Gestörter Körper - zerbrochenes Selbst-Bild

Ilona Bürk München

Körperkult und Schönheitswahn

- Konsum und Mediengesellschaft
- Ästhetische Normen
- Mangelhafter Körper
- Schönheit ist machbar
- Weg zum Glück in der Liebe
- Chancen am Arbeitsmarkt
- Höheres Sozialprestige
- ….durch aktive Arbeit am Körper

Bewertungen – Äußere Schönheit

Was macht das Wesen eines Menschen aus?

Bedeutung der Beziehungsgestaltung

Selbstwahrnehmung

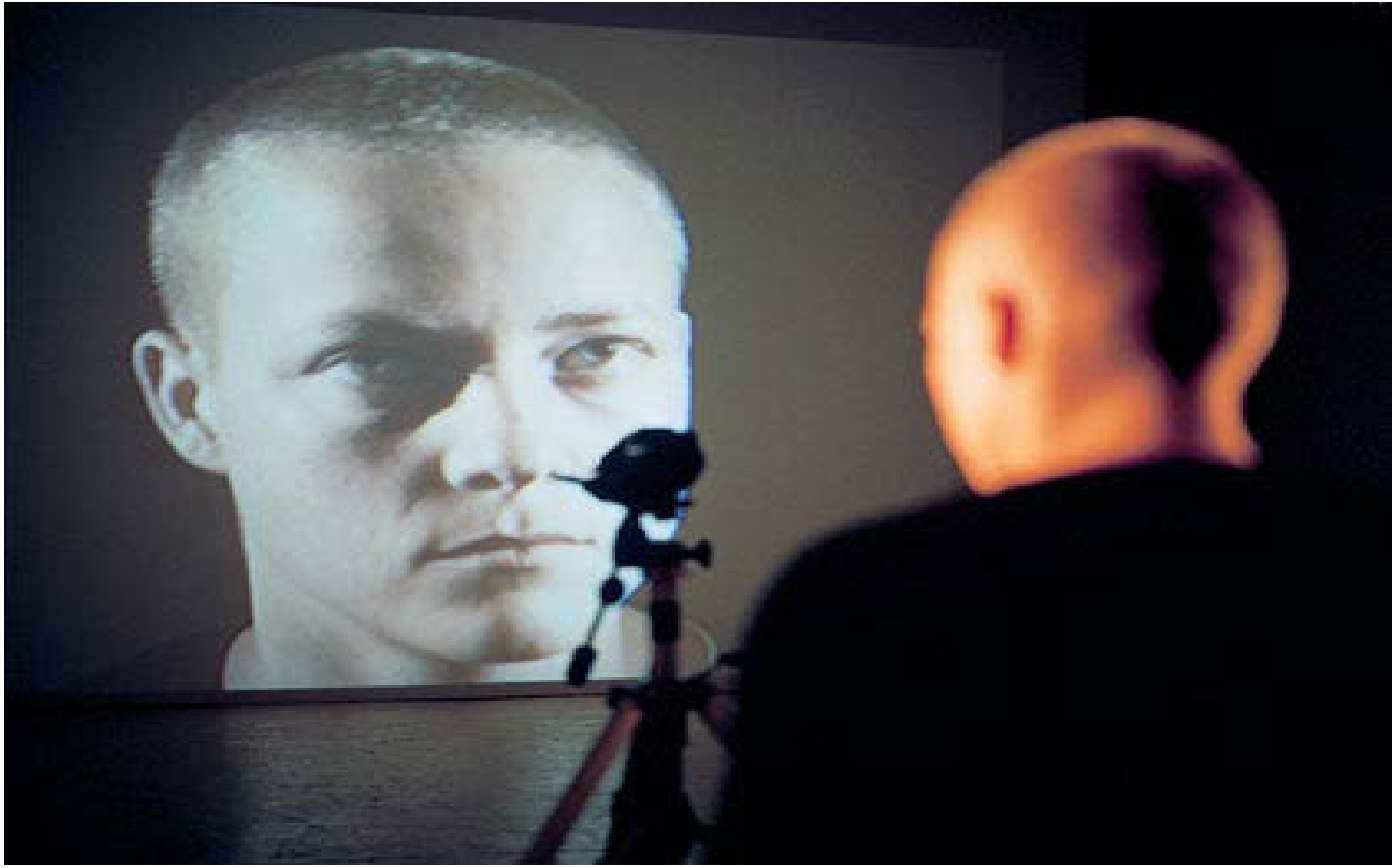
Verzerrung – Verleugnung
Verdrängung – Selbsttäuschung

