



Bachelorarbeit zum Thema Auffälligkeiten des Essverhaltens – Ein Vergleich von Street- und BalletttänzerInnen

Exposé zur Bachelorarbeit von Sophie Leßmann

Sport fördert die physische und psychische Gesundheit (Ingledeu et al., 1996). Mit Bewegung kann das Risiko für Erkrankungen gesenkt sowie die Lebensqualität verbessert werden und Sport hat präventive sowie therapeutische Effekte (Oertel et al., 2009). Bewegung kann positive, aber auch negative Effekte auf die mentale Gesundheit haben (Thome & Espelage, 2004). Sport dient folglich nicht nur zur Prävention von Krankheiten, sondern kann auch ein Gesundheitsrisiko sein: mit der sportlichen Aktivität können Sportverletzungen und Unfälle einhergehen. Ein Drittel der Kosten, die im deutschen Gesundheitswesen durch Sportverletzungen entstehen, haben ihren Ursprung in ernährungsbedingten Krankheiten und deren Folgen.

Eine Sportart mit erhöhtem Risiko für Auffälligkeiten im Essverhalten stellt u. a. das Tanzen dar. So weisen bspw. BalletttänzerInnen ein signifikant höheres Risiko für Essstörungen auf als nichttanzende Personen in ihrem Alter (Abraham, 1996; Dotti et al., 2002). Im Vergleich zwischen Amateuren und professionellen TänzerInnen hatten erstere eine höhere Prävalenz für eine Essstörung (Diogo et al., 2016). Die AutorInnen machen zudem auf einige Forschungslücken aufmerksam: es fehlen Untersuchungen zum einen zu anderen Tanzstilen und zum anderen werden LeistungstänzerInnen, die nicht professionell aber auf einem höheren Niveau als Amateure tanzen, kaum beachtet (Diogo et al., 2016).

Daran anknüpfend möchte ich mich in meiner Bachelorarbeit konkreter mit der ästhetischen Sportart Tanzen und dem damit verbundenen Essverhalten von TänzerInnen auseinandersetzen. Da diese Sportlergruppe zu den Risikogruppen für die Entwicklung einer Essstörung zählt, sollen Auffälligkeiten des Essverhaltens untersucht werden. Aufgrund mangelnder Studien andere Tanzstile betreffend, liegt der Fokus meiner Arbeit auf Ballett- und auf StreettänzerInnen. Um die Forschungslücke zwischen Amateuren und Profis zu schließen, soll in meiner Studie in Hobby- und LeistungstänzerInnen unterteilt werden. Letztere Kategorie ist abzugrenzen von Hochleistungssportlern (Profis), bei denen Erfolge auf nationaler und internationaler Ebene sowie das Geld verdienen die obersten Ziele sind (Oertel et al., 2009).

Für die Beantwortung der Frage, ob TänzerInnen aus dem Ballett und/oder Streetdance Auffälligkeiten in ihrem Essverhalten aufweisen, soll eine Online-Umfrage mit TänzerInnen verschiedener Stile und unterschiedlicher Erfahrung durchgeführt werden. Zur Erfassung des Essverhaltens wird der „Eating Disorder Examination – Questionnaire“ (EDE-Q) von Fairburn und Beglin (1994) verwendet und um demografische Angaben zum Thema Tanzen ergänzt. Beide Fragebögen werden zusammengefasst und online an mehrere Tanzschulen und TänzerInnen geschickt. Ziel ist es mindestens 100 TänzerInnen, homogen auf beide Stilrichtungen verteilt, zu befragen, um repräsentative Aussagen treffen zu können. Mit Hilfe der erhobenen Daten soll die Frage beantwortet werden, ob BalletttänzerInnen und/oder StreettänzerInnen ein auffälliges Essverhalten und damit ein höheres Risiko für eine Essstörung haben und ob die Ausprägung bei beiden Untersuchungsgruppen gleich ist. Zusätzlich soll auf Unterschiede der Gruppen bezüglich der 4 Subskalen des EDE-Q eingegangen werden. Unterschiede je nach Geschlecht und/oder Altersgruppe sowie Unterschiede zwischen Hobby- und LeistungstänzerInnen werden ebenfalls betrachtet.

Aufgrund der oben genannten Studien lassen sich folgende Hypothesen ableiten:

1. BalletttänzerInnen erzielen höhere Werte auf dem EDE-Q und haben ein auffälligeres Essverhalten als StreettänzerInnen.
2. HobbytänzerInnen erzielen höhere Werte auf dem EDE-Q und haben ein auffälligeres Essverhalten als LeistungstänzerInnen.
3. Tänzerinnen erzielen höhere Werte auf dem EDE-Q und haben ein auffälligeres Essverhalten als Tänzer.

Literatur

Abraham, S. (1996). Characteristics of eating disorders among young ballet dancers.

Psychopathology, 29, 223–229.

Diogo, M.A.K., Oliveira Ribas, G.G., & Skare, T.L. (2016). Frequency of pain and eating disorders among professional and amateur dancers. *Sao Paulo Med J*, 134(6), 501-507.

<http://doi.org/0.1590/1516-3180.2016.0077310516>

Dotti, A., Floravanti, M., Balotta, M., Tozzi, F., Cannella, C., & Lazzari, R. (2002). Eating behavior of ballet dancers. *Eating Weight Disord*, 7, 60-67.

Ingledeu, D. K., Hardy, L., Cooper, C. L., & Jemal, H. (1996). Health behaviors reported as coping strategies: A factor analytical study. *British Journal of Health Psychology*, 1, 263–281.

Oertel, R., Walther, A., & Kirch, W. (2009). Sport als Gesundheitsprävention und Gesundheitsrisiko.

Prävention und Gesundheitsförderung, 4, 240-244.

<https://doi.org/10.1007/s11553-009-0183-z>

Thome, J., & Espelage, D. (2004). Relations among exercise, coping, disordered eating, and psychological health among college students. *Eating Behaviors*, 5, 337-351.

<https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2004.04.002>