

PRO ANA UND 764

# GEMEINSAMKEITEN, STRUKTUREN UND GEFAHREN

## ZUR VORTRAGENDEN



Jasmina Eifert, M.Sc.

- Kontakt: [jasmina\\_eifert@yahoo.de](mailto:jasmina_eifert@yahoo.de)
- M.Sc. Psychologin, Fachpsychologin für Rechtspsychologie i.W.
- Interessen- und Forschungsgebiete:
  - Stigmatisierungsforschung
  - Therapieevaluation
  - Traumafolgestörungen, insb. Persönlichkeitsstörungen
  - Bildbasierte sexualisierte Gewalt; (Online-)Sexualdelikte; Kindesmissbrauch
  - Konfliktrträgige Gruppen
  - RGMC/ „Satanic Panic“

## AKTUELLE BERICHTE



7.64

Gefährliche Chatgruppen

**6+** Das ist das wahre Ausmaß der Kinderquäler-Szene um »White Tiger«

In Leipzig brachten Onlinesadisten offenbar eine 13-Jährige dazu, ihre Schwester zu töten. Diese SPIEGEL-Recherche zeigt, wie gefährlich Gruppen wie »764« und wie jung die Täter sind.



Der Fall »White Tiger«

**6+** **Mit 13 suchte er im Netz nach Freunden  
– sie trieben ihn in den Tod**

Der Schüler Jay Taylor beging vor laufender Kamera Suizid, weil ihn eine sadistische Onlinegruppe um den 21-jährigen Hamburger Shahriar J. dazu gedrängt haben soll. Seine Eltern erzählen hier vom verlorenen Kampf um das Leben ihres Sohns.



esstoerungen.anad • Folgen

esstoerungen.ana Bearbeite • 30 d t Wo.

„Skinnytalk“ (auch bekannt als „Pro-Ana Talk“ oder „Thinspiration Talk“) bezeichnet eine gefährliche Form der Online-Kommunikation, meist über soziale Medien, bei der Essstörungen wie Anorexie oder Bulimie verherrlicht oder romantisiert werden. Hier sind einige der Hauptgefahren:

- 🔥 Verherrlichung von Essstörungen: Skinnytalk fördert extreme Schlankeitsideale und stellt ungesunde oder gefährliche Verhaltensweisen wie Hungern, übermäßigen Sport oder das Erbrechen von Mahlzeiten als erstrebenswert dar.
- 🔥 Triggergefahr: Für Menschen, die bereits mit Essstörungen kämpfen oder gefährdet sind, kann Skinnytalk extrem

# FAHRPLAN

## Pro Ana

- Entstehung und Aufbau
- Zusammenhang mit Straftaten - Pro Ana “Coaches”

## 764

- Entstehung und Aufbau
- Zusammenhang mit Straftaten
- Vergleich zu PA

## Vergleichbare gefährliche Communities und Trends

## CONTENT NOTE

- Essstörungen (v.a. Anorexie/Magersucht)
- sexualisierte Gewalt allgemein; Sexualisierung Minderjähriger/ Kindesmissbrauch
- Gewaltdelikte; Tierquälerei
- selbstverletzendes Verhalten (SVV) und Suizidalität

# ANOREXIE – ICD-11

- ein für die Körpergröße, das Alter und den Entwicklungsstand der Person signifikant niedriges Körpergewicht, das nicht auf eine andere gesundheitliche Störung oder auf die Nichtverfügbarkeit von Nahrungsmitteln zurückzuführen ist
- BMI von weniger als 18,5 kg/m<sup>2</sup> bei Erwachsenen oder rascher Gewichtsverlust
- anhaltendes Verhaltensmuster, das die Wiederherstellung des Normalgewichts verhindern soll
  - eingeschränkte Nahrungsaufnahme
  - "Purging"-Verhalten (z. B. selbst herbeigeführtes Erbrechen, Missbrauch von Abführmitteln)
  - Verhaltensweisen, die auf eine Erhöhung des Energieverbrauchs abzielen (z. B. exzessive körperliche Betätigung)
- typischerweise verbunden mit Angst vor Gewichtszunahme
- niedriges Körpergewicht oder die Körperform im Mittelpunkt der Selbsteinschätzung der Person oder wird fälschlicherweise als normal oder sogar übertrieben empfunden

