimente -

problematisch. Miller, Lurye, Zosuls und Ruble (2009) fanden, dass bereits 3- bis 10-jährige (US-amerikanische) Kinder Jungen eher mit typischen Charaktereigenschaften und Aktivitäten beschreiben, Mädchen hingegen vor allem mit oberflächlichen Merkmalen. ‚Tom ist gut im Lesen und lustig‘. ‚Leonie hat schöne dunkle Haare‘. Kinder übernehmen diese Vorstellungen darüber, was an Mädchen und was im Gegensatz dazu an Jungen von Bedeutung erscheint von ihrer Umwelt. Bem (1981) erklärt diesen Prozess anhand der Gender Schema Theorie: Kinder ordnen binäre Zuschreibungen für Männer und Frauen in Gender Schemata ein, mithilfe derer sie ihre Umwelt verstehen. Diese Kategorien wenden sie nicht nur auf andere Personen an, sondern auch auf sich selbst und messen ihr eigenes Verhalten an diesen Gender-Schemata.

Studienergebnisse unterstreichen, dass sich Komplimente ähnlich auswirken können wie Abwertungen: Slater und Tiggemann (2015) fanden, dass sich körperbezogene Komplimente ähnlich negativ auf australische Teenager-Mädchen auswirkten wie negative körperbezogene Bemerkungen. Die Autor\*innen erklären, dass körperbezogene Komplimente wie eine Erinnerung daran wirken, dass andere unser Aussehen wertschätzen und sich dadurch auch unser eigener Fokus auf unser Aussehen richtet (S. 378), wodurch sich Selbst-Objektifizierung bei den Mädchen erhöhte<sup>17</sup>. Calogero, Herbozo und Thompson (2009) fanden ähnliches: Sowohl kritische Kommentare zu Körpergewicht oder -form, als auch Komplimente verstärkten Selbst-Objektifizierung bei den befragten jungen Frauen und ließ entgegen der Erwartungen ihre Körperunzufriedenheit steigen. Sie fassen zusammen: „To say something nice may be worse than saying nothing at all when the content of the comments is about the appearance of women’s weight or shape“ (Calogero et al., 2009, S. 130). Das zeigt, dass solche Komplimente trotz wertschätzender Intention gegenteiligen Effekt haben können. Kite und Kite (2020) weisen außerdem auf den unangenehmen Nebeneffekt von Komplimenten hin, die eine Veränderung an uns positiv herausstellen, z. B. wenn wir gezielt Gewicht abgenommen haben. Denn dadurch findet im Kontrast eine Abwertung unseres Äußeren vorher statt: „When you think harder about the praise you have received, you wonder whether these people value you only for your looks, and whether they felt bad for you before“ (S. 115).

Obwohl Body Shaming und abwertende Erfahrungen in Zusammenhang mit Objektifizierung zweifellos unangenehmer sind und sich, wie ich zeigen werde, negativer auf das Selbst-Konzept auswirken, machen die Ergebnisse dieser Arbeit zusammen mit bestehender Forschung und Theorie darauf aufmerksam, auch körperbezogene Komplimente kritischer zu hinterfragen und in unserem

---

<sup>17</sup> Neben körperbezogenen Komplimenten wurde Selbst-Objektifizierung auch durch den Konsum von Magazinen und Social Media bei den Befragten erhöht.

Umgang mit Mädchen und Frauen gegebenenfalls mehr positiv hervorzuheben, was sie neben ihrem Äußeren ausmacht.

Ähnlich verhält es sich mit *sexueller* Objektifizierung, also der Reduktion auf sexuelle Attraktivität mit dem Fokus auf dem Begehren anderer, die ich ebenfalls anhand einiger Erinnerungen aufgezeigt habe. Whealin und Jackson (2002) untersuchten mittels Befragung, in welchem Ausmaß Mädchen ungewollte sexuelle Aufmerksamkeit erlebten und wie sie sich auf sie auswirkte. Umso mehr ungewollter sexueller Aufmerksamkeit die Mädchen ausgesetzt waren (die vor allem von anderen Schülern ausging), desto geringer war ihr Körper-Selbstwert und ihr allgemeiner Selbstwert. Und umso geringer war die Selbstachtung der Mädchen. Die Minderung der Selbstachtung begründen die Forscherinnen damit, dass die Mädchen über die Botschaften lernten, dass sie nicht für ihre subjektiven Bedürfnisse und Gefühle geschätzt würden und dass sie nachrangig für andere seien (S. 866). Die Interpretation weist darauf hin, dass die Mädchen die objektifizierende Beobachterperspektive auf sich selbst internalisiert hatten. Zusätzlich wirkte sich die Menge an ungewollter sexueller Aufmerksamkeit auch signifikant negativ auf das *akademische Selbst-Konzept* der Mädchen aus (S. 866). Umso mehr die jungen Frauen früher der Objektifizierung ausgesetzt waren, umso weniger trauten sie sich in der Schule zu, bzw. waren sie abgelenkt von der Schule, und umso negativer wurde auch ihr allgemeines Selbst-Konzept beeinflusst. Das Ergebnis gibt Hinweis darauf, dass sich Objektifizierung auch negativ auf die akademischen Chancen von Mädchen auswirkt.

Die Ergebnisse des autoethnographischen Prozesses zeigen außerdem die Bedeutung eines Machtungleichgewichts bzw. von Geschlechterungleichheit bei Objektifizierung auf. Das Konzept im feministischen Kontext kritisiert Machtstrukturen, die Frauen durch die Reduktion auf ihre Körper einen Männern untergeordneten Platz zuweisen, was ich vor dem Hintergrund patriarchaler Strukturen beleuchtet habe, die Jahrhunderte zurückreichen (siehe *Kapitel 3.1.3*). Bei der Datensammlung zeigte sich, dass ich wesentlich mehr Erinnerungen habe, bei denen Objektifizierung von Jungen und Männern ausging als Erinnerungen, bei der sie von anderen Mädchen und Frauen verursacht war. Fredrickson und Roberts (1997, S. 175) verweisen auf Karen Horney, die postulierte, es sei sozial sanktioniertes Recht aller Männer, Frauen zu sexualisieren, unabhängig von Alter oder Status. Objektifizierung stellt nicht nur eine Fokussierung, d. h. Einengung des Blicks auf eine einzelne Eigenschaft dar, sondern wie in *Kapitel 3.1* dargelegt, geht das Konzept der Objektifizierung auf die *Hierarchisierung* von *Subjekt* und *Objekt* zurück. Objektifizierung als Phänomen ist kein neutrales, sondern beruht auf diesem Ungleichgewicht – das Subjekt versteht sich selbst als höherwertig und der objektifizierten Person übergeordnet und wertet diese ab. Sie wird wie ein Ding gesehen, das für den Nutzen der Subjekte da ist, zum Beispiel um zu gefallen, ähnlich eines Einrichtungs-

Gegenstandes. Die Objektifizierung von Frauen und Mädchen ist Teil patriarchaler Ordnung und erhält diese aufrecht.

Die Reduktion von Mädchen und Frauen auf ihr Aussehen ordne ich zum einen als *Folge* patriarchalen Ungleichgewichts ein. Zum anderen als *Mittel*, welches Ungleichheit miterzeugt bzw. aufrechterhält. Was ich damit meine, wird anhand einer weiteren Erinnerung sichtbar: Mehr als zehn Jahre nachdem ich ungefragt von einem Jungen den Wert sieben auf der Schönheitsskala zugewiesen bekam, als ich schon viel über Objektifizierung und meine eigenen Körperunsicherheiten reflektiert hatte, wehrte ich einen ähnlichen Kommentar desselben Jungen erfolgreich ab, der jetzt ein Mann war. Über diese Zeit führten wir eine Art Freundschaft; jedoch bewertete er zuverlässig jedes Mal, wenn wir uns sahen, ungefragt mein Äußeres; meist in tadelnder Weise. Diesmal richtete sich die Bemerkung nicht gegen mich, sondern gegen seine ebenfalls anwesende Partnerin. Sie hatte ihre Beine auf seine Knie gelegt und er machte einen abwertenden Kommentar über die Haarstopeln auf ihren Beinen, über die er gerade strich. Ihm gelang es, sie damit zu beschämen. Ich gab ihm daraufhin einen ähnlich böartigen Kommentar zu seiner Körperbehaarung zurück, von der ich wusste, dass sie ihn störte. Seine Freundin stieg sofort dankbar mit ein. Seine Reaktion überraschte mich, denn er schien aus allen Wolken zu fallen. Jetzt selbst beschämt stammelte er herum. Regelmäßig maßte er sich an, über die Körper der ihn umgebenden Frauen zu richten. Dass sein eigener Körper so bewertet werden könnte, war ihm scheinbar nicht in den Sinn gekommen. Der Gegenschlag traf ihn deshalb unvorbereitet. Meiner Interpretation nach begriff er sich diesbezüglich in einer Art unangreifbaren Position – einer männlichen Position – aus der er von oben herab über Mädchen und Frauen Bewertungen anstellte. Ich habe beschrieben, dass ich die Körperbewertungen von verschiedenen Jungen und Männern wie natürlich hinnahm – ich begriff mich im Gegensatz lange in der unterlegenen Position. Die Objektifizierung war damit *Resultat* von bestehenden Hierarchien. Dass mich die Jungen unbehelligt auf mein Aussehen reduzierten, *zementierte* außerdem bereits bestehende Rollen. Deshalb begreife ich die Reduktion auf das Aussehen von Mädchen und Frauen sowohl als Ausdruck von, als auch als Mittel, mit dem Geschlechterungleichheit reproduziert wird.

Ein weiteres Ergebnis der Datenauswertung betrifft das Mittragen von Reduktion auf den Körper durch andere Frauen. Ich erinnere ein paar Situationen, bei denen die Objektifizierung von Freundinnen oder Frauen in meinem Umfeld ausging. Und ich objektifizierte auch selbst andere Frauen (siehe *Kapitel 5.2*). Cyba (2010) macht deutlich, dass Frauen selbst Teil patriarchaler Strukturen sind – sie tragen diese in Teilen (unbewusst) aktiv mit. Kite und Kite (2020, S. 165) weisen darauf hin, dass Kommentare, die unser Aussehen bewerten und uns daran erinnern, dass wir vor allem für unseren (schönen) Körper geschätzt werden, oft von anderen Frauen ausgehen. Meine Großmutter

nennt mich öfter „die Schönste“; neulich bemerkte meine Chefin, ich sei „ihre Schönste“ – obwohl dies in wertschätzender liebevoller Weise getan wird, ärgere ich mich darüber. Ein anderer Superlativ wurde mir von ihnen bis jetzt nie zugewiesen. Doch von meiner Großmutter, die mich mitaufgezogen hat und der ich mich so nahe fühle, will ich nicht als hübsches Objekt gesehen werden, und von Menschen im professionellen Kontext noch weniger. Dies mag auch nicht der Realität entsprechen, solche Kommentare geben aber den Eindruck. Einmal mehr bezieht sich überaus großes Lob auf meine Körpererscheinung und dabei bin ich als Person mit meinem Charakter, meinen Fähigkeiten und Überzeugungen unerwähnt und erscheine dadurch unbedeutend. Kite und Kite (2020, S. 164–165) argumentieren, dass die Internalisierung dieser objektifizierenden Linse uns dazu bringt, auch andere so zu bewerten, was im folgenden *Kapitel 5.2* verhandelt wird. Viele kennen Körperbewertungen von Frauen in der Familie: „Many times, moms or other caretakers who haven't healed their own body image issues [...] may inadvertently treat girls in the same way they treat themselves or were treated when they were children“ (Kite & Kite, 2020, S. 187). Ausführlich berichtet die Psychoanalytikerin Orbach (2010) in *„Bodies – Schlachtfelder der Schönheit“* aus der langjährigen Erfahrung als Therapeutin von den Körperunsicherheiten und der Fokussierung auf den eigenen Körper, die von Müttern an ihre Töchter übertragen werden.

In diesem Kapitel wurde anhand der Beispiele *körperbezogener Kommentare* nachgezeichnet, wie sich Objektifizierung ausdrücken und wie sie in der jeweiligen Situation auf Betroffene wirken kann. Diese Form steht wie in *Kapitel 3.1.2* nachgezeichnet neben anderen Arten der Reduktion von Mädchen und Frauen auf ihr Äußeres, die hier nicht illustriert wurden. Als Reaktion auf die beschriebenen Situationen vorherrschend war Scham und manchmal Freude, wenn ich über mein Aussehen Wertschätzung erfuhr. Ich habe aufgezeigt, dass die Reduktion auf das Aussehen von Frauen – bzw. die Fokussierung auf diesen Körper, die zu Objektifizierung beitragen kann – mit Auf- und Abwertungserfahrungen für Frauen und Mädchen einhergeht, da der Körper an Schönheitsidealen gemessen wird. Der tiefreichendste Effekt sei laut Fredrickson und Roberts jedoch, wenn Mädchen und Frauen diese Beobachterperspektive auf sich selbst übernehmen und sich in Folge *selbst* vor allem als Objekt sehen, welches dazu da ist, um anderen zu gefallen (Fredrickson & Roberts, 1997; Kite & Kite, 2020).

