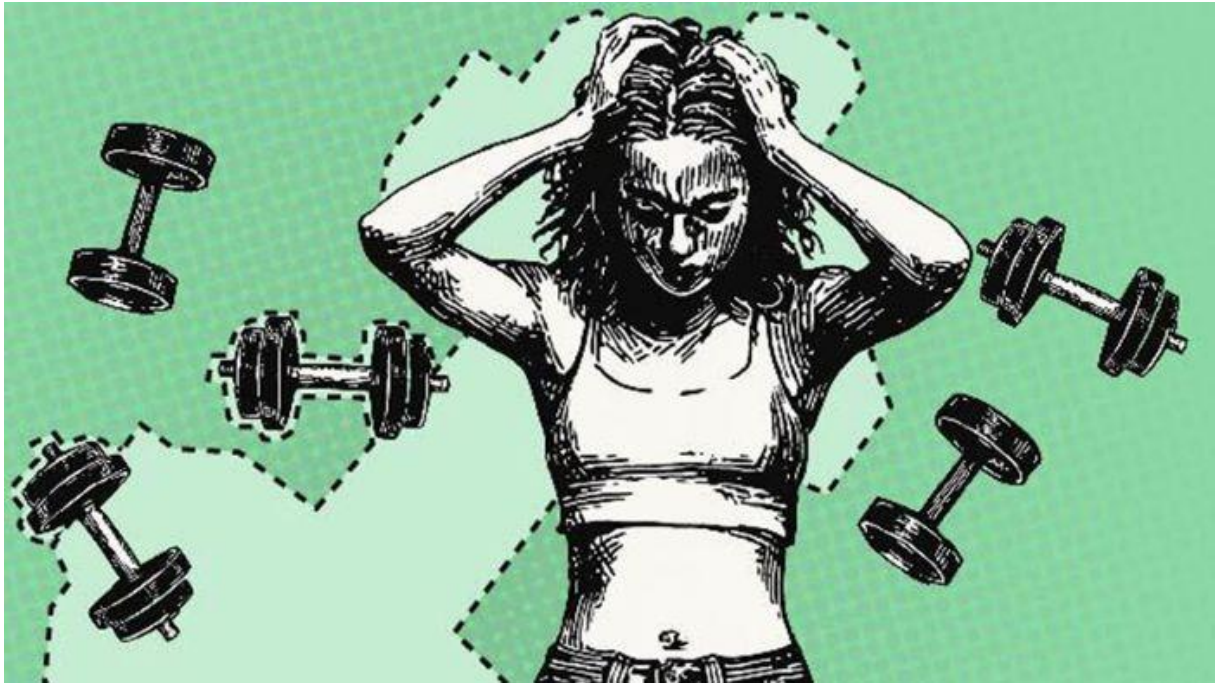


Body Revolution“ in Tübingen

Kommentare zum Körper – nein, danke!

30.09.2025 - 06:00 Uhr



Körperbilder und Schönheitsideale haben vor allem bei Jugendlichen eine sehr große Bedeutung. Foto: KI/Midjourney/Montage: Pichlmaier

Beauty-Routinen, Fitnesswahn und Abnehmtipps – Jugendliche werden überall unter Druck gesetzt. Die Tübinger Ausstellung „Body Revolution“ hält dagegen.

•

Die junge Frau auf dem Bildschirm hat sich einen farblich perfekt abgestimmten Sportdress übergezogen und posiert auf ihrer perfekt ausgeleuchteten Yogamatte für ihre Follower und Followerinnen. Kaum ist die Szene abgedreht, lümmelt sie sich auf ihrem Sofa – denn Sport macht sie nicht wirklich, auch wenn sie in der virtuellen Welt den Eindruck hinterlassen will. „Ich weiß eigentlich, dass das meiste in den sozialen Netzwerken Fake ist“, sagt Vicky Schauer über das Video, das Teil der Ausstellung „Body Revolution“ im Stadtmuseum [Tübingen](#) ist.