Wunschbild, wie „man“ gerne sein möchte

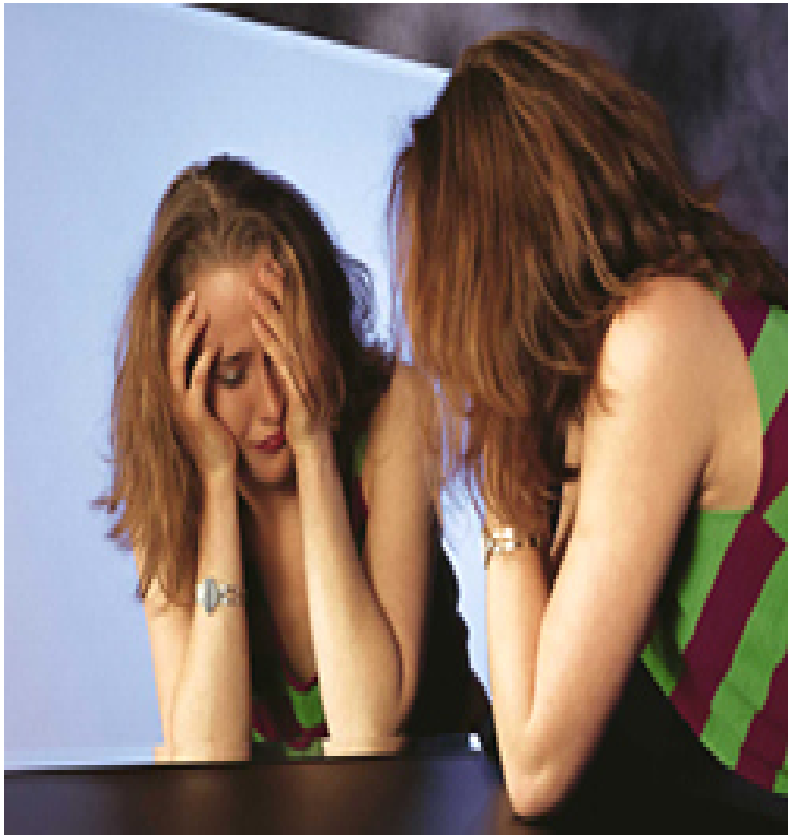
Angst und Scham entdeckt zu werden

nicht so zu sein, wie man gerne sein will

Wer bin ich?



Körperbild



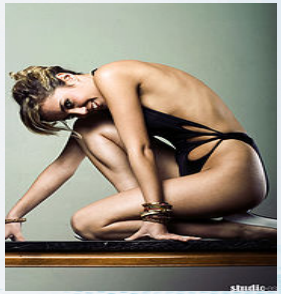
- Geistige Bild von Menschen
- Vergangene und gegenwärtige Erfahrungen
- Werte – Haltungen – Gefühle
- Wie reagieren Freunde und die Umwelt?
- Blicke der anderen
- Negative Rückmeldungen
- Vermeidung von Kontakten

Bild des „normalen“ Körpers

Unser Gehirn abstrahiert Regeln
Fernsehen – Kino – Presse
Schönheitsideal und Regel
Ideal „Schönheit mit ausschließlich zwei Brüsten

Umkehrschluss ?

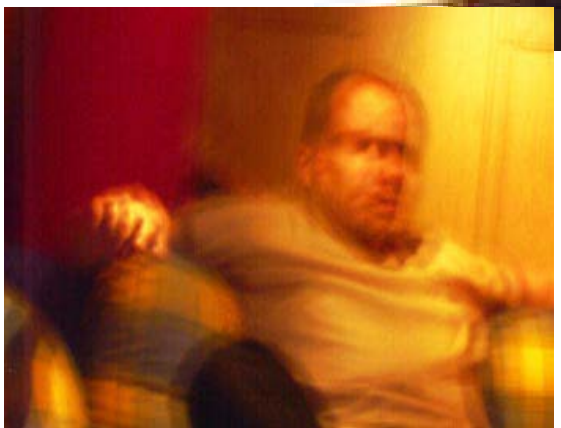
Schönheitsideale



Gestörter Körper

Zerbrochenes

Selbst Bild



Dimension der Biografie

Biografische Zeit

Selbstkonzeption

Körper

Wie wurde der Mensch zu dem was er ist?

