# Hungrig nach mehr Likes

**Magersucht auf Instagram** Interne Dokumente belegen, dass die Plattform für Teenager schädlich sein kann. Wir haben es mit falschen Profilen überprüft. Und erschreckende Resultate erhalten, wie das Experiment von Chloé zeigt.

**Roland Gamp**
und **Sven Cornehls**

Chloé ist 16 Jahre alt, kommt aus der Schweiz. Und sie leidet an Essstörungen. Sie zeigt das offen auf Instagram. Doch Hilfe erhält der Teenager nicht. Stattdessen präsentiert ihr das soziale Netzwerk verstörende Inhalte. Ein «Coach» droht ihr mit Strafen, sollte sie nicht weiter abnehmen. Die Minderjährige gerät in einen Sog von Profilen, die Magersucht verherrlichen.

Real ist Chloé nicht. Sie ist eine von über zehn falschen Identitäten, die das Recherchedesk von Tamedia in einer Kooperation mit der «Süddeutschen Zeitung», dem Norddeutschen und dem Westdeutschen Rundfunk auf Instagram angelegt hat. Um zu prüfen, in welche Abgründe gefährdete Teenager dort fallen können.

Instagram und Facebook stehen seit Monaten in der Kritik – seit internationale Medien, darunter diese Zeitung, die Facebook Files an die Öffentlichkeit brachten. Sie bestehen aus unzähligen internen Dokumenten des Konzerns, dem auch Instagram angehört. Es geht um Fake News, Hassrede, aber auch um die Gesundheit junger Menschen. «Einer von fünf Teenagern sagt, dass er sich durch Instagram schlechter fühlt», heisst es übersetzt in einer Studie aus den Facebook Files. Das konstante Vergleichen auf Instagram führe den Jugendlichen zufolge zu mehr Ängsten und Depressionen. In einem anderen Dokument steht: «Wir verschlimmern Probleme mit dem Körperbild bei einem von drei Teenagerinnen.»

### «bul1m1a_» als Vorschlag

Wie das konkret ablaufen kann, erfahren wir nun mit dem Fake-Profil von Chloé. Am 20. Dezember geht das Konto der fiktiven 16-Jährigen online. Wir folgen den Popstars Ariana Grande und Billie Eilish. Aber auch zwei Profilen, die stark abgemagerte Körper präsentieren. Sofort macht uns Instagram den Vorschlag, einem weiteren Account zu folgen, der dünne Frauen zeigt. Nach zwei Stunden folgt uns eine Nutzerin, die für Fotos ihrer extrem schlanken Arme Hunderte Likes erhält.

