



Dies ist eine Leseprobe des Schattauer Verlags. Dieses Buch und unser
gesamtes Programm finden Sie unter
www.klett-cotta.de/schattauer

WISSEN & LEBEN

herausgegeben von Wulf Bertram

Wulf Bertram, Dipl.-Psych. Dr. med, geb. in Soest/Westfalen, Studium der Psychologie, Medizin und Soziologie in Hamburg. Zunächst Klinischer Psychologe im Universitätskrankenhaus Hamburg Eppendorf, nach Staatsexamen und Promotion in Medizin Assistenzarzt in einem Sozialpsychiatrischen Dienst in der Provinz Arezzo/Toskana, danach psychiatrische Ausbildung in Kaufbeuren/Allgäu. 1986 wechselte er als Lektor für medizinische Lehrbücher ins Verlagswesen und wurde 1988 wissenschaftlicher Leiter des Schattauer Verlags, 1992 dessen verlegerischer Geschäftsführer. Aus seiner Überzeugung heraus, dass Lernen Spaß machen muss und solides Wissen auch unterhaltsam vermittelt werden kann, konzipierte er 2009 die Taschenbuchreihe »Wissen & Leben«, in der mittlerweile mehr als 50 Bände erschienen sind. Bertram hat eine Ausbildung in Gesprächs- und Verhaltenstherapie sowie in Psychodynamischer Psychotherapie und arbeitet als Psychotherapeut in eigener Praxis.

Für seine »wissenschaftlich fundierte Verlagstätigkeit«, mit der er im Sinne des Stiftungsgedankens einen Beitrag zu einer humaneren Medizin geleistet hat, in der der Mensch in seiner Ganzheitlichkeit im Mittelpunkt steht, wurde Bertram 2018 der renommierte Schweizer Wissenschaftspreis der Margrit-Egnér-Stiftung verliehen.

Ada Borkenhagen

Bin ich schön genug?

Schönheitswahn und Body Modification

Besonderer Hinweis:

Die Medizin unterliegt einem fortwährenden Entwicklungsprozess, sodass alle Angaben, insbesondere zu diagnostischen und therapeutischen Verfahren, immer nur dem Wissensstand zum Zeitpunkt der Drucklegung des Buches entsprechen können. Hinsichtlich der angegebenen Empfehlungen zur Therapie und der Auswahl sowie Dosierung von Medikamenten wurde die größtmögliche Sorgfalt beachtet. Gleichwohl werden die Benutzer aufgefordert, die Beipackzettel und Fachinformationen der Hersteller zur Kontrolle heranzuziehen und im Zweifelsfall einen Spezialisten zu konsultieren. Fragliche Unstimmigkeiten sollten bitte im allgemeinen Interesse dem Verlag mitgeteilt werden. Der Benutzer selbst bleibt verantwortlich für jede diagnostische oder therapeutische Applikation, Medikation und Dosierung.

In diesem Buch sind eingetragene Warenzeichen (geschützte Warennamen) nicht besonders kenntlich gemacht. Es kann also aus dem Fehlen eines entsprechenden Hinweises nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt.