Biografie

- Persönliche Tradition, Ess-Wohn-, Freizeitkultur
- Der eigene Körper / Wege zur Sexualität, Natur Umwelt, Kindheit
- Spiritualität, persönliche Glaubensbilder, Kontrollüberzeugungen
- Kognition, Emotion, Verhalten, Bewältigung

Biografische Zeit

- Leben in der Gegenwart
- Kommen aus der Vergangenheit
- Gehen in die Zukunft
- Erfahrungen in der Vergangenheit beeinflussen die Interpretation davon, wer man in der Gegenwart ist
- Vergangenheit und eine sich entfaltende Gegenwart bilden die Basis, wer man in Zukunft sein wird

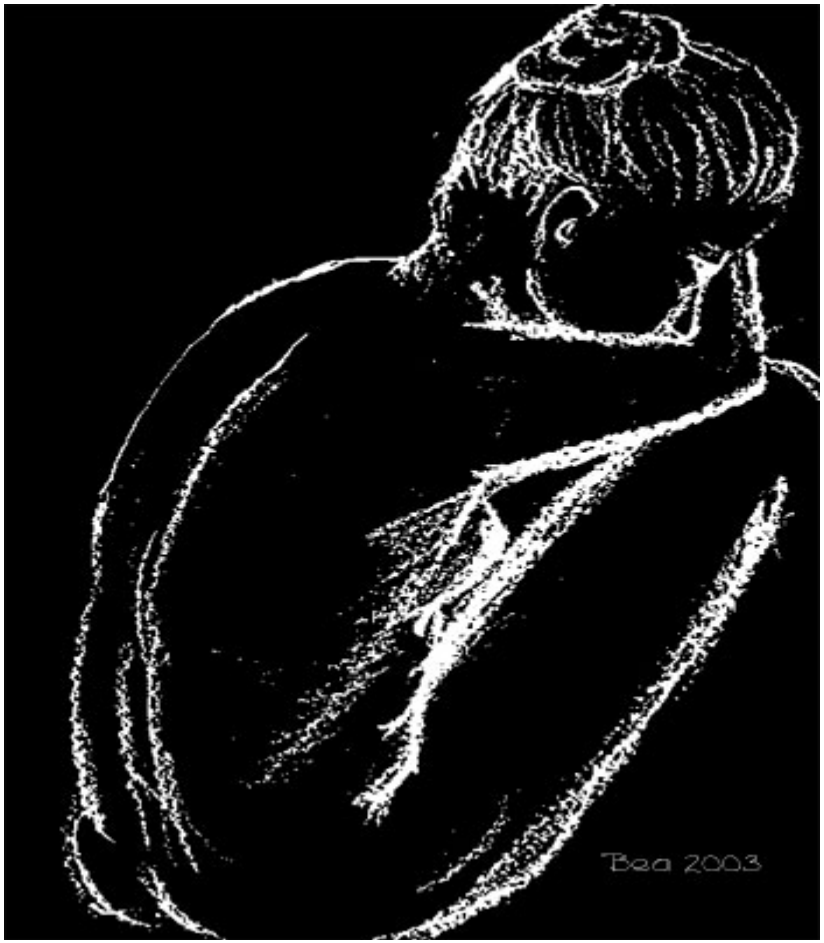
Selbstkonzeption

- Bezeichnung für das Bild, das eine Person von sich selbst hat. Zum S.-K. gehören die Gedanken und Gefühle, die eine Person sich selbst gegenüber hat.

Selbstbild

- Ein relativ konsistentes System von Erwartungen, Beurteilungen, Überzeugungen, Gefühlen und Wunschvorstellungen bezüglich der eigenen körperlichen, psychischen, sozialen und Verhaltensmerkmale (Fähigkeiten, Aussehen, Interessen, Gefühle, Werte u. a.);

Körper



- Medium, durch das Selbstkonzeption gebildet wird
- Sinneswahrnehmung
- Kommunikation
- Aufgabenerfüllung
- Bildung/- und Umbildung der Selbstkonzeption
- Mentale und physische Fähigkeiten, Aufgaben durchzuführen

Performanz

Performanz (engl. Performance) wird innerhalb der Psychologie gängigerweise mit Ausführung, Verrichtung, Handlung oder Leistung übersetzt. Innerhalb der Linguistik bisweilen mit Sprechverwendung bezeichnet.