## **5.2 Bin ich mein Körper? – Selbst-Objektifizierung**

Zu Beginn der Arbeit verweise ich auf den umstrittenen Film *Cuties*, der die Selbst-Objektifizierung präpubertierender Mädchen thematisiert und Objektifizierung kritisiert. Das greife ich nicht nur auf, um die Ignoranz hinsichtlich gesellschaftlicher Objektifizierung zu zeigen, die ich in der Art der viel geübten Kritik am Film erkenne, sondern auch weil ich mich selbst in der Protagonistin Amy

wiedererkannte. Es wird davon ausgegangen, dass wir einen objektifizierenden Blick auf Frauen und Mädchen – also die übermäßige Fokussierung auf ihr Aussehen - unter anderem durch Bilder in Medien übernehmen (Fredrickson & Roberts, 1997), in welchen Frauen bis heute oft objektifiziert dargestellt werden (was Studien von Flicker, 2018; Lauzen, 2015; Murphy, 2015 untermauern). Wie erläutert wurde, erklärt Mulvey (1975) dies durch den *Male Gaze* - die Überrepräsentation von Männern bei der Produktion, die mit der Projektion des heterosexuellen männlichen Begehrens auf die weiblichen Filmfiguren einhergeht, äußere sich in der objektifizierten Darstellungsweise von Frauen. Berger (1990) zeigt auf, dass diese Zusammenhänge schon vor den technischen Möglichkeiten des Films bestanden und verfolgt das Geschlechter-Machtungleichgewicht und die damit zusammenhängende Objektifizierung von Frauen bis in mehrere zurückliegende Jahrhunderte innerhalb europäischer Malereigeschichte zurück. Wie die Identifikation mit objektifizierten Frauenrollen und damit die Übernahme des objektifizierenden Blickes, bzw. des *Male Gaze* auf sich selbst von statten geht, soll zuerst illustriert werden:

Bei der ersten Erinnerung, die ich aus heutiger Perspektive als Selbst-Objektifizierung einordne, bin ich elf Jahre alt und tanze Szenen aus dem Tanzfilm *Honey* nach. Wer den Film kennt weiß, dass sexuell aufgeladene Tanz-Szenen darin zentral sind – Honey, die einen idealtypischen Körper hat, beeindruckt Männer in Machtpositionen durch ihre sexy Bewegungen als Tänzerin, erfährt dadurch sozialen und ökonomischen Erfolg und Bewunderung, sowohl durch die Männer im Film als auch von den Zuschauer\*innen. Obwohl Honey die Hauptrolle ist, trifft auf ihre Darstellung auch zu, was Mulvey über die traditionelle passiv-verführerische Rolle von Frauen im Film aufgrund des *Male Gaze* schreibt: „In their traditional exhibitionist role women are simultaneously looked at and displayed, with their appearance coded for strong visual and erotic impact so that they can be said to connote to-be-looked-at-ness“ (Mulvey, 2010, S. 60). Und ich wollte wie Honey sein<sup>18</sup>. Meine Lust beim Tanzen lag weniger in der Bewegung selbst, sondern darin, mehr wie die schönen, coolen, begehrenswerten Frauen zu sein. Alle Augen auf mich gerichtet, die Schönste, die von allen bewundert wird. In meiner Fantasie tanzte ich wie die Protagonistin vor männlichem Publikum, vielleicht vor Jungen aus meiner Klasse. Entscheidend war, dass mir Bewunderung aufgrund meiner Bewegung, meines Aussehens, meines Körpers entgegenschlagen würde. Noch bevor ich in die Pubertät kam, hatte ich die Beobachterperspektive auf mich zu internalisieren begonnen. Mein Augenmerk rückte auf das (vorgestellte) Begehren von Jungen, das ich erregen wollte, um Wertschätzung zu erfahren.

---

<sup>18</sup> Der Twist des Films, der dadurch entsteht, dass der Produzent, welcher Honey zu Erfolg verhilft, sexuell übergriffig wird, sie aus Rache auf ihre Zurückweisung feuert und Honey sich daraufhin selbstständig macht und von ihm löst, führte übrigens nicht dazu, dass ich als Kind die Bewunderung von Männern für meinen Körper hinterfragte.

Diese Internalisierung der Beobachterperspektive nennen Fredrickson und Roberts *Selbst-Objektivierung*. Ich – wie auch Amy in Doucourés autobiografisch geprägten Film - zeigte in dieser Situation keinen sexuellen Selbstaussdruck, sondern sexualisierte mich; machte mich selbst zum Objekt der Begierde, wie ich es mir abgeschaut hatte. Die Regisseurin Doucouré beantwortet das Unwohlsein, das ich bei dieser Erinnerung habe und das die Leser\*innen vielleicht teilen bei der Beschreibung eines sich sexualisierenden Kindes mit der Entgegnung: „We can’t blame our children for what we value in our society“ (Netflix Film Club, 2020, 05:50). Gemeinhin sind wir bestrebt, Kinder vor Sexualisierung zu schützen. Verschließen wir die Augen vor der sexualisierten Objektivierung von Frauen, mit denen sich vor allem Mädchen identifizieren, werden wir diesem Anspruch nicht gerecht. Der objektivierende Blick auf Frauen, den wir Mädchen gesellschaftlich auf verschiedene Arten schon im frühen Alter vermitteln und die ich anhand persönlicher Beispiele im letzten Kapitel aufzuzeigen versucht habe, wirken sich darauf aus, wie Mädchen ihr Selbst begreifen:

*Girls and women, [...] may to some degree come to view themselves as objects or ‚sights‘ to be appreciated by others. This is a peculiar perspective on self, one that can lead to a form of self-consciousness characterized by habitual monitoring of the body’s outward appearance.*  
(Fredrickson & Roberts, 1997, S. 180)

Da Frauen und Mädchen vor allem aufgrund ihres Aussehens Wertschätzung (oder Abwertung) erfahren, übernehmen sie laut Fredrickson und Roberts (1997) diesen objektivierenden Blick auf sich selbst als Körpererscheinung. Diese Verbindung findet sich auch in anderen Quellen. Wie diese Übernahme psychologisch erklärt werden kann, wird im folgenden *Kapitel 5.3* dargelegt.

Meine Fantasien werden beschrieben in den Zeilen Bergers, welcher das Prinzip tradierter Gender-Rollen in Zusammenhang mit Objektivierung folgendermaßen auf den Punkt bringt: „Men dream of women. Women dream of themselves being dreamed of. Men look at women. Women watch themselves being looked at“ (Berger, 1972, 00:02-00:12). Wie Fredrickson und Roberts (1997) weist er darauf hin, dass dieses Prinzip sich nicht nur in den Beziehungen zwischen Männern und Frauen abbilde, sondern auch die Beziehung von Frauen zu sich selbst bestimme: „The surveyor of woman in herself is male: the surveyed female. Thus she turns herself into an object – and most particularly an object of vision: a sight“ (Berger, 1990, S. 50). Berger (1990, S. 46) und Beauvoir (2019, S. 783) beschreiben in ähnlicher Weise, Frauen entfremdeten sich durch ihre Erziehung vom eigenen Körper; man werde schon als Kind wie ein Objekt behandelt und sehe sich dementsprechend auch selbst so. Konkret werde dann das Bewusstsein davon eingenommen, wie der eigene Körper im Zustand der Selbst-Objektivierung von außen erscheint (Fredrickson & Roberts, 1997),

was wie im *Kapitel 3.1.2* dargestellt, über einen situativ bedingten Zustand hinaus zu einer überdauernden Eigenschaft werden kann.

Wie Selbst-Objektifizierung durch die Überwachung des eigenen Körpers im Verhalten sichtbar wird, macht folgendes Beispiel sichtbar: Mit vielleicht siebzehn Jahren als ich, wie im vorigen *Kapitel 5.1* dargestellt, schon eine lange Reihe an Abwertung aufgrund sichtbarer Körperhaare erfahren hatte, war die Auseinandersetzung mit meinen Körperhaaren und die Überwachung meines Körpers obsessiv geworden. Minutiös verglich ich meinen Körper – meine Unterarme, meine Oberlippe, meine Beine – mit dem Körper anderer Mädchen. Ich verzweifelte, weil die meisten Mädchen von Natur aus hellere, nicht sichtbare Haare hatten, was mir meine vermeintliche Fehlerhaftigkeit noch deutlicher vor Augen führte. Andere entfernten sich ihre Haare: Auf dem Arm meiner Freundin spürte ich Stoppeln. Bei einer Sitznachbarin sah ich im Gegenlicht, dass sie sich die winzigen Haare auf der Oberlippe durch Wachs entfernt hatte. Penibel scannte ich über Jahre hinweg meinen und die Körper anderer Mädchen. Ich griff zu Rasierer, Pinzette, Epilationsgerät, Kaltwachsstreifen und später Warmwachs. Es war *essenziell* haarlos zu sein. Scheinbar zufällig zog ich meinen Arm unter der Berührung meines Freundes weg, um zu verhindern, dass er die Spuren der manchmal nächtlichen und immer langwierigen schmerzhaften Haarentfernungs-Aktionen bemerkte. Die ständige Bewusstheit über meine Körpererscheinung war *notwendig*, um unbemerkt die Mängel zu vertuschen, die mir zuvor eingeredet wurden. So versuchte ich der Beschämung zu entgehen: „Significant portions of women’s conscious attention can often be usurped by concerns related to real or imagined, present or anticipated, surveyors of their physical appearance. [...] Whatever girls and women do, the potential always exists for their thoughts and actions to be interrupted by images of how their bodies appear“ (Fredrickson & Roberts, 1997, S. 180).

Kite und Kite (2020) beschreiben zum Beispiel, wie das eigene Erleben beim Baden durch die Kontrolle der eigenen Erscheinung im Bikini gestört wird oder wie sich der Fokus bei Sex mit einer anderen Person vom eigenen Begehren aus dem Körper heraus in die Beobachterperspektive verschiebt und dadurch Unsicherheit und Scham ausgelöst wird. Auch heute, nach so viel Auseinandersetzung mit Selbst-Objektifizierung und Reflexion der Mechanismen ist mein Bewusstsein, wenn ich mich im öffentlichen Raum bewege, oft von einer Außenperspektive auf mich bestimmt. Ich schaue dann nicht den Mann an, der mir auf der Straße entgegenkommt, sondern ich schaue mich aus seinen Augen an. Wie ich selbst den Mann finde oder was eigentlich in mir vorgeht, steht in diesen Situationen erst an zweiter Stelle.

Einige Unterschiede, die ich erst in den letzten Jahren zwischen meinem Partner – einem cis Mann - und mir wahrnahm, machen Selbst-Objektifizierung und die Gender-Unterschiede

dahingehend ebenfalls anschaulich: Ich weiß, wie mein Körper aus jedem Winkel aussieht - wie mein Hinterkopf aussieht; wie ich von der Seite aussehe, wie von schräg unten. Woher? Ausnahmslos jeden Tag sehe ich mindestens einmal mein Spiegelbild. Ich studierte meinen Körper auf Fotos. Die Angewohnheit in spiegelnde Schaufenster oder die Scheiben der U-Bahn zu blicken, unterdrücke ich heute. Den Blick auf sein Seitenprofil nahm mein Partner neulich hingegen mit leichter Überraschung zur Kenntnis.

Für mich erschien es normal in Kauf zu nehmen, dass Kleidung, Accessoires oder Make-Up unpraktisch sind und mich einschränken – Fredrickson und Roberts (1997) weisen darauf hin, dass dies nicht nur eine Frage der Haltung ist, sondern konkret durch den Unterschied in Frauen- und Männermode gefördert wird:

*„Women’s fashions arguably compound the opportunities for anxiety: Certain necklines and hemlines require regular body monitoring. In wearing these fashions a woman is forced to be chronically vigilant about whether undergarments or ,too much skin’ are (shamefully) exposed, all while maintaining the illusion that she is at ease dressed as she is“ (Fredrickson & Roberts, 1997, S. 182).*

Die Hose, in der man den Bauch einziehen muss und nicht sitzen kann; der Rock, in dem wir nur kleine Schritte machen können; die Schuhe, die nach kurzer Tragezeit schmerzen; das Haarstyling, das mit Aktivitäten und Feuchtigkeit abgestimmt sein muss; der Lippenstift, der überprüft und nachgezogen werden will. Wir schwitzen im Sommer in zu langen zu warmen Sachen oder frieren in zu wenig wärmender Kleidung, um uns ‚vorteilhaft‘ zu zeigen oder sind durch besonders knappe Schnitte gezwungen pedantisch darauf zu achten, dass nichts verrutscht und mehr zeigt, als wir wollen und als gesellschaftlich akzeptiert ist. Als ich meinem Partner erzählte, dass ich vor meiner Auseinandersetzung mit Selbst-Objektifizierung die unbequemen Shorts gekauft hätte, weil sie super an mir aussahen, verspottete er ungläubig mich und andere Frauen, die so etwas Dummes überhaupt in Betracht ziehen. Murnen und Seabrook (2012, S. 439) weisen auf ein Dilemma bei Objektifizierung hin: Frauen würden zwar dazu gebracht, sich auf ihr eigenes Aussehen zu fokussieren aber gleichzeitig auch verhöhnt, wenn sie es tun. Für ihn war es aufrichtig unvorstellbar das Aussehen eines Kleidungsstücks vor seinen eigenen Comfort zu stellen. Den Unterschied sehe ich beruhend auf Objektifizierung, die er nicht erlebte wie ich: Er begriff sich nicht als Körper, der gefallen sollte - ich mich schon. Denn sein Umfeld hatte ihn nie als Körper begriffen, der ständiger Bewertung ausgesetzt und dessen äußere Erscheinung zentral für Wertschätzung oder Abwertung und Beschämung war. Mein Umfeld und die Kultur – die Bilder von Frauenkörpern, die Frauenrollen in Filmen

und Werbung, Kunst, wie über andere Frauen geredet wurde - vermittelte mir als Mädchen etwas anderes.

Zu Beginn unserer Beziehung löschte ich jedes Foto, auf dem ich mich als ‚unvoreilhaft‘ getroffen wahrnahm. Mein Anspruch an Fotos – den ich von meiner Mutter übernommen hatte - war, dass ich darauf gut aussah. Der Anspruch meines Partners an ein Foto war einen schönen Moment und die Stimmung des Augenblicks einzufangen. Es ging ihm um sein Gefühl – sein Erleben in diesem Moment und die Erinnerung daran. Mir ging es darum, für die Kamera ein möglichst schönes Bild abzugeben. Kite und Kite (2020) teilen ganz ähnliche Beispiele der Körperüberwachung bzw. der Überbewertung der eigenen Erscheinung – diese Erfahrungen scheinen viele Frauen zu teilen. Beauvoir beschreibt den Grund dieses Unterschieds mit den folgenden drastischen Worten: Eine Frau, die sich Objekt wisse und sich dazu mache, glaube wirklich, *sich* im Spiegel zu sehen. Passiv und gegeben, sei ihr Abbild ein Ding wie sie selbst. Ein Mann hingegen, der Aktivität, Subjektivität sein wolle und sich als solche fühle, erkenne sich in seinem erstarrten Bild nicht wieder (Beauvoir, 2019, S. 784). Ihre Zeilen beschreiben plakativ, wie wir uns durch Selbst-Objektifizierung selbst auf unser Abbild reduzieren.