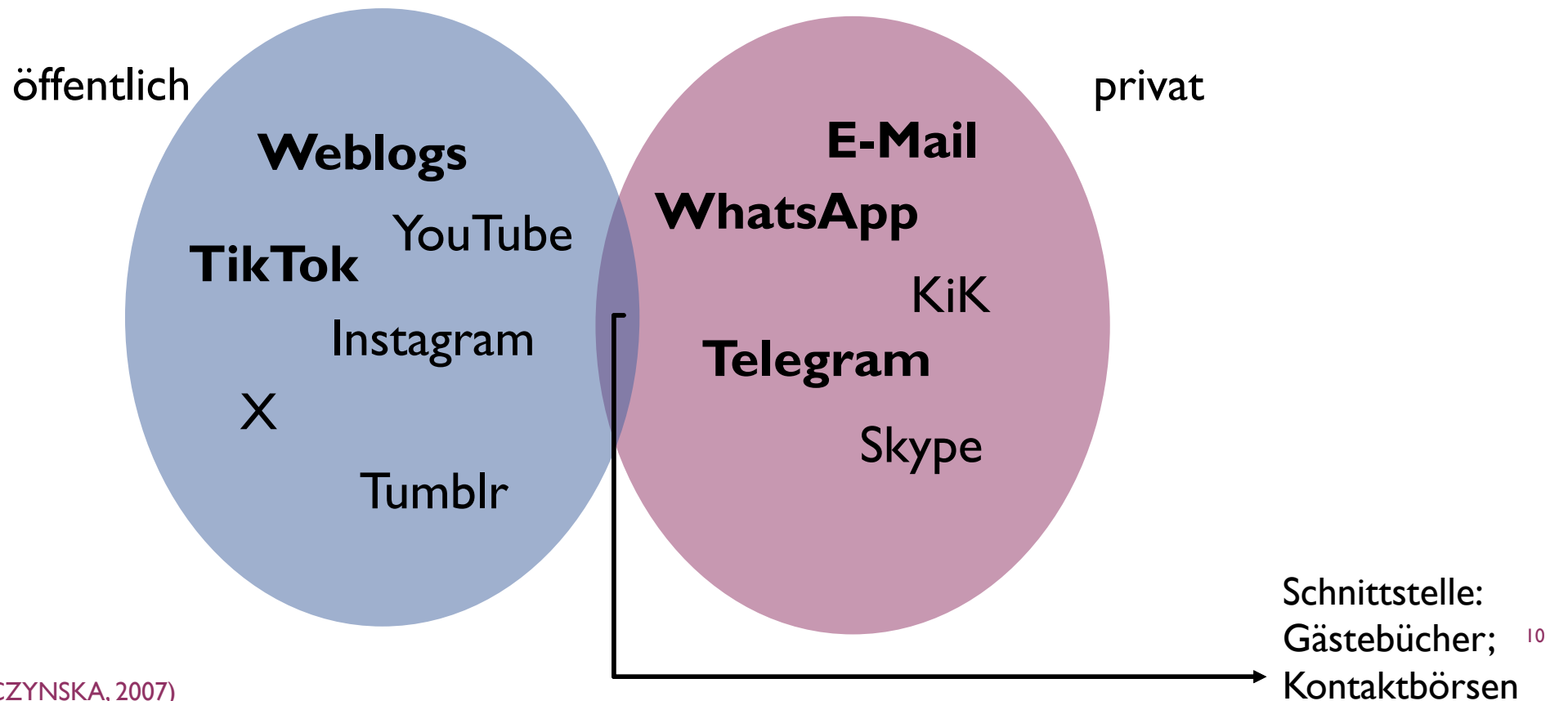
# WAS IST PRO ANA?

