

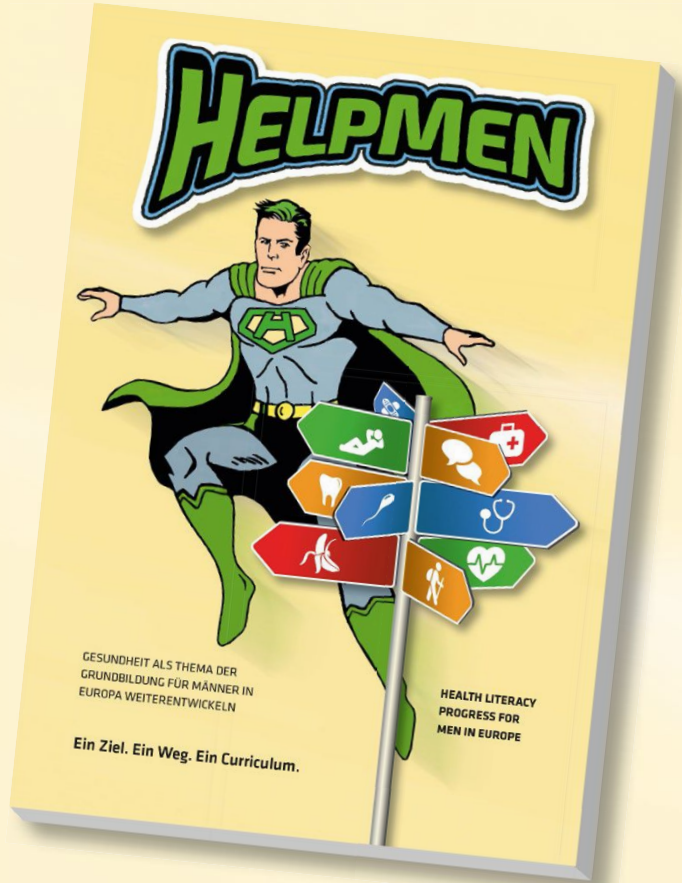


Männergesundheit bilden.

- Build up Men's Health.
- Former la Santé des Hommes.
- Formare la Salute Maschile.

Ergebnisse eines Praxisentwicklungs- projekts

- Results of a practice development project
- Résultats d'un projet de développement de la pratique
- Risultati di un progetto di sviluppo pratico



Gesundheit als Thema der Grundbildung für Männer in Europa weiterentwickeln

- Developing health as a topic of basic education for men in Europe
- Promotion de la santé en tant que sujet d'éducation de base pour les hommes en Europe
- Evolvere la salute come argomento di formazione di base per gli uomini in Europa

HEALTH LITERACY PROGRESS FOR MEN IN EUROPE

HelpMen:

Informationen | Informations | Informazioni

Das Projekt HelpMen (2017 - 2019) war eine Strategische Partnerschaft für Innovation im Programm Erasmus+ der Europäischen Union.

The HelpMen project (2017 - 2019) was a Strategic Partnership for Innovation in the Erasmus+ program of the European Union.

www.help-men.eu

HelpMen Team

Armin Bernhard, Romeo Bissuti, Paul Brugger, Ata Kaynar, Alexander Kries, Jonathan Kuhn, Vera Mühlbauer, Gunter Neubauer (Projektkoordination / Project coordination), Matthias Oberbacher, Sonja Pfau, Arash Razmaria, Melissa Ricken, Francis Spautz, Petra Starke, Christian Thill, Katja Uhrig, Reinhard Winter

Die ausführliche Dokumentation des Projekts „HelpMen – Ein Ziel. Ein Weg. Ein Curriculum.“ ist unter www.help-men.eu kostenfrei als Download erhältlich. Eine gedruckte Version kann beim Herausgeber gegen Auslagenersatz bestellt werden.

The detailed documentation of the project „HelpMen – A goal. A way. A curriculum.“ can be downloaded free of charge from www.help-men.eu. A printed version can be ordered from the publisher for reimbursement of expenses.

