

Arbeitspapier: Perspektiven der Männergesundheit(en)

Grundperspektiven auf (Themen der) Männergesundheit

Eine Ausgangsfrage, die sich im Projekt HelpMen immer wieder stellt, lautet: Was ist und womit beschäftigt sich (Jungen- und) Männergesundheit?

Zunächst markieren zwei Dimensionen Männliches in der Gesundheit: einerseits die männliche (spezifische) Körperlichkeit mit ihren Organen und Körperfunktionen; andererseits Männlichkeitskonstruktionen (-bilder, -vorstellungen, -normen, -rollen).

Durch ihre kulturelle Verankerung ist Männergesundheit auch im Biologisch-Reproduktiven unausweichlich durch Männlichkeitsbilder beeinflusst und besetzt. Umgekehrt beeinflusst der männliche Körper stets auch soziale Männlichkeitskonstruktionen. Gesundheit als Haltung und Praxis bedeutet für Jungen und Männer dem entsprechend Aneignung von, Auseinandersetzung mit und Bewältigung ihrer Körperlichkeit und den damit zusammenhängenden sozialen Besetzungen.

- **Spezielle Männergesundheit:** Sie ist körperlich-organisch orientiert, befasst sich dem entsprechend insbesondere mit dem männlichen Uro-Genitalbereich – mit Penis, Hoden, Prostata und mit den dazu gehörigen körperlichen Funktionen und Wirkungen: Erektion, Samenerguss, Zeugungsfähigkeit. Biologisch-medizinisch betrachtet meint spezielle Männergesundheit die Gesundheit sowie Erkrankungen oder Fehlbildungen des männlichen Urogenitalbereichs. Spezielle Jungen und Männergesundheit wird körperlich bzw. organisch verortet:
 1. Penis (Glied), Erektionsschwellkörper, Harnröhrenschwellkörper, Eichel, Vorhaut, Harnröhrenaussgang
 2. Hodensack (Skrotum)
 3. Hoden (Testes), darin Samenkanälchen, Hodenzwischenzellen, Bildung des Sexualhormons Testosteron;
 4. Nebenhoden (Epididymis)
 5. Samenleiter (Ductus deferens)
 6. Bläschendrüsen (Glandulae vesiculosae), Samenbläschen, Flüssigkeitsbildung
 7. Vorsteherdrüse (Prostata), Prostatasekret
 8. Cowper-Drüsen, Cowper-Sekret
- **Relative Männergesundheit:** Anhand unterschiedlicher Gesundheitsthemen befasst sich relative Männergesundheit mit dem Vergleich Männer | Frauen.

Arbeitspapier: Perspektiven der Männergesundheit(en)

Statistik, statistisches Geschlecht, „typisches“ Verhalten bilden den Hintergrund für Themenrelevanz, z.B.:

- Die Suizidrate Männer | Frauen beträgt etwa 3:1, Suizid und Depression sind wichtige Themen der Männergesundheit.
- Krankheitsarten-, Unfall- und Verletzungsstatistiken verweisen auf das stärkere Risikoverhalten vieler Männer.
- **Allgemeine, differenzierte Männergesundheit:** Nicht alle Männer sind gleich, es gibt nicht „die“ Männergesundheit. Unterschiede und Bandbreiten unter den Männern stehen in der Perspektive auf eine allgemeine und differenzierte Männergesundheit im Mittelpunkt. Männer werden dabei als heterogene Gesamtpopulation genderbezogen betrachtet. Hintergrund: Verschiedene Konzepte des Männlichseins bzw. von Männlichkeit wirken sich unterschiedlich auf die Gesundheit aus – Männlichkeiten sind verknüpft mit sozialen Milieus, Bildung, Religion, Migration, sexueller Orientierung, Generationen, Berufen usw., die zu Unterschieden unter Männern führen.