Schattauer

www.schattauer.de

J. G. Cotta'sche Buchhandlung Nachfolger GmbH

Rotebühlstr. 77, 70178 Stuttgart

Fragen zur Produktsicherheit: produktsicherheit@klett-cotta.de

© 2025 by J. G. Cotta'sche Buchhandlung Nachfolger GmbH, gegr. 1659, Stuttgart

Alle Rechte inklusive der Nutzung des Werkes für Text und

Data Mining i. S.v. § 44b UrhG vorbehalten

Lektorat: Volker Drüke

Gestaltungskonzept: Farnschläder & Mahlstedt, Hamburg

Cover: Bettina Herrmann, Stuttgart

unter Verwendung einer Abbildung von © istock/kamisoka

Gesetzt von Eberl & Koesel Studio, Kempten

Gedruckt und gebunden von Friedrich Pustet GmbH & Co. KG, Regensburg

ISBN 978-3-608-40078-6

E-Book ISBN 978-3-608-11964-0

PDF-E-Book ISBN 978-3-608-20586-2

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Inhalt

Einführung	9
Unser Sinn für Schönheit oder Warum wir Menschen Pfauen schön finden	10
Die nackte Haut oder Die erste Mode der Menschheit	14
Schamhaarentfernung oder Wie eine uralte Mode auch heute noch die Gemüter zu erhitzen vermag	15
Von der Schamhaarentfernung zur Schamlippenkorrektur	21
Als die Frauen das schöne Geschlecht wurden	23
Das Urteil des Paris oder Was ist schön?	24
Kleine Geschichte der weiblichen Schönheitsideale	30
Wie Kleider Schönheitsideale »machen«	36
Als Schlanksein zum Ideal wurde	38
Vom Schlankheitsideal zur Essstörung	40
Immer weniger Stoff	42
Mit Sport den Körper formen	43

Vom Siegeszug der Brustvergrößerung oder Wie der Boom der modernen Schönheitsmedizin begann ...	45
Der schöne Körper – das wichtigste Statussymbol der Frau ..	49
Der Körper als Kunstwerk – Körperfashioning als Identitätsarbeit	54
Botox® und Co. – Vom Siegeszug der minimal- und non-invasiven ästhetischen Verfahren	59
Selbstoptimierung als Lebensstil	67
Vom Fotohandy zur »Selfiemanía«	71
Eine kleine Geschichte der Beauty-Filter	76
Die Kardashians und Co. – das Fleisch gewordene Instagram-Gesicht als Geschäftsmodell	82
Corona und die Folgen	85
Selfie-Kult und Beauty-Filter: Auswirkungen auf die Psyche	87
Schönheitsmedizin und Psyche	91
Wer nutzt Schönheitsmedizin? Versuch einer Typologie	94
Wer ist die typische Botox®- und Filler-Patientin?	99
Machen Schönheitsoperationen glücklich? Zur Psychologie der Schönheitsmedizin	103

Die Körperdysmorphie Störung oder	
Wenn Schönheitsoperationen zur Sucht werden	106
Die Körperdysmorphie Störung (KDS)	107
Geschichte der Körperdysmorphen Störung	108
Wer erkrankt an einer Körperdysmorphophobie (KDS)?	109
Symptomatik	109
 Body Positivity oder	
Der Kampf gegen Schönheits- und Schlankheitswahn	111
 Die neuen Moden des Körpers: Tätowierungen und	
Piercings	115
 Tattoos – in Deutschland allgegenwärtig	117
 Das Ende der Piercingwelle	120
 Ausblick: Was bringt die Zukunft?	123

Einführung

Hat sich unser Empfinden von Schönheit in Zeiten von Botox® und Co. verändert? Wollen wir heute tatsächlich anders schön sein als noch unsere Großmütter? Die Antwort lautet: ja. Die Globalisierung und das Internet haben auch unsere Schönheitspraktiken verändert und vor allem unseren Blick auf uns selbst. Im 21. Jahrhundert geht das Sich-schön-Machen weit über ein bisschen Schminken und Diäthalten oder Fitnesstraining hinaus. Heute ist Attraktivität selbstverständlicher Teil unserer Identität. Das vielbemühte »Der Wunsch nach Schönheit ist so alt wie die Menschheit selbst« greift hier zu kurz. Das heutige Schönheitsideal ist der gemachte Körper, den so weder unsere Großmütter noch die Steinzeitmenschen kannten. Denn Schönheit ist machbar geworden und deshalb ist derjenige, der nicht schön ist, selbst schuld. Zudem muss man, vor allem aber Frau auch noch bis ins hohe Alter schön sein. Altern ist ein Makel und es gilt daher, die Zeichen des Alters beständig zu bekämpfen. Dem trägt die Schönheitsmedizin Rechnung.

Warum wir heute anders schön sein wollen als noch unsere Großmütter und wie die neuen medizinischen Möglichkeiten der Körperoptimierung und die digitalen Medien das Bild, das wir uns von uns selbst machen und auch unsere Schönheitsideale verändern, davon handelt dieses Buch.