- Pro Ana = Pro Anorexia / dt. „für Anorexie (Magersucht)“
- Pro Mia = Pro Bulimia
- Heutzutage hauptsächlich: Verherrlichung des Störungsbildes Anorexie
- Entstehung Ende der 90er Jahre, Austausch über jegliche Aspekte einer Essstörung
- ab Anfang 2000er Jahre: Anorexie als Lifestyle
- bereits 2007 mehrere hundert Pro Ana Seiten → mittlerweile keine genaue Schätzung mehr möglich
- Verschiedene Untergruppen – weniger oder mehr verherrlichend
- Kaum Fachartikel über die verherrlichenderen Untergruppen



Öffentlich sichtbarster Teil der Gruppierung – heute im Fokus

# MERKMALE DER LIFESTYLE-GRUPPIERUNG - AUFBAU



# WEBBLOGS



## -Purrfection-

~Startseite~ ~über mich~ ~Diäten~ ~Tipps~ ~B&W Thinspo~ ~Tumblr~ ~Superhero Workouts~ ~Belohnungen~ ~Gästebuch/Twin-Börse~

Dienstag, 10. Februar 2015

### Schwierigkeiten

*Ich hatte ein ziemliches Tief. Wiege wieder viel mehr (evtl. 54) und traue mich kaum noch auf die Waage. Meine Stimmung ist schlimm, auch wenn ich vegan leben und vielleicht auch Sport machen darf. Meine Mutter weiß jetzt aber alles und am 17.02 geht es zum Psychologen. Wenn ich eingewiesen werde, würde ich zumindest nicht alleine sein, weil eine gute Freundin momentan auch in der Psychatrie ist. Ich versuche alles jetzt wieder in den Griff zu bekommen, angefangen mit mindestens 24h fasten. Wünscht mir Glück, ich muss bis Mai 45kg wiegen.*

Eingestellt von Cat um 13:36 Keine Kommentare: 

Labels: *Ana, Borderline, Diäten, essen, Essstörung, Fasten, fressattacke, Mädchen, Magersucht, Mia, motivation, psychatrie, radikaldiät, refeed, sport, Suizid, s??, Tod, vegan, Waage*

Montag, 26. Januar 2015

### Ende Januar..

Wie viel sollte ein Mädchen (16) bei einer Höhe von 165cm wiegen?

Cat



# WEBBLOGS



## Schlagwörter

Die Schlagwörterliste ist leer.

*Dies ist ein Abnehmblog mit Pro-Ana Inhalt. Ich übernehme keine Haftung für Schäden, wer ein Problem mit dieser Seite hat, soll sie bitte einfach wieder verlassen.*

*An alle anderen, Herzlich Willkommen, schön das ihr hier seit. ♥*



Du willst abnehmen, aber schaffst es nicht alleine? Dann komm zu uns

!!!!!!!🍀DAS IST EINE PRO ANA GRUPPE🍀!!!!!!!Bitte vorstellen:Name:

Alter:

TG:

HG:

AG:

Bmi:

Foto und Sprachnachricht ist Pflicht, da es auch P€dos gibt?

Wie lange/welche Essstörung hast du?

Was erwartest du von dieser Gruppe?Kannst du lange aktiv sein?

# KONTAKTBÖRSE

**ANONYMOUS** 19. März 2024 um 14:25

[ANTWORTEN →](#)



Hey, wir sind 3 Mädels, die neue Mitglieder für unsere Ana-Gruppe suchen. Wir haben eine **familiäre Atmosphäre** aber dennoch einige Regeln:

- nicht über 1.000 kcal pro Tag
- Täglich mind. 2.0 l trinken
- Montag & Donnerstag: Waagebild + Gewichtsabnahme & aktuellen BMI
- Abendprotokoll\* bis 10<sup>00</sup> Uhr am Folgetag
- Sonntags ein Wochenziel in das Abendprotokoll mit einbringen

Außerdem machen wir regelmäßig Challenges.