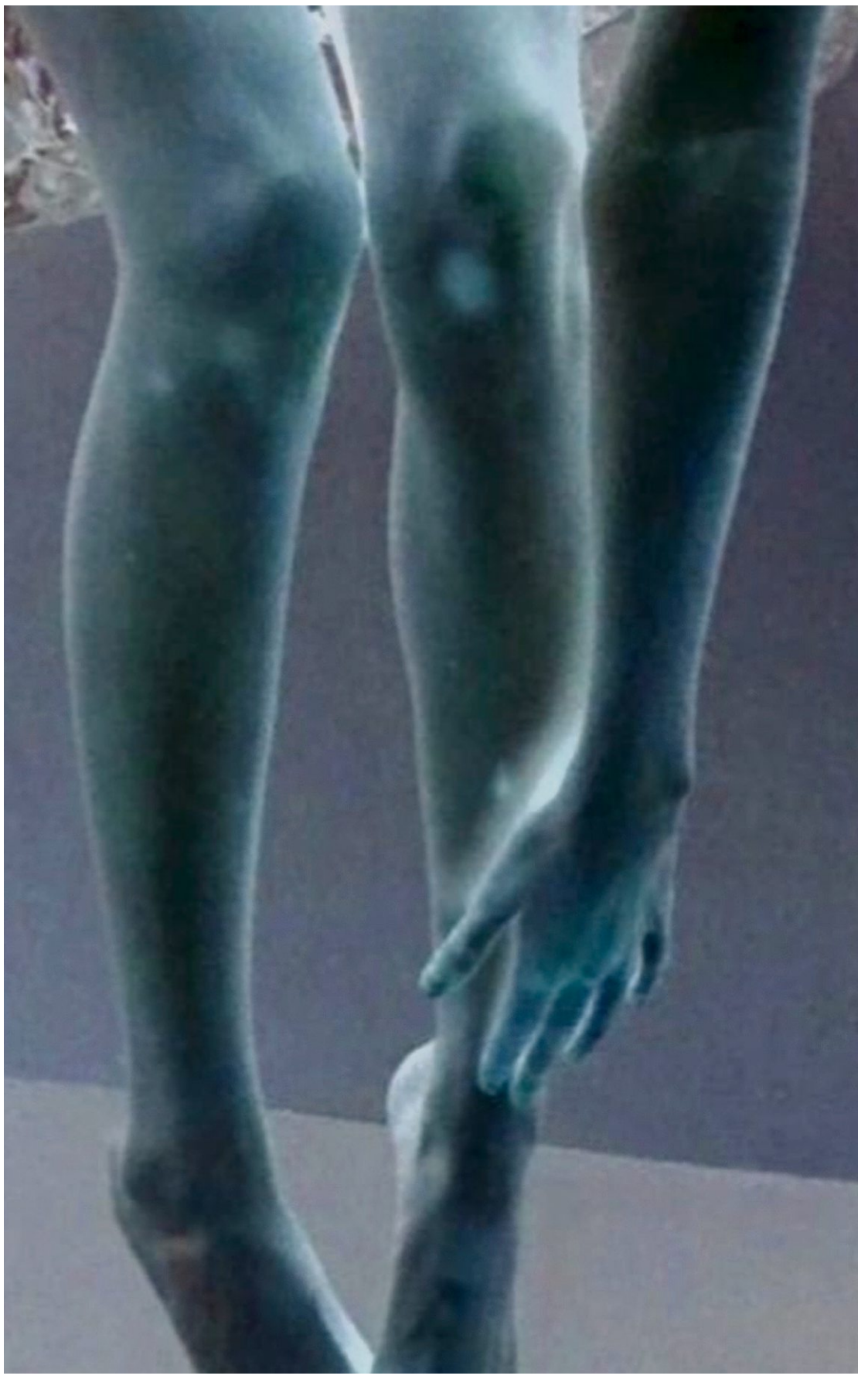
Wir teilen einige Bilder von Chloé. Auf dem ersten sieht man dünne Beine, auf dem zweiten einen sehr schlanken Bauch. Das kommt offenbar an. Am 23. Dezember hat das Profil zehn Fans, an Weihnachten sind es 50. Wir folgen einigen Accounts zurück. Nehmen aber auch Vorschläge an, die uns Instagram selbst unterbreitet. Der Algorithmus empfiehlt dabei Konten wie «bul1m1a_», «i_want_skinny_so_bad» oder «imn0thungry1».

Viele Mitglieder geben in ihrer Biografie an, dass sie Essstörungen haben. Weitverbreitet sind Angaben zum eigenen «Zielgewicht». So will eine 15-Jährige auf 36 Kilo abmagern. Andere teilen täglich, wie wenig Kalorien sie gegessen haben. Man sucht nach Partnern, um gemeinsam abzunehmen. Oder spornt sich gegenseitig an.

Es ist eine gefährliche Gemeinschaft, in die wir nun mit Chloé abdriften. «Soziale Medien ziehen Jugendliche mit Essstörungen extrem stark an, weil sie sich dort verstanden fühlen», sagt Psychotherapeutin Barbara Widmer vom Vorstand der Arbeitsgemeinschaft Ess-Störungen. «Stellen Sie sich vor, mit 15 oder 16 Jahren eine Diät zu machen. Dann sagen die Lehrer und die Eltern sofort, man müsse wieder zunehmen.» Aber auf sozialen Netzwerken erhalte man Zuspruch und Likes für solches Verhalten. «Das spornt natürlich zusätzlich an.»