Unser Sinn für Schönheit oder Warum wir Menschen Pfauen schön finden

Charles Darwin verdanken wir die Erkenntnis, wie der Sinn für Schönheit entstanden ist und dass bereits Tiere einen Sinn für Schönheit haben. Denn augenscheinlich finden nicht nur die meisten Menschen, sondern auch Pfauenhennen das prächtige Gefieder des Pfaus attraktiv. Nach Darwin kann man sich die Entstehung dieses Schmuckgefieders so vorstellen: Zunächst dürften weibliche und männliche Pfauen ziemlich ähnlich ausgesehen haben. Weil aber die Hennen über einen langen Zeitraum immer wieder Pfauenhähne zur Paarung gewählt haben, die erblich bedingt längere und/oder farbige Schwanzfedern hatten, konnten die Hähne diese Eigenschaften an ihre Söhne weitergeben. Durch die »Vorliebe« der Hennen für »lange und farbige Schwanzfedern« verstärkte sich dieses Merkmal von Generation zu Generation, bis hin zur Herausbildung des heutigen prächtigen Pfauenrades. Dabei machen die langen und auffälligen Schwanzfedern den Pfau zu einer leichteren Beute, aber die Attraktivität, die das Schmuckgefieder für die Hennen hat, wiegt dieses Handicap auf. Das prächtige Pfauenrad ist also nichts anderes als eine über Jahrtausende entstandene, erblich gewordene Mode. Die Entstehung solch biologischer Moden lässt sich in Experimenten eindrücklich zeigen. So verlängerte Moller (1988) Schwalbenmännchen die Schwänze mit künstlichen Federn. Die so verschönerten Männchen waren für die

Schwalbenweibchen deutlich attraktiver, fanden schneller eine Partnerin und hatten mehr Nachwuchs als Männchen, die nicht »verschönert« worden waren (→ Abb.1).



Abb. 1: Pfau im Botanischen Garten, Madeira (Foto: Amanda Grobe).

Und was für Pfauen gilt, spielt auch bei Menschen eine Rolle: Auch bei uns Menschen haben sich durch die Vorliebe für bestimmte Partner bzw. Partnerinnen spezifische Schönheits-

merkmale für Frauen und Männer herausgebildet. Das Ergebnis dieser Partnerwahl ist, dass Frauen und Männer heute so aussehen, wie sie aussehen. Neben diesen im Lauf von Jahrtausenden evolutionär entstandenen Schönheitsmerkmalen kommt beim Menschen noch die Kultur hinzu. Beim Menschen überholt die kulturelle Evolution die biologische oder, anders gesagt: Beim Menschen werden biologische Moden von kulturellen abgelöst. Als kulturelle Moden können sich ästhetische Vorlieben und Ideale viel schneller durchsetzen, als dies bei biologischen Moden je möglich wäre. Der Evolutionsbiologe Francis Galton hat dies bereits 1883 sehr treffend beschrieben:

»Würde die Pfauhenne es sich in den Kopf setzen, dass Streifen auf den Schwanzfedern ihres Gatten schöner wären als Augen, könnte sie einfach nicht bekommen, was sie will. Es bedürfte Hunderter von Generationen, während deren sich alle Pfauhennen auf denselben Geschmack einigen müssten, bevor geschlechtliche Zuchtwahl Einfluss auf die gewünschte Veränderung haben könnte. Das weibliche Pläsier, jeder Laune in Fragen des Schmucks nachgeben zu können, ist ein Luxus, der dem weiblichen Geschlecht in der Tierwelt versagt bleibt, und das Gesetz, welches den Wandel des Geschmacks regiert, kann nur ermittelt, wenn überhaupt studiert werden, indem man den Wechsel der Mode in zivilisierten Gemeinschaften beobachtet.«

(Galton 1883, S. 180)

Die sich im Laufe der kulturellen Entwicklung herausgebildeten Schönheitsmerkmale und Schönheitsideale des Menschen sind folglich sehr viel variabler als die der Tiere, die sich im Lauf der Evolution herausgebildet haben. Denn bekanntlich können sich Tiere nicht – wie wir Menschen – mit fremden Federn schmücken. Das Ausstaffieren der Schwalbenmännchen mit künstli-

chen Federn im Experiment entspricht beim Menschen der Frisur, dem Make-up, dem Bodybuilding oder dem Herausputzen mittels Kleidung und vielem mehr. Und die kulturellen Körpermoden sind heute wichtiger denn je.