Identität

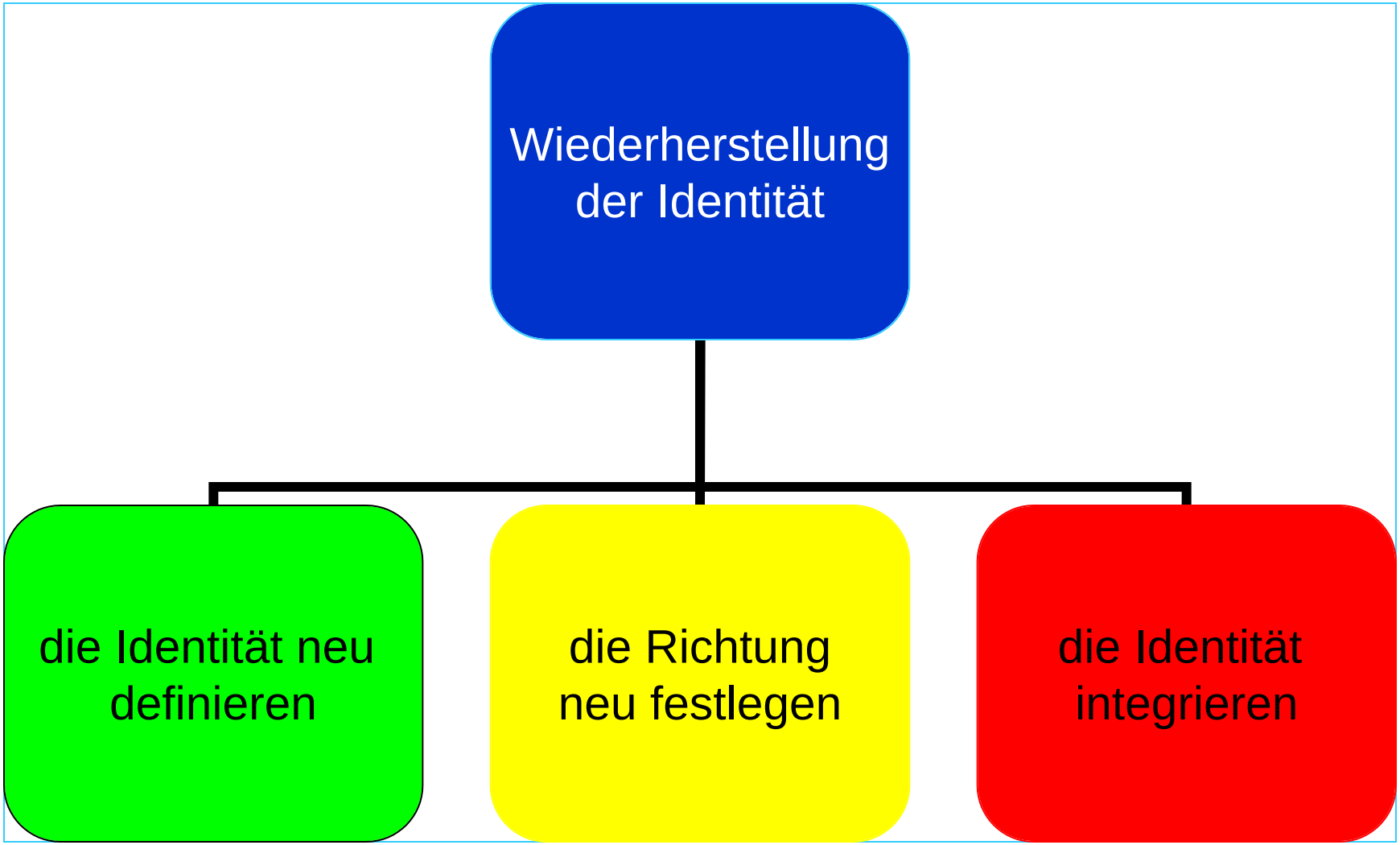
Selbstkonzept – Selbstwertgefühl - Kontrollinstanz

Identitätsbegriff nach
Frey und Haußer:

