

Erfolgsrezepte!

„Geheimnisse des Erfolgs“ in der gesundheitsbezogenen Arbeit mit (bildungsbenachteiligten) Männern

Im Rahmen des Erasmus⁺-Projekts „HelpMen“ wurden die Erfahrungen in der Arbeit mit Männern im Bereich der gesundheitlichen Grundbildung reflektiert, analysiert und diskutiert. Aus diesen Analysen und Diskussionen lassen sich – neben zahlreichen Schwierigkeiten – auch Erfolgsfaktoren ableiten, die für die gesundheitsbezogene Arbeit mit Männern bedeutsam sind bzw. sein können. Jenseits von konkreten Inhalten (wie Ernährung, psychisches Wohlbefinden, Entspannung usw.) bilden sie einen Rahmen für Projekte und Ansätze, in denen es um Gesundheit als Thema der Grundbildung für Männer geht.

Der Rahmen bezieht sich auf folgende Bereiche:

- Haltung, Einstellungen
- Strategien und Wege
- Werbung, Ansprache, Zugänge
- Arbeitsformen, Methoden, Unterlagen
- Zeitfaktoren
- Ökonomische Faktoren
- Veranstaltungsformen

Selbstverständlich sind diese Erfolgsrezepte keine Garantie für massenhaften Zulauf von Männern oder fürs Gelingen, sie sollen eher als Denkanstöße für zielgruppenorientierte Angebote und Zugänge verstanden werden.

Haltung, Einstellungen

- Männern Wertschätzung und Respekt entgegenbringen: Was sie machen und nicht machen, hat ihren eigenen Sinn
- Männer verstehen, keine Verurteilung – Männer handeln in ihrer Logik rational und ökonomisch
- Männer wirklich/richtig beteiligen, Partizipation (statt Bevormundung), keine Schein-/Pseudo-beteiligung
- Persönliche, intrinsische Motivationen der Zielgruppen-Männer aufgreifen, dem persönlichen Gesundheitsverständnis und den Zielen der Männer folgen
- An die Motivation der Männer anschließen – aber was motiviert Männer?
 - Autonomie: selber entscheiden, was Gesundheit ist, was ich verändern mag
 - Kompetenz: Ich bin bereits kompetent! Ich kenne mich aus, weil...; ich bin gesundheitskompetent, wenn...; eigene Kompetenz anderen Männern weitergeben können
 - Zugehörigkeit, Dabeisein (Normalsein): So Gesundheit tun ist ganz normal; alle machen das so; ich gehöre dazu, wenn ich mich um Gesundheitsaspekte kümmere
- ...

Erfolgsrezepte!

„Geheimnisse des Erfolgs“ in der gesundheitsbezogenen Arbeit mit (bildungsbenachteiligten) Männern