# WHATSAPP GRUPPEN

- strenge Regeln
  - (Tägliches) Wiegen und Esstagebücher
  - regelmäßiger Austausch
  - Konsum von thinspos
  - wöchentliche Spiegel-Selfies in enger Kleidung oder Unterwäsche
  - Bei Verstoß: Fasten, Erbrechen, mehrere Stunden Leistungssport, Rauswurf
- *challenges*: meist Durchführung von Hunger-Diäten für eine bestimmte Anzahl an Tagen
- Aggressiver Umgangston bei anderen Meinungen; Mobbing bis Rauswurf

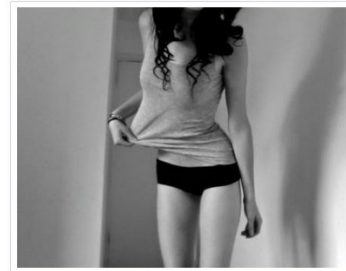
# THINSPIRATION

- Kofferwort aus „thin“ und „inspiration“
- Bilder, Sprüche oder Videomaterial

*Skip the dinner, wake up thinner. ♥*

*Pretty girls don't eat. ♥*

*Mirror, mirror on the wall make me happy, thin and tall. ♥*



# MERKMALE DER LIFESTYLE-GRUPPIERUNG

***„Man kann niemals zu dünn sein; Dünn-Sein und Geheimhaltung als das oberste Ziel“***

- Anorexie als Lifestyle
- Personifizierung der Essstörung → „Ana hilft mir“
- Starke Identifikation mit dem Störungsbild → „Ich bin (eine) Ana“
- Erzwungener Kontakt
- Pseudo-Freundschaft und Pseudo-Zusammenhalt
- Selbst- (und Fremd-)abwertung
- Demographische Daten – meist weiblich, circa 16-25 Jahre alt
- Beweis der Szenenzugehörigkeit (z.B. sog. sacred texts, Symptomchecklisten, Abkürzungen, Diagnosen,...)

# KONTAKTBÖRSE

**ANONYMOUS** 10. März 2023 um 14:07

ANTWORTEN →



Hello, 😘😘😘

Meine Twin und ich haben eine sehr strenge Gruppe gegründet. ❤️❤️❤️

Wir machen die Gruppe auf, da wir mit den bisherigen Gruppen nicht zufrieden waren, uns jedoch gegenseitig erfolgreich unterstützen und

uns nun überlegt haben weitere Leute einzuladen, um noch weiter zu

kommen. ❤️❤️❤️ Unser Mindset: Ana ist keine Diagnose, sondern unser

Lifestyle.

Die Gruppe ist offen für alle richtigen Anas oder solche die es wirklich werden wollen, das wird sich dann herausstellen, ob ihr bei uns richtig

seid. Nur die Harten kommen in den Garten. 😘😘😘😘

Wenn ihr mit dabei sein wollt hier ist der Link.



## SONSTIGE BESTANDTEILE – SACRED TEXTS

- Anas 10 Gebote
  - Anas Psalm
  - Anas Gesetze
  - Anas Briefe
- 
- Tipps und Tricks
  - Spezielle „Ana“-Diäten

# PRO ANA ARMBÄNDER



**Pro Ana Red Weave Bracelet**

★★★★★ (1 customer reviews)

\$14.00 *Out of stock*

Traditionally a red beaded bracelet, the pro ana bracelet is worn as a reminder of staying true to your diet, and also to meet other Ana's.

Many Ana's felt that red beads were not always age appropriate and so we searched for something a little more high-end, a little more refined, and a little more luxurious.

# MÖGLICHE FOLGEN – EIGEN- UND FREMDGEFÄHRDUNG

- Verlust von Sozialkontakten/ Isolation von Außenwelt
- Symptomverschlechterung und Komorbiditäten
- Substanzmissbrauch (Nikotin, Koffein, Kokain, Speed, Abführmittel, ...)
- Senkung der Therapiemotivation
- SVV, Suizidalität

Psychother Psychosom Med Psychol 2008; 58 - S22

DOI: 10.1055/s-2008-1061528



**Pro-Ana-Lifestyle, Gemeinschaft, psychische Erkrankung? – 2. Unterscheiden sich die Pro-Ana-Anhänger diagnostisch von Personen mit der Diagnose Essstörung, die sich jedoch nicht zu Pro-Ana bekennen?**

S Stracke <sup>1</sup>, A Zeeck <sup>1</sup>, A Hartmann <sup>1</sup>, HW Linster <sup>2</sup>

