

Vorlage

Hashtag-Kampagnen in sozialen Netzwerken

Was sind Hashtags?

Mit Hashtags können die Postings der Nutzerinnen und Nutzer eines sozialen Netzwerkes mit Schlagworten verknüpft werden. Ein Hashtag beginnt immer mit einem Doppelkreuz # und ist im Text farblich hervorgehoben. Über die Stichwortsuche auf einer Plattform können alle Beiträge mit diesem Hashtag aufgerufen und gefunden werden. Auf diese Weise lassen sich gemeinsame Themen und Interessen mit anderen entdecken.

Problematische Hashtags

Hashtags können dazu anspornen, sich mit anderen zu vergleichen und eigene Bilder zum gleichen Stichwort zu posten. Auf diese Weise kann es zu einer großen Bewegung kommen, bei der viele Nutzerinnen und Nutzer den gleichen Hashtag verwenden. Es gibt auch fragwürdige und problematische Hashtags, die ungesunde Körperbilder und Schönheitsideale verbreiten. So gibt es viele Hashtags, bei denen es – meistens bei Mädchen – um extrem schlanke Figuren und – meistens bei Jungs – um extrem muskulöse Figuren geht. Viele vergleichen sich mit diesen Figuren und ahmen sie nach – was bei einigen zu gesundheitlichen Problemen, bei vielen zu einem schlechten Gefühl führen kann.

Hashtag-Kampagnen

Es gibt viele Kampagnen in den sozialen Medien, die sich gegen diese Hashtags und die damit verbreiteten Schönheitsideale richten. Oft sind es Privatpersonen oder Initiativen, die sich gegen den Druck richten, die von Körperbildern mit diesen Idealen ausgehen. Sie erfinden neue Hashtags, um für einen anderen Umgang mit Schönheit zu werben und viele Unterstützer und Mitwirkende zu gewinnen. Sie posten Bilder mit „normalen“ Körpern, die nicht inszeniert oder unrealistisch „schön“ sind. Es geht ihnen um die Akzeptanz aller Körperformen: Jeder Körper ist unterschiedlich, er ist schön, auch wenn er nicht einem vorgegebenen Ideal entspricht. Diese Schönheit gilt es zu entdecken und selbstbewusst anzunehmen.

Im Folgenden werden vier Kampagnen kurz vorgestellt:

[Die Links am besten mit rechter Maustaste öffnen, um zwischen Vorlage und Browser komfortabel hin- und herspringen zu können, oder die Datei direkt in einem PDF-Reader (z.B. Acrobat Reader) öffnen.]

1) #fürmehrrealitätsaufinstagram

Unter dem Hashtag #fürmehrrealitätsaufinstagram zeigen zumeist weibliche Nutzerinnen von Instagram ihren Körper auf realistische Weise, auch mit Makeln, um sich gegen Diäten und für ein gutes Körpergefühl einzusetzen. Gezeigt werden dabei auch Bauchröllchen, Wachstumstreifen oder Narben. Fernab von Schönheitsidealen, Foto-Filtern und inszenierten Bildern soll die ungekünstelte Realität mehr Aufmerksamkeit auf Instagram bekommen. Die geposteten Bilder sollen Frauen und Mädchen Mut machen, sich so zu mögen, wie sie sind.

Weitere Infos zu den Zielen dieser Hashtag-Kampagne und den Initiatoren sind hier zu finden:

<http://www.freundin.de/der-hashtag-fuer-ein-gutes-koerpergefuehl-fuermehrrealitaetaufinstagram>

<https://www.deutschlandfunknova.de/beitrag/social-media-mein-perfekt-unperfekter-koerper>

Bilderbeispiele sind in Instagram unter dem Hashtag #fürmehrrealitätsaufinstagram zu finden.

2.) #609060

Mit dem Hashtag #609060 und unter der Zeile „normale Menschen in Oberbekleidung“ posten in der Regel Frauen und Mädchen Bilder mit ihren Körper, kritisieren Model-Mode und diskutieren, was eigentlich „normal“ ist. „Vielfalt ist das Normale“ ist dabei das Motto. Die Darstellungen müssen nicht einem bestimmten Schönheitsideal entsprechen. Die Initiatorin beschreibt die Hashtag-Kampagne als Ästhetikschule, in der es nicht auf Norm, Symmetrie und Kindchenschema ankommt. Es gilt die Schönheit der Menschen zu entdecken, die besondere, individuelle Merkmale haben und zeigen.

Weitere Informationen zu dieser Hashtag-Kampagne und zu den Absichten der Initiatorin sind hier zu finden:

<http://www.jetzt.de/hashtag/so-sehen-echte-frauen-aus-554942>

<http://www.journelle.de/3596/happy-birthday-609060/>

Bilderbeispiele sind in Instagram unter dem Hashtag #609060 zu finden.

3.) #dadbods

„dad bods“ ist die Abkürzung von „dad body“ – Papakörper – und ist ein Hashtag für die Darstellung von Männerkörpern, die sich nicht durch Waschbrettbauch oder stramme Oberarme auszeichnen. Es geht um Männer und Jungs, die zu ihrem Bauch stehen und ihn ohne Scheu zeigen. Solche Männer seien menschlicher, natürlicher und attraktiver. Gegen die medial produzierten Schönheitsideale eines „perfekten“ Körpers gerichtet, geht es darum, sich zu akzeptieren, selbst wenn man nicht dem Idealgewicht entspricht.

Weitere Informationen zu dieser Hashtag-Kampagne sind hier zu finden:

<https://www.stern.de/familie/leben/-dadbod--sixpack-war-gestern-bei-maennern-ist-ein-bauchansatz-jetzt-okay-6201308.html>

Bilderbeispiele sind in Instagram unter dem Hashtag #dadbods zu finden.

4.) #projektgrenzenlos

In der Selbstbeschreibung der Hashtag-Kampagne heißt es: „Projekt Grenzenlos ist ein Herzensprojekt, von Betroffenen für Betroffene. Gemeinsam mit euch wollen wir Kraft spenden, Mut machen, Selbstbewusstsein steigern und für Aufklärung sorgen! Manche Krankheiten sind unsichtbar, oder schwer zu erkennen. Andere sind offensichtlich und schwer zu verbergen. Mit ihnen zu leben, mit den Folgen umzugehen und stark zu bleiben muss manchmal erst gelernt werden. Glücklich zu sein heißt zu akzeptieren wer man ist und wie man aussieht, sich nicht in ein Bild vorgegebener Perfektion drängen zu lassen, sondern zu entscheiden, dass man perfekt ist wie man ist. Perfektion ist relativ, auch auf die Schönheit bezogen, wodurch Schönheit zu etwas Grenzenlosem wird.“

Weitere Informationen zu dieser Hashtag-Kampagne sind hier zu finden:

<https://www.brigitte.de/gesund/gesundheit/projekt-grenzenlos--saskia-frietsch-fotografiert-menschen-mit-makeln-10899566.html>

<http://www.bento.de/art/schoene-narben-mit-grenzenlos-zeigt-saskia-frietsch-menschen-mit-makeln-1181594/>

Bilderbeispiele sind in Instagram auf den Seiten von projekt.grenzenlos oder unter dem Hashtag #projektgrenzenlos zu finden.

Alle angegebenen Links wurden überprüft. Letzter Abruf: 13.11.2018