



## Praxisbeispiel Elternabend: Comic „Merle will so sein wie...“

Das folgende Praxisbeispiel thematisiert den Einfluss von medialen Vorbildern auf Kinder und Jugendliche. Mithilfe des Comics „Merle will so sein wie...“ wird aufgezeigt, wie sich die von Influencern auf Social-Media-Angeboten transportierten und zum Teil problematischen Körperbilder bzw. Schönheitsideale auf Kinder und Jugendliche auswirken können. Eltern werden für mögliche Folgen sensibilisiert.

### Material

- PDF Comic: „Merle will so sein wie...“, alternativ PPT Comic: „Merle will so sein wie...“
- Laptop, Beamer

### Vorbereitung

Halten Sie den Comic „Merle will so sein wie...“ (verfügbar als PDF oder PPT) in digitaler Form bereit, z. B. zur Ansicht über einen Bildschirm/Beamer. Der Comic ist im Bereich „Sexualisierte Inhalte: Problematische Körperbilder“ verfügbar.

### Möglicher Ablauf

- Beginnen Sie mit einer Impulsfrage, z. B. „An welchen Vorbildern haben Sie sich in Ihrer Jugend hinsichtlich Sport, Ernährung oder Aussehen orientiert?“. Sammeln Sie erste Antworten der Anwesenden.
- Zeigen Sie den Comic „Merle will so sein wie...“ für alle sichtbar und gehen Sie ihn gemeinsam durch. Klären Sie bei Bedarf offene Fragen zur Handlung. Verweisen Sie darauf, dass der Comic eine überspitzte Variante zeigt, um mögliche Folgen von problematischen Körperbildern auf Kinder und Jugendliche sichtbar zu machen. Das Einwirken der Eltern wird im Comic nicht thematisiert.
- Besprechen Sie den Comic, insbesondere die Auswirkungen auf das Mädchen. Sammeln Sie ggf. weitere Beispiele der Anwesenden aus dem eigenen Familienalltag oder anhand persönlicher Erfahrungen. Mögliche Impulsfragen:

- Kennen Sie die Situation aus dem Comic von Ihrem eigenen Kind?
  - Inwiefern können Sie das Verhalten des Mädchens nachvollziehen?
  - Sprechen Sie im familiären Alltag über die Lieblings-Influencer Ihres Kindes? Was fasziniert Ihr Kind besonders an diesen? Können Sie diese Faszination verstehen?
  - Können Influencer Ihrer Meinung nach (großen) Einfluss auf Kinder und Jugendliche haben?
  - Denken Sie an Ihre eigenen Vorbilder (entweder vergangene oder aktuelle): Kennen Sie den Druck, aussehen zu wollen, wie der Lieblingsstar, es aber nicht zu schaffen?
  - Können Sie sich vorstellen, wann die Orientierung an Vorbildern für Kinder und Jugendliche gegebenenfalls problematisch werden kann?
- Besprechen Sie mögliche Handlungsoptionen und Tipps für den eigenen Alltag. Anregung bieten die beiliegenden **„Handlungstipps zu problematischen Körperbildern“**. Die Tipps finden Eltern auch im Bereich „Sexualisierte Inhalte: Problematische Körperbilder“.



# Handlungstipps

## Interesse zeigen und offen sein

Im Gespräch mit Ihrem Kind können Sie herausfinden, warum es bestimmte YouTuber, Influencer oder Medienstars toll findet. Versuchen Sie zu verstehen, warum sie ggf. Vorbilder sind und was Ihr Kind an diesen Personen fasziniert. Es ist wichtig, dass Sie offen sind und Inhalte nicht abwerten, nur, weil sie Ihnen nicht gefallen.

## Schönheitsideale thematisieren und Alternativen anbieten

Sprechen Sie mit Ihrem Kind darüber, was es als schön empfindet und warum. Lassen Sie sich erklären, welche Schönheits-Vorbilder es hat (z. B. bestimmte Influencer, Musikerinnen und Musiker, Sportlerinnen und Sportler etc.). Zeigen Sie Ihrem Kind auch, was Sie selbst als schön erachten. Ihrem Kind kann so klarwerden, dass jeder etwas anderes als schön wahrnimmt.

## Inszenierung von Körpern in den Medien besprechen

Die Wirklichkeit unterscheidet sich oft stark von dem, was wir in den Medien sehen, z. B. Fotos auf Instagram oder ein Video auf YouTube. Das gilt vor allem dafür, wie Menschen aussehen. Oft wird ein „perfekter“ Körper präsentiert, der aber nur mithilfe verschiedener Tricks toll aussieht, etwa durch Schminken, Filter oder Kameraeinstellungen. Sensibilisieren Sie Ihr Kind für diese Tricks und besprechen Sie mit ihm, warum sie genutzt werden, z. B. um Geld zu verdienen oder viele Klicks zu erhalten.

## Problematische Körper- und Rollenbilder in den Medien besprechen

Es lässt sich schwer vermeiden, dass Kinder und Jugendliche in den Medien auf problematische oder sexistische Rollenbilder stoßen, z. B. in Musikvideos oder in Beiträgen von Influencern. Wenn Ihnen problematische Körper- oder Rollenbilder, körperbetonte und sexualisierte Darstellungen oder sexistische Geschlechterrollen auffallen, lohnt sich ein Gespräch mit Ihrem Kind. Sprechen Sie auch darüber, wie Sie selbst zu solchen Darstellungen stehen und was Sie ggf. als problematisch ansehen.

## Selbstwertgefühl stärken

Es ist wichtig, dass Sie das Bedürfnis Ihres Kindes nach Anerkennung ernstnehmen. Wertschätzung, die Kinder von ihrer Familie und Freunden erfahren, kann ihr Selbstwertgefühl stärken. Zeigen Sie Ihrem Kind, dass Sie es so lieben, wie es ist. Vermitteln Sie, dass innere Werte sehr wichtig sind.

## Sich Hilfe suchen

Stellen Sie an Ihrem Kind negative Veränderungen fest, z. B. dass es nichts mehr essen mag, immer dünner wird, ständig an sich selbst zweifelt oder durchgehend traurig wirkt, und Sie selbst nicht mehr weiterwissen, sollten Sie sich professionelle Hilfe suchen. Unterstützung bieten z. B. Familienberatungsstellen. Wenn Ihr Kind sich Ihnen nicht anvertrauen aber trotzdem mit jemandem sprechen möchte, gibt es für Kinder und Jugendliche auch anonyme Beratungsangebote wie z. B. die Nummer gegen Kummer. Ansprechstellen finden Sie in der „**Linkliste: Beratungsstellen und Hilfsangebote**“ im Bereich „Sexualisierte Inhalte: Problematische Körperbilder“.

