

# 50+ und der Traum vom jugendlichen Aussehen

ALEXANDRA GRILLITSCH & BRIGITTE JENULL

## Zusammenfassung

Medial aufbereitete Idealbilder und die Fortschritte der Technologie untermauern für viele Menschen den Wunsch, für immer jung zu sein, bzw. jugendlich auszusehen. Die hier vorzustellende Studie untersucht über ein exploratives, quantitativ-qualitatives Design die Körperzufriedenheit und das Anti-Aging-Verhalten von Frauen über 50 Jahren. Die Ergebnisse zeigen, dass sich die an der Studie beteiligten Frauen (N=99) im Schnitt um elf Jahre jünger fühlen, sich allerdings weniger attraktiv und unzufriedener mit dem eigenen Erscheinungsbild erleben als die jüngere Normstichprobe. Als unbeliebtester Körperteil, bei welchem durchaus auch ein chirurgischer Eingriff in Erwägung gezogen wird, wurden Bauch bzw. Taille genannt, gefolgt von Brust, Oberschenkel, Gesäß und Gesicht. Des Weiteren verweisen die Ergebnisse darauf, dass mit zunehmendem Alter ein altersentsprechender Kleidungsstil an Bedeutung gewinnt. Vor dem Hintergrund leistungsgesellschaftlicher Ansprüche mit nahezu skurrilen Idealbildern des Alter(n)s, wird die Entwicklung bzw. Aufrechterhaltung einer positiven Altersidentität zur großen Herausforderung.

**Schlüsselwörter:** *Alter, Altern, Anti-Aging, Körperzufriedenheit, Altersidentität, Kleidungsregeln*

## Summary

Media images and the advances in technology underpin for many people the desire to be forever young, or respectively look youthful. The present study followed an exploratory, quantitative-qualitative design to investigate the body satisfaction and the anti-aging behaviour of women over 50 years. The results show

that our participating women (N=99) feel younger almost about eleven years, however, less attractive and more dissatisfied with their own appearance compared with the normative sample. As unloved body parts our participants considered belly or waist, followed by breast, thighs, buttocks and face. Furthermore, the results point out that with increasing age, an age appropriate clothing style becomes more important. Against the background of a highly competitive society with almost bizarre ideals of age and ageing, the development and maintenance of a positive age identity is posed to be a great challenge.

**Keywords:** *age, aging, anti-aging, body satisfaction, age identity, clothing rules*

## **Einleitung**

Die demografische Entwicklung verspricht uns zusehends eine geriatrische Gesellschaft zu werden, in der vom Alter gezeichnete Menschen das Alltagsbild prägen. Altern ist ein integraler Bestandteil von Entwicklung und wird als komplexer Prozess mit zahlreichen biologischen, psychologischen, sozialen und ökologischen Einflussgrößen beschrieben (Kruse/Wahl 2010; Thomae 1993). In jeder der angeführten Dimensionen erleben wir Veränderungen und es wird im voranschreitenden Alterungsprozess schwieriger, die früher gewohnte Funktionsfähigkeit aufrechtzuerhalten. Definiert man das Alter, beginnend mit dem Ende der Berufstätigkeit, kann diese Phase bis zu 40 Jahre umfassen. Um die Komplexität der Lebensphase Alter besser verstehen zu können, wird in der Altersforschung zwischen dem 3. und dem 4. Lebensalter unterschieden (Baltes 1997; Laslett 1995). Das 3. Lebensalter umfasst die 65–80jährigen Menschen, welche in der Literatur gerne als die *jungen Alten* bezeichnet werden (Martin/Kliegel 2008) und deren körperliche und geistige Funktionstüchtigkeit zu einer positiven Sichtweise des Alter(n)s beitragen (Baltes 2007). Altersspezifische Funktionsverluste zeigen sich vermehrt im 4. Lebensalter, dem die über 80-Jährigen, die sogenannten *alten Alten* oder *Hochbetagten* zugerechnet werden. Multimorbidität, Mobilitätsprobleme und Schmerz nehmen deutlich zu (Walter/Hager/Lux 2008; Weber/Ferring/Glück 2008) und werfen einen weniger positiven Blick auf den Alterungsprozess. Neben den typischen Verlusterfahrungen in der Körperlichkeit, der Attraktivität, der Leistungsfähigkeit und der Rollenerfüllung steht das hohe

Alter aber auch für die endgültige Verankerung im Leben, wenn im Sinne der Generativität ein positiver Lebensrückblick gelingt (Kruse/Wahl 2010).

Die Verschiedenartigkeit und Komplexität in der sich der Alterungsprozess zeigt, lädt immer wieder zu individuellen Vergleichen ein und die damit verbundene Befindlichkeit ist eine äußerst ambivalente. Die Abkehr von der früher vorherrschenden defizitären Sichtweise des Alter(n)s bietet vor allem für die *jungen Alten* einen neuen Freiraum für die persönliche Entfaltung. Medial aufbereitet finden wir die Entsprechung dieser Sichtweise in den *golden* oder *best agers*, dargestellt als attraktive, dynamische und unabhängige Menschen, die sich voller Elan in einen neuen Lebensabschnitt stürzen. Trotz dieser positiven Darstellung muss doch festgehalten werden, dass die gealterten Menschen entweder gar nicht oder verändert gezeigt werden (Höppner 2011). Der allseits propagierte Jugendkult zeigt die gealterte Frau nahezu faltenfrei, fit und jugendlich schön. Natürlich alternde Frauen sind selten. Vielmehr werden Schauspielerinnen, Musikerinnen oder andere in der Öffentlichkeit stehende Frauen, die das 50. Lebensjahr bereits überschritten haben, als Sexsymbole gepriesen, die die ideale Frau im fortgeschrittenen Alter verkörpern: Glatte Stirn, strahlendes Gesicht, perfekter und straffer Körper und, nach außen hin, in den letzten 20 Jahren nicht gealtert. Ein Ideal, das für viele Frauen unerreichbar ist. Nach Cardona (2008) und Slevin (2010) wird das Altern in der heutigen Gesellschaft recht pointiert als Krankheit bezeichnet, die es zu heilen gilt, indem man jugendliches Aussehen bewahrt und es vermeidet zu altern.

Und wie die bisherigen Ausführungen schon nahe legen, haben wir es mit sehr geschlechtsspezifischen Betrachtungen zu tun. Frauen gelten schneller als alt. Die unterschiedliche soziale bzw. gesellschaftliche Bewertung des Alter(n)s bei Frauen und Männern wird dadurch deutlich, dass Frauen als alt betitelt werden, sobald sie das jugendliche Alter überschritten haben (Maierhofer 2008). Gildemeister und Robert (2008) geben an, dass Frauen mit Verlust der Reproduktionsfähigkeit, also ab Mitte 40, als alt gelten. Bei Männern würde das Alter ab Mitte 60 beginnen. Ganz allgemein dürfte das Alter(n) bei Männern durchaus mit positiven Gefühlen und Eigenschaften verbunden sein. So wird graues Haar bei Männern ab einem gewissen Alter als ästhetischer eingestuft, als dies bei Frauen desselben Alters der Fall wäre. Dieses Phänomen der ungleichen Betrachtung desselben Sachverhalts bezeichnet Sonntag (1979) als *double standard of aging*.

Das weibliche Geschlecht ist deutlich mehr von Altersdiskriminierung betroffen. Auch das ungeschriebene Gesetz, welches besagt, dass Frauen nicht nach ihrem biologischen Alter gefragt werden dürfen, ist ein Hinweis auf die Sensibilität dieses Themas (Derra 2012).

Dass viele Frauen ihr Äußeres mit ihrem inneren Selbst in Einklang bringen wollen, zeigt sich im Abgleich von gefühltem und tatsächlichem Alter. Eine positive Altersidentität liegt dann vor, wenn sich die befragte Person jünger fühlt als sie tatsächlich ist; übersteigt das gefühlte Alter das kalendarische Alter, deutet dies auf eine negative Altersidentität hin (Westerhof/Barrett 2005). Featherstone und Hepworth (1991) meinen, dass sich viele Menschen jünger fühlen, als sie tatsächlich sind, und ihr Äußeres als eine Maske empfinden. Die Diskrepanz zwischen äußerem Erscheinungsbild und dem inneren subjektiven Empfinden spiegelt sich in der Altersmaske, welche das individuelle Selbst, die Identität des Menschen verdeckt. Jones (2006) fand in ihrer Studie heraus, dass Personen im fortgeschrittenen Alter das Wort *alt* selten benutzen, um sich selbst zu beschreiben. Vielmehr greifen sie auf die Benutzung von *älter* zurück. Für dieses Studienergebnis spricht auch der *subjective age bias*, welches das Gefühl, sich trotz zunehmenden Alters immer jünger zu fühlen, beschreibt (Weiss/Lang 2012). Dieser Bias gilt als guter Indikator für psychisches Wohlbefinden und hohes Selbstwertgefühl und nimmt mit steigendem Alter zu (Knoll/Rieckmann/Scholz/Schwarzer 2004; Weiss/Lang 2012; Westerhof/Barrett 2005). In der Kindheit bzw. im frühen Erwachsenenalter wird eine solche Lücke zwischen gefühltem und chronologischem Alter nicht vermutet (Rubin/Berntsen 2006).