Trotzdem hinterlasse das vermeintlich perfekte Leben der Influencerinnen unbewusst ein unzufriedenes Gefühl bei ihr. Von dieser Erfahrung berichten auch viele andere Jugendliche, die die junge Frau regelmäßig durch die interaktive Ausstellung führt – vorbei an goldenen, in Maßbändern eingeschnürte Büsten und Kinderbekleidung in rosa und hellblau. Jede der zwölf Stationen ist dazu gedacht, die eigenen Rollenbilder, Erfahrungen und Schönheitsklischees zu hinterfragen und Diskussionen anzuregen.

Erwachsene Moralapostel mag niemand

Bewusst wurden Vicky Schauer und andere Gleichaltrige ausgewählt, die den vor allem jungen Besucherinnen und Besuchern auf Augenhöhe begegnen. „Wenn Erwachsene als Moralapostel auftreten, hören Jugendliche nicht darauf“, bestätigt die 21-Jährige.



Maike Weynand, Vicky Schauer und Lena Hezel (von links) regen zu Diskussionen über Body Positivity an. Foto: Carolin Klinger

Themen wie unrealistische und diskriminierende Schönheitsideale, Geschlechterklischees, Sexismus und Menschenrechte finden sich in der Ausstellung wieder. Viele unterschiedliche Reaktionen ruft auch die große Regenbogenflagge im Eingangsbereich hervor.

Ausstellung zu Body Positivity stößt auf großes Interesse

Nach Tübingen geholt haben die Ausstellung Lena Hezel vom Mädchen*treff und Maike Weynand von der Beratungsstelle Tima. Gemeinsam hatten sie nach einer Ausstellung gesucht, durch die man das Thema „Body Positivity“ erlebbar machen kann – und sind auf „Body Revolution“ gestoßen, die zunächst in Bregenz gezeigt wurde. Auch in Tübingen läuft die Ausstellung nun so erfolgreich, dass sie verlängert wurde.

Für Weynand und Hezel ist das keine große Überraschung, schließlich erleben sie bei ihrer Arbeit vor allem mit jungen Frauen und Mädchen täglich, welche große Bedeutung Körperbilder und Schönheitsideale auf Jugendliche haben. Trends in den sozialen Netzwerken, in denen extreme Diäten und Abnehmtipps verbreitet werden, führen zu gestörtem Essverhalten bei Jugendlichen.