Impressum

SOWIT | Ringstraße 7 | D 72070 Tübingen
www.sowit.de | info@sowit.de | +49 7071 975 813
Tübingen 2019

Dieses Projekt wurde mit Unterstützung der Europäischen Kommission finanziert. Die Verantwortung für den Inhalt dieser Veröffentlichung tragen allein die Verfasserinnen und Verfasser; die Kommission haftet nicht für die weitere Verwendung der darin enthaltenen Angaben.

Diese Veröffentlichung erscheint unter offener Lizenz (Creative Commons). Der Link zum Download der Online-PDF-Fassung:

This publication appears under an open license (Creative Commons). The link to download the online PDF version:

<http://help-men.eu/wp-content/uploads/2019/10/broschure.pdf>



Konzeption, grafische Gestaltung & Produktion

ViV Werbeagentur
70597 Stuttgart
www.viv-werbeagentur.de

Kofinanziert durch das
Programm Erasmus+
der Europäischen Union





WIE KÖNNEN MÄNNER MIT GESUNDHEITSBILDUNG ERREICHT UND AKTIVIERT WERDEN?

Mit der Frage einer Verknüpfung von (Grund-) Bildung und Männergesundheit befasste sich im Projekt HelpMen ein interdisziplinäres, internationales und geschlechtergemischtes Team. Im Rahmen des Förderprogramms Erasmus+ entwickelten die fünf Projektpartner aus Deutschland, Italien, Luxemburg und Österreich ein Handlungscurriculum, das an acht Standorten und in insgesamt zwanzig Pilotprojekten erprobt und evaluiert wurde.

Ideen und Zugänge für die HelpMen-Pilotprojekte wurden, nach einer Phase der länderbezogenen Sondierung und systematischen Recherche, aus einer lokalen Bedarfsanalyse heraus entwickelt und in einer „kollegialen Rüttelstrecke“ validiert und abgerundet. Die Projekte decken eine große Bandbreite von Bildungsbereichen und Settings ab. Erreicht wurden Männer in Arbeit und Beruf, in Bildung und Beratung sowie in sozialen Einrichtungen. Ein kleinerer Teil der Projekte wurde mit Jungen und männlichen Jugendlichen umgesetzt. Sechs Projekte stehen explizit im Kontext von Migration und Flucht.

In der ausführlichen Projektdokumentation „HelpMen – Ein Ziel. Ein Weg. Ein Curriculum.“ findet sich ein Überblick über das Gesamtprojekt und die beteiligten Partnerorganisationen, dazu

Situationsberichte zu gesundheitsbezogener Grundbildung für (benachteiligte) Männer, zu männerbezogener Gesundheitskompetenz und zur Gesundheitsförderung und -bildung für Männer. Neben Inhalten und Zugängen eines Handlungscurriculums der Männergesundheitsgrundbildung werden auch die 20 HelpMen-Pilotprojekte skizziert, aus welchen sich Erfolgskriterien, Projektergebnisse und Empfehlungen ableiten.

Der Kern der Projektergebnisse wird zusätzlich in dieser Broschüre konzentriert dargeboten und zur Diskussion gestellt. Weitere Praxismaterialien, Arbeitsinstrumente und Methoden sowie Literatur zum Thema finden sich in der Projektdokumentation.

Grundpositionen

Ein Curriculum zur Männergesundheitsbildung unterstützt Fachkräfte darin, sich Männern und ihrer Gesundheit zuzuwenden. Essentiell ist dies insbesondere bei Männern mit geringen Gesundheitschancen und Grundbildungsbedarf. Institutionen wie auch Expertinnen und Experten müssen dazu Männergesundheitsbildung als eine gesellschaftliche Aufgabe wahrnehmen.

Männergesundheit ist nicht vorrangig eine Holschuld der Männer, vielmehr liegen Männergesundheitsbildung und -förderung in der gesellschaftlichen Verantwortung – als eine Bringeschuld. Männer werden damit von der (nicht nur) individuellen Verantwortung für ihre Gesundheitsbildung entlastet. Die Förderung der Gesundheitskompetenz von Männern verlangt entsprechende Anstrengungen in Form einer gesundheitlichen Bildung für Männer.

