



Lieber Leser, liebe Leserin,

vor der Sommerpause hier noch einmal komprimierte Informationen zur Jungen- und Männergesundheit. Eine informative Zurkenntnisnahme und anschließend sonnige Sommertage wünscht Ihnen

Reinhard Winter

Serie: „Positive Beispiele und Perspektiven der Jungen- und Männergesundheit“

Olaf will's wissen. Ein Film von Jungen über die Gesundheit von Jungen

Gesundheitliche Bedarfe von Jungen werden oft übersehen, und eine Förderung der Jungengesundheit sucht häufig den Umweg über Pathologisierung und Medikalisierung. Dabei wird zu wenig danach gefragt, unter welchen Bedingungen und mit welchen Konzepten „männlich“ und „gesund“ in der jungenpädagogischen Praxis vielleicht doch zusammengeht. Ein Filmprojekt zeigt, dass es auch anders geht.

Formuliertes Ziel des Videoprojekts am Johannes-Kepler-Gymnasium Leonberg war es, Jungen Gelegenheit zur Auseinandersetzung mit Gesundheitsthemen über filmische Mittel zu geben. Im Vordergrund stand also das Thema Gesundheit, nicht die Medienpädagogik. Im Film sollten vor allem die Jungen selbst mit ihren eigenen Themen und Anliegen zu Wort kommen. Ihre Beteiligung zeigte sich auch über die Arbeit am Film hinaus – z.B. im grafischen, textlichen und im Präsentations-Bereich. Ein Nachmittag wurde zuerst als inhaltlicher Workshop gestaltet und sollte zur Teilnahme motivieren. Für das folgende Filmwochenende hatten wir die neun teilnehmenden Jungen gebeten, einen „gesunden“ und / oder einen „ungesunden“ Gegenstand aus dem Alltag mitzubringen und vorzustellen. Dies geschah in Interviewform vor der Kamera.

Eine wichtige Figur im Film ist „Olaf“, der von einem fernen Planeten auf die Erde kommt und keine Ahnung von Gesundheit hat. Der Film begleitet ihn sozusagen auf seiner Forschungsreise. Dazu wurden „gesunde“ und „ungesunde“ Orte aufgesucht und filmisch oder fotografisch inszeniert. Zwischendurch gab es immer mal wieder Gesprächs-, Bewegungs- oder Entspannungsbedarf – die Favoriten waren Fußball, Trampolinspringen und Chillen. Auch für Essen und Trinken musste gesorgt werden; für Überraschung und Aufklärung sorgte dabei ein Lebensmittelampel-App, mit dem z.B. ein Dutzend eingekaufter Getränke zwischen Buttermilch und Red Bull gescannt und in eine Reihenfolge gebracht wurden.

Für das Mittagessen waren zwei Gruppen mit unterschiedlichen Aufgaben zuständig – die eine sollte besorgen, was gesund ist, die andere, was gut schmeckt. Interessant war, dass beide gar nicht so weit auseinander lagen. All das wurde von den Jungen filmend oder fotografierend begleitet. Die Begleitung konzentrierte sich dabei zum einen auf die methodisch-technische Unterstützung, zum anderen darauf, den laufenden Gesundheitsdiskurs unter den Jungen mit Infos, Impulsen oder Fragen zu befördern und zu vertiefen. Insgesamt waren wir überrascht, wie kommunikationsfreudig, kooperativ und teamorientiert alles zugging.

Das Ergebnis des Filmprojekts: Ein medialer Zugang eignet sich gut für eine jungenbezogene Förderung des Gesundheitsdiskurses. Das Medium Film macht es leichter, mit Jungen ins Gespräch über Gesundheitsthemen zu kommen und sie auch untereinander in ein Gespräch zu bringen. Die Gesundheitsressourcen stehen im Vordergrund, ganz konkret auch Anerkennung und Erfolg im gemeinsamen Tun. Natürlich ist die eigene Gesundheit, der eigene Körper usw. im Medium „vermittelt“ und erfährt hier einen eher diskursiven, kommunikativen Zugang. Im distanzierten (und dadurch geschützten) medialen Zugang kann aber immer wieder auch das Eigene thematisiert oder ausgeleuchtet werden, z.B. männliche Sexualität. Jungen schätzen es, wenn sie dabei auch mal unter sich sind. Außerdem zeigte sich, dass das Filmsetting selbst mit aktivierenden gesunden Impulsen z.B. im Bereich Ernährung, Bewegung und Entspannung durchsetzt sein kann, die von den Jungen gerne aufgenommen und diskutiert werden.