Die nackte Haut oder Die erste Mode der Menschheit

Und Charles Darwin verdanken wir auch die Erkenntnis vom ersten Schönheitsideal des Menschen: nämlich unserer nackten Haut.¹ Denn mit unserer nackten Haut unterscheiden wir uns unübersehbar von unseren nächsten Artverwandten, den Affen. Wie Menninghaus schreibt, ist die nackte Haut, vor allem die des weiblichen Körpers, eine über »Generationen ausgewählte Bekleidung des menschlichen Körpers«, die gerade durch das Fehlen von Federn, Haaren und Fell definiert ist (Menninghaus 2003, S.90). Als eine frei gestaltbare Fläche eröffnet die nackte Haut ungeahnte Möglichkeiten für das Spiel von Körper- und Kleidermoden. Und die nackte Haut ist darüber hinaus ein (fast) untrüglicher Indikator für den Gesundheitszustand und das Alter eines Menschen.

1 Dabei ist es keineswegs so, dass der menschliche Körper per se weniger behaart ist als der Körper unserer behaarten Vorfahren, der Affen. Montagna (1985) stellt in diesem Zusammenhang fest, dass Menschen im Vergleich zu vielen Affenarten genauso viele Haare haben wie diese, dass die menschlichen Haare jedoch nicht mehr die Konsistenz eines bedeckenden Fells haben: »Sie sind, verglichen mit der Behaarung von Fötus und Affen, so winzig und unscheinbar geworden, dass der optische Eindruck derjenige der Enthaarung und der Nacktheit ist.«

Schamhaarentfernung oder Wie eine uralte Mode auch heute noch die Gemüter zu erhitzen vermag

Aus der Mode der nackten Haut folgt, dass Haare stets nur an bestimmten Stellen des menschlichen Körpers als schön galten und gelten. Entsprechend gehört das Enthaaren des ohnehin fast haarlos wirkenden weiblichen Körpers in vielen Kulturen seit alters her zu den bevorzugten kosmetischen Praktiken. So kannte bereits das Altertum für die wenigen Stellen – die Achsel- und Intimregion –, an denen die Behaarung des menschlichen Körpers am stärksten der Konsistenz eines Fells entspricht, vielfältige Enthaarungspraktiken. In den Hochkulturen Mesopotamiens und Ägyptens nutzte man Harz, Pflanzenextrakte, Fett, Pech oder geschliffene Steine und Muscheln zur Haarentfernung.

Auf ägyptischen Grabmalereien wie auch antiken griechischen Vasenmalereien sind Frauen mit enthaarter Scham dargestellt. Und auch Kleopatra soll sich die Körperhaare entfernt haben. Dabei wechselte die kulturelle Bedeutung, die der teilweisen oder auch kompletten Enthaarung einer Körperregion oder des gesamten Körpers im Verlauf der Jahrtausende zukam. In den islamischen Kulturen gehört die Entfernung der Achsel- und Schamhaare bis heute zu den religiösen Reinlichkeitspflichten. Und im Christentum ist Körperhaar mit dem Tieri-

schen und Unzivilisierten verbunden. So werden die Heiligen, vor allem aber Jesus Christus stets ohne Körperhaar dargestellt, was Unschuld, Reinheit und Spiritualität symbolisiert.