Kite und Kite (2020) leiten ihr Buch ein mit der persönlichen Erinnerung, sie seien dem zuvor geliebten Schwimmunterricht ferngeblieben, um ihre Körper nicht zeigen zu müssen, die ihnen als zu dick erschienen. Die Beschämung brachte sie dazu, die Beobachterperspektive über ihre eigene zu stellen - die (vorgestellte) objektifizierende Reaktion anderer bringt uns dazu, uns selbst auf unser Aussehen zu reduzieren. Fredrickson und Roberts (1997, S. 178–179) weisen darauf hin, dass die Fokussierung auf das eigene Aussehen als (unbewusste) *Strategie* zu deuten sei, die Frauen anwenden um zu lenken, wie andere sie behandeln, denn: „Attractiveness functions as a prime currency for women’s social and economic success. [...] To be traded for social and economic power, a woman’s beauty must appeal to the tastes of the dominant (White male) culture“ (Fredrickson & Roberts, 1997, S. 178). Auch Beauvoir äußerte sich bereits vor über einem halben Jahrhundert gegen die Meinung Frauen, die sich auf ihr Äußeres fokussierten, seien von Narzissmus erfüllt. Ausschlaggebend sei hingegen, dass Mädchen in der Pubertät den eigenen Körper als passiv und begehrenswert erleben (Beauvoir, 2019 [1949], S.738). Die Fokussierung von Frauen auf ihre Körpererscheinung kann als Reaktion auf die Beschämung gewertet werden, die als Resultat der Verbindung zwischen Objektifizierung und unrealistischen Idealen auftritt: „Women’s ongoing efforts to change body and appearance through diet, exercise, fashion, beauty products, and perhaps most dangerously, surgery and eating disorders, reveal what may be a perpetual and hardly adaptive body-based

shame“ (Fredrickson & Roberts, 1997, S. 182). Kite und Kite (2020) beschreiben, wie einschränkend dieser Mechanismus erlebt werden kann:

*When our body images and self-images are defined primarily by how we look, our bodies become our prisons. Adorning them [onlookers] – through makeup, fashion, cosmetic procedures, dieting regimens – becomes our full-time job and greatest work in the hopeful pursuit of love, confidence, and fulfillment. And as you do the work of constantly decorating and ‚improving‘ yourself, you are rewarded. (S. 114-115)*

Die Juristin Rhode (2010) bietet einen breiten Überblick darüber, wie ungerecht sich wahrgenommene Attraktivität besonders bei Frauen darauf auswirkt, wie sie behandelt werden. Sie weist darauf hin, dass gemeinhin unterschätzt werde, wie groß die Vorteile durch Attraktivität seien, wie hoch die Kosten zur Erreichung von Attraktivität und die daraus erwachsenden Ungerechtigkeiten. Der Einfluss von wahrgenommener Attraktivität sei viel weitreichender als gemeinhin angenommen (S. 2).

Wie Selbst-Objektifizierung mit der Körperüberwachung als (unbewusste) strategische Reaktion auf Objektifizierung verstanden werden kann, wird anhand einer Erinnerung aus meiner frühen Teenager-Zeit sichtbar. Mit circa 13 Jahren sollte ich die ersten Catcalls<sup>19</sup> erleben. In der Nachbarstadt gab es eine Straße, wo mir junge Männer fast jedes Mal aus den fahrenden Autos nachpiffen oder mir Anmachen zuriefen, wenn ich dort entlang ging. Das war neu für mich – für meinen Körper bekam ich ein bis dahin ungekanntes Maß an Aufmerksamkeit von Jungen, für die ich mich zu der Zeit zu interessieren begann. Ich fühlte mich dadurch begehrt und damit *wertvoll*. Ich wollte mehr Bestätigung. Zu Hause wählte ich Outfits aus, mit denen ich meinte, Aufmerksamkeit zu erregen – ich sah mich dafür selbst aus den Augen dieser Männer prüfend an – wurde ich damit dann auf der Straße angehupt oder rief mir einer etwas zu, freute ich mich. Es gab mir das Gefühl einer Macht, die ich vorher nicht gekannt hatte. Wenn ich mich in bestimmter Weise zeigte, konnte ich die Aufmerksamkeit und den Zuspruch aufgrund meines Aussehens noch erhöhen. Ich kontrollierte meine Körpererscheinung stärker, als es davor der Fall gewesen war.

Die tiefergreifende Problematik hinter Selbst-Objektifizierung, also der Fokusverschiebung hin zum eigenen Äußeren und der Perspektivenübernahme auf sich selbst ähnlich einer Filmkamera ist bereits an anderer Stelle angeklungen: „Women are privileging an external view of their bodies over

---

<sup>19</sup> Unter „Catcalling“ - aus dem Englischen übernommen - kann das Nachpfeifen oder -rufen, sowie sexuell übergriffige Kommentare im öffentlichen Raum verstanden werden, wobei Frauen und Mädchen meistens die Betroffenen dessen sind und Jungen und Männer die Täter

their own internal, first-person perspective“ (Kite & Kite, 2020, S. 5–6). Berger (1990) teilt diese Sichtweise:

*How she appears to others, and ultimately how she appears to men, is of crucial importance for what is normally thought of as the success of her life. Her own sense of being in herself is supplanted by a sense of being appreciated as herself by another. (S. 49)*

Der Fokus verschiebe sich durch Selbst-Objektifizierung weg von der eigenen Aktivität und dem Handeln, also was der Körper *tun* kann (Fredrickson & Roberts, 1997; Zurbriggen, 2013). Es geht darum zu gefallen, *begehrt zu werden* – und damit nicht um das eigene Begehren oder was einem selbst gefällt, sondern um die Perspektive und das Begehren anderer, von denen man *begehrt wird* – oder eben nicht – was mit einer abhängigen und passiven Rolle verbunden ist, die wir Objekten zuschreiben. „When we live our lives in this perpetual state of body monitoring, we are living passively, being judged and consumed by ourselves and others – not as self-actualized humans actively making choices“ (Kite & Kite, 2020, S. 108). Zuvor wurde dargestellt, wie zentral das Machtungleichgewicht bei Objektifizierung ist und dass Objektifizierung eine Abwertung darstellt – denn eine Person wird zu einem Objekt degradiert, das für den Nutzen anderer – der Subjekte – existiert. Kommt es bei Betroffenen zur Internalisierung, übernehmen sie diese abwertende Perspektive, die ihnen ihren Wert als Subjekt abspricht und ihrer Autonomie (siehe Langton, 2009a) beraubt. Dieser Effekt wird deutlich anhand folgender Erinnerung:

Als ich sechzehn war, machte unsere Klasse in der letzten Woche vor den Sommerferien einige Ausflüge ins Schwimmbad. Vor dem anstehenden Schwimmbadbesuch hatte ich Panik – denn am Tag zuvor hatte ein Junge aus unserer Klasse in der Gruppe einfach so die Beine meiner Freundin angefasst und einen Kommentar über die spürbaren Haar-Stoppeln gemacht, um sich über sie lustig zu machen. Was war, wenn er das nächste Mal mich berührte? Die Vorstellung, er könnte mich berühren und meine Fehlerhaftigkeit feststellen – also die Existenz von Körperhaaren – war alptraumhaft. Ich durfte keine Haare an den Beinen haben! Sie mussten glatt sein. Stoppeln oder Haare waren unweiblich und widerwärtig, ich durfte das nicht haben. An diesem nächsten Schwimmbadtag stand ich am Morgen noch eine halbe Stunde früher auf, um Zeit zu haben mir die Beine zu rasieren, sodass die Haare möglichst wenig Zeit hatten, um nachzuwachsen und Stoppeln zu bilden. Falls der Junge mich dann berührte, wären meine Beine glatt und ich würde nicht in Ungnade fallen. Abermals wird das Machtungleichgewicht sichtbar: „In a world ordered by a sexual imbalance, pleasure in looking has been split between active/male and passive/female. [...] The determining male gaze projects its fantasy onto the female figure, which is styled accordingly“ (Mulvey, 2010, S. 60). Was Mulvey vor fast 50 Jahren im Rahmen feministischer Filmtheorie postulierte, lässt sich auch auf

meine persönliche reale Erinnerung übertragen: Der Junge war der Akteur, dem ich mich passiv unterordnete. Wenn der Junge mich berühren wollte, konnte er das jeder Zeit tun. Wenn er einen Kommentar über mich machte, war ich dem ausgeliefert. Sein Blick, seine Bedürfnisse, sein Begehren standen im Zentrum. Demnach konnte ich meinem Gefühl nach lediglich dafür sorgen, mir – das heißt meinem Körper - möglichst keine Blöße zu geben und seinen Vorstellungen zu entsprechen. Was deutlich wird, ist die der Objektifizierung innewohnende Zuweisung von Passivität und Abhängigkeit und damit eine unterlegene Position. Im Rückblick schäme ich mich für meine eigene Verletzlichkeit und die zwanghaften Gedanken, darum zu gefallen, verstören mich. Und es macht mich wütend. Dass es ein No-Go war, dass der Junge ohne Einwilligung meinen Körper anfasste und mich darüber hinaus dafür zu beschämen versuchte, kam mir damals überhaupt nicht in den Sinn. Ich fühlte mich schutzlos. Auch hier interpretiere ich das Handeln des Jungen dahingehend, dass er sich (unbewusst) in der überlegenen Position begriff, aus der er über die Körper von Mädchen richten konnte. Uns Mädchen wurde gleichermaßen erneut durch die Aktion der unterlegene Platz zugewiesen. Ich ließ es über mich ergehen, weil ich mich (unbewusst) in einer unterlegenen Position begriff, und meine Reaktion auf die Objektifizierung verstärkte wiederum die Sicht auf mich als Körper, der gefallen sollte. Objektifizierung und Selbst-Objektifizierung sehe ich gleichermaßen als Produkte patriarchaler Machtverhältnisse, sowie als Phänomene, die dieses Ungleichgewicht reproduzieren.

Auch auf andere Art wird dieses Ungleichgewicht reproduziert: Kite & Kite (2020, S. 165) weisen darauf hin, dass uns die Internalisierung des objektifizierenden Blicks auch dazu leite andere – ob Freund\*in oder Gegner\*in - danach zu definieren, wie sie aussehen. Dies habe auch den Effekt, dass wir uns durch Objektifizierung nicht nur von uns selbst, sondern auch von anderen entfernten. Im Folgenden gebe ich ein Beispiel, wie Selbst-Objektifizierung in umgekehrter Weise Objektifizierung mit sich bringt: Während des Studiums war ich in einer toxischen Liebesbeziehung mit einem Mitstudierenden und war frustriert und verletzt. Nach einer Art Beziehungspause erzählte er mir, er habe während der Zeit Sex mit einer Studienkollegin gehabt, auf die ich schon eine Zeit lang eifersüchtig gewesen war, weil ich bemerkte, dass er sexuelles Interesse an ihr hatte. Ich war sehr verletzt und warf ihm zynisch entgegen: „Die sieht doch nicht mal besser aus als ich“. Er bestätigte mich darin aber vermittelte mir, dass es ihm darum ja auch gar nicht gegangen sei. Heute ist mir das peinlich. Ich machte sie und mich zu Objekten, wobei ich mich selbst in der Hierarchie der schönen Objekte als begehrenswerter einstufte. Obwohl die andere Frau in diesem Beispiel nicht hörte, wie ich über sie sprach, wird sichtbar, was schon an anderer Stelle genannt wurde – diese Art patriarchaler Unterdrückung wird durch ein System aufrechterhalten, an dem auch Frauen und Mädchen selbst beteiligt sind: „We become the oppressed and the oppressors; the victims of our objectifying

culture and the perpetrators enforcing it upon each other“ (Kite & Kite, 2020, S. 165). Ich objektivierte sie und mich und wertete uns beide ab, indem ich uns auf unser Aussehen reduzierte. Kite und Kite (2020, S. 192–193) führen neben negativen Bewertungen auch ein Übermaß an aussehensbezogenen Komplimenten durch andere Frauen auf deren eigene Internalisierung des objektifizierenden Blicks zurück, wenn Aussehen unverhältnismäßig stark im Fokus der Wertschätzung steht.

Es ist außerdem klarzustellen, dass die, die als attraktiv wahrgenommen werden und deren Körper nach bestehenden Normen als ‚schön‘ kategorisiert werden, zwar Privilegien erfahren, aber durch Objektifizierung und Selbst-Objektifizierung ebenfalls verlieren:

*„You’d think being ranked higher would be good for your self-esteem, but that is not the case. Even when we deem ourselves to be higher in the hierarchy than someone else, based on size, shape, age, skin color, hair texture or style, or any other visible variable, we still lose. We might feel like winners in the moment, but we’re buying into our own oppression and silently picking up the same sharp measuring stick to be used against us“ (Kite & Kite, 2020, S. 126).*

Obwohl ich mich vermeintlich aufwertete, schwang in meiner Bemerkung der Glaubenssatz mit, der Mann sei wegen meines Aussehens mit mir zusammen und habe aufgrund des Aussehens mit einer anderen Frau geschlafen; nicht wegen der ganzen Person, die ich oder die sie war. Durch die unzähligen impliziten und expliziten objektifizierenden Botschaften, von denen ein paar beschrieben wurden, hatte ich internalisiert, das Aussehen einer Frau sei ihr größter Wert; meine Schönheit mache mich aus; durch einen tollen Körper war ich begehrt und geliebt worden und Erfahrungen mit meinem Umfeld und im Speziellen jungen Männern, die mir tausend Mal Komplimente zu meiner Figur machten und so viel seltener irgendetwas anderes positiv an mir hervorhoben, bestätigten dieses Bild auf Frauen im Allgemeinen und mich im Speziellen.

Im nächsten Kapitel soll anhand der Abbildung von Selbst-Objektifizierung im Selbst-Konzept deutlich gemacht werden, inwiefern Selbst-Objektifizierung sich in unserer Selbstwahrnehmung äußert und uns einschränkt – und das auch unabhängig davon, ob unser Körper besonders positiv oder negativ hervorgehoben wird.