Wie schon mehrfach angedeutet, wird die Wahrnehmung des eigenen Alter(n)s großteils körperlich erlebt und die Unzufriedenheit der Frauen mit dem eigenen Körper scheint allgegenwärtig. Durch Modetrends, welche vor allem über Medien verbreitet werden, steigt die Körperunzufriedenheit in den letzten Jahrzehnten allgemein jedoch weltweit an. Körpergewicht, wie auch Form und Größe des eigenen Körpers zählen zu den elementaren Merkmalen des Aussehens, welche zu einer Körperunzufriedenheit führen (Burke/Schaefer/Thompson 2012). Durch die Internalisierung des Schönheitsideals setzen sich Frauen unter Druck, so schlank, makellos und jung wie die Medienbilder zu sein. Dabei wird auf die digitale Retusche und darauf, dass nur fünf Prozent der Frauen die biologischen Voraussetzungen haben, um den gängigen Idealen zu entsprechen, ganz vergessen

(Gläsel 2002). Eine der wichtigsten Theorien um die Körperunzufriedenheit zu erklären ist die Objektifizierungstheorie von Frederickson und Roberts (1997) die darauf beruht, dass der weibliche Körper, schon von Kleinmädchentagen an, einer Bewertung von Außen unterliegt. Die Bewertung vollzieht sich sowohl im interpersonellen und sozialen (*Mädchen werden mehr betrachtet als Jungen*) als auch im medialen Bereich (*Darstellung von Frauen als attraktiv und sexuell interessant*). Dies führt in weiterer Folge zu einer objekthaften Darstellung und Inszenierung des eigenen Körpers, d. h., der Blick von Frauen richtet sich auf ihren Körper wie auf ein Objekt, welches sie beurteilen. Eltern, insbesondere Mütter, übernehmen eine zentrale Rolle in der Entwicklung des kindlichen Körperbildes (Levine/Chapman 2011). Variablen die das Körperbild negativ beeinflussen sind ein abwertendes Feedback der Mütter, mütterliche Ablehnung der töchterlichen Figur, das von der Tochter wahrgenommene mütterliche Essverhalten und die mütterliche Einstellung zum Körperbild (Cooley/Torey/Wang/Valdez 2008). Pook, Brähler und Tuschen-Caffier (2009) untersuchten an einer Stichprobe von 1.060 Frauen zwischen 14 und 93 Jahren die Zufriedenheit mit dem eigenen Körper und fanden heraus, dass Frauen über 65 Jahren weniger unzufrieden mit ihrer Figur sind. Zu einem ähnlichen Ergebnis kamen Öberg und Tornstam (1999), wo sich die Körperzufriedenheit von Frauen in höheren Lebensjahrzehnten verbesserte und sich ab einem Alter von 75+ sogar jenen der Männer angleich. Tiggemann und McCourt (2013) untersuchten den Einfluss des Alters auf ein positives Körperbild, wie auch den Einfluss des Alters auf den Zusammenhang zwischen positivem Körperbild und Körperzufriedenheit. Die Ergebnisse zeigen einen positiven linearen Zusammenhang zwischen Alter und positivem Körperbild, wie auch einen positiven Zusammenhang zwischen Körperbild und Figurunzufriedenheit in allen Altersgruppen, jedoch war letzterer bei älteren Frauen geringer. Forscher/innen sind sich zunehmend einig, dass sich das Körperbild älterer Frauen über die Lebensspanne verändert und eine wichtige Quelle für das eigene Selbstwertgefühl ist (Baker/Gringart 2009).

Der Druck schön zu sein bzw. jugendlich auszusehen, den die Öffentlichkeit auf Menschen, vor allem Frauen, ausübt, lässt seit den 1990er Jahren die Schönheitsindustrie boomen (Petersen/Seear 2009). Diese suggeriert allgegenwärtig, dass die äußerlichen Merkmale des Alter(n)s, wie Falten, ein unförmiger Busen oder brüchige Haut, abnormal seien, um Frauen in die Anti-Aging-Falle

zu locken (Smirnova 2012). Diverse Anti-Aging-Produkte, welche versprechen, aus Frauen einen ewigen Jungbrunnen zu machen oder sie zumindest als solchen aussehen zu lassen, finden immer mehr Anwendung. Muise und Desmarais (2010) belegen, dass trotz der fraglichen Wirkung von Anti-Aging-Produkten Frauen diese kaufen und benutzen. Ein Grund dafür, so die Autor/inn/en, könnte das Gefühl, Kontrolle über das Alter(n) zu haben, sein. Nach Gildemeister und Robert (2008) wird schön sein mit einem jugendlichen Aussehen, also faltenarmer und vitaler Haut, gleichgesetzt. Das Erscheinungsbild einer alten Frau zu haben, bewerten viele als negativ. Der Körper wird also nicht als etwas Unveränderbares angesehen, der einem a priori gegeben wurde und den es gilt zu akzeptieren. Vielmehr strebt unsere postmoderne Gesellschaft danach, körperlichen Verfall zu kompensieren und zu modifizieren. Alter(n) wird mehr und mehr zu einem individuell zu verantwortendem Projekt und der Körper zu einer Baustelle der Selbstoptimierung (Posch 2009). Äußerliche Anzeichen von Alter(n) werden im Rahmen des *Doing Beautification Age* verändert und der Körper so manipuliert, sodass das kalendarische Alter nach unten gedrückt wird (Höppner 2011; Klein 2010). Nach Gugutzer (2004) fällt unter diese Schönheitsprogramme das Schönheitshandeln auch das Verändern der Haarfarbe, das Auftragen von Make-up und Maßnahmen, die das Gewicht oder das Aussehen des Körpers modifizieren können, wie etwa Fitness oder eine Diät. In einer von der *Deutschen Gesellschaft für Ästhetisch-Plastische Chirurgie (DGÄPC)* herausgegebenen Statistik aus dem Jahr 2012 geht hervor, dass Patientinnen, die sich Schönheitsoperationen unterziehen, älter werden. Der Anteil der Patientinnen liegt laut DGÄPC mit 83.2% deutlich über jenem der Männer. Der Altersdurchschnitt von Frauen, die einen Eingriff vornehmen lassen, beträgt knapp 41 Jahre. Vor allem bei Patientinnen, die über 60 Jahre sind, werden ästhetisch-plastische Eingriffe immer beliebter. Operationen, die den höchsten Altersdurchschnitt aufweisen und sich großer Beliebtheit erfreuen, sind Hals-Stirn-Facelift, Lidstraffung, Faltenunterspritzung, non-invasive Behandlungen und Botulinumbehandlungen (DGÄPC 2012/2013). In der Studie von Slevin (2010), in welcher amerikanische Frauen und Männer zwischen 60 und 89 Jahren befragt wurden, sprachen sich die meisten Frauen für eine Schönheitsoperation aus bzw. hatten bereits eine solche oder planten sich einer plastischen Operation zu unterziehen.