Gunter Neubauer

Aus Wissenschaft und Forschung

▪ **Digital unterstützte Prävention kommt bei Männern an**

Männer kann digitale Technik ansprechen, um sich gesund zu halten. Jeder fünfte Mann in Deutschland nutzt bereits Gesundheits-Apps wie Schrittzähler, Einkaufsratgeber oder ähnliches. 42% der männlichen Nutzer sagen, dass sie sich dadurch gesundheitsbewusster verhalten (Frauen: 30 %). Dies ergab eine Forsa-Umfrage im Auftrag des AOK-Bundesverbandes. Sie zeigt, dass Smartphones und Tablet-PCs Chancen bieten können, bisher nicht erreichte Zielgruppen für Gesundheit zu motivieren. Um die Potenziale der digitalen Technik im Bereich der Prävention zu erschließen, engagiert sich die AOK auch in Forschungsprojekten, in



denen ein „Gesundheitscoach“ entwickelt wird. *Quelle: Pressemitteilung AOK-Bundesverband; www.aok-bv.de/presse/pressemitteilungen/2013/index_09735.html*

▪ **Bewegung hilft bei Männern gegen Depression**

Dass Sport gegen Depressionen helfen kann zeigt eine amerikanische Studie an 9.580 Männern im Alter zwischen 20 und 87 Jahren. Bei allen Arten von körperlichen Aktivitäten wurde eine um bis zu 51% verringerte Wahrscheinlichkeit für depressive Symptome gefunden. Starke körperliche Aktivität verringerte die Depressionen am deutlichsten. Bei übergewichtigen Männern half allerdings auch schon geringe körperliche Aktivität. *Quelle: Rezension von Britta Brudermanns in Sportverletz Sportschaden 2012; 26(04): 192; DOI: 10.1055/s-0032-1333378; Studie: Sieverdes J.C. et al., Med Sci Sports Exerc 2012; 44: 260-265*

▪ **Bericht zur Gesundheit von Männern und Frauen in Bremen**

Das Gesundheitsamt Bremen hat einen Bericht zur Gesundheit von Männern und Frauen veröffentlicht. Der Bericht beschreibt die Ursachen für die gesundheitlichen Unterschiede zwischen den Geschlechtern und analysiert die Nachfrage und Angebotsstruktur im Bereich Prävention und Gesundheitsförderung. Darüber hinaus werden Ansatzpunkte für geschlechtergerechte Prävention und Gesundheitsförderung vorgestellt. In einem gesonderten Kapitel wird auf Männer mit niedrigem Sozialstatus eingegangen. Der Bericht kann von der Homepage des Bremer Gesundheitsamtes heruntergeladen werden: www.gesundheitsamt.bremen.de/info/gbe

▪ **Schlechtere Hautkrebs-Prognose für Männer: biologisch bedingt**

Im Falle einer Erkrankung an einem malignen Melanom („schwarzem Hautkrebs“) haben Männer eine schlechtere Prognose als Frauen. Die Ursache für diesen Unterschied liegt nicht im Gesundheitsverhalten, wie bisher angenommen wurde. Eine neue Studie belegt, dass es auch biologische Gründe für die unterschiedlichen Prognosen geben muss. Um den Faktor Gesundheitsverhalten als Einflussgröße auszuschließen bewerteten die Forscher nur Fälle von Patienten mit einem malignen Melanom im fortgeschrittenen Stadium. Die Daten stammten aus insgesamt fünf klinischen Studien. In allen Fällen hatten Frauen bessere Überlebenschancen als Männer, sowohl hinsichtlich der tumorfreien Zeit nach der Therapie als auch bezüglich der Überlebenszeiten. *Quelle: Joosse, A. et al.: Sex Is an Independent Prognostic Indicator for Survival and Relapse/Progression-Free Survival in Metastasized Stage III to IV Melanoma: A Pooled Analysis of Five European Organisation for Research and Treatment of Cancer Randomized Controlled Trials. Journal of Clinical Oncology, Onlinevorabveröffentlichung am 20. Mai 2013, doi: 10.1200/JCO.2012.44.5031*