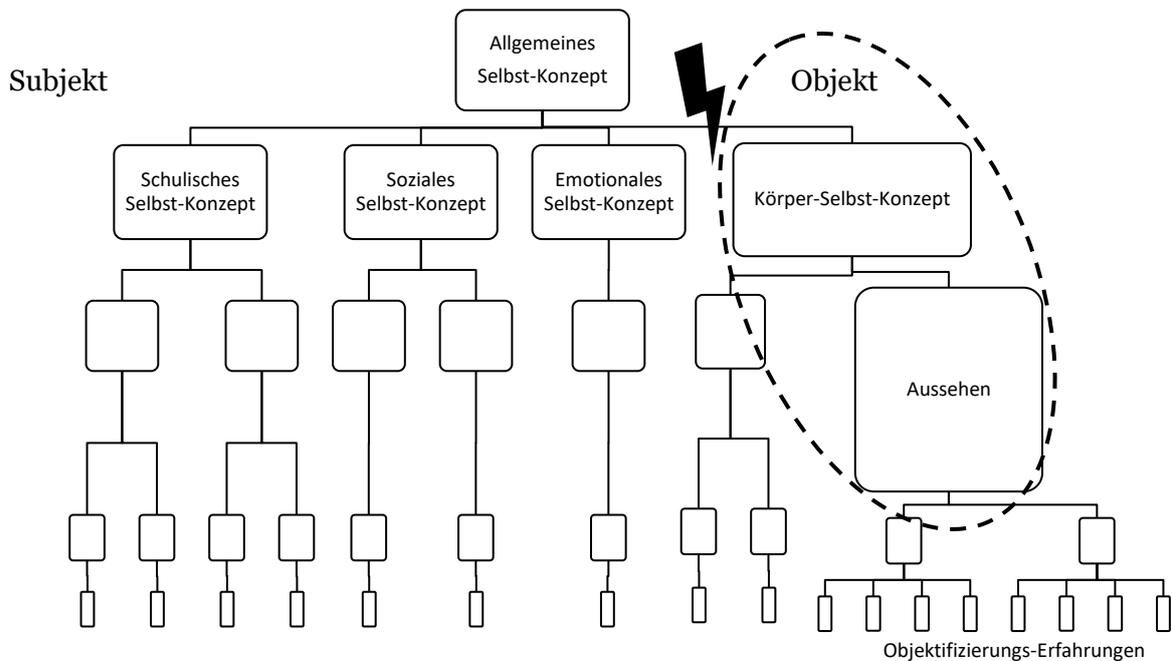
### **5.3 Integration von Selbst-Objektifizierung in das Selbst-Konzept**

Eine Form der Objektifizierung – Kommentare, in denen aufs Äußere reduziert wird – und das Erleben als Betroffene wurde dargestellt. Danach wurde anhand meiner persönlichen Erfahrung gezeigt, wie sich die Übernahme dieser reduktionistischen Sichtweise auf das Selbst äußern kann. Die Ergebnisse um die Wirkung von Selbst-Objektifizierung auf die allgemeine Selbstwahrnehmung sind in *Abbildung 2* dargestellt und werden folglich diskutiert. Zuerst wird kurz auf Entstehungstheorien zum

Selbst-Konzept (siehe Kapitel 3.2.1) eingegangen, um zu erklären, wie Objektifizierungs-Erfahrungen überhaupt die eigene Selbstwahrnehmung formen können.

## Abbildung 2

### Selbst-Objektifizierung im Selbst-Konzept



*Anmerkung.* Modifiziertes hierarchisches Selbst-Konzept-Modell (Shavelson et al., 1976), das die Gewichtung und Abspaltung durch Selbst-Objektifizierung zeigt.

Der Selbst-Objektifizierung voran gehen viele Situationen, in denen explizit eine Reduktion auf das Äußere stattfindet. Doch auch wenn per Definition keine Objektifizierung vorliegt, kann sich die schiere Menge von Situationen, in denen das eigene Aussehen oder das anderer Frauen im Mittelpunkt steht, gewissermaßen zu Objektifizierung akkumulieren und zu Selbst-Objektifizierung beitragen. Dies wurde in *Kapitel 5.1* aufgezeigt und diskutiert. Auf unterster Ebene in *Abbildung 2* werden deshalb proportional mehr spezifische Situationen angedeutet, die die Selbstwahrnehmung bezüglich des Körperbilds formen.

Wie in *Kapitel 3.2.1* dargestellt, besteht in der Forschung weitestgehend Konsens darüber, dass unser Umfeld starken Einfluss auf unsere Selbstwahrnehmung hat. Zum Beispiel in Form von *selbst-bezogenen Informationen*: Höre ich vermehrt, dass andere finden, ich sehe gut aus, übernehme ich das vermutlich in mein Selbst-Konzept bezüglich meines Aussehens. Direkte Kommentare (die auch in *Kapitel 5.1* anhand meiner persönlichen Erfahrungen beleuchtet wurden) stellen dabei nicht die einzigen Quellen der Hervorhebung des Aussehens von Mädchen und Frauen dar – hinzu kommen implizite und explizite gegenderte Vorstellungen ihrer Umwelt. Die Identifikation mit traditionellen

Mädchen- bzw. Frauenrollen, die mit Objektifizierung verbunden sind und die wir z.B. in Medien sehen, können als *vorherrschende Standards einer Bezugsgruppe*, bzw. *wahrgenommene Stereotype* gelten, die nach Felson (2014) und Möller und Trautwein (2015) ebenfalls in das Konzept von sich selbst übernommen werden. Fredrickson und Roberts (1997, S. 179) stellen bei der Erklärung, wie es zu Selbst-Objektifizierung kommt, besonders die Metapher des *Spiegel-Selbst* heraus. Das Modell geht davon aus, dass sich das Selbst-Konzept im übertragenen Sinne durch die Spiegelung des Selbst im Umfeld herausbilde – das scheinbar individuelle Bild, das wir von uns haben, sei demnach eine soziale Erzeugung und werde in wechselseitiger Kommunikation bestätigt oder neu konturiert (Abels, 2017, S. 213). Im Falle von Selbst-Objektifizierung könne man die Metapher des Spiegels wörtlich nehmen – denn in einem Spiegel sehen wir unser äußeres Erscheinungsbild – durch die fortlaufende Reduktion von Frauen und Mädchen auf ihr Aussehen durch das Umfeld könne es dazu kommen, dass auch ihre Selbstwahrnehmung durch ihr Äußeres beherrscht sei (Fredrickson & Roberts, 1997, S. 179).

Nachdem erklärt wurde, wodurch sich Objektifizierungs-Erfahrungen auf unser Selbst-Konzept auswirken, wird nun beleuchtet, wie sich das konkret im Selbst-Konzept niederschlägt und vorgenommene Modifikationen werden anhand von Theorie und Forschung begründet. Den spezifischen objektifizierenden Situationen übergeordnet steht im Modell die *Selbstwahrnehmung unseres Aussehens* – sie nimmt in der modifizierten Darstellung des Selbst-Konzeptes (*Abbildung 2*) deutlich mehr Raum ein als die anderen Subkategorien. Wie aufgezeigt wurde, besteht die Problematik bei Selbst-Objektifizierung darin, dass das Aussehen von außen – intentional oder unabsichtlich - als *wichtigster* Teil des Selbst herausgestellt wird und die Betroffene die Sicht auf sich selbst, überspitzt formuliert, als eine Art passives Dekorations-Objekt oder Objekt der Begierde für andere übernimmt. Wenn wir bei Mädchen vor allem ihre körperliche Attraktivität thematisieren, findet sich das Mädchen in vielen Situationen wieder, die ihre Wahrnehmung auf ihr Äußeres formen und womöglich in weniger Situationen, in denen ihr Wert aufgrund anderer Facetten ihres Selbst zugesprochen wird. Dem Äußeren misst das Mädchen oder die Frau, die sich selbst objektifiziert, in Folge auch großen - wenn nicht den größten - Wert bei. Im Selbst-Konzept-Modell nach Shavelson et al. (1976) werden die einzelnen Facetten des Selbst-Konzeptes, die auf einer Hierarchie-Ebene stehen, jeweils gleich groß angezeigt (siehe *Abbildung 1*). *Aussehen* nimmt in der originalen Abbildung gleich viel Platz ein, wie *körperliche Fähigkeiten* oder die Selbstwahrnehmung bezüglich des Schulfachs *Geschichte*. Das Modell bildet keine Unterschiede in der persönlichen Bedeutsamkeit der Selbst-Konzept-Facetten ab, die sich von Person zu Person unterscheiden können. Um Selbst-Objektifizierung aufzuzeigen, schlage ich daher die visuelle *Gewichtung* vor, wie dargestellt. In der Theorie findet

sich die Annahme wieder, dass unterschiedliche Subkategorien für Menschen verschieden stark von Bedeutung sind, u. a. bei den Autoren des Modells selbst:

*The evaluative dimension can vary in importance for different individuals and also for different situations. This differential weighting of the importance of the various evaluative dimensions probably depends upon the individuals past experience in a particular culture, in a particular society, and so on. (Shavelson et al., 1976, S. 414)*

Auch Piquart (2019, S. 318) beschreibt bei der Entwicklung des Selbst, dass Selbst-Konzept-Bereiche nicht für alle Menschen in gleichem Maße bedeutsam seien. „Veränderungen eines Selbstkonzeptbereichs sollten sich eher dann auf das allgemeine Selbstkonzept auswirken, wenn dieser Bereich für die Person wichtiger bzw. zentraler ist“ (S. 318). Auch Möller und Trautwein (2015, S. 190) weisen in Bezugnahme auf frühe Arbeiten James darauf hin, dass sich nicht alle Facetten gleichermaßen im Selbstwert niederschlagen - „James [welcher als Begründer der Selbst-Konzept-Forschung gesehen wird] postulierte Prozesse, nach denen sich das Selbstwertgefühl aus der Summe gewichteter bereichsspezifischer Selbstkonzepte zusammensetzt (Möller & Trautwein, 2015, S. 190).

Darüber hinaus sprechen empirische Befunde im Zusammenhang mit Selbst-Objektifizierung für die höhere Gewichtung des Aussehens im Selbst-Konzept durch Selbst-Objektifizierung. Die Studie von Lerner et al. (1976) zeigt, dass das Körper-Selbst-Konzept unterschiedlich bedeutsam für Männer und für Frauen zu sein scheint. Während ein positives Selbst-Konzept bei Frauen stärker an der positiven Selbstwahrnehmung des eigenen Äußeren hing, kam es bei Männern hingegen auf die körperlichen Fähigkeiten an. Calogero et al. (2009) fanden, dass sich bei jungen Frauen, welche sich mehr als Körpererscheinung wahrnahmen, sowohl positive als auch negative körperbezogene Kommentare negativ auf diese Frauen auswirkte. Dies erklären die Forscher\*innen durch das Gewicht, welches im Selbst-Konzept auf dem eigenen Aussehen läge, wodurch die Frauen vulnerabler seien (S. 128). Die Ergebnisse der bundesweiten deutschen Studie von Finne, Schlattmann und Kolip (2020) an der über 4000 Schüler\*innen teilnahmen zeigten, dass die Mädchen weniger zufrieden mit ihrem Äußeren waren als die Jungen (wobei beide Gruppen relativ zufrieden waren). Die Autor\*innen diskutieren den Einfluss stereotyper Rollenbilder - Mädchen, die die Vorstellung in ihr Selbstbild übernommen haben, gutes Aussehen sei wichtig für ihre Identität als Frau, seien demnach auch kritischer bezüglich Abweichungen ihrer Erscheinung vom Idealbild, was dann zu häufigerer Unzufriedenheit führe (S. 48). In Anbetracht der Ergebnisse dieser Arbeit kann zur Erklärung auch beitragen, dass das Aussehen durch Objektifizierung durchschnittlich einen größeren Teil im Selbst-Konzept bei den Mädchen einnimmt als bei den Jungen. Fällt die Bewertung des eigenen Aussehens dann im Vergleich mit unerreichbaren Idealen negativ aus, hat das einen stärkeren Effekt,

als wenn Kinder ohne Objektifizierung bzw. Selbst-Objektifizierung aufwachsen und dementsprechend verhältnismäßig weniger Wert auf ihr Erscheinungsbild legen.

Auch die in *Kapitel 4.2* dargestellten Autoethnographien, die sich implizit oder explizit mit Objektifizierungs-Erfahrungen befassen, unterstützen das dargelegte Modell. Norwood (2018) spricht in ihrer Autoethnographie ihr Selbst an, welches sie durch die Objektifizierung in Zusammenhang mit rassistischen Schönheitsidealen und der Körperabwertung, die sie als Schwarze Frau erlebte, als versteckt, verboten, gemieden wahrnahm. Dies lässt die Interpretation zu, dass die rassistische Objektifizierung bzw. Selbst-Objektifizierung durch die Überrepräsentation ihres Aussehens andere Teile ihres Selbst ‚überschattete‘. Obwohl Symonds Leblanc (2020) sich bei ihrer Schilderung der Behandlung während der Schwangerschaft sich explizit auf das Selbst-Konzept bezieht, lässt sich aus ihren Schilderungen interpretieren, wie ihr Körper durch die (Selbst-)Objektifizierung in den Vordergrund trat, während andere Facetten ihres Selbst daneben verschwanden. Malec (1993), die ihre Objektifizierungs-Erfahrungen als blinde Frau schildert, erläutert ebenfalls wie sie das Gefühl habe, ihre Identität abgesehen ihres Körpers mit sichtbarer Behinderung trete zurück. Sie zieht dabei den Vergleich zur Reduktion auf Attraktivität – also die für diese Arbeit relevante Form der Objektifizierung. Die hohe Gewichtung des Aussehens im Selbst-Konzept, die sich als Ergebnis der persönlichen Reflexion durch den autoethnographischen Prozess ergab, wurde durch theoretische Annahmen und bestehende Forschungsergebnisse untermauert.