Um Teil einer Jugendgesellschaft sein zu können, wird Schönheitshandeln oder die Herstellung von Schönheit zu einem zentralen identitätsstiftenden Akt (Posch 2009). Bei Menschen, die sich über ihr äußeres Erscheinungsbild definieren, spielt auch die Kleidung eine wesentliche Rolle. Über den Kleidungsstil bringen wir die eigene Individualität zum Ausdruck und können uns damit, im Sinne des *Doing age*, mehr oder weniger jugendlich inszenieren. Der menschliche Körper ändert sich im Laufe der Zeit und diese Veränderungen werden bei der Kleiderwahl miteinbezogen. Im 3. Lebensalter zeigen Frauen mehr Interesse daran gut auszusehen, indem sie ihre Kleidung ihrem veränderten Körper anpassen, um Makel so gut als möglich auszugleichen bzw. zu verstecken (Twigg 2007). Im 4. Lebensalter wird weniger Wert auf modische Kleidung gelegt, ihre Funktionalität rückt in den Vordergrund. Alte Frauen tendieren dazu, Kleidung zu tragen, die länger und formloser ist, und zudem dezentere, düstere und weichere Farben, wie grau, beige, zartlila oder marineblau, aufweisen (Lurie 1992). Obwohl es keine Kleidung gibt, die speziell für Frauen im fortschreitenden Alter gedacht ist, scheint es dennoch Regeln zu geben, die bei der Kleiderwahl berücksichtigt werden. Unangebracht jugendliches oder auch aufreizendes Kleidungsverhalten gilt als unpassend. In einer Studie von Rexbye und Povlsen (2007) wurden Meinungen zu einem Foto, welches eine 73-jährige Frau mit, wahrscheinlich gefärbten, schwarzen Haaren darstellt und die mit Jeans, einer Bluse, die viel Dekolleté zeigt, High Heels und Goldschmuck bekleidet ist, eingeholt. Die Mehrheit der befragten Personen zwischen 22 und 87 Jahren äußerte sich negativ. Die gezeigte Frau wurde mit Adjektiven wie billig und nicht vertrauenswürdig beschrieben, die nicht in der Lage ist, würdevoll zu altern. Rexbye und Povlsen (2007) schlussfolgern, dass diese Art der Kleidung sexuelle Aktivität ausstrahlt, welche von den Studienteilnehmer/innen bzw. der Gesellschaft ab einem gewissen Alter als nicht erlaubt angesehen wird. Vielmehr wird darauf hingedeutet, dass die Ausstrahlung von Sexualität den Jugendlichen bzw. jungen Erwachsenen vorbehalten ist. Der Körper und der Bekleidungsstil älterer Frauen sollen eher in Richtung Unsichtbarkeit tendieren (Höppner 2011). Regeln für das Tragen bestimmter Kleidung scheinen also zu gelten, ein Verstoß dagegen wird gesellschaftlich sanktioniert.

Wenn in einer jugendzentrierten Gesellschaft körperidealisierende Botschaften ältere Frauen dazu motivieren, hinter der Altersmaske ihr jugendliches Selbst

aufrechtzuerhalten, steigt der Druck sich durch Anti-Aging und Doing age Strategien auch äußerlich immer wieder zu erneuern. Für die vorliegende explorative Studie ist von Interesse, wie sich der Druck, jugendlich auszusehen, auf die Alter-identität auswirkt. Aspekte des sich jünger Fühlens und der Körperzufriedenheit von Frauen im fortgeschrittenen Alter werden dafür herangezogen. Darüber hinaus wird nach den individuellen Handlungsmustern – den Anti-Aging und den Doing Age-Strategien gefragt und ein Meinungsbild zu Verhaltensregeln im Alter erhoben.

## **Methode**

Zielgruppe für die Erhebung waren Frauen, welche das 50. Lebensjahr bereits erreicht oder überschritten haben. Die untere Altersgrenze wurde um die Lebensmitte festgesetzt, da Frauen mit Eintritt in die Wechseljahre als alt gelten (Gildemeister/Robert 2008) und das Pensionsantrittsalter für Frauen in Österreich bei circa 57 Jahren liegt (Statistik Austria 2013). Die Teilnehmerinnen wurden von der Erstautorin durch das Schneeballsystem an die Studie herangeführt. Die Fragebögen wurden zuerst an Bekannte, Freundinnen und Familie übermittelt, woraufhin diese die Fragebögen ebenfalls im Freundes- und Bekanntenkreis weiterreichten.

## ***Erhebungsinstrumente***

Um die Körperzufriedenheit zu ermitteln wurde der Fragebogen zur Beurteilung des eigenen Körpers (FBeK) von Strauß und Richter-Appelt (1996) herangezogen. Der FBeK ist ein standardisierter Fragebogen, welcher aus 52 Items und den vier Subskalen, Attraktivität/Selbstvertrauen (Skala 1, 15 Items), Akzentuierung des körperlichen Erscheinungsbildes (Skala 2, 12 Items), Unsicherheit/Besorgnis (Skala 3, 13 Items) und körperlich-sexuelle Missempfindung (Skala 4, 6 Items) besteht. Skala 3 wurde aufgrund des fehlenden thematischen Kontexts nicht vorgegeben, daher beläuft sich die Anzahl der Items aus dem FBeK in der vorliegenden Studie auf 39 Items.

Zusätzlich wurden die Studienteilnehmerinnen gebeten, Alter, Größe und Gewicht anzugeben. Mit diesen Informationen wurde der BMI für jede Studienteilnehmerin berechnet und entsprechend den WHO-Richtlinien in die Kategorien Untergewicht (<18.5), Normalgewicht (BMI 18.5–24.9), Übergewicht (BMI



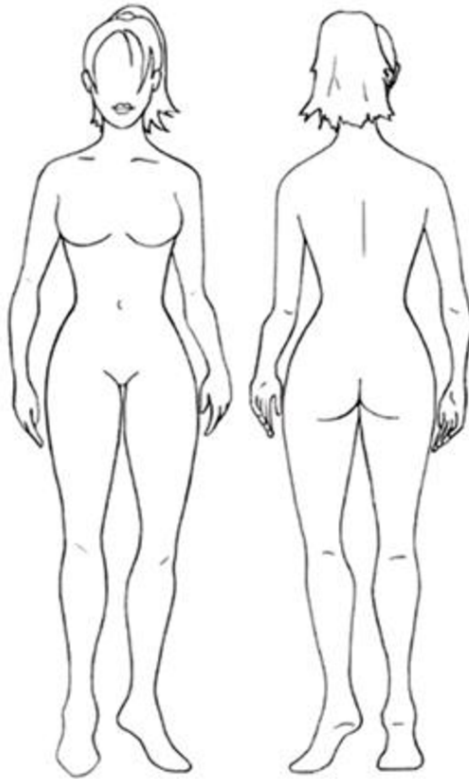


Abbildung 1. Schematische Darstellung des weiblichen Körpers ([http://2.bp.blogspot.com/\\_0Wd1VnyjnH0/TMGZLamczDI/AAAAAAAAAKo/TmeeajHHyB4/s1600/Women+Hourglass.JPG](http://2.bp.blogspot.com/_0Wd1VnyjnH0/TMGZLamczDI/AAAAAAAAAKo/TmeeajHHyB4/s1600/Women+Hourglass.JPG))

---

25–29.9), Adipositas Grad I (BMI 30–34.9), Adipositas Grad II (BMI 35–39.9) und Adipositas Grad III (BMI >39.9) eingeteilt (WHO 2000).

Des Weiteren wurden den Studienteilnehmerinnen 4 offene Fragen gestellt: Die 1. bedurfte einer Antwort auf die Frage, wie alt sich die Personen fühlen (*gefühltes Alter*). Nachfolgend wurde nach Kleidungsregeln im fortgeschrittenen Alter gefragt (*Sind Sie der Meinung, dass es ungeschriebene Regeln für das Tragen*

*bestimmter Kleidung für Frauen im fortgeschrittenen Alter gibt?*). Danach wurde eine Abbildung des weiblichen Körpers (s. Abb. 1) vorgelegt, bei welcher die Teilnehmerinnen aufgefordert wurden, jene Stellen zu markieren, die sie chirurgisch ändern würden, wenn sie die Möglichkeit dazu hätten. Die letzte Frage zielte darauf ab, Informationen zum Standard-Schönheitsprogramm der teilnehmenden Frauen zu gewinnen.

Zur Berechnung und Auswertung der Fragebögen wurde das Programm SPSS herangezogen. Verglichen wurden die Ergebnisse mit der Normstichprobe des FBeKs. Die offene Frage bezüglich der Kleidungsregeln im Alter und zum Standard-Schönheitsprogramm wurde mit der qualitativen Inhaltsanalyse nach Mayring (2008) ausgewertet.

## **Ergebnisse**

### ***Alter und gefühltes Alter***

An der Studie beteiligten sich 99 Frauen, die im Schnitt 58 Jahre (SD=9) alt waren, wobei die jüngsten Teilnehmerinnen 50 Jahre und die ältesten Teilnehmerinnen 85 Jahre alt waren. Der Mittelwert des gefühlten Alters lag bei 47 Jahren (SD=11). Die Studienteilnehmerinnen fühlen sich demnach im Mittel um elf Jahre jünger, als sie tatsächlich sind. Nur eine Person gab an, sich älter zu fühlen, als sie tatsächlich ist.