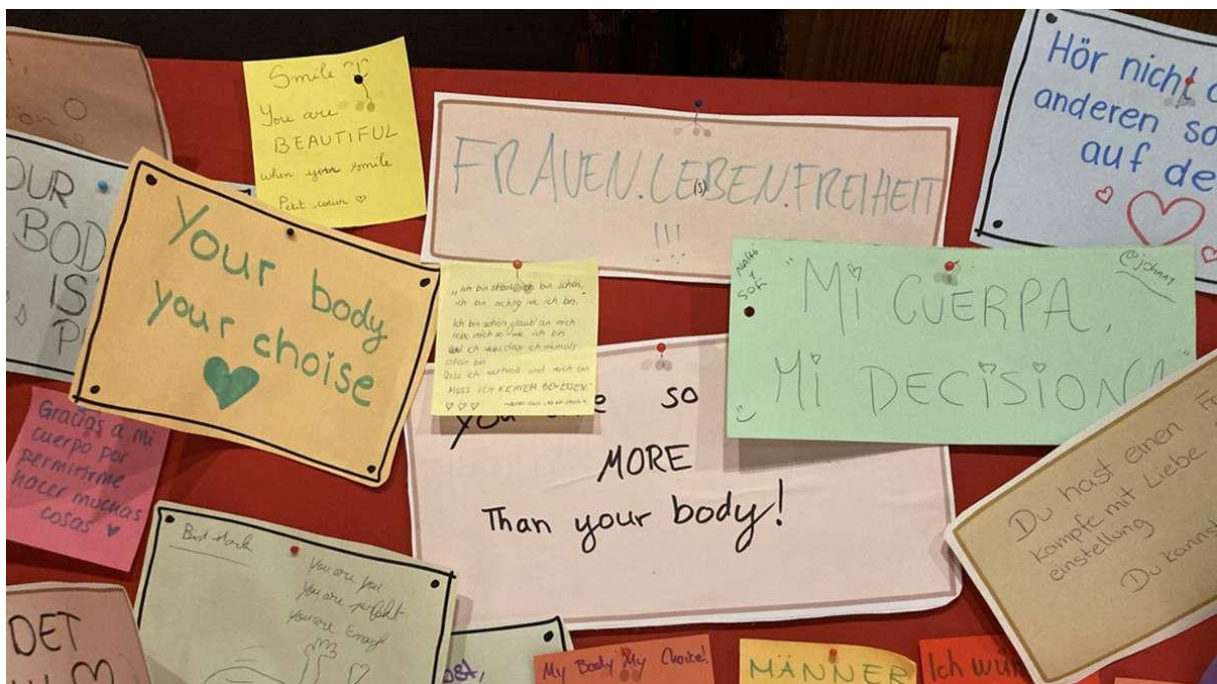
Überraschung auf der Waage

„Ich habe das Gefühl, dass das eher schlimmer wird“, sagt Lena Hezel. Einen Grund dafür glaubt Maike Weynand zu kennen: „Es gibt eine Industrie, die davon profitiert, dass

wir uns unwohl in unseren Körpern fühlen. Denn dann kaufen wir lauter Produkte, die uns schöner, gesünder – und damit vermeintlich glücklicher machen sollen.“ Einige dieser sogenannten Fitness-Produkte finden sich auch in der Ausstellung, ebenso wie eine Station über „Fast Fashion“ und die globalen Auswirkungen der Billigmode.

Zu den beliebtesten Stationen gehört ausgerechnet eine unscheinbare Waage. Die meisten Besucher und Besucherinnen kostet es zwar Überwindung, vor anderen auf die Waage zu steigen, erzählt Weynand. Tut man es doch, wird nicht das Gewicht angezeigt, sondern freundliche Botschaften wie „just perfect“ oder „wunderbar“. Auch ein Spiegel, auf dem die Besucher und Besucherinnen sich selbst und anderen aufmunternde Botschaften hinterlassen können, kommt gut an.

Eine Flut von Nachrichten



Besucher und Besucherinnen haben Botschaften in der Ausstellung hinterlassen. Foto: Carolin Klinger

Auch Weynand und Hezel wollen Jugendliche stärken, damit sie ihre eigene „Superpower“ finden und erkennen, was ihnen hilft und was sie eher runterzieht.

Jede Bemerkung kann Spuren hinterlassen

Doch sie wissen: Nicht immer ist es einfach, sich dem negativen Einfluss zu entziehen, denn der kommt nicht nur in der virtuellen, sondern auch in der realen Welt vor: „Wenn die Oma bei der Familienfeier beispielsweise mal wieder fragt, ob man zugenommen hat oder auch nur kommentiert, wie groß man geworden ist“, sagt Maike Weynand. Auch Lena Hezel ist es wichtig, den jungen Frauen im Mädchen*treff zu vermitteln, dass sie möglichst keine Körper kommentieren sollen.

Jede Bemerkung – auch wenn sie nicht böse gemeint ist – kann Spuren hinterlassen. Vicky Schauer hat das bereits verinnerlicht: „Ich überlege lange, bevor ich ein Kompliment mache und kommentiere nichts, was gegeben ist und was die Person nicht ändern kann.“

„Body Revolution“ im Stadtmuseum Tübingen

Daten

Die Ausstellung ist im Stadtmuseum Tübingen, Kornhausstraße 10, bis zum 12. Oktober zu sehen. Weitere Informationen unter www.stadtmuseum-tuebingen.de

Kooperationspartner der Ausstellung

Der Verein Amazone in Bregenz hat die Ausstellung gemeinsam mit Jugendlichen erstellt. In Tübingen ist Maike Weynand von Tima e.V., der Beratungsstelle bei Essstörungen und sexualisierter Gewalt bei Kindern und Jugendlichen, für die Organisation, Workshops für Schulklassen und FSJ-Gruppen zuständig. Lena Hezel und Vicky Schauer vom Mädchen*treff e.V. sind für Peer-Führungen, und Fachkräfteworkshop verantwortlich und Wiebke Ratzeburg vom Stadtmuseum Tübingen kümmert sich um die Koordination der Führungen durch die Ausstellung.

Weitere Artikel zum Thema Gesundheit finden Sie [hier](#).