Neben der Gewichtung sprechen verschiedene Theoretiker\*innen außerdem von einer *Störung* der Selbstwahrnehmung, eines *Bruchs* oder *Abspaltung* durch Selbst-Objektifizierung – diese wird in *Abbildung 2* durch die ovale Trennlinie und den Blitz versinnbildlicht, welches das *Aussehen* im Körper-Selbst-Konzept von den anderen Facetten der Selbstwahrnehmung abgrenzt. Calogero (2012, S. 575) weist daraufhin, dass Selbst-Objektifizierung auf fundamentaler Ebene die Beziehung zwischen Selbst und Körper störe. Die Störung trete ein, da man sich durch die Einnahme einer Außenperspektive – die eines externen Betrachters - von sich selbst und dem eigenen Körper entferne. Berger (1990, S. 49) meint, das Selbst der Frau spalte sich in zwei Teile – in männlichen Beobachter und weibliches Beobachtungsobjekt, wodurch sie sich selbst zu einem Objekt mache – „and most particularly an object of vision: a *sight*“ (S. 50). Beauvoir (2019, S. 738) beschreibt ebenfalls, es komme zur Aufspaltung in ein männliches Subjekt und ein weibliches Objekt. An dieser Stelle soll darauf hingewiesen werden, dass Selbst-Objektifizierung nicht mit anderen Zuständen zu verwechseln ist, die uns durch eine Außenperspektive dazu verhelfen, eigenes Verhalten zu reflektieren. Abels (2017, S. 208) beschreibt, dass die Übernahme einer Außenperspektive sogar *nötig* sei, um Identität zu entwickeln. Doch während die zur Entwicklung von Identität wichtige Fähigkeit sich

selbst zu beobachten grundsätzlich die eigene Person im Ganzen meint, bezieht sich Selbst-Objektivierung lediglich auf die *Perspektivenübernahme auf den eigenen Körper*. Es geht hierbei nicht um inneres Hinterfragen, sondern um die *Übernahme einer Außenperspektive ähnlich einer Filmkamera, die lediglich das Abbild einer Person erfassen kann* und das persönliche Erleben unbeachtet lässt. Durch Selbstbewusstsein und Selbstbeobachtung im Sinne von Selbstreflexion entwickelt sich also Identität – durch Selbst-Objektivierung trete ich hingegen gewissermaßen aus mir heraus und *entfremde* mich dadurch eher von meinem Inneren. Fredrickson und Roberts (1997, S. 187) sprechen sogar von einem möglichen *Verlust des Selbst* durch Selbst-Objektivierung, da man mehr darauf achte, was andere wollen als auf das, was man selbst will und die eigenen Bedürfnisse. Dies setzen sie in Zusammenhang mit der Entwicklung von Depressionen, welche nachweislich mit Selbst-Objektivierung in Verbindung zu stehen scheinen (Peat & Muehlenkamp, 2011; Szymanski & Henning, 2007).

Besagte *Übergewichtung* des Aussehens, die die anderen Teile des Selbst klein werden lässt, sowie die Störung oder der *Bruch* in der eigenen Selbstwahrnehmung - werden meines Erachtens in einer letzten persönlichen Erfahrung besonders sichtbar, bei der ich Selbst-Objektivierung am unangenehmsten erleben sollte: Ich war im Höhenflug der Verliebtheit. Mein neuer Partner, mit dem ich einen bis dahin ungekannten Liebes-Rausch teilte, machte beiläufig einen unbedachten Kommentar mir gegenüber, als wir in guter Stimmung waren und einander zugewandt. Wir sprachen über einen Fernsehbeitrag über Polyamorie und er bezog sich beiläufig scherzhaft auf unsere Beziehung, indem er sich zusätzlich eine andere imaginierte Frau an die Seite stellte. Er kontrastierte die imaginierten Beziehungen durch das unterschiedliche Aussehen der vorgestellten Frau und mir und reduzierte mich damit auf meine körperliche Erscheinung. Und die Welt brach über mir zusammen. Mein Magen verknotete sich und ich meinte in ein dunkles Loch zu fallen. Aus der tiefen Angst davor, er könnte bestätigen, er sei nur wegen meines Körpers mit mir zusammen und habe mich als Person eigentlich überhaupt nicht wahrgenommen, konnte ich mich erst drei Wochen nach dem Vorfall dazu überwinden ihn darauf anzusprechen. Bis dahin hatte ich depressive Verstimmungen und war zeitweise in einem Zustand, der der Dissoziation nahekam. Ich hatte das Gefühl eine leere Hülle zu sein; mich aufzulösen. Wenn der Mann, dem ich vollkommen verfallen war und mit dem ich eine so tiefe Verbindung spürte mich nur als attraktiven Körper sah - vielleicht war ich dann auch nur ein Körper?

Ein an sich relativ harmloser Kommentar, in dem mein Aussehen zudem eher positiv hervorgehoben wurde, veranlasste mich, meine eigene Subjekthaftigkeit in Frage zu stellen. Diese Wirkung entfaltete sich meiner Interpretation nach, da die Bemerkung auf so fruchtbaren Boden fiel:

Unzählige Erfahrungen, in denen ich auf mein Äußeres reduziert wurde, hatten die Zweifel an meinem Wert über meine Attraktivität hinaus so dominant werden lassen, dass mich diese Situation derartig aus der Bahn werfen konnte. Fredrickson und Roberts (1997, S. 187) weisen, wie bereits erwähnt, auf diese Extremform von Selbst-Objektifizierung hin, die sie in Zusammenhang mit Depressionen setzen: „At an extreme, an observer’s perspective on self might fully supplant a woman’s own first-person perspective on self“ (Fredrickson & Roberts, 1997, S. 187).

Durch das modifizierte Modell wird außerdem deutlich, inwiefern Objektifizierung – unabhängig davon, ob sie eher mit negativer oder positiver Bewertung des Äußeren einhergeht – die Reduktion und damit Abwertung von Mädchen und Frauen bedeutet. Wenn dicke Frauen starke Abwertung ihres Aussehens beruhend auf Fettfeindlichkeit erleben, die von medialer Exklusion bzw. abwertender Repräsentation, Übergriffen im öffentlichen Raum, abwertenden Vorurteilen von Freund\*innen oder Partner\*innen bis hin zu Diskriminierung am Arbeitsplatz reichen, wirkt sich diese Form der Abwertung, wenn sie mit Selbst-Objektifizierung verbunden ist, zwar ungleich schädigender aus. Es bedeutet eine starke Ablehnung eines Teils ihres Selbst, der in der Selbstwahrnehmung aufgrund von Objektifizierungs-Erfahrungen große Bedeutung hat.

Ich bekam, wie in *Kapitel 5.1* dargestellt, im Gegensatz dazu am meisten von meiner Umwelt rückgemeldet: ‚Du bist dein schöner Körper‘ und danach: ‚Du bist dein begehrenswerter Körper‘ - die positive Bewertung wirkte sich zunächst auch durchaus positiv auf meinen Selbstwert aus, bekam ich doch viel Bestätigung über mein Äußeres. Mein oberflächlich positiver Selbstwert stand jedoch auf sehr wackligen Beinen – gründete er sich doch vor allem auf die positive Bewertung einer einzelnen Säule, meines Aussehens. „When our empowerment is based on others’ physical appraisal of you, it can be taken away as freely as it was given“ (Kite & Kite, 2020, S. 284). Die Ergebnisse der empirischen Studie von Choma et al. (2010) zeigen, dass Selbst-Objektifizierung (operationalisiert durch *self-surveillance*) einen geringen Selbstwert zur Folge hat. Umso stärker die Befragten die Beobachterperspektive auf ihren Körper einnahmen, desto geringer war ihr Selbstwert – mediiert wurde der Effekt durch Körperscham und Angst davor, wie das eigene Aussehen von anderen bewertet wird.

Ich will klarstellen, dass die Ergebnisse nicht darauf hinweisen, dass die positive Bewertung des Aussehens, z. B. in Form von Komplimenten grundsätzlich problematisch sei. Unser Aussehen ist Teil unseres Selbst, und es tut uns gut wenn wir *umfassende* Wertschätzung von anderen erfahren. Hier liegt der springende Punkt: Mit Objektifizierung und der Fokussierung auf das Aussehen von Frauen bewirken wir das Gegenteil. Zurbriggen (2013, S. 196) weist darauf hin, dass der Fokus auf das Aussehen bzw. die Reduktion auf den Körper deshalb problematisch sei, da der objektifizierten Person

ihr Menschsein in deren Ganzheit und Komplexität verweigert wird. Das betreffe z. B. ihre Persönlichkeitseigenschaften, Intellekt, Sinn für Humor, Kreativität, die Fähigkeit auf andere einzugehen und zu unterstützen, ihre Generativität und Hoffnungen und Träume. Der Unterschied zu anderen sehr einseitigen reduzierten Sichtweisen auf das Selbst ist, wie ich dargestellt habe, dass die Reduktion auf Aussehen mit *Passivität* und *Abhängigkeit* einhergeht: Talmon und Ginzburg (2016) fanden, dass Selbst-Objektifizierung die eigene *Dehumanisierung* bedeutet. Dehumanisierung messen die Forscher\*innen mit den Faktoren *Unsichtbarkeitsgefühl* (engl. *invisibility*) und *fehlender Autonomie*.

Darin besteht meines Erachtens die perfide Wirkung von Objektifizierung und Selbst-Objektifizierung, welche das patriarchale Ungleichgewicht aufrechterhält und die ich anhand dieser Arbeit und der Sichtbarmachung von Selbst-Objektifizierung in der psychologischen Selbstwahrnehmung bewusst machen will, um Veränderung anzustoßen.

## 6 Schluss

Die Ergebnisse der Arbeit werden zusammengefasst, Limitationen der Forschungsarbeit aufgezeigt und ein Ausblick hinsichtlich des Forschungsfeldes gegeben, als auch persönliche Anregungen, wie wir mit dem neugewonnenen Wissen um Selbst-Objektifizierung umgehen können.

### 6.1 Konklusion

Die Arbeit ist Ergebnis eines mehrjährigen Reflexionsprozesses meiner Rolle als Frau und der damit einhergehenden Effekte der Reduktion auf mein Äußeres, die durch ein Psychologie-Studium angestoßen und durch Gender Studies mit Wissen angereichert wurden. Mein Erfahrungswissen als Betroffene wurde mittels Autoethnographie dazu genutzt, um mit Theorie und Forschung ergänzt neue Ergebnisse zu generieren und Objektifizierung verstehbar zu machen, um in Folge an ihrer Aufhebung mitzuwirken.

Die Ergebnisse der Arbeit lassen sich wie folgt zusammenfassen: Es wurde herausgearbeitet, dass die Reduktion von Frauen und Mädchen auf ihr äußeres Erscheinungsbild eng mit bestehenden *Schönheitsidealen* verflochten ist, an welchen der Wert der Betroffenen gemessen wird. Dadurch ergaben sich drei verschiedene Botschaften, die durch unterschiedliche Formen der Objektifizierung an Mädchen und Frauen vermittelt werden: „Du bist dein *schöner* Körper“, „du bist dein *begehrter* Körper“, sowie die Kehrseite „du bist dein *ungenügender* Körper“. Bei kleinen Mädchen wird das Aussehen des Körpers gemeinhin ohne sexualisierte Konnotation gemessen und während der Pubertät geschieht eine Wandlung hin zur sexualisierten Bewertung. Die andere Seite der Medaille von Objektifizierung stellt die Abwertung zusammen mit der Reduktion des Körpers dar.

Anhand des modifizierten Modells gemeinsam mit der Forschungsliteratur wird außerdem sichtbar, dass aussehensbezogene Bemerkungen im Allgemeinen zu Objektifizierung bzw. Selbst-Objektifizierung beitragen können, wenn sie sich akkumulieren und dem gegenüber wenig anderes an Mädchen und Frauen hervorgehoben wird.

Herausgestellt wurde, dass dem Phänomen der Objektifizierung ein *Machtungleichgewicht* inhärent ist. Die Reduktion auf das Äußere von Mädchen und Frauen wurde zum einen als Konsequenz aus bestehenden Geschlechterhierarchien charakterisiert, als auch als Instrument, durch welches diese mit aufrechterhalten werden. Deutlich gemacht wurde, dass es sich hierbei meist nicht um bewusste und intendierte Unterdrückungsmechanismen handelt, sondern um weitestgehend unhinterfragt reproduzierte Strukturen. Dass Frauen selbst diese Strukturen mittragen, wurde ebenfalls beleuchtet.

Die Internalisierung einer Beobachterperspektive auf sich als Körper, der dazu da ist, anderen zu gefallen, wurde als zentrale Folge von Objektifizierung in den Kontext der Veränderung persönlicher Selbstwahrnehmung gesetzt. Insofern reichen die Ergebnisse gewissermaßen über die Anfälligkeit für bestimmte psychische Erkrankungen und Belastungen hinaus, auf welche von Fredrickson und Roberts (1997) verwiesen wurde und die als gut belegt gelten können. Die Auswirkungen von Selbst-Objektifizierung auf basaler Ebene wurden durch die Übertragung des Phänomens auf das psychologische Selbst-Konzept Betroffener sichtbar gemacht. Durch die Analyse der erhobenen Daten und der Forschungsliteratur wurde eine *Gewichtung* der Subkategorie *Aussehen* im Selbst-Konzept vorgenommen, sowie ein *Bruch* zwischen der sich selbst objektifizierenden Person und dem Rest ihres Selbst verbildlicht. Die Modifikation des Selbst-Konzeptes durch Selbst-Objektifizierung soll die Problematik von Objektifizierung aufzeigen: Dass der objektifizierten Person ihre Ganzheit, Komplexität und Autonomie, mit ihren einhergehenden verschiedenen Fähigkeiten und Facetten streitig gemacht wird, was sie in eine passive und abhängige Rolle bringt, die mit Scham verknüpft ist, und die ihr eigenes Potenzial verschleiert. Die Ergebnisse unterstreichen deutlich die Relevanz, welche der Bekämpfung von Objektifizierung durch die Autorinnen der Objectification Theory beigemessen wird: „Although sexual objectification is but one form of gender oppression, it is one that factors into – and perhaps enables – a host of other oppressions women face, ranging from employment discrimination and sexual violence to the trivialization of women’s work and accomplishments“ (Fredrickson & Roberts, 1997, S. 174).