### ***Gewicht***

Der BMI der Frauen betrug durchschnittlich 28.28 (SD=4.25). Zwei der befragten Frauen hatten einen Wert knapp unter der Normalgewichtsgrenze. 42 Frauen konnten aufgrund ihrer Größen- und Gewichtsangaben der Kategorie Normalgewicht und 40 Frauen der Kategorie Übergewicht zugeordnet werden. 13 von 99 Frauen wiesen einen BMI von über 30, also Adipositas, auf. Zwei Frauen machten keine Angaben zu ihrem Gewicht bzw. zu ihrer Größe. Kritisch muss an dieser Stelle erwähnt werden, dass die Veränderungen des Körperbaus, die mit dem Alter(n) einhergehen, wie beispielsweise die Verminderung der Muskelmasse, die Zunahme von Fettmasse (Hughes/Frontera/Roubenoff/Evans/Fiatarone/Singh 2002) oder die Abnahme der Körpergröße (Sorkin/Muller/Andres 1999) in der vorliegenden Studie unberücksichtigt blieben. Obwohl die Sinnhaftigkeit einer Benutzung des BMI bei älteren Menschen oftmals aufgrund der ge-

nannten Aspekte angezweifelt wird (Zamboni et al. 2005), wird in Ermangelung altersadaptierter Norm- und Zielwerte (Lechleitner 2013) an der Empfehlung der WHO, die gleichen Cut-Off-Werte wie bei Jüngeren (WHO 2004) zu verwenden, festgehalten.

### ***Körperzufriedenheit***

Um die Frage nach dem Unterschied hinsichtlich der Beurteilung des eigenen Körpers von den für diese Studie befragten Frauen und der Körperzufriedenheit der Normstichprobe, welche 1993 an Studentinnen erhoben wurde, zu eruieren, wurde nach Prüfung der Voraussetzungen ein unabhängiger T-Test gerechnet. Für die erste Skala ergab sich ein hoch signifikanter Unterschied ( $p < .01$ ) zwischen der Normstichprobe ( $M=10.9$ ,  $SD=3.8$ ) und den in dieser Studie befragten Frauen ( $M=3.23$ ,  $SD=2.71$ ). Dies zeigt, dass Frauen über 50 einen niedrigeren Wert hinsichtlich Attraktivität bzw. Selbstvertrauen aufweisen. Auch Skala 2, welche die Freude an der Beschäftigung mit dem eigenen Körper beschreibt, lieferte einen hoch signifikanten Unterschied ( $p < .01$ ) zwischen der Normstichprobe ( $M=8.0$ ,  $SD=2.4$ ) und den Studienteilnehmerinnen ( $M=4.90$ ,  $SD=2.48$ ). Somit zeigen Frauen über 50 einen niedrigeren Wert gegenüber der Normstichprobe hinsichtlich der Akzentuierung des Erscheinungsbildes. Wie bereits bei den ersten beiden Skalen wurde auch bei der dritten Skala (körperlich-sexuelle Missempfindung) ein hoch signifikanter Unterschied ( $p < .01$ ) zwischen der Normstichprobe ( $M=1.86$ ,  $SD=1.7$ ) und den befragten Frauen über 50 Jahren ( $M=4.11$ ,  $SD=1.63$ ) gefunden.

Um etwaige Unterschiede zwischen verschiedenen Altersgruppen und den einzelnen Skalen feststellen zu können, wurden willkürlich zwei Alterskategorien gebildet. Der 1. Gruppe wurden alle Teilnehmerinnen, welche zwischen 50 und 59 Jahre alt sind ( $n=67$ ) zugeordnet. Der Gruppe 2 gehören jene Frauen an, die das 60. Lebensjahr bereits erreicht bzw. überschritten haben ( $n=32$ ). In keiner der drei Skalen konnte ein signifikanter Unterschied gefunden werden. Korrelationsberechnungen ergaben lediglich für Skala 3 einen schwachen, indirekt proportionalen Zusammenhang ( $\beta = -.23$ ,  $p = .03$ ). Je höher also das Alter ist, desto niedriger sind die Werte in der Skala *körperlich-sexuelle Missempfindung*.

Hinsichtlich des Gewichts ergab sich ein hoch signifikanter Unterschied ( $p < .01$ ) zwischen normalgewichtigen und übergewichtigen Frauen in Skala 1.

Frauen mit Übergewicht weisen einen höheren Wert in der Attraktivität bzw. dem Selbstvertrauen auf, was bedeutet, dass sie sich selbstbewusster und attraktiver fühlen als Frauen mit Normalgewicht.

### ***Anti-Aging***

Um zu erfahren, welche Körperteile als besonders unbeliebt gelten, wurden den Frauen zwei Abbildungen des weiblichen Körpers, also die Vorder- und Rückseite, vorgelegt (s. Abb. 1). Dazu erhielten sie folgende Information: *»Stellen Sie sich vor, Sie bekommen einen Gutschein für chirurgische und nicht-chirurgische Maßnahmen in einer bekannten Schönheitsklinik. Kreuzen Sie bitte in der folgenden Abbildung jene Körperteile an, die Sie verändern würden!«*. Für die Auswertung wurden die Körperabbildungen in einzelne Bereiche eingeteilt: Gesicht, Haare, Hals, Brust, Oberarme, Unterarme, Hände, Bauch/Taille, Schambereich, Gesäß, Hüften, Oberschenkel, Knie, Unterschenkel/Waden und Füße. Von den 99 Studienteilnehmerinnen machten 30 keine Angaben. 14 davon fallen unter die 50 bis 59-jährigen und 16 unter jene Personen, die 60 Jahre oder älter sind. Tabelle 1 gibt einen Überblick zu den häufigsten Wünschen einer körperlichen Veränderung.

Frauen im Alter zwischen 50 und 59 Jahren äußerten insgesamt 84 Veränderungswünsche und die 16 über 60-jährigen Studienteilnehmerinnen nannten in Summe 23 Wünsche an die Schönheitsklinik. Am häufigsten wurde der Bereich »Bauch bzw. Taille« angekreuzt. Von den 50 bis 59-jährigen Frauen setzten 24 ihre Kreuze in diesem Bereich. Von den Frauen, welche das 60. Lebensjahr erreicht bzw. überschritten haben, würden neun den Bauch bzw. die Taille verändern lassen. Zwölf Frauen von den 50 bis 59-jährigen würden ihre Brust, je neun Personen ihre Oberschenkel oder Gesäß und acht Frauen ihr Gesicht bzw. den Hals chirurgisch und nicht-chirurgisch verändern lassen. Außerdem wünschten je sechs von jenen Frauen zwischen 50 und 59 Jahren eine Veränderung bei den Hüften oder Unterschenkel bzw. Waden. Von den Teilnehmerinnen, welche zwischen 50 und 59 Jahre alt sind, gaben zwei an, dass sie alles verändern würden und 8 gaben an, dass sie ihren Körper so beibehalten wollen, wie er ist und sich keinen chirurgischen oder nicht-chirurgischen Maßnahmen unterziehen möchten. Von den Frauen welche älter als 60 Jahre sind gab keine an nichts verändern zu wollen. Eine der Frauen gab an, alles verändern zu wollen. Maßnahmen an Füßen

<b>Körperbereich</b>	<b>N<sub>50-59</sub>=53</b>	<b>N<sub>60+</sub>=16</b>
Bauch/Taille	24	9
Brust	12	2
Oberschenkel	9	2
Gesäß	9	3
Gesicht/Hals	8	3
Unterschenkel/Waden	6	1
Hüften	6	
Füße		1
Haare		1
Alles	2	1
Nichts	8	

*Tabelle 1.* Wunsch nach Schönheits-OP. Anm.: Die Angaben in der Tabelle beziehen sich auf 69 Studienteilnehmerinnen. Mehrfachantworten waren möglich.

oder Unterschenkel bzw. Waden, wie auch Haarimplantate waren ebenfalls Einzelnennungen. Jeweils zwei der über 60-jährigen Frauen würden Brust oder Oberschenkel und jeweils drei Gesäß oder Gesicht bzw. Hals chirurgisch oder nicht-chirurgischen Maßnahmen unterziehen.

Des Weiteren wurden in einem offenen Antwortformat die Teilnehmerinnen nach ihrem Standard-Schönheitsprogramm gefragt. Die Aussagen wurden entsprechend der qualitativen Inhaltsanalyse nach Mayring (2008) mittels induktiver Kategorienbildung ausgewertet. Abbildung 2 bildet die häufigsten Antworten ab.