Gesundheitspolitik

▪ **EU-Kommissar Tonio Borg entdeckt Männer und Gesundheit**

Der EU-Kommissar für Gesundheit und Verbraucherpolitik Tonio Borg hat vor dem Europäischen Parlament eine Rede zum Thema „Männer und Gesundheit“ gehalten. Darin stellt er fest, dass zahlreiche Erkrankungen und Todesfälle bei Männern vermeidbar wären. Er betont, dass noch wichtige Arbeiten zu erledigen sind und die Bedürfnisse von Männern (und Frauen) mehr Aufmerksamkeit in der Politik für Prävention und Pflege benötigen. Zudem verpflichtet er sich, diese Politik nach vorn zu bringen und zur Bewältigung der Ungleichheiten im Bereich der Gesundheit beizutragen. ec.europa.eu/commission_2010-2014/borg/docs/speech_men-health_19032013_en.pdf

▪ **Deutscher Gesetzgeber beschließt Beschneidungsgesetz auf fragwürdiger Basis**

Das im Dezember 2012 eilig vom Deutschen Bundestag beschlossene Beschneidungsgesetz wurde auf höchst fragwürdigen und wissenschaftlich nicht haltbaren Empfehlungen des wohl befangenen US-Kinderärzteverbands AAP beschlossen; auf vorliegende Interessenskonflikte habe die Zeitschrift Pediatrics unzulässigerweise nicht hingewiesen. Zahlreiche internationale Mediziner sind davon überzeugt, dass ihre Kritik zurückgehalten worden sei. Dr. med. Wolfram Hartmann, Präsident des Berufsverbands der Kinder- und Jugendärzte, erklärt in seiner Stellungnahme vor dem Bundestag, dass die Behauptung von angeblichen Vorteilen der Vorhautbeschneidung wissenschaftlich nicht haltbar sei: [Stellungnahme Hartmann.pdf](#). An der Gesetzeslage in Deutschland wird die fachliche Kritik nichts mehr ändern: Jungen dürfen weiterhin aus religiösen Gründen Risiken ausgesetzt werden. Weitere Informationen zum Vorgang /Quelle: <http://www.zeit.de/wissen/gesundheit/2013-03/beschneidungsgesetz-kinderaerzteverband-aap/komplettansicht>



Medien und Veröffentlichtes

▪ **Master-Arbeit: Gesundheitskommunikation für Männer**

In ihrer Master-Arbeit befasst sich Simone Widhalm mit „Genderbasierter Gesundheitskommunikation für Männer in der Prävention und Gesundheitsförderung“ (Donau-Universität Krems, 2011). Gesundheitskommunikation hat bei der Aufklärung zu Prävention eine wichtige Funktion, weil sie das Mittel ist, um Informationen in die Zielgruppen zu transportieren. Eine genderbasierte Kommunikation, die entsprechend den Bedürfnissen, Präferenzen und dem Mediennutzungsverhalten der Adressaten adäquate Kommunikationskanäle und Instrumente nutzt, könnte dazu beitragen, Männer besser zu erreichen. Derzeit gibt es kaum Daten dazu, wie man mit Männern kommunizieren sollte, um deren Gesundheitsverhalten positiv zu beeinflussen. In einer moderierten Fokusgruppe wurde untersucht, wie genderbasierte Gesundheitskommunikation für Männer hinsichtlich Instrumenten, Kanälen, Mediennutzungsverhalten, Gestaltung und Absender gestaltet sein sollte. Beliebte sind kurze sachliche Informationen zu Gesundheitsthemen, beispielsweise in Form von Checklisten. Furchtappelle werden bei Gesundheitsinformationen zwar wahrgenommen, aber sofort ausgeblendet. Eine „positive“ grafische Gestaltung von Printmedien oder Broschüren wird geschätzt. Die größte kommunikative Herausforderung scheint jedoch darin zu bestehen, Prävention und Gesundheitsvorsorge mit Gesundheit in Verbindung zu bringen. Männer assoziieren beide Begriffe mit Krankheit und vermeiden die Auseinandersetzung mit diesem Thema deshalb so gut wie möglich. Kontakt zur Autorin: sw@widhalm.de