<sup>1</sup>Abteilung für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie am Universitätsklinikum Freiburg

<sup>2</sup>Albert-Ludwigs-Universität Freiburg, Fakultät für Psychologie, Abt. Klinische Psychologie und Psychotherapie

# GEFAHREN DER GRUPPIERUNG - SEXUALDELIKTE

- Pro Ana „Coaches“
  - Erwachsene Männer, welche Pro Ana Mitglieder „zu weiterer Abnahme motivieren wollen“
  - Angebote via Kontaktbörse/ Gästebuch
  - Fake-PA-Accounts und -Gruppen

# GEFAHREN DER GRUPPIERUNG - SEXUALDELIKTE

**ANONYMOUS** 2. März 2024 um 17:42

ANTWORTEN →



Kik lässt sich nicht mehr registrieren. Wenn du von einem reifen Coach mit Lebenserfahrung und Ernährungswissen gecoacht werden willst, und nicht einem Möchtegern-Coach, dann melde dich hier:

Discord: Y 

Skype: 

# GEFAHREN DER GRUPPIERUNG – PRO ANA COACHES

- Fordern meist täglichen, teils persönlichen Kontakt sowie regelmäßige, sexuell explizite Fotos/Videos
  - Anfertigen lassen von Missbrauchsabbildungen
    - Anstößige, unangebrachte Nachrichten
- Teils auch sexuell sadistisch motivierte Taten
  - Zwang zu SVV
- Absolute Kontrolle über die Betroffenen
- Grooming zu realen Treffen → Hands-On Delikte

## GEFAHREN DER GRUPPIERUNG - SEXUALDELIKTE

Rechtfertigungsstrategien der Täter:innen:

- Gegenleistung für „Hilfe“
- Bagatellisierung der möglichen Folgeschäden einer ES
- Täter-Opfer-Umkehr
- Verharmlosung ihrer Fantasien → „Fetisch“ „Vorliebe“

# GEFAHREN DER GRUPPIERUNG - SEXUALDELIKTE

**ANONYMOUS** 2. März 2024 um 17:53

[ANTWORTEN →](#)



Doch sie ist schon echt. Aber gehört vielleicht zu der Sorte junger Frauen die meinen, sie müssten keine Gegenleistung erbringen, wenn jemand ihnen Hunderte von Stunden fürs Coaching widmet – und die völlig empört reagieren, wenn man sagt, dass man Anas **erotisch findet** und sie nur deswegen coacht. – **Hier gibt es so viele naive Anas, die meinen, Coaching gäbe es ohne Gegenleistung ...**

# GEFAHREN DER GRUPPIERUNG - SEXUALDELIKTE

## Achtung:

Vorsicht vor „Pro-Ana-Coaches“! Es gibt vielfach Grund zur Annahme, dass Pädophile einschlägige Pro-Ana-Plattformen ausnutzen, um an [kinderpornografisches Material](#) zu gelangen. Als selbst ernannte „Coaches“ bieten sie auf Blogs und in Foren ihre Unterstützung beim Abnehmen an und verlangen in weiterer Folge regelmäßig Nacktfotos bzw. Bilder in aufreizenden Posen von den essgestörten Mädchen.

**Ich habe auf einem Schweizer Blog einen Pädophilen getroffen, der mich in die Magersucht treiben wollte**

PRO-ANA-BLOGS

**Magersucht-Foren sind Tummelplatz für Pädophile**

- Die Motivationen der Täter:innen sind nicht genau klar
  - Nicht genau klar, ob eine pädophile Störung dahinter steckt
    - Anderweitige paraphile Störung? (z.B. sexuell sadistische Störung → vgl. Gewaltfantasien in Foren, Anweisungen zu intensiven SVV)
    - Auch nicht sicher, ob sexuelle Erregung die Hauptmotivation ist → Ersatzhandlungstäter:innen