Die häufigsten Nennungen erzielten regelmäßige Körperpflege (n=68), gefolgt von Pediküre (n=31) und die Verwendung von Kosmetika (n=29), wie auch Make-up (n=28) und Gesichtspflegeprodukten (n=25). Weniger Nennungen erzielten Maniküre (n=22), regelmäßige Friseurbesuche (n=20), ein gesunder Lebensstil (n=18), regelmäßige Haarentfernung (n=14), Sport (n=14) und Haarpflege (n=14). Die geringsten Nennungen betrafen Wellness (n=9), regelmäßige Zahnarztbesuche (n=7) und Termine im Kosmetikstudio (n=4).

# Standard-Schönheitsprogramm

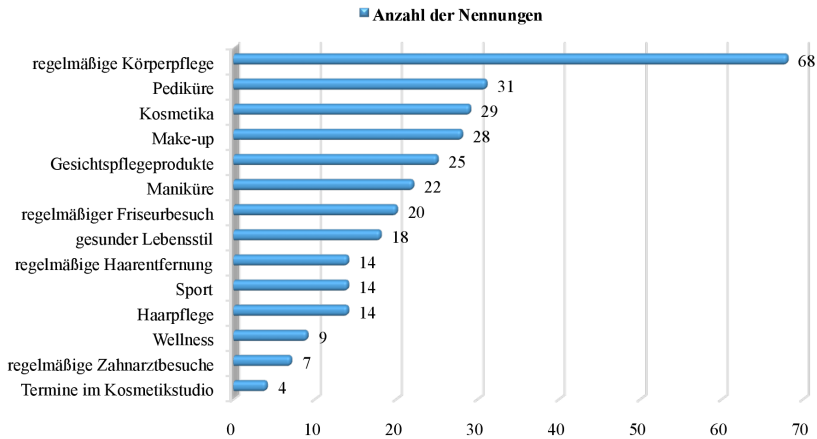


Abbildung 2. Standard-Schönheitsprogramm der Studienteilnehmerinnen

## ***Kleidungsregeln***

Der Großteil der befragten Frauen (67%) bejahte die Frage, ob es Regeln für das Tragen bestimmter Kleidung für Frauen im fortgeschrittenen Alter gibt. Die konkret gegebenen Antworten wurden inhaltsanalytisch, unter Anwendung induktiver Kategorienbildung (Mayring 2008) ausgewertet. Die folgende Tabelle illustriert die Hauptkategorien für die beiden Alterskategorien unter Angabe der Häufigkeiten und einigen markanten Ankerbeispielen.

Wie aus Tabelle 2 hervorgeht, wurden die ersten beiden Kategorien nahezu gleich häufig genannt. Die 50 bis 59-jährigen Frauen sind der Ansicht, dass sich Frauen einerseits altersgerecht kleiden sollten, andererseits aber auch die Freiheit haben sollten, selbst zu entscheiden, welche Kleidung sie tragen wollen. Frauen über 60 zeigen jedoch eine starke Tendenz hinsichtlich altersgerechter Kleidung. Die Korrelationsberechnung ergab einen schwachen, indirekt proportionalen Zusammenhang ( $\beta = -.24$ ,  $p = .02$ ) zwischen dem Alter und den Regeln für das Tragen von Kleidung im fortgeschrittenen Alter. Je höher das Alter, desto mehr folgen die teilnehmenden Frauen einer Kleiderordnung. Des Weiteren fand sich

Kategorie	Ankerbeispiele	N <sub>50-59</sub> =53	N <sub>60+</sub> =16
altersgerechte Kleidung	<p>„Kurze Röcke, fast offener Busen. Das sollte man der Jugend überlassen.“ (Pb 5)</p> <p>„Man sollte mit 50 nicht mehr wie ein junges Mädchen daherkommen.“ (Pb 7)</p> <p>„Frauen im fortgeschrittenen Alter sollen nicht unbedingt Mini-Röcke, und lange offene Haare tragen“ (Pb 71)</p> <p>„Jugendliches Tragen bestimmter Kleidung sieht im fortgeschrittenen Alter eher „billig“ aus und ist lächerlich.“ (Pb 10)</p> <p>„Kurze Kleidung, Ausschnitte, enge Lederhosen, ... man sollte es nicht mehr „notwendig“ haben, sich so in Szene zu setzen.“ (Pb 31)</p> <p>„Keine „Teenie“-Klamotten wie Miniröcke (auch bei schönen Beinen nicht), nicht zu viel Farbe und Glitzer etc., Gefällt mir nicht, wirkt „gewollt“ und künstlich (Pb 39)</p> <p>„Sich nicht zu kleiden wie 20-jährige. z.B. Minirock, hauteng (von oben bis unten), bauchfrei = finde ich unästhetisch (Pb 49)</p>	27	22
Frau kann tragen was ihr gefällt	<p>„Jeder soll tragen was er will und worin er sich wohlfühlt.“ (Pb 3)</p> <p>„Was gefällt, passt!“ (Pb 19)</p> <p>„Man sollte sich in seiner Kleidung wohlfühlen, dann strahlt man Positives aus, egal wie alt man ist.“ (Pb 57)</p>	21	9
typgerechte Kleidung	<p>„Kleidung sollte (...) der Figur angemessen ausgewählt werden.“ (Pb 4)</p> <p>„dem Gesicht angemessene Kleidung“ (Pb 32)</p> <p>„bei unformiger Figur zu enge Kleidung“ (Pb 67)</p> <p>„das Gesamtbild muss passen“ (Pb 48)</p>	16	4
Anlass entsprechende Kleidung	<p>„Kleidungsregeln ergeben sich eher aus beruflichen oder sozialen Umfeld als aus dem Älterwerden.“ (Pb 41)</p> <p>„In welche gesellschaftliche Norm ich hineingeboren werde, welche Erziehung und Vorstellungen der Eltern an mich weitergegeben werden.“ (Pb 58)</p>	3	0

*Table 2.* Kategoriensystem über die Antworten der 50 bis 59 und der über 60-jährigen Frauen. Anm.: Die Angaben in der Tabelle beziehen sich auf 69 Studienteilnehmerinnen. Mehrfachantworten waren möglich.

ein Unterschied bezüglich der Einstellung zu den Kleidungsregeln in Abhängigkeit der ermittelten BMI-Werte ( $\chi^2=.31$ ,  $p<.01$ ). Frauen, welche einen höheren BMI aufweisen sind eher der Meinung, dass es eine Kleidungsordnung im fortgeschrittenen Alter gibt.

## Diskussion

Die Vermarktung von Jugendlichkeit und Schönheit zeigt Wirkung. Unsere Ergebnisse belegen, dass sich Frauen über 50 im Schnitt elf Jahre jünger fühlen, als sie tatsächlich sind. Auch Rubin und Berntsen (2006) fanden in ihrer Studie heraus, dass bei Personen ab 40 Jahren das gefühlte Alter um durchschnittlich 20% unter dem tatsächlichen Alter liegt. Nach Westernhof und Barret (2005) ist sich jünger zu fühlen mit einer positiven Altersidentität und einem positiven Selbstwert gleichgesetzt. Dies wird als ein gelungener Weg, mit dem Alter(n) umzugehen, dargestellt. Kritisch betrachtet, könnte dieses Ergebnis aber auch das Gegenteil bedeuten. Die Ablehnung des eigenen Alter(n)s zeigt sich im Nichtannehmen des kalendarischen Alters und den umgangssprachlichen Äußerungen wie sie beispielsweise auch auf Geburtstageinladungen zu lesen sind: »60 ist das neue 40!«. Ein Bemühen, den Begriff *alt* für die eigene Person nicht zu verwenden, deutet wie Jones (2006) anführt, ebenfalls in diese Richtung.