Strategien und Wege

- Neue Wege anlegen, vorhandene Wege öffnen und darauf hinweisen; Männern Wege in die Gesundheitsgrundbildung zeigen, Brückenfunktion der MultiplikatorInnEn (Metapher: „Es finden mehr Frauen den Weg in die Bildung“) (hilfreich: Mund zu Mund, persönliche Werbung; visuelle Informationen und Hinweise)
- Grundbildungs-Kombi: Thema „Gesundheit“ in anderen Feldern der Grundbildung einbinden (Mathematik: „das 1x1 der Gesundheit“; Sprache: Körper- und Gesundheitsbegriffe, Wörter für Befindlichkeiten, Wohlbefinden, sich krank fühlen...)
- „Service-Learning“: Motivation „lernen für andere, die mir wichtig sind / für die ich wichtig bin“
- Indirekte Ansätze, vermittelnde Personen als Zielgruppe (Vorgesetzte/Arbeitgebende für Mitarbeiter; Grundbildungslehrgangleitungen für Männer; Mütter für Söhne; Ehefrau für Ehemann; Trainer für Sportler usw.)
- Fokusgruppe aus der Zielgruppe im Vorfeld: Experten für Themen, Interessen, Werbung, Design, Zugänge...
- Autonomie beim Bewusstsein schaffen: Was ist Gesundheit *für mich*? Wo würde ich gerne meine Gesundheit entwickeln oder verbessern?
- „Zuweisung“ und Pflicht: von Empfehlung bis zur „Zwangszuweisung“ – durchaus legitim; Verpflichtung durch Arzt, Ärztin, Job-Center, Arbeitgeber, Gericht... (Pflichtcharakter erlaubt Männern die Teilnahme; „Gesundheitsbildungserlaubnis“; „Bildungsverpflichtung“ – „Überweisung“ in Bildung; Bildungsverpflichtung als Erlaubnis für Männer)
- In Lebenswelten der Männer ansetzen: in der Arbeitswelt (s. u.) – vielleicht aber auch in einer Eckkneipe, im Stadion, im Baumarkt, auf dem Recyclinghof etc.
- Zugänge über Berufsarbeit und Berufsbildung: Entsprechende Organisationen einbinden (Unternehmen, Stadtverwaltung, Krankenhaus, Straßenbau- oder Lagerfirma...)
- „Commitment“: Zur aktiven Teilnahme verpflichten; Verpflichtungserklärung des Teilnehmers; Selbstverpflichtung; Verbindlichkeit (Angebot nicht beliebig); Kautionsprinzip als Beweis fürs Einhalten der Verpflichtung
- Handlungsorientierte Ansätze, praktisch werden, Gesundheitsbildung wird handgreiflich: „nicht nur darüber reden, sondern selbst was tun“
- Raum und Zeit schaffen, um das individuelle, persönliche Gesundheitsverhalten der Männer zu reflektieren und eigene Zielsetzungen zu verfolgen
- Zweck und Sinn vermitteln: Was soll das, was wir da vorhaben?
- ...

Erfolgsrezepte!

„Geheimnisse des Erfolgs“ in der gesundheitsbezogenen Arbeit mit (bildungsbenachteiligten) Männern

Werbung, Ansprache, Zugänge

- Vielseitige, vielfältige Werbe- und Zugangskanäle *gleichzeitig* verwenden
- Texte: Einfache Sprache verwenden – viele Männer erfassen nur leicht verständliche und kurze Texte. [Tipp: für die Verständlichkeit gibt es einen Test unter <http://leichtlesbar.ch/html> – versuche, den Text auf einen Flesch-Wert von über 60 zu bringen!]
- Positive Ansprache: „stark und fit“; „Shaolin-Qi-Gong“; „Durchblicker“; „rundumsund“; Begriff „Gesundheit“ kann negativ wirken – besser konkret: Essen! Stress! Rücken! Durst! Sex!
- „Wording“: positiv assoziierte Begriffe: „Akademie“; „Selbstmanagement“; „Training“ [und negativ belegte Begriffe vermeiden: Volkshoch**schule** = Erinnerung an negative Schulerfahrung, schlechtes Image der Schule; Gesundheit = Befürchtung: Depotenzierung des Männlichen]
- Niedrigschwellig, offen – keine Voraussetzungshürden (wie z. B. „Sportzeug mitbringen“)
- Nutzen (direkt, indirekt) erkennbar machen: Finalisten erhalten ein Zertifikat (→ Bewerbung)
- ...

Arbeitsformen, Methoden, Unterlagen

- die Sprache und die Bilder der Zielgruppe verwenden (aus deren Lebenswelten)
- praktische, aktionale, aktivierende, interaktive Methoden verwenden: Black Box, Rauschbrille, Torwand
- übers Tun zum Reden [Befragung: „würden Sie gern mehr über Gesundheit wissen“ – 70% der Männer sagen nein; „würden Sie gern mehr für Ihre Gesundheit tun?“ – 70% der Männer sagen: Ja!], deshalb: Handlungsorientierte Praxis! Gesundheitsbildung übers Tun – währenddessen (Side by Side-Gespräche) oder nach dem Tun dann reden
- Unterlagen: Einfache Sprache, anschaulich (Bilder, Comics)
- „Lifhacks-Ansatz“: Kniffe, die sich auf Problemlösung konzentrieren, die Ziele auf ungewöhnliche Art erreichen oder den Alltag erleichtern – Gesundheit in Lifhacks einbinden zu Stress, Sex, Fußball, Vatersein, Grillen; Lifhacks werden meist von „coolen“ Männern angeboten (attraktive Modelle)
- ...

