

WEG MIT DEM WINTERSPECK



HER MIT DER BIKINIFIGUR

GIBT ES EIN REZEPT FÜR DIESE JÄHRLICHE METAMORPHOSE? WIE ZUFRIEDEN SIND DIE ÖSTERREICHER MIT IHRER FIGUR?

Nach einem langen Winter steht nun bald wieder die Badesaison vor der Tür. Doch wo Sonne und kühler Badespaß locken, stoßen so manch einem die Erinnerungen an Osterschinken und Schokoladehaserln sauer auf, denn ob Badehose oder knapper Bikini – keine Sünde bleibt verborgen. Daher wird den ungeliebten Fettpölsterchen jedes Jahr aufs Neue der Kampf angesagt. Mit strenger Diät, Sport oder anderweitigen Fitnessstipps wird jedem einzelnen Kilo zu Leibe gerückt. Die ersten Bilder der Stars, die ihre ohnehin als makellos propagierten Körper an den Traumstränden der Welt bräunen, sind da nicht immer eine große Hilfe. Der eine fühlt sich motiviert während sich der andere frustriert den nächsten Eisbecher servieren lässt, da das Ziel „Hollywood Körper“ ohnehin nicht erreichbar erscheint. Ein starker Wille, ehrlich zu sich selbst sein und eine große Portion Disziplin sind notwendig, wenn man den körperlichen Wandel von der Winterspeckfigur zur makellosen Bikinifigur realisieren will. Wie sagt man so schön der Geist ist willig aber das Fleisch ist schwach. Stellt sich die Frage wieso man sich das antut? Ist das alles wirklich notwendig um im Bikini eine gute Figur zu machen? Und macht die Tortur wirklich glücklich? Diesen Fragestellungen hat sich das Humaninstitut als tiefenpsychologisch orientiertes Sozialforschungsinstitut gewidmet.

Untersuchungszeitraum: 10.04.2013 bis 23.04.2013

Stichprobe: Österreichweit 750 Personen nach dem Quotaverfahren

Verantwortlicher Ansprechpartner: Dr. Franz Witzeling,
Soziologe und Psychotherapeut, Leiter des Humaninstituts

Statistische Analyse: Mag. Daniel Witzeling, Psychologe

Link: www.humaninstitut.at E-Mail: office@humaninstitut.at

FRAGEN - ANTWORTEN - ERGEBNISSE - ANALYSEN
Frage 1:

„Wie zufrieden sind Sie mit Ihrer Figur?“

<u>ZUFRIEDENHEIT</u>	
DER ÖSTERREICHER MIT IHRER FIGUR	
SEHR ZUFRIEDEN	9%
ZUFRIEDEN	28%
WENIG ZUFRIEDEN	52%
GAR NICHT ZUFRIEDEN	11%

<u>Frauen</u>	<u>Männer</u>
	
8%	10%
19%	37%
60%	44%
13%	9%

Frage 2:

„Wie wichtig ist Ihnen Ihre Figur?“

<u>BEDEUTUNG</u>	
DER FIGUR FÜR DIE ÖSTERREICHER	
SEHR WICHTIG	32%
WICHTIG	43%
WENIG WICHTIG	19%
GAR NICHT WICHTIG	6%

<u>Frauen</u>	<u>Männer</u>
	
38%	26%
52%	34%
7%	31%
3%	9%

Frage 3a:

„Haben Sie vor in nächster Zeit abzunehmen?“

JA	71%
NEIN	25%
WEIß NICHT	4%

Wenn Ja:

Frage 3b:

„Wie haben Sie vor abzunehmen?“
 (Mehrfachnennung möglich!)

DIÄT	28%
WENIGER ESSEN	67%
SPORT (Mehr Bewegung)	83%
GESUNDE ERNÄHRUNG	75%

Frage 4:

„Wie viel haben Sie vor abzunehmen?“

WENIGER ALS 2 kg	5%
2 BIS 5 kg	51%
6 BIS 10 kg	29%
MEHR ALS 10 kg	15%

Frage 5:

„Welche Motive sind Ihrer Meinung nach ausschlaggebend abzunehmen?“
 (Mehrfachnennung möglich!)