Männergesundheitsbildung braucht eine zielgruppenspezifische und -differenzierte Ausrichtung, um Männer in ihren Lebenszusammenhängen anzusprechen. Sie wendet sich besonders Jungen und Männern zu, die benachteiligt sind und deren Lebenspraxis nicht (schon) gesundheitsförderlich geprägt ist oder dem Gesundheits-Mainstream entspricht.

Die Verbesserung der Männergesundheit hängt heute wohl mehr an einer Intensivierung und Qualifizierung von Männergesundheitsbildung als etwa an einer Steigerung der Inanspruchnahme von Vorsorge- und Früherkennungsuntersuchungen. In diesem Sinn müssen herkömmliche Gesundheitsziele politisch und konzeptionell für Männer und auf deren Bedürfnisse hin angepasst werden.

„Männliche“ Qualitäten der Gesundheitsbildung entwickeln und an den Mann bringen

Die Entwicklung von Gesundheitskompetenz als Set von Fähigkeiten berührt den Bereich der Grundbildung. Dies verlangt, Zugänge der Grundbildung und deren Verständnis entsprechend zu erweitern und Gesundheit stärker in Bildungsprozesse einzubeziehen. Männlichsein, der männliche Körper oder das Befinden als Mann bieten Anlässe für Kommunikation und Interesse. Sich über den Körper, über mentale Zustände, soziale Bezüge oder Sexualitäten mitteilen zu können, sind

Grundfähigkeiten, die einbezogen werden sollten. Insofern öffnet sich ein neues, breiter gefasstes Verständnis von Grundbildung auch für männerbezogene Gesundheitsthemen und geht über das klassische Verständnis vom Erwerb von Lese-, Schreib- und Rechenkompetenzen hinaus.

Gesundheitskompetenzen verlangen nach persönlichen Zugängen. Eine Akzentuierung der Autonomie in der Gesundheitsbildung kommt Männern entgegen. Partizipation ist ein weiterer Schlüssel für den Erfolg der gesundheitlichen Bildung von Jungen und Männern: Sie machen und bilden ihre Gesundheit selbst. Eine Beteiligung an der Bildungsplanung trifft sich mit männlichen Autonomiewünschen und sorgt für Motivation. Ein Grundprinzip erfolgreicher Männergesundheitsbildung ist es, am gesundheitlichen Selbstverständnis von Männern anzusetzen. Schlüsselbegriffe wie Leistungsfähigkeit, Aktivität, Wohlbefinden, Sexualität, Stress, Burnout oder Erholung sind dabei oft wichtiger als der Bezug auf den pauschalen Begriff „Gesundheit“ oder auf gängige Gesundheitsbotschaften. Signale, dass die persönliche Autonomie respektiert wird, können ein Türöffner sein und Männern motivieren.

Soziale Integration ist ein wesentlicher Gesundheitsfaktor. Viele Männer mit gesundheitlichem Grundbildungsbedarf leben in sozialer Ausgrenzung und Isolation. Männergesundheitsbildung wird deshalb selbst beziehungsstiftend und -vertiefend angelegt. Beziehungen und Bindungen, Anerkennung, Zugehörigkeit und Gemeinschaft werden als grundlegende Elemente der sozialen Gesundheit erlebbar und betten die Förderung von Gesundheitskompetenz ein.

Männergesundheit ist auf Mannsein und Männlichkeiten bezogen

Gesundheitliche Grundbildung von Männern ist männlichkeitsreflektiert und zielt darauf ab, Bilder von Männlichkeit wie auch individuelle Möglichkeiten des Mannseins im Umgang mit Gesundheit

zu erweitern. Dementsprechend müssen Gesundheitsförderung und -bildung geschlechterbezogen zu einer Männergesundheitsförderung und -bildung weiterentwickelt werden.