Jasmin kennt dieses Hochgefühl. Sie ist nicht erfunden wie Chloé, sondern ein reales Mädchen, das auf Instagram Fotos von sich zeigt. Wir haben ihren Namen geändert. «Meinen Account habe ich wirklich noch nicht lange. Und da bekomme ich jetzt schon 150 Likes auf meine Bilder und habe fast 1000 Follower», sagt der Teenager. «Es hat sich richtig krass entwickelt.» Sie habe sich von anderen Profilen inspirieren lassen, erzählt Jasmin. «Früher war ich nicht so extrem mit tagelangem Hungern. Aber andere Accounts machen das auch.» Die 17-Jährige hat bereits einen Spitalaufenthalt hinter sich, weil sie stark untergewichtig war. Trotzdem will sie derzeit wieder abnehmen. Ob Instagram dabei eine Rolle spielt? «Es zieht mich schon tiefer rein», sagt Jasmin. «Aber andererseits hilft es mir auch ein bisschen.»

Psychotherapeutin Widmer behandelt immer häufiger Patientinnen, die in sozialen Medien aktiv sind. «Viele sagen explizit, dass die Essstörung dort angefangen hat.» Instagram alleine verursache keine Magersucht. «Aber es kann die Erkrankung sicher verschlimmern.» Widmer spricht von einem Loch, in das Betroffene auf der Plattform fallen können. «Wenn sie keine Betreuung haben, verschwinden sie komplett darin.»



Dünne Beine, blaue Flecken: Etliche solche Bilder bekam Chloé zu sehen. Foto: Instagram / Montage: Tamedia

> **«Früher war ich nicht so extrem mit tagelangem Hungern. Aber andere Accounts machen das auch.»**
>
> Jasmin, 17 Jahre alt

Der Facebook-Konzern hat es selber ausprobiert, wie ein internes Dokument zeigt. 2021 untersuchte eine Mitarbeiterin, was passiert, wenn sie ein Konto anlegt, das sich für Diäten und Gewichtsverlust interessiert. Sie folgte Profilen und Inhalten mit den Schlagworten #skinny oder #thin. In der Folge schlug Instagram verschiedene Konten vor, die eigentlich gegen die internen Regeln verstossen. Verstösse im Bereich Essstörungen würden in verschiedenen Märkten nicht proaktiv erkannt, rapportierte die Mitarbeiterin.

Die Lücken scheinen bis heute nicht geschlossen. Mit dem Profil von Chloé zumindest sehen wir nach Weihnachten verstörende Bilder. Junge Frauen, die derart abgemagert sind, dass die einzelnen Rippen herausstehen. Knöchrige Beinchen und spindeldürre Arme. Der Algorithmus hat uns tief in eine Szene geführt, in der krankhaft schlanke Körper ein Schönheitsideal sind. Mitglieder berichten, dass sie sich wertlos fühlen, es gibt sogar suizidale Beiträge. Eine 16-Jährige meldet sich direkt aus dem Spital. Sie teilt ein Foto aus dem WC, dort übergebe sie sich heimlich. «Alle Ärzte versuchen, mich dick zu machen.»

Wir schreiben explizit «ED» in die Biografie von Chloé, die englische Abkürzung für Essstörungen. Um die 50 Likes erhalten ihre Bilder mittlerweile. Vergleichsweise wenig. Extremere Accounts aus der Szene haben Tausende Follower. Das Foto einer derart dünnen Taille, dass zwei Hände sie umschliessen, gefällt 740 Leuten.

### Facebook sucht Balance

Man erlaube auf Instagram keine Profile oder Inhalte, die Essstörungen verherrlichen oder fördern, und wolle diese sicherlich nicht empfehlen, schreibt Facebook auf Anfrage. Werde man auf problematische Accounts und Beiträge aufmerksam, so würden diese gelöscht. Allerdings könne man ein Konto nicht einfach sperren, weil jemand ein gewisses Aussehen hat.

Es sei zudem erlaubt, über eigene Erfahrungen im Bereich der Essstörungen zu berichten, solange man nichts anpreise. Dies könne laut Experten einen entstigmatisierenden Effekt haben, teilt Facebook mit. Die eigene Technologie sei nicht perfekt. Aber Instagram verbessere diese ständig und sei deutlich besser darin geworden, schädliche Inhalte proaktiv zu erkennen.