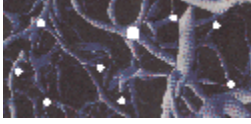
▪ **Wirre Männerwelten**

Männer in psychotherapeutischen und Beratungsprozessen auch „als Männer“ zu sehen und sich ihnen zuzuwenden ist ein wichtiges Anliegen. Das Buch „Männerwelten“ versucht, dies aufzunehmen und zu unterfüttern. Gut so. Wer zum ersten mal entdeckt, dass männliche Klienten ein Geschlecht haben, wird hier einige ganz hilfreiche Anregungen, Informationen, Strukturangebote und nützliche Verweise finden. Wer schon ein kleines Stück weiter ist wird bemerken, dass hier meist sehr pauschal und reduziert über „die“ Männer doziert wird. Dann fällt auch auf, dass fleißig, aber auch eklektizistisch gesammelt wurde und dass teils verwegene Verweisen und Literaturangaben auftauchen (z.B. Leimbach). Wenn alles mögliche, vom männlichkeitsbewegten Trainer über Therapie-Fachspezifisches bis zu wissenschaftlichen Studien nebeneinander steht, ergibt das eine recht wilde und wirre Mischung. Es bleibt unklar, was fachlich gehaltvoll und was populistischer Unsinn oder Mediengeschwätz ist. Autorin und Autor scheinen zusammen mit einem Teil der Männer in der Grube der Desorientierung zu sitzen und nicht drüber raussehen zu können. Für die Begleitung von Männern muss das gar kein Fehler sein – sofern es reflektiert wird; das ist hier aber nicht der Fall. Überhaupt wird der Mann nur ganz distanziert betrachtet analysiert. Aber ist nicht das Wesen von Psychotherapie und Beratung gerade von der Beziehung geprägt? Dann müsste Therapeutin und Therapeut sich selbst und die eigene Geschlechtlichkeit als bedeutendes Element mit in die Beziehung bringen. Davon ist in diesem Buch nicht viel zu sehen. Schließlich fehlt in dieser Materialhäufung mindestens ein Schlagwortverzeichnis, um den Mann und sein Problem wiederzufinden, wenn es gerade dran und nötig ist. In diesen Männerwelten kann man sich leicht verirren, und das ist nicht so gut für die Männer in Psychotherapie und Beratung.

Christ, Claudia/Mitterlehner, Ferdinand: Männerwelten. Männer in Psychotherapie und Beratung. Stuttgart (Schattauer) 2013. ISBN 978-3-7945-2909-4. 208 Seiten. 34,99 €

▪ **Kinder- und Jugendgesundheitsdaten im Geschlechtervergleich**

Der WHO-Jugendgesundheitsurvey „Health Behaviour in School-aged Children“ (HBSC) liefert gesundheitliche Basisdaten. Diese werden nun in einem Buch geschlechterbezogen analysiert. Das ist auf der einen Seite aufschlussreich, denn selbstverständlich ist Geschlecht eine wesentliche Differenzierungskategorie in Gesundheitsdingen. So können Unterschiede und Ähnlichkeiten bei Mädchen und Jungen quer durch alle gesundheitsrelevanten Bereiche entdeckt und erschlossen werden: von der psychischen Gesundheit über Substanzkonsum, körperliche Aktivität, Medienkonsum, Ernährung, Sexualität, Körperbilder, Verletzungen, Gewalt. Wer grundlegende Daten sucht oder benötigt, wird hier sicher fündig, wer Freude an Prozentzahlen und Tabellen hat, hier zufrieden gestellt. Allerdings bleiben die Beiträge – sicher auch durch die Anlage der Erhebung – im schlichten Sex-Vergleich hängen. Zwar wird zu Beginn Gender vordekliniert, davon ist bei der Darstellung der Ergebnisse allerdings nicht mehr viel übrig: Im Kern geht es um das, was einfach zu erfassen ist, also um die beiden Sex-Kategorien weiblich/männlich. Weitere Differenzierungen sind lediglich sozialstatistisch (Alter, Migration). Genderbezogen interessant würde es aber innerhalb der kategorialen Gruppen (z.B. 15jährige Jungen mit Migrationshintergrund) – aber so tief reicht das Material offenbar nicht. So droht durch



die Darstellung doch wieder Genderkonstruktion (z.B.: „Die Jungen weisen insgesamt ein höheres Verletzungsrisiko auf“; S. 142). Das ganze kommt überdies recht trocken daher; die Autorinnen und Autoren geben sich keine große Mühe, das wissenschaftliche Studiendeutsch in einen einigermaßen verständlichen Ausdruck zu bringen. Dies zu Lesen und zu Verstehen setzt hohes Interesse und/oder viel Zeit voraus.