## 6.2 Limitationen

Nachdem die Ergebnisse zusammengefasst wurden, soll auf Limitationen der Forschungsarbeit eingegangen werden: „Memory can censor past experiences“ – Chang (2008, S. 55) gibt zu bedenken,

dass persönliche Erinnerung sich zwar als erstaunliche und einzigartige Quelle der Information für Autoethnograph\*innen anbietet, diese aber selektiv sein kann und vom persönlichen Erleben geformt bzw. verformt werden kann. Der Forschungsprozess und die Auseinandersetzung mit Objektivierung, brachte in meinem Forschungsprozess auch neue Betrachtungsweisen auf Vergangenes mit sich. Einige Erinnerungen wurden durch das Hinzuziehen anderer in den jeweiligen Situationen anwesender Personen bestätigt; bei den meisten Situationen war das nicht möglich und sie stützen sich lediglich auf meine persönliche Erinnerung.

Die Generalisierbarkeit der Ergebnisse ist durch die Wahl der Methode eingeschränkt, da die mittels Autoethnographie erhobenen Daten sich auf das Erfahrungswissen einer Person beziehen. Auf strukturelle Unterschiede, die bei Objektivierungs-Erlebnissen eine Rolle spielen, wurde in *Kapitel 1.2* und *Kapitel 1.3* eingegangen. Der Hintergrund der Forschenden wurde transparent gemacht. Die Aussagekraft nach traditionellen Forschungskriterien gewinnt dadurch, dass die Arbeit mehr der analytischen als der evokativen Herangehensweise an Autoethnographie zugeordnet werden kann und die Ergebnisse beruhend auf persönlicher Erfahrung mit Forschungsliteratur in Kontrast gesetzt wurden. Bei der Methode der Autoethnographie liegt der Fokus bei der Beantwortung der Frage, wie aussagekräftig die Ergebnisse sind, jedoch weniger bei den Forscher\*innen, sondern bei Leser\*innen bzw. Betroffenen selbst. Mit der Methode im feministischen Kontext soll nicht Allgemeingültigkeit beansprucht werden, sondern zu persönlichen Erkenntnisprozessen und Veränderung hin zu mehr Selbstbestimmung bei Frauen und Mädchen angestoßen werden.

Angestrebt wurde eine leicht zugängliche Forschungsarbeit, die möglichst ohne akademisches Vorwissen verstanden werden und so auch zur Reflexion bei Personen beitragen kann, die sonst durch Barrieren von wissenschaftlichen Erkenntnissen ausgeschlossen werden. Zum einen durch leichter verständliche Sprache, Erklärung von Begrifflichkeiten aus den Gender Studies und der Methodenwahl mit dem Einbezug persönlicher Erfahrungen. Durch meinen eigenen Hintergrund als Kind eines nicht-akademischen Elternhauses und als Folge der Reflexion impliziter Bedingungen im akademischen Kontext, die zu Ausschlüssen jener führen, war es mir auch ein persönliches Anliegen den Zugang zu öffnen und Voraussetzungen zum Verstehen von wissenschaftlichen Texten bei meiner Arbeit zu hinterfragen. Dies ist mir, denke ich, eingeschränkt gelungen – die bearbeitete Komplexität des Themenfeldes und die Abstraktheit der Konzepte, die den Hintergrund der Auswirkungen von Objektivierung auf die Lebensrealität von Frauen und Mädchen bilden, macht Teile der Arbeit schwerer verstehbar. Daneben bildet das Einbinden vieler englischer Originalzitate und der Schreibstil mit der Nutzung von Fremdwörtern, Fachbegriffen und längeren Sätzen Barrieren.

Wie angesprochen, bietet die Methode forschungsethisch Vorteile gegenüber Methoden, bei denen Forschungssubjekte die Lebenswelten von Forschungsobjekten untersuchen und dann als Außenstehende interpretieren. Bönisch-Brednich (S. 60) warnt jedoch davor, „die literarische Freiheit der Autor/innen ohne jeglichen Schutz der Anonymität der ‚Teilnehmer/innen‘ als gegeben“ anzunehmen. Gemeint sind relevante Andere, die in der jeweiligen Autoethnographie vorkommen und deren Anonymität sich durch ihre Beziehung zur forschenden Person (z.B. die Mutter, der Partner, etc.) nicht gewährleistet wird. Als mögliche Lösung werden einzuholende Einverständniserklärungen angeführt. Der Umstand dieser passiven Teilhabe am Forschungsprojekt bestimmter Personen solle zumindest in der Arbeit offengelegt werden, was ich hiermit mache. Das Einverständnis der Personen, die durch mir nahestehende Personen identifizierbar sind und deren private Erinnerungen ich damit auch geteilt habe, wurde eingeholt. Kein Einverständnis wurde eingeholt von anonymen ehemaligen Klassenkamerad\*innen, Partnern oder Freunden, die in den Erinnerungen eine Rolle spielen, die weiter zurück liegen und kaum zu identifizieren sind.

### **6.3 Ausblick**

Wie zu Beginn der Arbeit deutlich gemacht, kann die Bekämpfung von Objektifizierung als wichtiger Baustein zur Erreichung von Geschlechter-Gleichstellung gelten. „In order to fight at least some instances of objectification we must first and foremost educate people (both men and women) to recognize objectifying behaviours“ (Papadaki, 2010, S. 17). Ein zentrales Ziel dieser Arbeit war es, Aufklärung über Objektifizierung und Selbst-Objektifizierung von Frauen und Mädchen zu leisten, um in Folge zur Emanzipation von Selbst-Objektifizierung beizutragen. Augenmerk wurde daraufgelegt, Objektifizierungserfahrungen über das private Erleben hinaus in den Kontext struktureller Ungleichheit zu setzen, um der Individualisierung der psychischen Folgen entgegenzuwirken und auch Anlass zur Veränderung auf gesellschaftlicher Ebene zu geben. Barry (2017, S. 121) beschreibt, wie sie nach fast 30 Jahren, in denen sie Objektifizierung erlebte, durch die kritische Auseinandersetzung endlich ihr persönliches Potenzial erkannte. Zu meinem persönlichen Erkennen führten maßgeblich Romanzeilen und Werke, die sich explizit mit Objektifizierung und Selbst-Objektifizierung befassen. Ich hoffe mir gelingt es durch diese Arbeit, auch den Blick anderer zu schärfen und ein kritisches Bewusstsein über die Reduktion von Mädchen und Frauen auf ihre Körper anzustoßen.

Das Hinterfragen, Umlernen, Andersdenken und daraus resultierende Verhaltensänderungen begreife ich als Prozess, in dem ich mich selbst weiterhin befinde. Hätten wir einmal erkannt, was es mit Selbst-Objektifizierung auf sich hat und wie es das eigene Leben beeinflusst, könne es nicht mehr rückgängig gemacht werden. Das zu sehen erlaube uns, mehr in uns selbst zu sehen (Kite & Kite, 2020, S. 127).

Obwohl der persönliche Prozess des Verlernens von Selbst-Objektifizierung nicht leicht ist, aufgrund der Wirksamkeit jahrelanger objektifizierender Sozialisation und der Einbettung in Strukturen, auf die wir wenig Einfluss haben – so zeigt meine Erfahrung doch, dass sich die Arbeit lohnt. Entstehungstheorien des Selbst gehen, wie ich gezeigt habe, zwar von einem maßgeblichen Einfluss der Umwelt aus – sie machen aber dennoch Mut: Denn die objektifizierende Umwelt, auf die wir mit Selbst-Objektifizierung reagieren, steht nicht fest, sondern existiere „in gewissem Sinne als Hypothese“ (Mead, 1934, S. 293, zitiert nach Abels, 2017, S. 205). Zum einen meine das, wir können uns unsere Umwelt zu einem gewissen Teil selbst aussuchen - z. B. die Profile, denen wir auf Instagram folgen, die Filme, die wir sehen oder mit welchen Menschen wir uns umgeben - und wir können unsere Umwelt organisieren. Zum Beispiel indem wir uns nahestehende Personen bitten, weniger unser Aussehen als andere Facetten unseres Selbst positiv herauszuheben oder indem wir gezielt Situationen und Praktiken verändern, die uns in den Zustand der Selbst-Objektifizierung bringen. Bei Kite und Kite (2020) finden sich dafür eine Reihe an Beispielen, darunter der Vorschlag sich bei sportlichen Aktivitäten weniger solche auszusuchen, die einen Hauptaugenmerk auf das Äußere legen. Außerdem bestärken sie darin, den eigenen Fokus bewusst immer wieder weg vom Kreisen um die eigene Körpererscheinung hin zum eigenen Erleben und Körperempfinden zu lenken.

Die Übertragung von Selbst-Objektifizierung in das Selbst-Konzept-Modell nach Shavelson et al. (1976), welches in pädagogischer Psychologie prominent ist, hat das Potenzial, Problembewusstsein bei Forscher\*innen, Lehr- und Erziehungspersonen außerhalb eines feministisch geprägten Forschungs- und Arbeitskontextes zu schaffen und damit über persönliche Prozesse hinaus Veränderung zu bewirken. Dies kann dazu führen, dass das Thema Eingang in den Diskurs jener erfährt, die mit der Entwicklung von Mädchen angetraut sind. Resultat daraus kann die kritische Hinterfragung von Lehrmaterialien, Stereotypen und Vorurteilen sein um schon früh Selbst-Objektifizierung entgegenzuwirken und die Entwicklung von Mädchen positiv zu beeinflussen.

Um den aufgezeigten negativen Effekten von Objektifizierung entgegenzuwirken, erscheint es sinnvoll in der Praxis gezielt den Selbstwert von Mädchen und jungen Frauen abseits des Äußeren zu stärken, sowie Schönheitsideale kritisch zu hinterfragen und zu reflektieren. Dies sehe ich sowohl für die Arbeit mit Mädchen im professionellen Kontext gelten (Kindergarten, Schule, Soziale Einrichtungen, Psychosoziale Unterstützungsformen), sowie im privaten Kontext mit eigenen Töchtern und Angehörigen. Das Bewusstsein über Mechanismen der Selbst-Objektifizierung kann uns außerdem dazu führen, bewusst mehr Charaktermerkmale, Eigenschaften, Fähigkeiten, Kompetenzen, Überzeugungen, Ziele und das Erleben von Mädchen und Frauen hervorzuheben.

Aufschluss darüber geben, inwiefern meine Ergebnisse auf bestimmte Frauen-Gruppen übertragbar sind, können breit angelegte Studien mit verschiedenen Untersuchungsgruppen liefern. Gewinnbringend kann auch eine Nebeneinanderstellung und Kontrastierung meiner Arbeit mit zukünftigen Autoethnographien zum Erleben von Selbst-Objektifizierung sein.

Es bleibt zu untersuchen, zu welchem Teil das ab der mittleren Kindheit schlechtere Abschneiden des Selbstwerts von Mädchen im Gegensatz zu dem von Jungen und das Überdauern dieses Missverhältnisses über die Lebensspanne hinweg (Lohaus et al., 2010) durch Objektifizierung und Selbst-Objektifizierung erklärt werden kann. Bislang kann dieses Ungleichgewicht nicht hinreichend erklärt werden.

Darüber hinaus bleibt offen, ob und wie sich die Ergebnisse in die Weiterentwicklung von Interventionen (feministischer) Psychotherapie übersetzen lassen. Insbesondere in Zusammenhang mit geringem Selbstwert, wenig Selbstwirksamkeits-Erleben, Depressionen und Körperbild-, sowie Essstörungen kann der Einbezug der Wirkung von Objektifizierungs-Erfahrungen auf das psychologische Selbst-Konzept möglicherweise neue Perspektiven eröffnen. Die mit der Selbst-Objektifizierung einhergehende Abhängigkeit und Passivität, sowie das Gefühl machtlos zu sein, sind oft auch zentrale Themen in der Therapie von Essstörungen, insbesondere Anorexie; wodurch der Einbezug des Phänomens auch hier gewinnbringend sein kann.

Zum Schluss will ich noch auf die Frage eingehen, wie im persönlichen Rahmen mit Schönheitspraktiken umzugehen ist, wollen wir Selbst-Objektifizierung vermeiden. Rhode (2010, S. 2) stellt heraus, dass es in ihrer Kritik an der Rolle, die wahrgenommene Attraktivität vor allem bei Frauen spielt, nicht darum gehe, positive Aspekte von Schönheitspraktiken anzugreifen. Als positives Beispiel nennt sie die Lust am Selbsta Ausdruck. Verschiedene Autor\*innen weisen kritisch daraufhin, dass man sich für die Überwindung von Objektifizierung nicht auf das Praktizieren oder Ablehnen bestimmter Schönheitspraktiken einschießen sollte. Diese in sich seien ultimativ weder das Problem, noch die Lösung (McCann, 2020, S. 85). Dieser Sichtweise stimme ich zu. Zum Beispiel sage das Tragen oder Ablehnen von BHs nicht aus, ob eine Frau selbstermächtigt unabhängige Entscheidungen treffe oder unterdrückt sei. Genauso verhält es sich mit dem Tragen eines Hijabs oder von Make-Up. Kite und Kite (2020, S. 141) warnen in dem Kontext auch davor, im Kampf gegen Objektifizierung andere für ihre Entscheidungen hinsichtlich Schönheit und ihrer Repräsentation in Real Life oder auf Social Media zu beschämen oder zu beschuldigen. Wie hoffentlich durch diese Arbeit deutlich wurde, ist das Richten über den Körper von Frauen und deren Entscheidungen über denselbigen oftmals Teil des Problems bei Objektifizierung, da dadurch einmal mehr das Aussehen in den Vordergrund gestellt wird und der Betroffenen dadurch eine passive abhängige Rolle

zukommt. Hilfreich sei es dagegen, ehrlich mit uns selbst bezüglich unserer eigenen Entscheidungen zu sein. Kite und Kite (2020, S. 141) ermutigen auch dazu, die eigenen Entscheidungen vor den eigenen Kindern, und denen, für die man Sorge trägt und Vorbild ist, transparent zu machen. Antworten auf die Frage, wann welche Schönheitspraktiken für uns persönlich selbstobjektifizierend sind, finden wir meines Erachtens, wenn wir unsere Motivation dazu hinterfragen. Plakativ auseinanderhalten kann ich es folgendermaßen: Handeln wir angetrieben von Scham und Angst, schränken wir uns damit selbst ein oder priorisieren wir dadurch unser Aussehen über unsere Bedürfnisse? Oder ist die Beschäftigung Quell für Kreativität und Freude und haben wir Lust an Ästhetik? Das Wissen um die Problematik, die Konstruiertheit und Veränderlichkeit von Schönheitsidealen und das ökonomische Interesse der Beauty-Industrie an der Körperunzufriedenheit von Frauen erleichtern den Verzicht auf jene Schönheitstechniken und das teilweise Aufbegehren dadurch meiner Erfahrung nach wesentlich. Diese Punkte wurden ebenfalls in der Arbeit umrissen und werden zum Beispiel umfassend dargestellt im Werk *'Bodies'* der Psychoanalytikerin Susie Orbach (2010).