Dass die Ingenieure von Instagram bemüht sind, zeigen auch die Facebook Files. Laut einem Dokument ist es ihr selbst erklärtes Ziel, das eigene Produkt gerade für Teenager «zur sichersten Gemeinschaft mit der meisten Unterstützung» zu machen. Es gibt in den Unterlagen Diskussionen darüber, ob Instagram mehr Bilder von normalgewichtigen Models zeigen sollte, mehr Landschaftsbilder anstatt Porträtaufnahmen. Negative Kommentare könnten eingeschränkt, positive dafür stärker gewichtet werden.

Auch die Frage, ob Instagram für Minderjährige höhere Sicherheitsstandards einführen soll, etwa bei Direktnachrichten, wurde eingehend untersucht. Jedoch sprach man sich damals dagegen aus. In der Begründung heisst es, die Nutzerinnen und Nutzer würden dadurch «zu viele wertvolle Interaktionen verpassen».

### Hilferuf bleibt ohne Antwort

Verschiedene Verbesserungen sind mittlerweile jedoch in Kraft, wie unser Experiment zeigt. Wer nach gewissen Schlagworten sucht, erhält einen Hinweis für Unterstützung. Andere Begriffe sind ganz geblockt. Es gibt mittlerweile ein Help-Center für Betroffene. Wiederholt hat Instagram bei unseren Fake-Profilen auch einzelne Beiträge gelöscht. Zudem wurden im Verlauf des Experiments immer wieder Profile gesperrt. Wobei unklar ist, ob sich andere Nutzer beschwerten oder ob unsere Inhalte dem System selber auffielen.

Jedenfalls gibt es auch hier Nachholbedarf, wie sich am Beispiel von Sarah Huber zeigte – einem weiteren Fake-Account. Nachdem das Profil deaktiviert worden war, schickte Instagram ihr eine Nachricht. Sie könne sich bei einer Beratungsstelle Hilfe holen. Angegeben war jedoch nur die amerikanische Gesellschaft für Essstörungen. «Mir geht es schlecht», schrieben wir an die vermerkte Mailadresse. «Können Sie mir helfen?» Eine Antwort blieb bis heute aus.

Unser Account von Chloé ist nach wie vor aktiv, hat weit über 300 Follower, jeder sechste davon minderjährig. Aber auch Erwachsene haben das Profil im Auge. Zum Beispiel fragt ein Unbekannter die fiktive 16-Jährige, ob sie ihm Nacktbilder schicken könnte. Auch ein Deutscher im Rentenalter meldet sich bei ihr. «Ich mag es sehr, wenn man die Rippen und die Beckenknochen gut sieht», schreibt er. «Das ist extrem sexy.»

Schliesslich kontaktieren mehrere selbst ernannte «Coachs» das fiktive Mädchen. Sie könnten ihr beim Abnehmen helfen, versprechen sie. Einer schickt schockierende Fotos von skelettartigen Frauen mit. Er will Chloé bis auf 32 Kilogramm trainieren. Wenn sie versage, sei er strikt. Dann müsse sie sich selber strafen und zum Beispiel mit einem Gürtel schlagen.

Wir haben im Rahmen der Recherche mehrere Profile und Nachrichten von solchen Coachs gemeldet. Allerdings blieben sie online, bis wir Facebook mit den Resultaten des Experiments konfrontierten.

Als wir etwa mit Chloé jenes Profil des besonders aggressiven Trainers beanstandet haben, erhielt der erfundene Teenager keine zwei Stunden später eine Antwort. Man habe festgestellt, dass jenes Konto nicht gegen die Richtlinien verstosse. Das System bedankte sich bei Chloé: «Meldungen wie deine sind wichtig, damit Instagram auch weiterhin ein sicherer Ort bleibt, an dem sich alle wohlfühlen.»

Mitarbeit: Oliver Zihlmann, Svea Eckert, Sulaiman Tadmory, Simon Hurtz, Lena Kampf, Berit Kruse