Erfolgsrezepte!

„Geheimnisse des Erfolgs“ in der gesundheitsbezogenen Arbeit mit (bildungsbenachteiligten) Männern

Zeitfaktoren

- Uhrzeit des Angebots im Tagesverlauf passend (mögliche Verpflichtungen der Männer berücksichtigen: Berufsarbeit, Kinderbetreuung, medizinische Termine...)
- Kontinuität des Angebots: Dasselbe Angebot immer wieder „bringen“, Impulsveranstaltungen (Männergesundheitstag) können sinnvoll sein, sind oft aber auch kurzlebig
- ggf. längerer Vorlauf, Aufbauphase (durchaus: mehrere Jahre!): langjährige Aufbauphasen machen sich bezahlt, Erfolge stellen sich in der Arbeit mit Männern oft erst nach einer gewissen Vorlaufzeit ein.
- passende, richtige Zeitpunkte für Bildungs- und Entwicklungsprozesse finden – „offene Phase“, Krise: z. B. nach koronarer Herzerkrankung, Suizidversuch, Unfall, Trennung, Tod einer angehörigen oder sonst nahestehenden Person [Krisen als Zugänge für Männer in die Grundbildung: Konfrontation mit einer Schwäche, die bisher verdeckt werden konnte]
- Jetzt-Bedarf nutzen: kurzfristiger Einstieg (wenn der Mann motiviert ist bzw. sich in einer „offenen Phase“ befindet; ggf. auch Quereinstiege nach Beginn ermöglichen [Killer: „Kurs hat schon angefangen“; „...leider ausgebucht“; „...fängt leider erst im Herbst an“ usw.]
- Zeit für die Männer „gewinnen“: Direkter Anschluss der Gesundheitsangebote an Arbeitszeiten anlegen – oder noch besser in den Arbeitszeiten.

Ökonomische Faktoren

- bildungsbenachteiligte Männer sind oft einkommensschwache/arme Männer
- Keine oder nur geringe/symbolische Teilnahmegebühr [„zu teuer“, „kein Geld“: vorgeschobene Legitimation, um sich vor dem Thema zu drücken]
- Geld-Zurück als Anreiz: Kautionsprinzip (bei mindestens 2/3 Teilnahme: Kaution zurück)
- ...

Erfolgsrezepte!

„Geheimnisse des Erfolgs“ in der
gesundheitsbezogenen Arbeit mit (bildungsbenachteiligten) Männern

Veranstaltungsformen

- Neue und passende Veranstaltungsformen setzen sich oft vom üblichen Angebot von Bildungsträgern ab
- Initiationsveranstaltungen können als Türöffner und Kontaktforum dienen: Aktionstag, Themenmesse vor Ort (Schule: Jungengesundheitstag; Männergesundheitsforum oder Vätertreff im Betrieb)
- Aufsuchende Gesundheitsbildung: dort hin, wo die Männer sind – Arbeitsplatz, Jobcenter, Computerkurs. Komm-Strukturen, Komm-Erwartungen erkennen und abbauen
- Ungewöhnliche Bildungsaktivitäten: „Bildungsüberfall“; „überraschende Bildung“; Bildungsinterview (auf der Straße, mit Kamera);
- Statusinteressen berücksichtigen: Sich messen, sich vergleichen, seine Position erfahren, z. B. im Testen: Test „gesundheitliche Grundbildung für Männer“; „teste deine soziale Gesundheit“ (Test als Bildungszugang für weitere Aktivitäten, Anfixen)
- Kontextuelle Öffnung: Beratung enthält auch Bildungselemente → Beratungssetting als Ort für Gesundheitliche Grundbildung
- Veranstaltungsformen wählen, welche die Teilnehmenden „vergessen lassen“, dass es um Gesundheit geht. („Das hat jetzt so viel Spaß gemacht, dass ich gar nicht direkt gemerkt habe, dass es um Gesundheit ging“)
- ...