Sich jung zu fühlen und der Wunsch für immer jung zu sein bzw. jung auszusehen lässt sich mit Erhebungen zur eigenen Körperzufriedenheit gut ergänzen. Die an der vorliegenden Studie beteiligten Frauen verfügten im Vergleich zur jüngeren Normstichprobe von Strauß und Richter-Appelt (1995) über eine geringere Körperzufriedenheit. Kritisch ist hier anzumerken, dass die beiden Gruppen unterschiedlichen Kohorten angehören, was einen direkten Vergleich nicht zulässt. Da allerdings davon auszugehen ist, dass sich durch den vollzogenen Körperboom die Unterschiede nicht ausgeglichen sondern eher noch verstärkt haben dürften, scheint uns der Vergleich dennoch zulässig. Pook et al. (2009) attestieren den älteren Frauen in ihrer Studie eine höhere Körperzufriedenheit und merken kritisch an, dass das querschnittliche Design die Aussagekraft limitiert und Kohorteneffekte vorliegen könnten, in dem die Probandinnen dieser Studie möglicherweise immer schon eine niedrig ausgeprägte Figurzufriedenheit aufwiesen. Ein Grund für die geringe Körperzufriedenheit unserer Studienteilnehmerinnen könnte sein, dass die meisten Teilnehmerinnen Anfang 50 sind. Eine Komponente, die in diesem Lebensabschnitt eine entscheidende Rolle spielen könnte, ist das Klimakterium. In der Studie von Schultz-Zehden (1998) berichteten Frauen in der Menopause, dass sie eine größere *Vertrautheit mit dem eigenen Körper* spüren, sich dennoch durch Vorurteile der Öffentlichkeit stigmatisiert fühlen. Der Druck der westlichen Wertegesellschaft, mit Szenarien ewig jugend-



lichen Aussehens, könnte eine maßgebliche Kraft sein, dass Frauen im fortgeschrittenen Alter eine ausgeprägte Körperunzufriedenheit aufweisen. Zusammenhangsanalysen ergaben für die vorliegende Stichprobe, dass mit höherem Alter eine niedrigere *körperlich-sexuelle Missempfindung* einhergeht. Dies bedeutet, dass das körperlich-sexuelle Empfinden mit dem Alter besser bewertet wird. Eine mögliche Erklärung hierfür wäre, dass der Anstieg des Vertrauens zum eigenen Körper zu einem positiven Umgang mit der eigenen Körperlichkeit und Sexualität führt. Auf der anderen Seite zeigte Schultz-Zehden (1998) in ihrer Studie, dass 50% der teilnehmenden Frauen im Alter von 47-59 Jahren von verminderter Sexualität berichten. Dies könnte ebenso zu einer höheren Bewertung körperlich-sexueller Empfindungen beitragen. Zugleich sollten diese Studienergebnisse kritisch betrachtet werden, denn als mögliche Gründe für die nachlassende Sexualität wurden neben Problemen in der Paarbeziehung (kein Partner vorhanden, fehlendes Interesse am Partner), äußerliche Merkmale des Alter(n)s und die Vorstellung beschrieben, dass Geschlechtsverkehr mit dem Alter aufhören müsse. Diese Vorstellung wird durch Vorurteile innerhalb unserer Gesellschaft in Bezug auf Alterssexualität bestärkt, denn diese wird entweder als nicht existent, mit Lächerlichkeit oder Ekel betrachtet (Kessel 2001; Taylor/Gosney 2011).

In einer jugendorientierten Gesellschaft wird angestrengt nach Methoden gesucht, die es erlauben, länger bei guter Gesundheit zu bleiben. Durch gezielte diätetische und chirurgische Maßnahmen wird versucht, den äußeren Zeichen des Alterns – der Faltenbildung, der Erschlaffung des Gewebes, der hormonell bedingten Gewichtszunahme – entgegen zu wirken.

Die Annahme, dass ein höherer BMI zu einer schlechteren Beurteilung des eigenen Körpers führt, konnte nicht bestätigt werden. Ganz im Gegenteil zu den von Reboussin et al. (2000) gefundenen Ergebnissen, weisen jene Frauen mit einem höheren BMI höhere Werte in den Bereichen Attraktivität bzw. Selbstbewusstsein auf. Dies könnte einerseits daran liegen, dass die befragten Frauen besonders selbstbewusst sind und/oder ihr Übergewicht nicht als Einschränkung oder Belastung empfinden. Eine Studie, die explizit Selbstbewusstsein im Zusammenhang mit dem BMI misst, könnte darüber Aufschluss geben. Eine weitere Möglichkeit wäre den Beziehungsstatus der Frauen abzufragen. Auch eine längsschnittliche Betrachtung wäre für die vorliegende Fragestellung von hoher Relevanz. Möglicherweise fühlen sie sich in ihren Körpern wohler als zu früheren

Zeitpunkten ihres Lebens. Der Druck, dünn zu sein, könnte sich mit zunehmendem Alter verringern. Offen bleibt die Frage, inwieweit altersadaptierte Normwerte die Ergebnisse verändern würden. Sorkin et al. (1999) sind der Meinung, dass die mit dem Altwerden verbundene Verringerung der Körpergröße einen erheblichen Einfluss auf den BMI haben kann. Die Autor/innen ermittelten, dass sich der BMI von Frauen zwischen dem 20. und dem 80. Lebensjahr, unabhängig von Gewichtsveränderungen, um  $2.5\text{kg/m}^2$  erhöht. Zamboni et al. (2005) thematisiert, dass der allgemeine Fettanteil bei älteren Menschen ansteigt, die Körpergröße aber abnimmt, das bedeutet, dass das Alter(n) diese zwei Komponenten in entgegengesetzte Richtungen beeinflusst. Der fehlende alterskorrigierende Normwert ist die eine Sache, die andere, vielleicht wesentlich interessantere ist die, ob ältere Frauen in der Betrachtung ihres Gewichts und Spiegelbildes auch bereit wären, eine Alterskorrektur vorzunehmen?

Die individuellen Handlungsmuster zur Gestaltung des eigenen Alterns sind vielfältig und unterstreichen die Wirksamkeit der von den Medien vorgegebenen Ideale und Strategien. So gaben die Probandinnen dieser Studie an, neben regelmäßiger Körperpflege und Pediküre, am häufigsten auf Kosmetika, Make-up und Gesichtspflegeprodukte zurückzugreifen. Das weitere Anti-Aging-Verhalten der teilnehmenden Frauen zeigt sich kongruent mit jenen Personen, welche an einer Studie, die in Australien durchgeführt wurde, teilnahmen. Um Anti-Aging zu betreiben, wurden in dieser Studie sowohl Nahrungsergänzungsmittel und Kosmetika (z.B. Anti-Falten-Creme) herangezogen, als auch kleinere, kosmetische Eingriffe (Botox, Liftings etc.) in Anspruch genommen und Sport betrieben (Cardona 2008). Clarke und Griffin (2007) untersuchten die Wahrnehmung von Alterung in Bezug auf die Verwendung von Schönheitsprodukten, wie Anti-Falten-Cremes, Kosmetika, Haarfärbemittel bis hin zu kosmetischen Operationen und nicht-chirurgischen kosmetischen Verfahren an 44 Frauen im Alter von 50-70 Jahren. Die Autorinnen stellen fest, dass Technologien und Verfahren, welche Schönheit erhalten sollen, in der heutigen Gesellschaft immer normaler und zunehmend idealisiert werden. Der Markt für Schönheitsprodukte wächst und Frauen fühlen sich zunehmend verpflichtet gegen die physikalischen Gegebenheiten der Alterung anzukämpfen. Die an unserer Studie beteiligten Frauen würden Eingriffe vor allem im Bereich des Bauches bzw. der Taille, gefolgt von Brust, Oberschenkel, Gesäß und Gesicht oder Hals vornehmen lassen. Eine

mögliche Erklärung dafür kann sein, dass sich mit Eintritt in die Wechseljahre, verbunden mit einem erhöhten Testosteronspiegel, die Fettverteilung vorwiegend in Richtung Taille und Bauch verlagert. Eine Veränderung des Hüft-Tailen-Verhältnisses (Voda/Christy/Morgen 1991), das auf jeden Fall <80 sein sollte, kann als Abschied vom jugendlichen Körper interpretiert werden. Die Tatsache der verlorenen Fruchtbarkeit und die offensichtlichen Zeichen eines alternden Körpers werden zur »narzisstischen Kränkung« (Mankowitz 1994, S. 54) und führen zur Verunsicherung in der eigenen Identität. In einer Gesellschaft, in der Frauen an körperlicher Attraktivität, jugendlichem Aussehen und sexualisierten Schönheitsidealen gemessen werden, ist es wenig verwunderlich, dass 3 Studienteilnehmerinnen an ihrem Äußeren alles verändern würden.

