104/2021 16.11.2021

**Welche Auswirkungen hat intensives Kontrollieren des eigenen Körpers?  
Uni Osnabrück startet psychologische Studie zum Thema „Body-Checking“ mit der Uni Konstanz / Teilnehmende gesucht**

Im Forschungsprojekt „ANCHOR“ an der Universität Osnabrück wird untersucht, wie sich „Body Checking“, also das Kontrollieren und Überprüfen des eigenen Körpers (z.B. Aussehen, Figur, Krankheiten), auf unsere Gefühle, Gedanken und Verhaltensweisen auswirkt. Langfristig soll so eine Grundlage für die Entwicklung wirksamerer Behandlungen von psychischen Erkrankungen geschaffen werden. Das von der Deutschen Forschungsgemeinschaft (DFG) geförderte Projekt ist eine Kooperation der Klinischen Psychologie und Psychotherapie (Leitung Prof. Dr. Silja Vocks) der Universität Osnabrück und der Experimentellen Klinischen Psychologie (Leitung Prof. Dr. Andrea Hartmann Firnkorn) der Universität Konstanz.

Menschen mit bestimmten psychischen Erkrankungen betreiben Body Checking häufiger und intensiver; die Gründe sind jedoch bislang wenig erforscht. „Wir wollen verstehen, wie sich das Checking des eigenen Körpers auf die Gedanken und Gefühle auswirkt“, erklärt Vanessa Opladen, Doktorandin an der Universität Osnabrück. So gebe es bereits Hinweise darauf, dass Body Checking unterschiedliche psychische Erkrankungen aufrechterhalten könne. Ziel des Projektes ist es daher, sowohl Personen mit psychischen Erkrankungen als auch Gesunde in Bezug auf Body Checking zu untersuchen.

„Das intensive Überprüfen des eigenen Körpers kann je nach psychischer Erkrankung ganz unterschiedlich aussehen“, fügt die Psychologin Maj-Britt Vivell hinzu. „Während einige Betroffene vorrangig Figur, Gewicht und Aussehen kontrollieren, fokussieren sich Andere auf Anzeichen einer ernsthaften körperlichen Erkrankung. Durch das Projekt soll die Grundlage für die Entwicklung wirksamerer Behandlungen dieser Erkrankungen geschaffen werden.“

Für die laufende Studie gesucht werden Personen zwischen 18 und 65 Jahren, die sich zum einen starke Gedanken um ihr Gewicht, ihre Figur und ihr Essverhalten machen und/oder Essanfälle sowie gegensteuernde Maßnahmen (z.B. Erbrechen, exzessiven Sport) durchführen. Ebenfalls gesucht werden Männer und Frauen, die sich sehr mit ihrem Aussehen beschäftigen und mit ihrem Körper unzufrieden sind oder große Sorgen haben, an einer ernsthaften körperlichen Erkrankung zu leiden. Darüber hinaus suchen die Wissenschaftlerinnen Personen, die sich psychisch unbelastet fühlen und die einen wichtigen Beitrag zur Forschung leisten möchten.

Die Teilnahme umfasst zwei Termine am Institut für Psychologie der Universität Osnabrück sowie die Durchführung von Aufgaben im Alltag mit einem Studienhandy. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erhalten eine Aufwandsentschädigung von 150 Euro. Interessierte können sich bei den Studienleiterinnen Vanessa Opladen und Maj-Britt Vivell telefonisch unter: 0171 200 16 05 oder per E-Mail: [anchor-studie@uni-osnabrueck.de](mailto:anchor-studie@uni-osnabrueck.de) melden.

**Projekt-Informationen:**  
[www.psycho.uni-osnabrueck.de/zusatzangebote/anchor\_projekt.html](http://www.psycho.uni-osnabrueck.de/zusatzangebote/anchor_projekt.html)

[www.instagram.com/anchor\_projekt](http://www.instagram.com/anchor_projekt)

**Weitere Informationen für die Redaktionen:**Prof. Dr. Silja Vocks, Universität Osnabrück   
Institut für Psychologie  
Tel.: +49 541 969 4743  
E-Mail: silja.vocks@uni-osnabrueck.de