Erlebnisaspekte *spezieller* Jungen- und Männergesundheit

Generell binden Jungen und Männer neben sozial-kulturellen Prägungen auch psychodynamische Entwicklungen und biologische Aspekte in ihr Männlichsein ein. Dies geschieht in ständigen „Wechselwirkungen biologischer, psycho-sozialer und kultureller Aspekte“ [Schmitz S 2012, S. 15]. Dabei treten Impulse aus der Körperlichkeit in einen Austausch mit psycho-sozialen und sozial-kulturellen Wirkungen, was entsprechend umgekehrt ebenso der Fall ist: „Der ›biologische‹ Körper ist zwar konstruiert, aber dennoch nicht passives Einschreibungsprodukt, nicht Endprodukt diskursiver Akte, sondern er ist aktiv beteiligt an allen Entwicklungsprozessen“ [ebd. S. 31].

„Wechselwirkung“ ist keine Einbahnstraße: Soziale Faktoren wirken auf die Körper und umgekehrt beeinflusst auch der Körper das soziale Leben. Dabei gibt es einen „irreduziblen Geschlechtsrest“ [Sigusch V 2013, S. 543]. Erfahrungen und Ereignisse, die mit dem Körpergeschlecht unlösbar verbunden sind, „schlagen sich in Körper und Seele nieder“ [ebd.] und werden unablässig interpretiert und gedeutet, stets bezogen auf die vorherrschenden sozialen und psychischen Geschlechterbilder.

Spezifische Erfahrungen und Ereignisse sind bei Jungen und Männern sind etwa:

1. die Erektion des Geschlechtsteils, das Erleben der Erektion, das Füllen der Schwellkörper und die Verbindung erektiler Steife mit Lust, was die Erfahrung

Arbeitspapier: Perspektiven der Männergesundheit(en)

(bzw. die Befürchtung) unerwünschter Erektionen und die damit verbundene körperlich empfundene Scham oder Angst ebenso einschließt, wie die Erfahrung der Nicht-Erektion als alltäglicher Normalzustand oder als unerwünschte Erfahrung einer Dysfunktion;

2. das Erleben des Spermas und der Zeugungsfähigkeit als mit dem Sperma verbundene Potenz, die Erfahrung von Samenergüssen in Verbindung mit dem sexuellen Höhepunkt und das Erleben nächtlicher Pollutionen;
3. die Hoden mit ihrer äußeren Position der Gonaden in einem besonderen Haut-Behälter (Skrotum), einschließlich Erlebnisse von Hodenschmerzen, etwa nach stärkerem Druck, einem Sturz oder Schlag auf die Hoden, verbunden mit dem Bedürfnis nach Schutz der Hoden;
4. die Erfahrung des Gefühls des „Umfasst-Seins des Penis“ bei der sexuellen Penetration (vaginal, oral oder anal);
5. die männliche Fruchtbarkeit als die Fähigkeit, ein Kind zu zeugen (und die damit verknüpften Aspekte und Affekte, wie Freude, Verbindung, Lust, Stolz, Angst, Überforderung, Risiko einer unerwünschten Schwangerschaft);
6. Erfahrung von Zeugung und Vaterwerden aus der „äußeren“ Perspektive.

Zugänge zu Gesundheit: vier Grundaspekte

„Die“ Männergesundheit gibt es nicht. In der Arbeit mit Männern an Gesundheitsthemen hat sich gezeigt, dass es förderlich ist, unterschiedliche Perspektiven von Gesundheit aufzufächern, um verschiedene Themen und Aspekte in den Blick zu bekommen oder zur Auseinandersetzung damit anzuregen.

Nach der WHO-Definition ist Gesundheit „ein Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens und nicht nur das Fehlen von Krankheit oder Gebrechen“ („Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity.“). So gesehen gibt es verschiedene Gesundheitsen, die Ansichten abbilden, die für Männer und ihre Gesundheit wichtig sind:

- **Körperliche Gesundheit** als der Zustand des physischen Körpers, von der Abwesenheit von körperlichen Erkrankungen bis zum Fitnessniveau. Körperliche Gesundheit ist für das Wohlbefinden von hoher Bedeutung und wird durch biologische Faktoren (z. B. Physiologie, Genetik) und die

Arbeitspapier: Perspektiven der Männergesundheit(en)

Lebensweise (Ernährung, sportliche Betätigung, Risikoverhalten) beeinflusst. Aber auch Umweltbedingungen (Schadstoffe, Sonnenlicht, Luftqualität) oder das Gesundheitswesen können die körperliche Gesundheit fördern.

