

**8. April 2026 von  
18.30 - 20 Uhr im Pfarrsaal**

## **„Bildschön: Social Media und jugendliche Körperideale“**

institut  
sucht  
prävention  
pro mente OÖ



Foto © AlissaAnn/Adobe Stock (KI-generiert)

*Luisa (15) findet, dass ihre Oberarme schwabbeln. Daniel (13) stört sein rundes Gesicht. Juna (12) findet, dass ihre 45 kg zu viel sind. Mario (14) möchte endlich Muskeln haben, wie die Jungs auf YouTube. Selma (11) stört ihre Bauchfalte beim Sitzen.*

TikTok, Instagram, YouTube ... – sorgfältig ausgewählte, bearbeitete und gefilterte Höhepunkte des Lebens anderer – diese Bilder sind für unsere Kinder und Jugendlichen alltäglich.

Gerade in der Pubertät vergleichen Jugendliche ihre Körper und ihr Aussehen vermehrt mit Gleichaltrigen. Dabei kommt es häufig zu Abwertungen. Soziale Netzwerke spielen dabei eine immer größere Rolle. Einen „attraktiven“ Körper zu haben, gilt nicht selten als Voraussetzung für ein gelungenes Leben. Das erzeugt bei vielen jungen Menschen oft Unzufriedenheit mit sich selbst und dem eigenen Körper – auch bei Kindern und Jugendlichen, die medizinisch als normalgewichtig gelten. Was brauchen unsere Kinder, damit sie sich in ihrem Körper wohl und selbstsicher fühlen?

### **Folgende Themenschwerpunkte erwarten Sie in diesem Vortrag:**

Eltern sind für lange Zeit die wichtigsten Bezugspersonen für ihr Kind. Sie leben Verhaltensweisen vor, vermitteln Werte und Überzeugungen und beeinflussen dadurch die Entwicklung ihrer Kinder maßgeblich.

- Welchen Einfluss haben optimierte Bilder auf die reale Welt junger Menschen?
- Wie können Jugendliche einen bewussten Umgang mit Social Media entwickeln?
- Wie können Eltern ihre Kinder dabei unterstützen, sich in ihrem Körper wohl und selbstsicher zu fühlen?

#### **Referentin:**

Mag.<sup>a</sup> Birgit Ziebermayr, Institut Suchtprävention

#### **Kosten:**

kostenloses Angebot

#### **Termin:**

Mittwoch, 8. April 2026, 18:30 – 20:00 Uhr

#### **Keine Anmeldung notwendig!**

#### **Ort:**

Pfarrsaal, St. Florian