# FAHRPLAN

764

- Entstehung und Aufbau
- Zusammenhang mit Straftaten
- Vergleich zu PA

Vergleichbare gefährliche Communities und Trends

## 764 – ENTSTEHUNG UND AUFBAU

- Teil eines digitalen Netzwerkes → „Com“
- Entstehung in USA, gegründet von einem 15-Jährigen
- Verbreitung in diverse Länder → vgl. „White Tiger“
- Chatgruppen (Discord, Telegram, ...)
- Kontaktaufnahme online → z.B. im Gaming-Bereich
- Sextortion, Inszenierung und Verherrlichung von Gewalt
- Opfer ca. 8-17 Jahre; Täter:innen meist in gleicher Altersgruppe

## 764 – ZENTRALE MERKMALE/BESONDERHEITEN

- Peer-basierte Dynamik
  - Dezentralisierte Netzwerke → keine klassische Organisation
  - Organisationsstruktur → „Zellen“ und Hierarchiestufen
  - „Loyalitätschecks“
  - Ideologie → radikaler Nihilismus, Misanthropie (vgl. Manifest); Salatbar-Ideologie
  - Gezielte Irreführung Außenstehender
- 
- Sehr komplex
  - weder Kategorie „Einzeltäter:innen“ noch Kategorie „klassische“ Organisation
    - **Organisierte Gewalt**