- Wo Männlichkeit eine Ressource für Gesundheit darstellt, kann dies einbezogen und genutzt werden, z.B. in Bezug auf Sportlichkeit, konstruktive Konkurrenz, Selbstbehauptung oder Balancen zwischen Risikobereitschaft, Selbstsorge und Schutz.
- Wenn sich Männlichkeitsbilder und -normen gesundheitsschädlich oder -riskant auswirken, wird dies ebenso aufgenommen, etwa in Bezug auf unbedingtes Durchhalten, Risikovergessenheit, Dominanz, Autarkie, fehlende Bereitschaft zur Suche oder Annahme von Hilfe.

Notwendig ist das Wissen darum, dass es ein „gelingendes“ – positives, produktives, sozial verträgliches – Mannsein auch im Umgang mit Gesundheit gibt. Von der Zielperspektive her setzt Gesundheitsbildung deshalb auf Ressourcen und die Erweiterung des Männlichen (statt auf Kritik und Depotenzerung), daneben auf Vielfalt und Balancen des Männlichen (statt sich auf Extreme und Einseitigkeiten zu fixieren).

Mit einer positiven Haltung zu männlichen Gesundheitsthemen lassen sich Männer besser erreichen. Das ermöglicht Männern, sich auch mit schwierigen Gesundheitsthemen zu befassen. Interesse, Kompetenzerleben und auch Spaß bei Angeboten der Gesundheitsbildung motivieren mehr als Vorhaltungen und ein schlechtes Gewissen.

Sich zum Mann hin bewegen

Männer lassen sich – zu ihren Bedingungen – von Angeboten der Gesundheitsbildung erreichen, sind dafür offen und interessiert. Dazu gilt es, für spezifische Zielgruppen von Männern passende Angebote zu entwickeln, ins Handeln zu kommen,

ansprechende Bildungsangebote zu konzipieren und umzusetzen.

Um auch Männer zu erreichen, die mit gängigen Angeboten der Gesundheitsbildung nicht erreicht werden, eignet sich ein aufsuchender Ansatz. Die oftmals dominierende Komm-Struktur ist dabei nicht erfolgsversprechend. Denn Männer beschäftigen sich mit Gesundheitsthemen, wenn Angebote dort stattfinden, wo sie sich ohnehin aufhalten und wenn es zeitlich passt, erschwänglich ist usw. Gesundheitliche Bildung von Männern bewegt sich dabei zum Mann hin: Sie ist räumlich und inhaltlich aufsuchend konzipiert.

Eine Bewegung zum Mann hin verlangt, Gesundheitsvorstellungen und das Gesundheitsverhalten von Männern zu respektieren und womöglich problematische Bewältigungsversuche im Bereich Männergesundheit anzuerkennen. Männer wünschen sich Akzeptanz ihrer bisherigen Gesundheitsbildung. Daraus kann eine Eigenmotivation entstehen, mit der es ihnen leichter fällt, sich ihren gesundheitlichen Entwicklungspotenzialen zuzuwenden.

Gesundheitliche Bildung von Männern benötigt methodische Vielfalt und bewegt sich in unterschiedlichen Settings. Dies verlangt vor allem pädagogische Kompetenzen: Es geht um Bildung – nicht um Medizin, um Gesundheitswissenschaft oder Soziologie, auch nicht um Sport, Ernährungsberatung oder Therapie. Männer präferieren, wenn es um Gesundheit geht, häufig das aktive Tun (vor bzw. statt dem Reden) und gelangen über das Handeln zum Reden. Bildungsangebote, die Aktivität, Handeln und Erlebnisse beinhalten, begünstigen das Interesse bei Männern. Im Bildungsprozess selbst schon Gesundheit erfahrbar zu machen ist damit ein erfolgsversprechender Ansatz.

Gesundheitliche Bildung „bringt“ Männern etwas, das sie in ihre persönliche Haltung und Umgangsweise integrieren können. Sie wird ressourcen-

orientiert ausgerichtet und bezieht sich in ihren Ansätzen und Methoden auf vorhandene Kompetenzen. Das Statusinteresse vieler Männer („Wo stehe ich, welche Position, welchen Rang habe ich?“) empfiehlt es, in gesundheitliche Bildungsprozesse auch Möglichkeiten der Kompetenzpräsentation und Statusstärkung einzubeziehen.