Identität als selbstreflexiver Prozess

Verschiedene Erfahrungen
innere, äußere - aktuelle

Identitätsbruch



Das Körperbild gerät ins Wanken

Folgen einer Chemotherapie prägen
„äußerlich“ und „innerlich“

Fehlende Haare
Gewichtsverlust
Beeinträchtigtes Selbstwertgefühl

Mit Körperbild- Veränderungen umgehen lernen

Innere Haltung – Neues Körperbild – Neue Identität

Neue Richtung

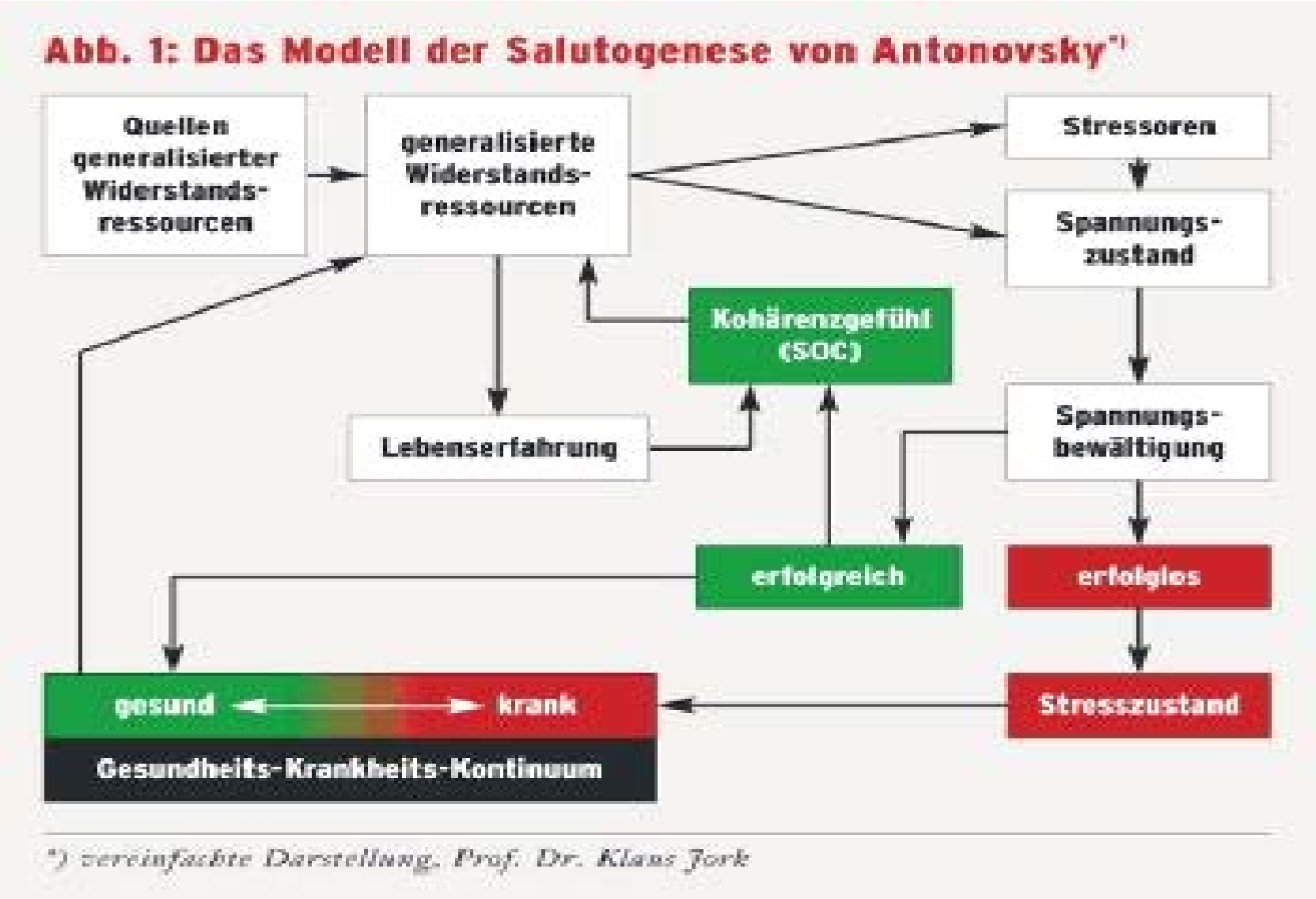
Wegweiser

© ixxi-seven

Handlungsfelder in der Pflege

- **Alten und intakten Aktivitäten neue Bedeutung geben**
- **Indem man die Relevanz des Handelns vom Körper auf den Geist bzw. vom Geist auf den Körper verlagert, was davon abhängt, welcher Aspekt von der Körperstörung mehr beeinträchtigt ist**
- **Kreativität und Phantasie anregen**
- **Hilfsmittel einsetzen, um Aktivitäten durchzuführen**

Salutogenese statt Pathogenese



Unterstützung durch Da-sein

- Zuhören, akzeptieren gewähren lassen
- Performanzen entwickeln
- Selbstpflege-Kompetenz fördern **(Selbstwirksamkeit)**
- Coping Strategien kennen
- Sinn konstruieren “Lebensqualität”

Jeder sieht,
was du scheinst.
Nur wenige fühlen,
wie du bist.
Niccolò Machiavelli