Das Unzivilisierte, Böse und Hässliche ist dagegen behaart, wofür die stets behaarten Teufelsfiguren ein eindrückliches Beispiel sind. Während im Mittelalter die Entfernung der Schambehaarung im europäischen Kulturkreis vorrangig religiös motiviert war, erfolgte das Epilieren der Schamhaare Anfang des 18. Jahrhunderts wieder, wie schon im Altertum, vorrangig aus ästhetischen Gründen. Eine mädchenhaft glatte Scham symbolisierte Jungfräulichkeit, Jugendlichkeit und Hingabebereitschaft (→ Abb. 2).

Heute ist die Intimirasur im westlichen Kulturraum je nach Mode mal stärker und mal weniger stark verbreitet. Für den deutschen Sprachraum lassen sich folgende Phasen unterscheiden: In den goldenen 1920er-Jahren wurde die Intimirasur zum Symbol selbstbewusster emanzipierter Weiblichkeit, blieb jedoch weitgehend auf die Schicht der Schauspielerinnen und der Bohemiens beschränkt. In der Nazizeit entsprach naturbelassenes Schamhaar dem gängigen Ideal »natürlicher Schönheit« (vgl. Gnegel 1995). Demgegenüber brandmarkte die Werbung der 1950er-Jahre die Körperbehaarung wieder als »unerwünscht«, »störend« und »lästig«. Unter den ärmellosen, leichten Kleidern der 50er-Jahre, knapper werdenden Badeanzüge und Bikinis sowie der aufkommenden Strand-, Urlaubs- und Freizeitmode lugte Körperbehaarung unerbittlich hervor. Entsprechend heißt es in »Messer & Schere« (1964, S. 212, zit. nach Gnegel 1995, S. 136): »Die Mode ärmelloser Kleider sowie die modernen Badeanzüge setzen bei der gepflegten Frau die Enthaarung der Achselhöhle voraus.«

Im Gegensatz zur Vorkriegszeit war die Entfernung der Achselhaare jetzt ein Muss, was das folgende Zitat von Arletta Hahn (1954, S. 39) belegt:



Abb. 2: Castello sforzesco: Donna impudica sec. XII da Porta Tosa (Foto: Giovanni Dall'Orto).

»Was auch immer Ihre Meinung zu diesem Punkt sein möge: Wenn Sie einen Badeanzug, ein Abendkleid oder ein ärmelloses Sommerkleid tragen, dann müssen Sie die Haare aus den Achselhöhlen entfernen. Sonst bieten Sie Ihren Mitmenschen einen unangenehmen, unästhetischen und irgendwie unerlaubt intimen Anblick.«

Demgegenüber war die Entfernung der Haare an den Beinen weniger bindend und beschränkte sich auf besonders dichten und dunklen Haarwuchs. Mit der Emanzipationsbewegung der 68er-Jahre kam es vor allem in den deutschsprachigen Ländern zu einer Wende: Üppige Bein-, Scham- und Achselbehaarung wurden nun zum Symbol der Befreiung von patriarchalen Normen. Noch in den 80er-Jahren zeigten Popstars wie Nena freizügig üppige Achselbehaarung, was heute wieder Anstoß erregt.

Die Werbung der Nullerjahre bezeichnete die Körperhaare bei Frauen nicht mehr nur als lästig und unerwünscht. Vielmehr ist die Entfernung von Körperhaaren zum integralen Bestandteil der Schönheits- und Körperpflege jeder sportlichen und modebewussten Frau geworden. Durch den immer größer gewordenen Beinausschnitt in der Bade- und Unterwäsche-mode dehnte sich auch die als »Bikinizone« bekannte Fläche stark aus und mit ihr auch der Bereich, in dem die Schamhaare entfernt werden mussten. Durch die Zunahme freizügiger Fotos in der Werbung wurde die teilweise oder vollständige Rasur der Schamhaare salonfähig.