Männergesundheitskompetenz für Multiplikatoren und Verantwortliche

Bei der Planung und Umsetzung von Angeboten der Männergesundheitsbildung benötigen Fachkräfte, Kursleitungen, Trainerinnen und Trainer die Fähigkeit, Interesse und Freude an Gesundheitsthemen bei Männern zu wecken und ihre Gesundheitskompetenzen zu erweitern. Dabei sind sie in der Lage, geschlechtersensibel und -reflektierend vorzugehen, was spezifische Kompetenzen verlangt. Dazu gehören:

- **persönliche Kompetenzen**, wie Bezüge zur eigenen Geschlechtlichkeit (z.B. eigenes Frau- oder Mannsein). Männliche Fachkräfte sollten z.B. über die Fähigkeit verfügen, sich selbst als Mann zu sehen – und nicht nur über Männer zu reden.
- **soziale Kompetenzen**, etwa Fähigkeiten in der Gesundheitsinteraktion und -kommunikation mit Männern. So sollten sie Männern zuhören können und eine Offenheit für Perspektiven von Männern unterschiedlichster Zielgruppen mitbringen.

- **Fach- und Sachkompetenzen**, etwa ein gutes Basiswissen über männliche Gesundheitsthemen, Kenntnisse im Bereich von genderbezogenen Daten und Fakten wie z.B. „Wie lese ich Statistiken über Männergesundheit?“ oder spezifisches Gesundheitswissen, z.B. über Männerkörper und Männlichkeit. Zudem wird die Fähigkeit verlangt, den Nutzen und Mehrwert von Gesundheitsbildung vermitteln zu können, Antworten geben zu können auf die Frage „Was bringt mir das?“

- Schließlich sind auch **Methodenkompetenzen** verlangt, ein für die jeweiligen Zielgruppen angemessenes Repertoire an aktivierenden, informierenden oder handlungsorientierten Methoden, die beziehungsstiftend und -vertiefend wirken. Mit passenden Methoden und einer Methodenvielfalt werden Männer inspiriert. Dazu gehört die Fähigkeit, Methoden immer wieder neu zu entwickeln oder abzuwandeln, so dass Kontext, Thema und Ziele gut angesprochen werden können.

Diese Kompetenzen befähigen Multiplikatoren und Verantwortliche, (Grund-) Bildung und Männergesundheit zu verknüpfen. Dabei findet gesundheitliche Bildung für Männer nicht nur in originären Grundbildungsangeboten statt, sondern auch dort, wo das Thema Gesundheit in anderweitige Bildungsprozesse neu implementiert wird. Dies gilt für eine Vielzahl von Organisationen und Institutionen, in denen Männer zwar sind – als Arbeitnehmer, Kunden, Klienten –, die ihnen dort aber bislang kaum Bildungsgelegenheiten im Bereich Männergesundheit verschaffen. Hier förderliche Impulse und einen Gestaltungsrahmen zu setzen, wäre Aufgabe einer Gesundheitspolitik für Jungen und Männer.



HOW CAN MEN BE REACHED AND ACTIVATED FOR HEALTH EDUCATION?

An interdisciplinary, international and mixed-gender team investigated the circumstances of connecting (basic) education with men's health. Framed by the support program Erasmus+, five project partners from Germany, Italy, Luxembourg and Austria developed a curriculum as an action plan, which was tested and evaluated in twenty pilot projects.

After a phase of country specific probing and systematic research, ideas and approaches to the HelpMen pilot projects were developed based on a local requirement analysis and additionally validated with the help of cooperative consultation. The projects cover a vast spectrum of educational fields and settings. The men were reached at work, at training, in schools and during consultation as well as in social institutions. A few of the projects were conducted with boys and male adolescents. Six projects are explicitly contextualized with migration and flight.

An overview of the whole project and the involved partner-organizations can be found in the detailed documentation of the project "HelpMen – A goal. A way. A curriculum." This documentation also comprises situational reports of health-related basic education of (disadvantaged) men, of

men-related health literacy and of health promotion and health education for men. Apart from the content and access of the action plan in basic men's health education, the twenty HelpMen projects are described in this documentation in detail. Also, one can derive key success criteria, project results and recommendations and suggestions.