Mode und Design helfen, die eigene Erscheinung in Szene zu setzen. Die vorliegende Studie konnte die Annahmen von Twigg (2007) hinsichtlich bestehender Kleidungsregeln bestätigen. Die Mehrheit der befragten Frauen ist der Meinung, dass es Kleidungsregeln gibt und diese unterscheiden sich auch recht deutlich in den beiden Alterskategorien. Während es für Frauen zwischen 50 und 59 wichtig zu sein scheint, sich so zu kleiden wie *frau* will, sprechen Frauen über 60, dem Alter entsprechender Kleidung eine deutlich höhere Wichtigkeit zu als allen anderen Kategorien. Die in der Literatur angesprochene Wichtigkeit hinsichtlich der Funktionalität von Kleidung (Lurie 1992) konnte in der vorliegenden Studie nicht gefunden werden. Eine breitere Altersverteilung hätte eventuell genauere Ergebnisse liefern können, da mit 50 Jahren wohl noch nicht an *Funktionskleidung* zu denken ist. Nicht nur eine bessere Altersverteilung wäre von Vorteil gewesen, sondern auch eine höhere Teilnehmerinnenzahl der Frauen jenseits der 70. Ein Vergleich von unterschiedlicheren Altersgruppen hätte vermutlich zu aussagekräftigeren Ergebnissen geführt. Hauptkritikpunkt ist allerdings, dass aufgrund fehlender Angaben zu Bildung, sozialer Schicht und Berufsgruppenzugehörigkeit der hier befragten Frauen keine Rückschlüsse auf individuelle Kleidungsstile und deren altersspezifischer Veränderungen angestellt werden können. Da die Attraktivität von Frauen noch immer an das sexuelle Begehren von Männern geknüpft ist, wäre eine Studie bezüglich der Einschätzung von Männern über Frauen im fortgeschrittenen Alter interessant (Höppner, 2011).

Zusammenfassend zeigen unsere Ergebnisse, dass das Thema Alter(n) vorwiegend negativ konnotiert ist. Der Verlust von Schlankheit, Schönheit und At-

traktivität steht klar im Vordergrund. Die zahlreichen kosmetischen, medizinischen und chirurgischen Möglichkeiten sollen helfen, die ästhetischen Defizite auszugleichen und die Krankheit Alter zu heilen. Beim Blick in den Spiegel, der Konfrontation mit dem erschlafften dicklichen Körper, wird das Schönheitshandeln zum letzten Strohalm. Im Bemühen, die Zeichen des Alter(n)s zu verdecken, zu verstecken und auszumerzen, wird die persönliche zugunsten einer äußerlich legitimierten Identität geleugnet (Schroeter 2012). Unbeantwortet bleibt die Frage, ab welchem Alter wir endlich alt aussehen dürfen. Aufgrund der vorliegenden Ergebnisse kann nicht angegeben werden, ob Attraktivität und der Wunsch jünger auszusehen im vierten Lebensalter an Bedeutung verliert oder ob andere Themen im Vordergrund stehen. Ein Fünkchen Hoffnung bleibt, dass wir in der letzten Entwicklungsphase Körperveränderungen und individuelle Unzulänglichkeiten akzeptieren und annehmen und Alter(n) mit einem Zuwachs an Reife und Erfahrungsreichtum in Verbindung bringen können. Und da wir bekanntlich nicht über Nacht altern, ist es wohl am besten, wir fangen schon heute damit an.

## **Literatur**

- Baker, Lucie & Gringart, Eyal (2009): Body image and self-esteem in older adulthood. *Ageing & Society* 29(06), 977–995.
- Baltes, Paul B. (1997): Die unvollendete Architektur der menschlichen Ontogenese: Implikationen für die Zukunft des vierten Lebensalters. *Psychologische Rundschau* 48(4), 191–210.
- Baltes, Paul B. (2007): Alter(n) als Balanceakt: Im Schnittpunkt von Fortschritt und Würde. In: Gruss, Peter (Hg.): *Die Zukunft des Alterns. Die Antwort der Wissenschaft. Ein Report der Max-Planck-Gesellschaft*. München (Beck), S. 15–34.
- Burke, Natasha L.; Schaefer, Lauren M. & Thompson, Joel K. (2012): Body Image. *Encyclopedia of Human Behavior*, 2, 365–371.
- Cardona, Beatriz (2008): ‘Healthy Ageing’ policies and anti-aging ideologies and practices: on the exercise of responsibility. *Medicine, Health Care and Philosophy* 11(4), 475–483.
- Clarke, Laura H. & Griffin, Meridith (2007): The body natural and the body unnatural: Beauty work and aging. *Journal of Aging Studies* 21(3), 187–201.

- Cooley, Eric; Toray, Tamina; Wang, Mei Chuan & Valdez, Noreen (2008): Maternal effects on daughters' eating pathology and body image. *Eating Behaviors*, 9, 52-61.
- Derra, Julia M. (2012): Das Streben nach Jugendlichkeit in einer alternden Gesellschaft. Eine Analyse altersbedingter Körperveränderungen in Medien und Gesellschaft. Baden-Baden (Nomos Verlagsgesellschaft).
- Deutsche Gesellschaft für Ästhetisch-Plastische Chirurgie (2012/2013): Zahlen, Fakten und Trends in der Ästhetisch-Plastischen Chirurgie 2012/2013. URL: [http://www.dgaepc.de/medien/newsletter-magazine/DGAEPCC-Magazin\\_2012.pdf](http://www.dgaepc.de/medien/newsletter-magazine/DGAEPCC-Magazin_2012.pdf) (Stand: 07.06.2013).
- Featherstone, Mike & Hepworth, Mike (1991): The mask of ageing and the postmodern life course. In: Featherstone, Mike; Hepworth, Mike & Bryan S. Turner (Hg.): *The body: social process and cultural theory*. London (Sage), S.371–389.
- Frederickson, Barbara L. & Roberts, Tomi-Ann (1997): Objectification Theory: Toward Understanding Women's Lived Experiences and Mental Health Risks. *Psychology of Women Quarterly*, 21, 173-206.
- Gildemeister, Regine & Robert, Günther (2008): Geschlechtsdifferenzierungen in lebenszeitlicher Perspektive. *Interaktion – Institution – Biografie*. Wiesbaden (VS Verlag für Sozialwissenschaften).
- Gläßel, Maria-Lena (2011): Werbeschönheiten als Vorbild – Beeinflussen die Werbebilder die eigene Körperwahrnehmung von Frauen? In: Holtz-Bacha, Christina (Hg.): *Stereotype? Frauen und Männer in der Werbung*. Wiesbaden (VS Verlag für Sozialwissenschaften) S. 260-297.
- Gugutzer, Robert (2004): *Soziologie des Körpers*. Bielefeld (Transcript).
- Höppner, Grit (2011): *Alt und schön. Geschlecht und Körperbilder im Kontext neoliberaler Gesellschaften*. Wiesbaden (VS Verlag für Sozialwissenschaften).
- Hughes, Virginia A.; Frontera, Walter R.; Roubenoff, Ronenn; Evans, William J. & Fiatarone Singh, Maria A. (2002): Longitudinal changes in body composition in older men and women: role of body weight change and physical activity. *The American Journal of Clinical Nutrition* 76, 473–481.
- Jones, Rebecca L. (2006): 'Older people' talking as if they are not older people: Positioning theory as an explanation. *Journal of Aging Studies* 20(1), 79–91.

- Kessel, Belinda (2001): Sexuality in the older person. *Age and Aging* 30(2), 121–124.
- Klein, Gabriele (2010): Soziologie des Körpers. In: Kneer, Georg & Schroer, Markus (Hg.): *Handbuch Spezielle Soziologien*. Wiesbaden (VS Verlag für Sozialwissenschaften), S. 457–473.
- Knoll, Nina; Rieckmann, Nina; Scholz, Urte & Schwarzer, Ralf (2004): Predictors of subjective age before and after cataract surgery: Conscientiousness makes a difference. *Psychology and Aging* 19(4), 676–688.
- Kruse, Andreas & Wahl, Hans-Werner (2010): *Zukunft Altern*. Heidelberg (Spektrum).
- Laslett, Peter (1995): *Das dritte Alter: Historische Soziologie des Alterns*. Weinheim, München (Juventa).
- Lechleitner, Monika (2013): Adipositas im Alter. Klinische Relevanz und Therapieoptionen. *Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie* 46, 398–402.
- Levine, Michael & Chapman Kelsey (2011): Media influences on body image. In: Cash, Thomas F. & Smolak, Linda (Hg.): *Body Image: A handbook of science, practice, and prevention* (2nd ed.). New York (The Guilford Press), S. 101-109.
- Lurie, Alison (1992): *The Language of Clothes*. Bloomsbury (London).
- Maierhofer, Roberta (2007): Der gefährliche Aufbruch zum Selbst: Frauen, Altern und Identität in der amerikanischen Kultur. Eine anokritische Einführung. In: Pasero, Ursula; Backes, Gertrud M. & Schroeter, Klaus R. (Hg.): *Altern in Gesellschaft. Ageing – Diversity – Inclusion*. Wiesbaden (VS Verlag für Sozialwissenschaften), S. 111–127.
- Mankowitz, Ann (1994): *Auf neue Weise fruchtbar: Der seelische Prozess der Wechseljahre*. München (Kreuz).
- Martin, Mike & Kliegel, Matthias (2008): *Psychologische Grundlagen der Gerontologie* (2. Aufl.). Stuttgart (Kohlhammer).
- Mayring, Philipp (2008): *Qualitative Inhaltsanalyse. Grundlagen und Techniken* (10. Auflage). Weinheim, Basel (Beltz Verlag).
- Muise, Amy & Desmarais, Serge (2010): Women's perceptions and use of «Anti-Aging» Products. *Sex Roles* 63(1), 126–137.
- Öberg, Peter & Tornstam, Lars (1999): Body images among men and women of different ages. *Ageing and Society* 19, 629-644.

