

# Interne Untersuchung zeigt, dass zu viel Instagram jungen Frauen schadet. Facebook hält das Ergebnis unter Verschluss

KARIN A. WENGER

**E**in junges Mädchen schaut sich Fotos auf Instagram an, dann sagt sie: «Ich fühle mich zu dick und nicht hübsch genug.» Das Brisante: Sie sagt das im Gespräch mit Forschern von Facebook, dem Mutterkonzern von Instagram. Der Social-Media-Gigant untersuchte in hauseigenen Studien, **wie sich die App zum Fotosteilen auf die Gesundheit von Teenagern auswirkt.** Die Berichte wurden der Wirtschaftszeitung «Wall Street Journal» zugespielt. Diese macht nun öffentlich, wovon andere Forscherinnen längst warnten.

Die internen Untersuchungen aus den vergangenen drei Jahren zeigen ziemlich eindeutig, dass Instagram besonders bei Teenagern psychische Probleme verursachen kann: **13 Prozent von Jugendlichen in Grossbritannien führten ihre suicidalen Gedanken auf Instagram zurück.** Mehrmals stellen die Forscher zudem einen Zusammenhang zwischen Essstörungen und Instagram her. Ein Drit-

## Perfekte Bilder machen krank

tel der jungen Frauen, die mit ihren Körpern unzufrieden sind, gaben an, Instagram verschlimmere dieses negative Gefühl zusätzlich.

**Dass die unzähligen Bilder von schlanken Taillen und straffen Pos der Influencerinnen das Selbstvertrauen junger Frauen zerstört,** überrascht Laura Studer (33) überhaupt nicht.

Studer ist fachliche Leiterin der Psychologie-Abteilung der Klinik Wysshözli in Herzogenbuchsee BE, die auf die Therapie von Frauen mit Essstörungen und Sucht spezialisiert ist. **Die Mehrheit ihrer Patientinnen sind zwischen 15 und 30 Jahre alt.**

Instagram präsentiert ein Körperbild, das nicht der Realität entspreche, sagt Stu-

der. Das Problem: Besonders in der Pubertät entwickle sich die Identität, indem man sich mit anderen vergleiche. Die Fotos der erfolgreichen Frauen könnten in Teenagern somit den Glauben auslösen, dass sie beliebter wären, wenn sie auch so aussehen würden, erklärt die Psychologin.

Wenn eine junge Frau eh schon verunsichert sei, **erhalte sie durch das Streben nach dem vermeintlich perfekten Körper und dem Fokus aufs Essen ein Gefühl der Kontrolle.** «Es gibt nie nur eine Ursache für eine psychische Störung, aber Instagram kann eine Essstörung begünstigen», sagt Studer.

Bisher ist solche Kritik an Facebook-Konzernchef Mark Zuckerberg (37) abgeprallt. Er beteuerte stets, soziale Netzwerke **würden sich unter dem Strich positiv auf das Wohlbefinden von Teenagern auswirken.** Die internen Studien beweisen nun zum ersten Mal: Facebook wusste, dass Insta-

gram auch krank machen kann. Und unternahm kaum etwas dagegen.

Der Instagram-Chef Adam Mosseri räumte gegenüber dem «Wall Street Journal» ein, **dass Facebook sich schwer damit tue, die negativen Auswirkungen von Social Media zur Kenntnis zu nehmen.** Er dränge darauf, dass sie ihre Verantwortung breiter wahrnehmen sollten. Dem Unternehmen, das an der Börse mehr als eine Billion Dollar wert ist, scheint Geld wichtiger zu sein als die Gesundheit seiner jungen Nutzerinnen und Nutzer.



Junge Frauen an den Handys: Das von Instagram vermittelte Körperbild kann ein Stressfaktor sein.

### Gefährlicher als Facebook und Tiktok

Zehntausende von jungen Instagram-Nutzern in den USA und Grossbritannien befragte der Mutterkonzern Facebook zwischen 2018 und 2021. Das sind die Resultate: **Die Hälfte der Befragten fühlt sich unter Druck, ein perfektes Foto schiessen zu müssen;** je 40 Prozent finden sich

nicht attraktiv genug und denken, dass sie zu wenig Geld besitzen. Ein Drittel sorgt sich über zu wenig Freunde, **ein Fünftel fühlt sich einsam.** Zudem geben Teenager Instagram die Schuld für Angstgefühle und Depressionen. 13 Prozent in Grossbritannien und 6 Prozent in den USA führten Suizidgedanken

auf Instagram zurück. Die Facebook-Forscher weisen in einer internen Präsentation darauf hin, dass viele Probleme spezifisch für Instagram sind. Andere Plattformen, zum Beispiel Tiktok, betonen Leistung, bei Snapchat liege der Fokus vor allem auf dem Gesicht und lustigen Filtern.

«Instagram kann eine Essstörung begünstigen.»

Laura Studer, Psychologin

Anzeige



**Zigaretten produzieren Teer.**



**IQOS nicht.**

**Beim Verbrennen einer Zigarette entstehen Rauch und Teer. Das ist bei IQOS nicht der Fall, weil IQOS den Tabak nur erhitzt, statt ihn zu verbrennen.**

Wichtige Information: Das Fehlen von Teer bedeutet nicht, dass IQOS risikofrei ist.



Mehr erfahren auf:  
**TryIQOS.ch/science**



**IQOS**  
TOGETHER. FORWARD.

Ausschliesslich für erwachsene Raucher bestimmt.

Dieses Tabakerzeugnis kann Ihre Gesundheit schädigen und macht abhängig. Ce produit du tabac peut nuire à votre santé et crée une dépendance. Questo prodotto del tabacco può nuocere alla tua salute e provoca dipendenza.