Autonomie entgegen Selbst-Objektifizierung erlangen wir, wenn wir die Strukturen, die unseren Blick auf Mädchen, Frauen, und uns selbst einschränken, kritisch reflektieren und so zu immer mehr selbstbestimmten Entscheidungen über unsere Körper und unser Handeln kommen, die unser eigenes Erleben zentrieren.

## 7 Literaturverzeichnis

- Abels, H. (2017). *Identität* (3., aktualisierte und erweiterte Auflage). Wiesbaden: Springer VS.  
<https://doi.org/10.1007/978-3-658-14155-4>
- Auer, L. (2018). *Sozialisation in einer anthropozentrischen und androzentrischen Gesellschaft. Eine Analyse des Zusammenhangs von Sexismus und Speziesismus in kapitalistischen Gesellschaften*. Masterarbeit. Leopold-Franzens-Universität Innsbruck, Innsbruck.
- Barry, L. (2017). On not being a victorias secret model. A Critical Analysis of My Struggle with Social Comparison and Objectification. In *Privilege Through the Looking-Glass* (Personal / Public Scholarship, V. 2, S. 115–124). Dordrecht: Sense Publishers.
- Beauvoir, S. de. (2019). *Das andere Geschlecht. Sitte und Sexus der Frau* (U. Aumüller, G. Osterwald, Übers.) (rororo, Bd. 22785, 20. Auflage). Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag.
- Bem, S. L. (1981). Gender schema theory: A cognitive account of sex typing. *Psychological Review*, 88(4), 354–364. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.88.4.354>
- Berger, J. (Autor), 15.01.1972. *Ways of Seeing*. Verfügbar unter: <https://www.youtube.com/watch?v=enV8UniqS-U>
- Berger, J. (1990). *Ways of Seeing. Based on the BBC television series with John Berger 1972* [Repr]. London: British Broadcasting Corporation and Penguin Books.
- Berger, J. (1972/2010). Ways of Seeing. In A. Jones (Ed.), *The feminism and visual culture reader* (In sight, 2nd ed., S. 49–52). London: Routledge.
- Bönisch-Brednich, B. (2012). Autoethnografie: Neue Ansätze zur Subjektivität in kulturanthropologischer Forschung. *Zeitschrift für Volkskunde (ZfV)*, 108(1), 47–63.  
<https://doi.org/10.31244/zfvk/2012/01.03>
- Brown, E. L. (2018). *Predictors of Body Dissatisfaction in Trans Men and Women*. Dissertation. The University of Memphis, Memphis.
- Calogero, R. M. (2012). Objectification Theory, Self-Objectification, and Body Image. In T. F. Cash (Ed.), *Encyclopedia of body image and human appearance* (S. 574–580). London: Academic.  
<https://doi.org/10.1016/B978-0-12-384925-0.00091-2>
- Calogero, R. M., Herbozo, S. & Thompson, J. K. (2009). Complimentary Weightism: The Potential Costs of Appearance-Related Commentary for Women's Self-Objectification. *Psychology of Women Quarterly*, 33(1), 120–132. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.2008.01479.x>
- Calogero, R. M. & Jost, J. T. (2011). Self-subjugation among women: exposure to sexist ideology, self-objectification, and the protective function of the need to avoid closure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 100(2), 211–228. <https://doi.org/10.1037/a0021864>
- Calogero, R. M. & Thompson, J. K. (2009). Sexual Self-Esteem in American and British College Women: Relations with Self-Objectification and Eating Problems. *Sex Roles*, 60(3-4), 160–173.  
<https://doi.org/10.1007/s11199-008-9517-0>
- Cary, K. M. & Reese-Weber, M. (2018). *Internalizing Outcomes of Self-objectification as Predictors of Behavior in Sexual Situations*. Normal, Illinois, Ann Arbor, MI: Illinois State University; ProQuest LLC.
- Chang, H. (2008). *Autoethnography as method* (Developing qualitative inquiry). Walnut Creek, Calif.: Left Coast Press. Retrieved from <http://www.loc.gov/catdir/enhancements/fy0808/2007044268-b.html>
- Choi, D. & DeLong, M. (2019). Defining Female Self Sexualization for the Twenty-First Century. *Sexuality & Culture*, 23(4), 1350–1371. <https://doi.org/10.1007/s12119-019-09617-3>

- Choma, B. L., Visser, B. A., Pozzebon, J. A., Bogaert, A. F., Busseri, M. A. & Sadava, S. W. (2010). Self-Objectification, Self-Esteem, and Gender: Testing a Moderated Mediation Model. *Sex Roles*, 63(9-10), 645–656. <https://doi.org/10.1007/s11199-010-9829-8>
- Comiskey, A., Parent, M. C. & Tebbe, E. A. (2020). An Inhospitable World: Exploring a Model of Objectification Theory With Trans Women. *Psychology of Women Quarterly*, 44(1), 105–116. <https://doi.org/10.1177/0361684319889595>
- Crawley, S. L. (2012). Autoethnography as Feminist Self-Interview. In J. F. Gubrium (Ed.), *The Sage handbook of interview research. The complexity of the craft* (2nd ed., S. 143–159). Thousand Oaks, Calif: SAGE.
- Cyba, E. (2010). Patriarchat: Wandel und Aktualität. In R. Becker (Hrsg.), *Handbuch Frauen- und Geschlechterforschung* (Geschlecht und Gesellschaft, S. 17–22). Wiesbaden: Springer Fachmedien.
- Dakanalis, A., Carrà, G., Calogero, R., Fida, R., Clerici, M., Zanetti, M. A. et al. (2015). The developmental effects of media-ideal internalization and self-objectification processes on adolescents' negative body-feelings, dietary restraint, and binge eating. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 24(8), 997–1010. <https://doi.org/10.1007/s00787-014-0649-1>
- Dausien, B., Thon, C. & Walgenbach, K. (Hrsg.). (2015). *Geschlecht - Sozialisation - Transformationen*. Opladen: Verlag Barbara Budrich. Verfügbar unter: <https://content-select.com/de/portal/media/view/56e19123-3694-4c6d-981d-29b5b0dd2d03>
- Eide, E. (2016). Strategic Essentialism. In N. A. Naples (Ed.), *The Wiley Blackwell encyclopedia of gender and sexuality studies* (S. 1–2). Malden, MA: Wiley-Blackwell. <https://doi.org/10.1002/9781118663219.wbegss554>
- Ellis, C., Adams, T. E. & Bochner, A. P. (2010). Autoethnografie. In G. Mey & K. Mruck (Hrsg.), *Handbuch Qualitative Forschung in der Psychologie* (1. Aufl., S. 345–357). s.l.: VS Verlag für Sozialwissenschaften (GWV).
- Ellis, C., Adams, T. E. & Bochner, A. P. (2011). Autoethnography: An Overview. *Historical Social Research - Historische Sozialforschung*, 36(4), 273–290. <https://doi.org/10.17169/FQS-12.1.1589>
- Ettorre, E. (2017). *Autoethnography as feminist method. Sensitising the feminist 'I'*. Abingdon, Oxon, New York, N.Y.: Routledge is an imprint of the Taylor & Francis Group an Informa Business. <https://doi.org/10.4324/9781315626819>
- Fardouly, J., Willburger, B. K. & Vartanian, L. R. (2018). Instagram use and young women's body image concerns and self-objectification: Testing mediational pathways. *New Media & Society*, 20(4), 1380–1395. <https://doi.org/10.1177/1461444817694499>
- Felson, R. B. (2014). The (somewhat) social self: How others affect selfappraisals. In J. Suls (Ed.), *Psychological Perspectives on the Self, Volume 4. The Self in Social Perspective* (S. 1–26). Hoboken: Taylor and Francis.
- Finne, E., Schlattmann, M. & Kolip, P. (2020). Geschlechterrollenorientierung und Körperunzufriedenheit im Jugendalter - Querschnittergebnisse der HBSC-Studie 2017/18. *Journal of Health Monitoring*, 5(3), 39–55.
- Flicker, E. (2018). *Österreichischer Film Gender Report 2012-2016. Im Auftrag des Österreichischen Filminstituts und des Bundeskanzleramts*. Wien.
- Fredrickson, B. L. & Roberts, T.-A. (1997). Objectification Theory: Toward Understanding Women's Lived Experiences and Mental Health Risks. *Psychology of Women Quarterly*, 21(2), 173–206. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1997.tb00108.x>
- Hagger, M. S., Biddle, S. J. H. & John Wang, C. K. (2005). Physical Self-Concept in Adolescence: Generalizability of a Multidimensional, Hierarchical Model Across Gender and Grade.

- Educational and Psychological Measurement*, 65(2), 297–322.  
<https://doi.org/10.1177/0013164404272484>
- Helfert, S. (2013). *Die Rolle aussehensbezogenen sozialen Drucks in der Entstehung von Körperunzufriedenheit im Jugendalter*. Dissertation. Universität Potsdam, Potsdam. Verfügbar unter: <https://publishup.uni-potsdam.de/frontdoor/index/index/docId/6490>
- Hill, M. S. & Fischer, A. R. (2008). Examining Objectification Theory. *The Counseling Psychologist*, 36(5), 745–776. <https://doi.org/10.1177/0011000007301669>
- Hill Collins, P. (1989). The Social Construction of Black Feminist Thought. *Signs - Journal of Women in Culture and Society*, 14(4), 745–773.
- Holman Jones, S. & Adams, T. E. (2016). Autoethnography as a Queer Method. In C. J. Nash & K. Browne (Eds.), *Queer Methods and Methodologies. Intersecting Queer Theories and Social Science Research* (1st ed., S. 195–214). London: Taylor and Francis.
- Honegger, C. (1992). *Die Ordnung der Geschlechter. Die Wissenschaften vom Menschen und das Weib; 1750 - 1850* (2. Aufl.). Zugl.: Frankfurt/M., Univ., Habil.-Schr., 1990. Frankfurt am Main: Campus-Verl.
- Kant, I. (2016). *Grundlegung zur Metaphysik der Sitten* (Philosophische Bibliothek, Band 519, 2., durchgesehene Auflage mit aktualisierter Einleitung und Bibliographie). Hamburg: Felix Meiner Verlag (Original erschienen 1785).
- Kelly, M. (2016). Sex versus Gender Categorization. In N. A. Naples (Ed.), *The Wiley Blackwell encyclopedia of gender and sexuality studies* (S. 1–3). Malden, MA: Wiley-Blackwell.  
<https://doi.org/10.1002/9781118663219.wbegss028>
- Keupp, H. (Spektrum Akademischer Verlag, Hrsg.). (o. D.). *Identität. Lexikon der Psychologie*. Zugriff am 09.07.2021. Verfügbar unter: <https://www.spektrum.de/lexikon/psychologie/identitaet/6968>
- Kite, L. [Lindsay] & Kite, L. [Lexie]. (2020). *More than a Body. Your Body Is an Instrument, Not an Ornament*. Boston, New York: Houghton Mifflin Harcourt.
- Koerbl, H. (2002, 1. Februar). *Die Französische Revolution als soziale Revolution*. In: *Die Französische Revolution*, Universität Wien. Zugriff am 20.10.2021. Verfügbar unter: [https://www.univie.ac.at/igl.geschichte/europa/FR/Koerbl/T\\_9\\_EREIGN\\_4\\_GLEICH\\_2.htm](https://www.univie.ac.at/igl.geschichte/europa/FR/Koerbl/T_9_EREIGN_4_GLEICH_2.htm)
- Langton, R. (2009a). Autonomy-Denial in Objectification. In R. Langton (Hrsg.), *Sexual Solipsism: Philosophical Essays on Pornography and Objectification* (S. 223–240). Oxford University Press.  
<https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199247066.003.0011>
- Langton, R. (2009b). Projection and Objectification. In R. Langton (Hrsg.), *Sexual solipsism. Philosophical essays on pornography and objectification*. Oxford: Oxford University Press. Retrieved from <https://oxford-universitypressscholarship-com.uaccess.univie.ac.at/view/10.1093/acprof:oso/9780199247066.001.0001/acprof-9780199247066-chapter-12>
- Lauzen, M. M. (2015). *It's a Man's (Celluloid) World: On-Screen Representations of Female Characters in the Top 100 Films of 2014*. San Diego: Center for the Study of Women in Television and Film, San Diego State University.
- Lerner, R. M., Orlos, J. B. & Knapp, J. R. (1976). Physical attractiveness, physical effectiveness, and self-concept in late adolescents. *Adolescence*, 11(43), 313–326.
- Lohaus, A., Vierhaus, M. & Maass, A. (2010). Selbstkonzept. In A. Lohaus, M. Vierhaus & A. Maass (Hrsg.), *Entwicklungspsychologie des Kindes- und Jugendalters für Bachelor* (Bachelor, S. 164–176). Berlin: Springer. [https://doi.org/10.1007/978-3-642-03936-2\\_13](https://doi.org/10.1007/978-3-642-03936-2_13)
- Luo, Y.-J., Niu, G.-F., Kong, F.-C. & Chen, H. (2019). Online interpersonal sexual objectification experiences and Chinese adolescent girls' intuitive eating: The role of broad conceptualization of