- Petersen, Alan & Seear, Kate (2009): In search of immortality: The political economy of anti-aging medicine. *Medicine Studies* 1(3), 267–279.
- Pook, Martin; Brähler, Elmar & Tuschen-Caffier, Brunna (2009): Figurunzufriedenheit von Frauen in Abhängigkeit vom Lebensalter: Normative Daten für den Fragebogen zum Figurbewusstsein. *Verhaltenstherapie* 19(1), 14–20.
- Posch, Waltraud (2009): Projekt Körper. Wie der Kult um die Schönheit unser Leben prägt. Frankfurt (Campus).
- Reboussin, Beth A.; Rejeski, W. Jack; Martin, Kathleen A.; Callahan, Kelley; Dunn, Andrea L.; King, Abby C. & Sallis, James F. (2000): Correlates of satisfaction with body function and body appearance in middle- and older-aged adults: The activity counseling trial (ACT). *Psychology and Health* 15(2), 239–254.
- Rexbye, Helle & Povlsen, Jørgen (2007): Visual signs of ageing: What are we looking at? *International Journal of Ageing and Later Life* 2(1), 61–83.
- Rubin, David C. & Berntsen, Dorthe (2006): People over forty feel 20% younger than their age: Subjective age across the lifespan. *Psychonomic Bulletin & Review* 13(5), 776–780.
- Schroeter, Klaus (2012): Altersbilder als Körperbilder: Doing Age by Bodyfication. In: Berner, Frank; Rossow, Judith & Schitzer, Klaus-Peter (Hg.): Individuelle und kulturelle Altersbilder. Expertisen zum 6. Altenbericht der Bundesregierung. Wiesbaden (VS Verlag für Sozialwissenschaften), S. 154–229.
- Schultz-Zehden, Beate (1998): Körpererleben im Klimakterium. *Journal für Menopause* 5(1), 13–22.
- Slevin, Kathleen F. (2010): If I had lots of money...I'd have a body makeover: Managing the Aging Body. *Social Forces* 88(3), 1003–1020.
- Smirnova, Michelle Hannah (2012): A will to youth: The woman's anti-aging elixir. *Social Science & Medicine* 75(7), 1236–1243.
- Sontag, Susan (1979): The double standard of aging. In: Carver, Vida & Liddiard, Penny (Hg.): *An aging population: A reader and sourcebook*. New York (Holmes & Meier), S. 72–80.
- Sorkin, John D.; Muller, Denis C. & Andres, Reubin (1999): Longitudinal Change in Height of Men and Women: Implications for Interpretation of the Body Mass Index. *American Journal of Epidemiology*, 150(9), 969–977.

- Statistik Austria (2013): Durchschnittsalter der Pensionszuerkennungen in der gesetzlichen Pensionsversicherung 1970 bis 2013. [http://www.statistik.at/web\\_de/statistiken/soziales/sozialleistungen\\_auf\\_bundesebene/pensionen\\_und\\_renten/](http://www.statistik.at/web_de/statistiken/soziales/sozialleistungen_auf_bundesebene/pensionen_und_renten/) (Stand: 23.02.2015).
- Strauß, Bernhard & Richter-Appelt, Hertha (1996): Fragebogen zur Beurteilung des eigenen Körpers (FBek). Göttingen (Hogrefe).
- Taylor, Abi & Gosney, Margot A. (2011): Sexuality in older age: Essential considerations for healthcare professionals. *Age and Ageing* 40(5), 538–543.
- Thomae, Hans (1993): Die Bonner Gerontologische Längsschnittstudie (BOLSA). *Zeitschrift für Gerontologie* 26, 142–150.
- Tiggemann, Marika & McCourt, Alice (2013): Body appreciation in adult women: relationships with age and body satisfaction. *Body image*, 10(4), 624–627.
- Twigg, Julia (2007): Clothing, age and the body: a critical review. *Ageing & Society* 27(02), 285–305.
- Voda, Ann M.; Christy, Nancy S. & Morgan; Julene M. (1991): Body composition changes in menopausal women. *Women & Therapy*, 11(2), 71–96.
- Walter, Ulla; Hager, Klaus & Lux, Richard (2008): Die alternde Bevölkerung: Demographie, gesundheitliche Einschränkungen, Krankheiten und Prävention unter Sex- und Gender-Fokus. In: Rieder, Anita & Lohff, Brigitte (Hg.): *Gender Medizin. Geschlechtsspezifische Aspekte für die Klinische Praxis*. Wien (Springer), S. 467–505.
- Weber, Germain; Ferring, Dieter & Glück, Judith (2008): Prognose von subjektivem Wohlbefinden im Alter: Ausgewählte Ergebnisse aus der European Study on Well-Being (ESAW-Projekt). In: Zank, Susanne & Hedtke-Becker, Astrid (Hg.): *Generationen in Familie und Gesellschaft im demographischen Wandel*. Stuttgart (Kohlhammer), S. 55–70.
- Weiss, David & Lang, Frieder R. (2012): »They” are old but »I” feel younger: Age-group dissociation as a self-protective strategy in old age. *Psychology and Aging* 27(1), 153–163.
- Westerhof, Gerben J. & Barrett, Anne E. (2005): Age identity and subjective well-being: A comparison of the United States and Germany. *The Journals of Gerontology* 60(3), 129–136.



WHO (2000): Obesity – preventing and managing the global epidemic. Report of a WHO consultation on obesity (Technical Report Series 894). Geneva (World Health Organization).

WHO (2004): Preventing and managing the global epidemic of obesity: Report of the World Health Organization Consultation of Obesity. Geneva (World Health Organization).

Zamboni, Mauro; Mazzali, Gloria; Zoico, Elena; Harris, Tamara B.; Meigs, James Benjamin; Di Francesco, Vincenzo; Fantin, Francesco & Bissoli, Luisa (2005): Health consequences of obesity in the elderly: a review of four unresolved questions. *International Journal of Obesity* 29, 1011–1029.

## **Abbildungsverzeichnis**

*Abbildung 1.* Schematische Darstellung des weiblichen Körpers ([http://2.bp.blogspot.com/\\_0Wd1VnyjnH0/TMGZlmczDI/AAAAAAAAAKo/TmecejHHyB4/s1600/Women+Hourglass.JPG](http://2.bp.blogspot.com/_0Wd1VnyjnH0/TMGZlmczDI/AAAAAAAAAKo/TmecejHHyB4/s1600/Women+Hourglass.JPG))

*Tabelle 1.* Wunsch nach Schönheits-OP. Anm.: Die Angaben in der Tabelle beziehen sich auf 69 Studienteilnehmerinnen. Mehrfachantworten waren möglich.

*Abbildung 2.* Standard-Schönheitsprogramm der Studienteilnehmerinnen

*Tabelle 2.* Kategoriensystem über die Antworten der 50 bis 59 und der über 60-jährigen Frauen. Anm.: Die Angaben in der Tabelle beziehen sich auf 69 Studienteilnehmerinnen. Mehrfachantworten waren möglich.

## **Über die Autorinnen**

### **Alexandra Grillitsch**

Masterstudentin an der Alpen-Adria-Universität Klagenfurt, Institut für Psychologie, Universitätsstraße 65-67, 9020 Klagenfurt. Arbeitsschwerpunkte: Gerontopsychologie, Essstörungen und Stigmatisierung

### **Brigitte Jenull**

Mag., Dr., Außerordentliche Universitätsprofessorin an der Alpen-Adria-Universität Klagenfurt, Institut für Psychologie, Universitätsstraße 65-67, 9020 Klagenfurt, Arbeitsschwerpunkte: Gerontopsychologie, Essstörungen und Stigmatisierung