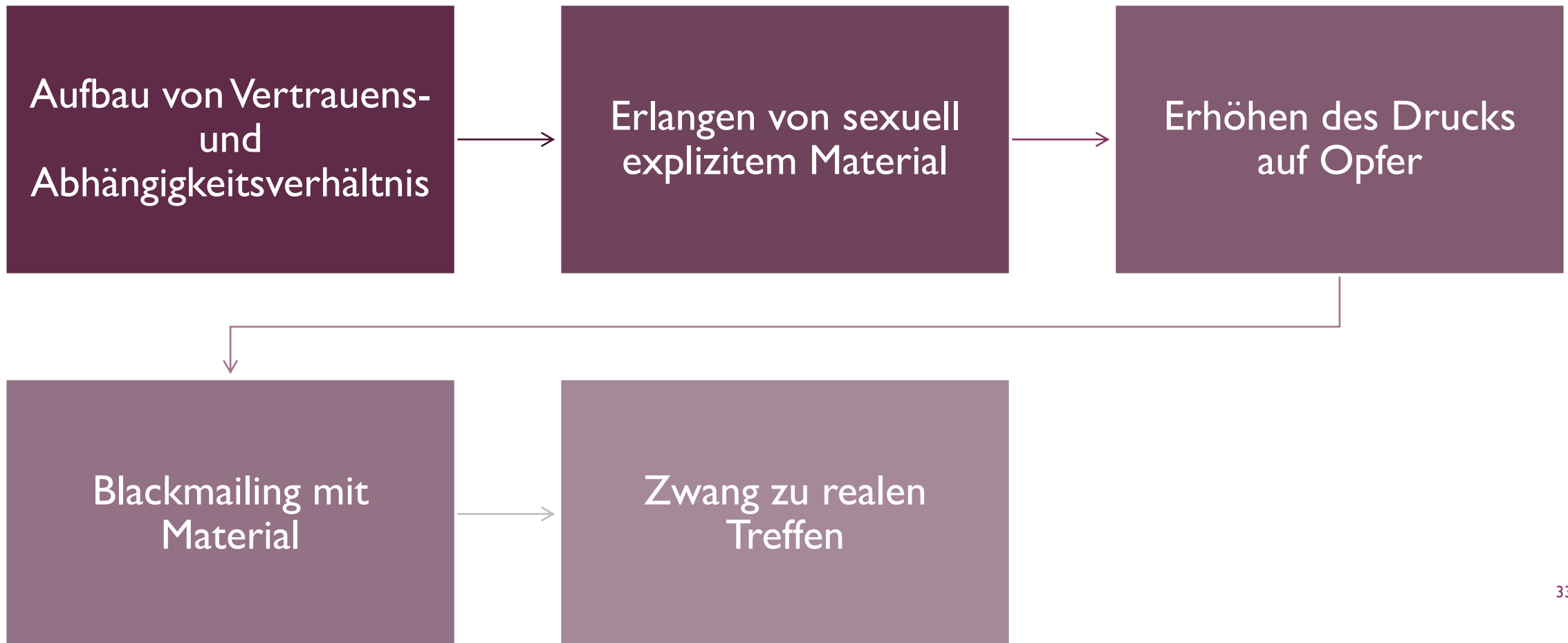
## 764 – STRAFTATEN

- Sextortion, Inszenierung und Verherrlichung von Gewalt
- Sextortion = sexuelle Erpressung
- Manipulation zur Herstellung von KMD → Erpressung zu Straftaten
  - Tierquälerei
  - Anstiftung zu Gewaltdelikten
  - Brandstiftung/Sachbeschädigung
  - Gewaltverherrlichung
  - Propaganda-Verbreitung
- Manipulation zu Suizid und SVV
- Digitale Handbücher und Manuale → Manipulationstechniken

# 764 UND PRO ANA - ÜBERSCHNEIDUNGEN

- Thema SVV und Suizidalität
- Kindesmissbrauch/Sexualdelikte durch bildbasierte sexualisierte Gewalt
- Grooming-Strategien
- Sexuell sadistische Inhalte
- Opfermerkmale → psychisch vorbelastete Kinder und Jugendliche

# GENAUES VORGEHEN DER TÄTER



# SEXUALDELIKTE/KINDESMISSBRAUCH ONLINE

Suche nach vulnerablen  
Kindern/Jugendlichen

Annäherungsstrategien

Tatbegehungsstrategien

Geheimnissicherungsstrategien

## 764 UND PRO ANA - UNTERSCHIEDE

	<b>Pro Ana</b>	<b>764</b>
Einstieg	Gezielte Suche bei Betroffenen Absichten klarer	Unfreiwilliger, manipulativer Wahre Absichten verdeckter
Vielfalt Deliktarten	Ausschließlich Sexualdelikte	Auch Tierquälerei, Tötungsdelikte, Hetze,...
Merkmale Täter:innen	Erwachsene Männer Einzeltäter Motive weniger vielfältig	Peers Organisierte Gewalt Aufmerksamkeit durch andere Akteure

## WEITERE GEFÄHRLICHE COMMUNITIES

- Extreme Abnehmrends außerhalb der PA-Szene
- Gefährliche Social-Media Challenges
- Teilen von extremistischem Gedankengut ggü. Kindern beim Gaming
- Manosphere → Gewaltverherrlichung gegen Frauen
- #Pinktok
- Cutecore, hurtcore, gorecore,...
- ...



# WAS IST #SKINNYTOK ?



Gabaghoul @Tmacproper · Jun 4  
Look what they took from us 😞  
We will keep **skinnytok** alive here



# EXTREMISTISCHES GEDANKENGUT

[Home](#) / [Media & press](#)



NEWS

## Europol and partner countries combat online radicalisation on gaming platforms

Referral Action Day removes vast amounts of terrorist, racist and xenophobic propaganda from gaming and gaming-related platforms

# GEFÄHRLICHE CHALLENGES AUF SOCIAL-MEDIA - #PINKTOK



Glitzer, Filter, Fentanyl: Wenn TikTok beim Drogenrausch zuschaut

248.191 Aufrufe • vor 3 Wochen



Desy ✓

Anzeige | Hier kommt ihr zu eurer Haut-Analyse: <https://i.formelskin.de/DSY-NOV> und mit meinem C

# EMPFEHLUNGEN

- Melde- und Beratungsstellen → QR-Code
- Help4U-Projekt (Europol und CENTRIC)

**Help4U** [Zurück zur Hauptseite](#) [Anleitung](#) [Hier wird dir geholfen](#) [Deutsch](#) ▼

## Bist du oder ein Freund von dir in einer schwierigen oder gefährlichen Situation?

**Schnell raus**

Auf dieser Seite werden dir ein paar Fragen zu deiner Situation gestellt. Es geht dabei nicht darum, eine Anzeige bei der Polizei zu erstatten, sondern darum, Rat und Unterstützung zu bekommen. Am Ende erhältst du ein Infoblatt mit persönlichen Ratschlägen, das dir helfen soll, die Situation einzuordnen, und dir aufzeigt, wo du Hilfe finden kannst.

**Jetzt starten**

---

QUELLEN /  
WEITERFÜHREND