- beauty and body appreciation. *Eating Behaviors*, 33, 55–60. <https://doi.org/10.1016/j.eat-beh.2019.03.004>
- Malec, C. (1993). The double objectification of disability and gender. *Canadian woman studies*, 13(4), 22.
- McCann, H. (2020). 'The Free-Flying Natural Woman Boobs of Yore'? the Body Beyond Representation in Feminist Accounts of Objectification. *Feminist Review*, 126(1), 74–88. <https://doi.org/10.1177/0141778920944550>
- Mercurio, A. E. & Landry, L. J. (2008). Self-objectification and Well-being: The Impact of Self-objectification on Women's Overall Sense of Self-worth and Life Satisfaction. *Sex Roles*, 58(7-8), 458–466. <https://doi.org/10.1007/s11199-007-9357-3>
- Mies, M. (1978). Methodische Postulate zur Frauenforschung. dargestellt am Beispiel der Gewalt gegen Frauen. *Beiträge zur feministischen Theorie und Praxis - Erste Orientierungen*, (1), 41–63.
- Miller, C. F., Lurye, L. E., Zosuls, K. M. & Ruble, D. N. (2009). Accessibility of Gender Stereotype Domains: Developmental and Gender Differences in Children. *Sex Roles*, 60(11-12), 870–881. <https://doi.org/10.1007/s11199-009-9584-x>
- Miner-Rubino, K., Twenge, J. M. & Fredrickson, B. L. (2002). Trait Self-Objectification in Women: Affective and Personality Correlates. *Journal of Research in Personality*, 36(2), 147–172. <https://doi.org/10.1006/jrpe.2001.2343>
- Möller, J. & Trautwein, U. (2015). Selbstkonzept. In E. Wild & J. Möller (Hrsg.), *Pädagogische Psychologie* (Springer-Lehrbuch, 2. Aufl. 2015. vollst. überarb. u. aktualisierte, S. 177–199). Berlin, Heidelberg: Springer Berlin Heidelberg. [https://doi.org/10.1007/978-3-642-41291-2\\_8](https://doi.org/10.1007/978-3-642-41291-2_8)
- Moradi, B. & Huang, Y.-P. (2008). Objectification Theory and Psychology of Women: A Decade of Advances and Future Directions. *Psychology of Women Quarterly*, 32(4), 377–398. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.2008.00452.x>
- Mulvey, L. (1975). Visual Pleasure and Narrative Cinema. *Screen*, 16(3), 6–18. <https://doi.org/10.1093/screen/16.3.6>
- Mulvey, L. (2010). Visual pleasure and narrative cinema. In A. Jones (Ed.), *The feminism and visual culture reader* (In sight, 2nd ed., S. 57–65). London: Routledge.
- Murnen, S. K. & Seabrook, R. (2012). Feminist Perspectives on Body Image and Physical Appearance. In T. F. Cash (Ed.), *Encyclopedia of body image and human appearance* (S. 438–443). London: Academic. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-384925-0.00070-5>
- Murphy, J. N. (2015). *The role of women in film: Supporting the men. An analysis of how culture influences the changing discourse on gender representations in film*. Journalism Undergraduate Honors Theses. University of Arkansas, Fayetteville.
- Nead, L. (1992). Theorizing the Female Nude. In Jones (Hg.) 2010 – *The feminism and visual culture reader*.
- Netflix Film Club, Doucouré, M. (Mitarbeiter) (YouTube, Hrsg.). (2020). *Why I Made Cuties | Maïmouna Doucouré Interview | Netflix*. Zugriff am 09.11.2021. Verfügbar unter: <https://www.youtube.com/watch?v=Q8dsjAoazdY>
- Noll, S. M. & Fredrickson, B. L. (1998). A Mediation Model Linking Self-Objectification, Body Shame, and Disordered Eating. *Psychology of Women Quarterly*, 22(4), 623–636. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1998.tb00181.x>
- Norwood, C. R. (2018). Decolonizing my hair, unshackling my curls: an autoethnography on what makes my natural hair journey a Black feminist statement. *International Feminist Journal of Politics*, 20(1), 69–84. <https://doi.org/10.1080/14616742.2017.1369890>

- Orbach, S. (2010). *Bodies. Schlachtfelder der Schönheit* (C. Holfelder-von der Tann, Übers.) (Deutsche Erstausgabe). Zürich, Hamburg: Arche.
- Papadaki, L. (2010). What is Objectification? *Journal of Moral Philosophy*, 7(1), 16–36. <https://doi.org/10.1163/174046809X12544019606067>
- Parmar, P. (1984/2010). Hateful Contraries. Media images of Asian women. In A. Jones (Ed.), *The feminism and visual culture reader* (In sight, 2nd ed., S. 385–391). London: Routledge.
- Peat, C. M. & Muehlenkamp, J. J. (2011). Self-Objectification, Disordered Eating, and Depression. *Psychology of Women Quarterly*, 35(3), 441–450. <https://doi.org/10.1177/0361684311400389>
- Pinquart, M. (2019). Entwicklung des Selbst und der Persönlichkeit. In D. Urhahne, M. Dresel & F. Fischer (Hrsg.), *Psychologie für den Lehrberuf* (1. Aufl. 2019, S. 315–329). Berlin, Heidelberg: Springer Berlin Heidelberg. [https://doi.org/10.1007/978-3-662-55754-9\\_16](https://doi.org/10.1007/978-3-662-55754-9_16)
- Ramseyer Winter, V. (2017). Toward a Relational Understanding of Objectification, Body Image, and Preventive Sexual Health. *Journal of Sex Research*, 54(3), 341–350. <https://doi.org/10.1080/00224499.2016.1190807>
- Rhode, D. L. (2010). *The Beauty Bias. The Injustice of Appearance in Life and Law*. New York: Oxford University Press. Retrieved from <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&scope=site&db=nlebk&db=nlabk&AN=315927>
- Richter, H. & Wolff, K. (2018). *Frauenwahlrecht. Demokratisierung der Demokratie in Deutschland und Europa* (1st ed.). Hamburg: Hamburger Edition.
- Rousseau, A. & Eggermont, S. (2018). Tween Television and Peers: Reinforcing Social Agents in Early Adolescents' Body Surveillance and Self-Objectification. *Journal of Research on Adolescence : the Official Journal of the Society for Research on Adolescence*, 28(4), 807–823. <https://doi.org/10.1111/jora.12367>
- Schaefer, L. M., Burke, N. L., Calogero, R. M., Menzel, J. E., Krawczyk, R. & Thompson, J. K. (2018). Self-objectification, body shame, and disordered eating: Testing a core mediational model of objectification theory among White, Black, and Hispanic women. *Body Image*, 24, 5–12. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2017.10.005>
- Shavelson, R. J., Hubner, J. J. & Stanton, G. C. (1976). Self-Concept: Validation of Construct Interpretations. *Review of Educational Research*, 46(3), 407–441. <https://doi.org/10.3102/00346543046003407>
- Sieben, A. (2010). Feministische/queere Perspektiven. In G. Mey & K. Mruck (Hrsg.), *Handbuch Qualitative Forschung in der Psychologie* (1. Aufl., S. 210–222). s.l.: VS Verlag für Sozialwissenschaften (GWV).
- Simonton, A. J. (1995). Women for sale. In C. M. Lont (Hrsg.), *Women and media: Content, careers, criticism* (S. 143–164). CA: Wadsworth.
- Singer, M. (2010). Feministische Wissenschaftskritik und Epistemologie. In R. Becker (Hrsg.), *Handbuch Frauen- und Geschlechterforschung* (Geschlecht und Gesellschaft, S. 292–301). Wiesbaden: Springer Fachmedien. [https://doi.org/10.1007/978-3-531-92041-2\\_34](https://doi.org/10.1007/978-3-531-92041-2_34)
- Slater, A. & Tiggemann, M. (2015). Media Exposure, Extracurricular Activities, and Appearance-Related Comments as Predictors of Female Adolescents' Self-Objectification. *Psychology of Women Quarterly*, 39(3), 375–389.
- Spry, T. (2001). Performing Autoethnography: An Embodied Methodological Praxis. *Qualitative inquiry*, 7(6), 706–732. <https://doi.org/10.1177/107780040100700605>
- Stone, A. (2004). Essentialism and Anti-Essentialism in Feminist Philosophy. *Journal of Moral Philosophy*, 1(2), 135–153. <https://doi.org/10.1177/174046810400100202>

- Strelan, P., Mehaffey, S. J. & Tiggemann, M. (2003). Self-objectification and esteem in young women: The mediating role of reasons for exercise. *Sex Roles*, 48(1/2), 89–95. <https://doi.org/10.1023/A:1022300930307>
- Symonds LeBlanc, S. (2020). "Surveilling the Maternal Body": A Critical Examination through Foucault's Panopticon. *The Qualitative Report*. <https://doi.org/10.46743/2160-3715/2020.4307>
- Szymanski, D. M. & Henning, S. L. (2007). The Role of Self-objectification in Women's Depression: A Test of Objectification Theory. *Sex Roles*, 56(1-2), 45–53. <https://doi.org/10.1007/s11199-006-9147-3>
- Talmon, A. & Ginzburg, K. (2016). The nullifying experience of self-objectification: The development and psychometric evaluation of the Self-Objectification Scale. *Child Abuse & Neglect*, 60, 46–57.
- Ufer, M. (2020). *Motivationspsychologische Grundlagen des Flow-Erlebens. Merkmale, Entstehung, Auswirkung von Flow im Sport, Beruf und Alltag* (essentials). Wiesbaden: Springer Fachmedien Wiesbaden GmbH; Springer.
- Vandenbosch, L. & Eggermont, S. (2012). Understanding Sexual Objectification: A Comprehensive Approach Toward Media Exposure and Girls' Internalization of Beauty Ideals, Self-Objectification, and Body Surveillance. *Journal of Communication*, 62(5), 869–887. <https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.2012.01667.x>
- Vandenbosch, L. & Eggermont, S. (2016). The Interrelated Roles of Mass Media and Social Media in Adolescents' Development of an Objectified Self-Concept. *Communication Research*, 43(8), 1116–1140. <https://doi.org/10.1177/0093650215600488>
- Whealin, J. M. & Jackson, J. L. (2002). Childhood Unwanted Sexual Attention and Young Women's Present Self-Concept. *Journal of Interpersonal Violence*, 17(8), 854–871. <https://doi.org/10.1177/0886260502017008004>
- Zierhofer, W. (2004). Abschied von der einen Natur - Einführung in eine Grundlagendebatte. *GAIA - Ecological Perspectives for Science and Society*, 13(2), 105–112. <https://doi.org/10.14512/gaia.13.2.7>
- Zurbriggen, E. L. (2013). Objectification, Self-Objectification, and Societal Change. *Journal of Social and Political Psychology*, 1(1), 188–215. <https://doi.org/10.5964/jspp.v1i1.94>

### **Anhang: Abstract**

The master's thesis investigates the effect, the reduction to appearance has on the psychological self-concept of girls and women. Through autoethnography, personal data of the author combined with theory and research is used to trace the effects of objectification on the self. The research question is limited to white young hetero cis women without disabilities who are not affected by anti-fat discrimination. After the introduction, the method is presented. The central theoretical framework, namely *Objectification Theory* (Fredrickson & Roberts, 1997) with the concept of *self-objectification*, and the *hierarchical self-concept model* (Shavelson et al., 1976) is presented and the state of research is summarized. Results and discussion describe the experience of objectification, how it leads to the adoption of an observers perspective, and finally it is shown how self-objectification expresses itself in the psychological self-concept. Main result is the modification of the hierarchical self-concept model which shows self-objectification and its negative effects on a basic psychological level for girls and women. Results emphasize the role of one-dimensional beauty ideals when discussing objectification and highlight some negative outcomes of compliments, if solely based on looks. In addition, the interweaving of the objectification of women and girls into patriarchal structures and the reproduction of gender inequality is emphasized. The role of women themselves in maintaining objectification is also addressed. The work is intended to educate about objectification and its negative effects and to stimulate reflection among readers. Implications of the results for pedagogical and psychological / social work with girls and women are addressed. Both with the aim of contributing to the empowerment and self-determination of girls and women.

Die Masterarbeit untersucht, welche Wirkung die Reduktion auf das Aussehen auf das psychologische Selbst-Konzept von Mädchen und Frauen hat. Mittels Autoethnographie wird persönliches Datenmaterial der Verfasserin dazu herangezogen, um gemeinsam mit bestehender Theorie und Forschung die Effekte von Objektivierung auf das Selbst nachzuzeichnen. Die Forschungsfrage beschränkt sich auf weiße junge hetero cis Frauen ohne Behinderung, die nicht von Fettfeindlichkeit betroffen sind. Nach der Einleitung wird die Methode vorgestellt, danach die zentralen Theoriebausteine der *Objectification Theory* (Fredrickson & Roberts, 1997) mit dem Konzept der *Selbst-Objektivierung*, und das *hierarchische Selbst-Konzept-Modell* (Shavelson et al., 1976) dargelegt und der Forschungsstand zusammengefasst. Der Ergebnis- und Diskussionsteil bildet das Erleben von Objektivierung ab, wie es zur Übernahme der reduzierenden Sichtweise auf sich selbst kommt, und zum Schluss wird aufgezeigt, wie sich Selbst-Objektivierung im Selbst-Konzept konkret äußert. Hauptergebnis der Arbeit ist die Modifikation des hierarchischen Selbst-Konzept-Modells durch Selbst-

Objektifizierung, was die negativen Effekte von Objektifizierung auf basaler psychologischer Ebene bei Mädchen und Frauen sichtbar macht. Die Ergebnisse betonen außerdem die Rolle von eindimensionalen Schönheitsidealen in Zusammenhang mit Objektifizierung und beleuchten negative Effekte von aussehensbezogenen Komplimenten. Zudem wird die Verwobenheit der Objektifizierung von Frauen und Mädchen in patriarchale Strukturen aufgezeigt und die Reproduktion eines Geschlechter-Machtungleichgewichts dabei hervorgehoben. Auch die Rolle von Frauen selbst bei der Aufrechterhaltung dessen wird thematisiert. Die Arbeit soll über Objektifizierung und dessen negative Effekte aufklären und Reflexion bei Leser\*innen anstoßen. Implikationen der Ergebnisse für die pädagogische bzw. psychosoziale Arbeit mit Mädchen und Frauen werden angerissen. Beides mit dem Ziel, zur Stärkung und Selbstbestimmtheit von Mädchen und Frauen beizutragen.