Heute ist die Entfernung der Schamhaare bei den jungen Frauen der westlichen Welt zu einem Teil normaler Schönheitspflege geworden. Das zeigen Äußerungen zahlreicher Prominenter, die sich öffentlich zur Intimirasur bekennen: So äußerte beispielsweise Victoria Beckham in einem Zeitungsinterview, der »Iro« (französische Intimirasur, bei der nur in der Mitte ein schmaler Streifen Schamhaar stehengelassen wird) sollte für alle Frauen ab 18 Pflicht sein. Auch in Deutschland breitete sich die Teil- und Vollintimirasur ab Anfang der Nullerjahre immer stärker aus. Seit Ende der 90er-Jahre sind die Frauen in Pornodarstellungen wie dem deutschen »Playboy« teilweise oder vollständig intimrasiert. 2001 wurde das erste vollständig im Intimbereich rasierte Playmate im Playboy gezeigt. Gleichzeitig kommen in den 90er-Jahren erstmals Berichte über Oralsex bei

Frauen in den Populärmedien auf – besonders in den Frauenzeitschriften. Gleichsam als Voraussetzung für diese im Trend liegende Sexpraktik wird die weibliche Teil- bzw. Vollintimrasur von den Medien propagiert (→ Abb. 3).

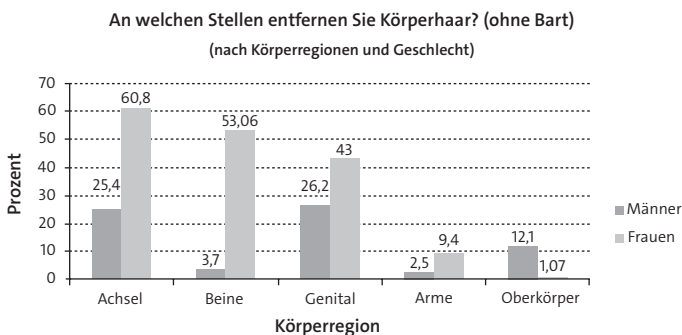


Abb. 3: Werbung für die Intimrasur: Fotoaufnahme Schaufenster Berliner Waxing Shop (Foto: Ada Borkenhagen).

Dass sich deutschlandweit das Ideal einer teilweise enthaarten weiblichen Scham durchgesetzt hat, belegen inzwischen zahlreiche Studien (Brähler et al. 2015; Borkenhagen et al. 2019): Nach einer bundesweiten repräsentativen Befragung der Universität Leipzig von 2016 entfernte die überwiegende Mehrheit (rund 61 %) der in Deutschland lebenden Frauen regelmäßig die Achselhaare, 53 % enthaarten regelmäßig die Beine, 43 % den Intimbereich und 9,4 % die Arme (→ Abb. 4). Im Vergleich zu 2009 enthaarten in allen Altersgruppen deutlich mehr Frauen den Genitalbereich, wobei die kontinuierliche Zunahme bei

den jungen Frauen (bis 34 Jahre) auf die Nachhaltigkeit dieses Trends hinweist. Auch die älteren Frauen praktizierten zunehmend die Genitalenthaarung, wobei die stärkste Zunahme mit 26 % bei den 45- bis 54-Jährigen zu verzeichnen war.

Bei den Männern enthaarten über ein Viertel (26 %) die Intimzone und ein Viertel entfernte die Achselhaare (25 %). 12 % der Männer entfernten Haare am Oberkörper, rund 4 % entfernten Haare an den Beinen und rund 3 % an den Armen (→ Abb. 4). Auch bei den Männern war 2016 eine kontinuierliche Zunahme der Haarentfernung in der Intimregion in allen Altersgruppen im Vergleich zu 2009 zu verzeichnen. Hauptmotive für die Entfernung von Körperhaar sind die Ästhetik, gefolgt von der Hygiene. Ob der Trend zur Schamhaarentfernung bereits seinen Zenit überschritten hat, ist derzeit nicht absehbar. Es liegt jedoch im Wesen auch der Körpermoden, dass sie sich ändern. Daher ist vorhersehbar, dass auch diese Körpermode irgendwann mal wieder »out« sein wird.



Repräsentativbefragung in Deutschland 2016, n=2510, copyright Brähler, Universität Leipzig

Abb. 4: Regionen der Körperhaarentfernung nach Geschlecht (in Prozent).