Kolip, Petra/Klocke, Andreas/Melzer, Wolfgang/Ravens-Sieberer, Ulrike (Hrsg.): Gesundheit und Gesundheitsverhalten im Geschlechtervergleich. Ergebnisse des WHO-Jugendgesundheitsurvey „Health Behaviour in School-aged Children“. Weinheim (Beltz Juventa) 2013. ISBN 978-3-7799-1984-1. 248 Seiten. 29,95 €.

▪ **Männerdepression populär**

Depressionen bei Männern sind fachlich zunehmend bekannt und beachtet, bei vielen Männern aber noch weitgehend verdeckt. So ist es rühmlich, dass sich zwei Wissenschaftsjournalistinnen und ein Psychiater daran machen, verengte Horizonte zu weiten und das fachlich nicht Einfache – besonders die Maskierung von Depressionen bei Männern – für normal gebildete zu übersetzen. Das Thema ist ja nicht besonders lustig, die eingestreuten Fallgeschichten und Praxistipps halten das Buch dennoch lesbar. Dabei geht das Buch ziemlich in die Breite, wohl auch ein Ausdruck dafür, dass das Thema noch nicht stabil gefasst ist; man weiß noch nicht recht, was wirklich wichtig ist. Und ob es sein muss, immer wieder den abgenudelten Grönemeyer zu zitieren und auf Stereotypen herumzureiten oder zu behaupten, dass Männerdepressionen ein Tabu seien? Bekannte Merksätze traditioneller Männlichkeit, wie „Männer weinen nicht“ oder „Ein Indianer kennt keinen Schmerz“ werden durch die Wiederholung immer wieder neu verankert, auch wenn sie mit kritischem Impetus zitiert werden. Dennoch: Für Männer, die unter Depressionen leiden und für deren Angehörige kann das Buch Informationen, Erklärungen und Unterstützung bieten. Und auch interessierte Fachleute, die es gern etwas unterhaltsamer mögen, gibt es gute Einblicke in ein wichtiges Thema der Männergesundheit.

Löffler, Constance/Wagner, Beate/Wolfersdorf, Manfred: Männer weinen nicht. Depression bei Männern. Anzeichen erkennen, Symptome behandeln, Betroffene unterstützen. München (Goldmann) 2012, 978-3-442-17320-4. 304 Seiten, 8,99 €

Praxis

▪ **Positive erste Bilanz für Präventionsprojekt „Dunkelfeld“ in Niedersachsen**

Seit einem Jahr arbeitet das Forschungs- und Präventionsprojekt „Dunkelfeld“ in der Medizinischen Hochschule Hannover (MHH). Das Angebot für Personen, die auf Kinder ausgerichtete sexuelle Neigungen haben, jedoch keine Übergriffe begehen wollen, wurde sehr gut angenommen. 327 Männer haben Kontakt zum Projekt aufgenommen, davon 149 aus der Zielgruppe. Bei 61 wurde das Diagnostikprogramm abgeschlossen, 34 wurde ein Therapieangebot unterbreitet. Derzeit gibt es zwei Therapiegruppen. Ziel des Projekts ist es, bereits im Vorfeld sexuelle Gewalt an Kindern sowie den Konsum von Kinderpornografie zu verhindern. Die MHH ist Partner des Präventionsnetzwerks „Kein Täter werden“, dem weitere Standorte angehören. Weitere Informationen www.kein-taeter-werden.de. Quellen: Presseinformation MHH Hannover, persönliche Auskunft.

Termine

▪ **Dialogtagung zur Beschneidung von Jungen**

Das „Bundesforum Männer“ veranstaltet am 24. Juni 2013 in Berlin eine „Dialogtagung“ zum Thema Beschneidung von Jungen. Das Urteil des Kölner Landgerichts zur Beschneidung vom 7. Mai 2012 hat eine gesellschaftliche Auseinandersetzung zu diesem Thema in Gang gesetzt. Mit der Bundestagsentscheidung vom 12. Dezember 2012 gibt es zwar wieder Rechtssicherheit für die Religionsgemeinschaften, die Debatte über die Beschneidung geht aber weiter. Das Bundesforum Männer (www.bundesforum-maenner.de) will mit dieser Dialogveranstaltung einen Prozess anstoßen – in Religionsgemeinschaften wie bei Beschneidungsgegnern – und die jeweiligen Positionen nachvollziehbar machen. Mehr Information und Anmeldung: Tel. 030 275 811 22; info@bundesforum-maenner.de

Verantwortlich für den Newsletter und Redaktion: Reinhard Winter, SOWIT