- **Psychische Gesundheit:** Die Weltgesundheitsorganisation definiert psychische Gesundheit als „Zustand des Wohlbefindens, in dem der Einzelne seine Fähigkeiten ausschöpfen, die normalen Lebensbelastungen bewältigen, produktiv und fruchtbar arbeiten kann und imstande ist, etwas zu seiner Gemeinschaft beizutragen“. Psychische Gesundheit ist eine Voraussetzung dafür, dass Menschen ihr intellektuelles und emotionales Potenzial entfalten können, um leistungsfähig zu sein und sich in der Gesellschaft oder im Arbeitsleben zu beteiligen. Individuelle und die gesellschaftliche Faktoren sind dafür von Belang – auch Männlichkeitsbilder beeinflussen die psychische Gesundheit, etwa in der Fähigkeit, die „Innensicht“ einnehmen zu können, das Innere wahrnehmen und zu benennen: Gefühle, Erinnerungen, Zustände (Stress), Befinden, Erlebtes oder Gegenwärtiges „anfühlen“. Sprichwörtlich ist „das Schweigen der Männer“, das solche Kompetenzen beeinträchtigt. Auch in Bezug auf das Hilfesuchverhalten bei psychischen Störungen spielen Vorstellungen über das Männliche eine Rolle. Themen wie Selbstwert, Abhängigkeiten/Sucht, Care, Gewalt, Leistungsdruck, äußere und innere Erwartungen werden damit berührt.
- **Soziale Gesundheit** stellt die Bedürfnisse von Menschen nach gelingenden Beziehungen in den Mittelpunkt: Integration, soziale Netze, Bekanntschaften und Freundschaften, aber auch die Möglichkeit von Betätigung, Freizeitgestaltung, Berufsarbeit sind wesentliche Aspekte des Wohlbefindens. Soziale Gesundheit ist der Teil des Gesunden, der über Beziehungen die anderen Bereiche der Gesundheit beeinflussen oder fördern kann: Zugehörigkeit, das Miteinander und das Eingebundensein in bedeutsame, informelle oder formale soziale Netzwerke und Systeme, Freundschaften und das Bekanntschaftsvolumen. Das ist auch empirisch nachweisbar: Eine „gelungene Einbindung in primäre und soziale Netzwerke (geht) mit geringerer Krankheitshäufigkeit und höherer Lebenserwartung“ einher (Berkman/Syme 1979).

Arbeitspapier: Perspektiven der Männergesundheit(en)

- **Sexuelle Gesundheit:** Auf einer biologisch-körperlichen Ebene ist männliche Sexualität (bio-soziale) Notwendigkeit – ohne männliche Sexualität keine Fortpflanzung und kein Fortbestand menschlicher Gesellschaften. In dieser Perspektive kommt den primären Geschlechtsorganen des Mannes (Penis, Hoden) und ihrer Funktion zentrale Bedeutung zu. Unter reproduktiven Aspekten bezieht sich männliche Sexualität auf Leistung und den Maßstab der Erektions- und Zeugungsfähigkeit. Darin erhält männliche Sexualität funktionale Akzeptanz. Ethnokulturelle Studien verweisen an einer Schnittstelle zwischen Sex und Gender auf die reproduktive Sexualität als ein zentrales Moment von Männlichkeitsvorstellungen (Gilmore 1991, S. 245)

Literatur

Berkman LF, Syme SL (1979): Social networks, host resistance, and mortality: a nine-year follow-up study of Alameda County residents. In: Am J Epidemiol. 1979 Feb;109(2):186-204.

Gilmore, David D. (1991) Mythos Mann. Rollen, Rituale, Leitbilder. München / Zürich: Artemis und Winkler

Schmitz S. (2012) Geschlecht zwischen Determination und Konstruktion: Auseinandersetzung mit biologischen und neurowissenschaftlichen Ansätzen. Enzyklopädie Erziehungswissenschaft Online. EEO 2012, 1 - 38

Sigusch, V. (2013) Sexualitäten. Eine kritische Theorie in 99 Fragmenten. Frankfurt a.M. / New York: Campus

Autor: Reinhard Winter, SOWIT, Tübingen

Stand: 24.04.2019