GESUNDHEITLICHE ASPEKTE	70%
BESSERES AUSSEHEN	64%
WOHLBEFINDEN	82%
VERGLEICH MIT ANDEREN	53%

RANKING DER FIGURPRÄFERENZEN VON FRAUEN UND MÄNNERN (SELBSTBILD/FREMDBILD)

FRAGEN AN DIE FRAUEN

Frage 6a: (offene Frage, inhaltsanalysiert und kategorisiert)
„Was macht Ihrer Meinung nach eine gute Figur **BEI FRAUEN** aus?“
(Mehrfachnennung möglich!)

- 1) STRAFFER KÖRPER 87%
- 2) FLACHER BAUCH 69%
- 3) KNACKIGER PO 61%
- 4) SCHLANKE BEINE 48%
- 5) SCHLANKE TAILLE 37%

Frage 6b: (offene Frage, inhaltsanalysiert und kategorisiert)
„Was macht Ihrer Meinung nach eine gute Figur **BEI MÄNNERN** aus?“
(Mehrfachnennung möglich!)

- 1) BREITE SCHULTERN 91%
- 2) MUSKULÖSER KÖRPER 85%
- 3) KNACKIGER PO 66%
- 4) WOHLSTANDSBÄUCHLEIN 52%
- 5) WASCHBRETTBAUCH 25%

FRAGEN AN DIE MÄNNER

Frage 7a: (offene Frage, inhaltsanalysiert und kategorisiert)
„Was macht Ihrer Meinung nach eine gute Figur **BEI MÄNNERN** aus?“
(Mehrfachnennung möglich!)

- 1) MUSKULÖSER KÖRPER 93%
- 2) BREITE SCHULTERN 84%
- 3) SIXPACK 67%
- 4) KNACKIGER PO 41%
- 5) STRAMME WADEN 39%

Frage 7b: (offene Frage, inhaltsanalysiert und kategorisiert)
„Was macht Ihrer Meinung nach eine gute Figur **BEI FRAUEN** aus?“
(Mehrfachnennung möglich!)

- 1) SCHÖNER BUSEN 82%
- 2) KNACKIGER PO 79%
- 3) SCHLANKER KÖRPER 68%
- 4) SCHÖNE BEINE 44%
- 5) SCHLANKE TAILLE 34%

EINFLÜSSE AUF DIE WAHRNEHMUNG DES KÖRPERBILDES (SELBSTBILD)

Frage 8:

„Lassen sich Ihrer Meinung nach viele Österreicher durch die Berichterstattung in Illustrierten in Bezug auf ihre Körperwahrnehmung (Selbstbild) beeinflussen?“

JA	81%
NEIN	10%
WEIß NICHT	9%

Frage 9:

„Wie stark beeinflusst Ihrer Meinung nach das Aussehen und die Figur von Prominenten und Stars die Wahrnehmung der eigenen Figur?“

SEHR STARK	22%
STARK	39%
WENIG STARK	27%
GAR NICHT STARK	12%

Frage 10:

„Glauben Sie, dass die oft makellosen Körper in der Werbung zu einer Minderung des Selbstwertgefühls (Minderwertigkeitskomplex) bei den Betrachtern führen?“

JA	73%
NEIN	21%
WEIß NICHT	6%

- HUMANINSTITUT -
www.humaninstitut.at
Dr. Franz Witzeling
Alter Platz 30
A-9020 Klagenfurt
+43 463 514002
office@humaninstitut.at

- HUMANINSTITUT Vienna -
www.comvivo.tv
Mag. Daniel Witzeling
Auhofstraße 126
A-1130 Wien
+43 664 5224931
vienna-office@humaninstitut.at