The concentrated core of the project results is additionally presented in this brochure as a basis for discussion. Additional tools and methods as well as literature on the topic can be found in the project documentation.

Basic positions

A curriculum of men's health supports professionals to devote themselves to men and their health. This is particularly essential for men with few health opportunities and a real need in basic education. Institutions and experts have to discern men's health education as a social task.

Men's health is not just men's obligation. Rather, men's health education and support is a social responsibility. Men are therefore (not entirely) responsible for their individual health education.

The progress of men's health literacy demands corresponding efforts in health education for men.

Men's health education needs a target group specific and differentiated orientation to reach men in their life contexts. It aims at men and adolescent men who are disadvantaged and whose lifestyle is not promoting health or doesn't correspond to the mainstream health practices.

The enhancement of men's health today is more closely connected to the intensification and qualification of men's health education than to the increase of utilization of precautionary and early detection examinations. In this spirit, conventional health objectives have to be adjusted politically and conceptually to men and their needs.

Developing „male“ qualities of health education and their application to men

The development of health competences as a set of abilities touches on the field of basic education. This calls for a broadening of the concepts and the approaches to basic education. It also calls for health issues to be addressed in basic educational processes.

Being male, having a male body or feeling as a man offer occasions for communication and interest. Talking about the body, about mental states, social issues or sexuality are basic abilities that should be included. Therefore a new, broader understanding of basic education is open for male-related health issues and goes beyond reading-, writing-, and calculating abilities.

Health literacy requires personal access. Accentuating autonomy in health education accommodates men. Participation is another key to successful health education of boys and men: They make and build their health themselves. Involvement in the planning of education is in

accordance to male wishes of autonomy and is motivating. One basic principle of successful men's health education is to focus on the self-image towards health. Key phrases like performance, activity, wellbeing, sexuality, stress, burnout or recovery are often more important than resorting to the term "health" in the usual health-messages. Signals that personal autonomy is respected can open doors and can motivate men.

Social integration is a main health factor. Many men in need of basic health education live in social marginalization and isolation. Men's health education is therefore set up to create and enhance relationships. Connection, recognition, affiliation and community can be experienced as basic elements of social health and embed the promotion of health literacy.

Men's health refers to being a man and manhood

Basic health education for men reflects manhood and aims at widening the images of manhood. It also promotes possibilities of being a man in dealing with health. Therefore, health promotion and education have to be developed to men's health promotion and education.

- Wherever manhood is a resource for health it can be included and used – for example in physical education, constructive competition, self-assertion or a balance between risk-taking, self-care and protection.
- We also consider when masculinity and its norms are unhealthy or risky. This is true for unconditional persistence, dominance, self-sufficiency and the unwillingness to seek or accept help.

The knowledge of a successful, positive, productive, socially acceptable manhood in connection to health is vitally important. Considering the objective perspective, health education therefore relies

on resources of masculinity and the widening of the concept of masculinity (rather than in critique and depotentialization). It also focuses on variety and a good balance of masculinity (rather than on extremes and one-sidedness).

Men can be reached more easily using a positive attitude towards male health topics. This enables men to engage even in difficult health topics. Interest, experiencing competence and also having fun in health education are more motivating than reproaches and guilty conscience.

Turning towards the man

On their conditions, men can be reached for health education. They are open and interested. For that it is necessary to develop tailor-made offers for specific target groups of men, to get engaged and to design and execute attractive educational opportunities.

An outreach approach is suitable to reach men that can't be reached with traditional offers of health education. The often dominating "come in - structure" is usually not promising, because men engage themselves with health topics when and where it is convenient anyway. Also men's health education moves towards the man: It is outreaching in terms of space, time and content.

Moving towards the man demands respect for the health concepts and the health behavior of men and possibly also demands accepting problematic approaches in the field of men's health. Men wish for acceptance of their previous health education.

An intrinsic motivation can grow on this basis, which makes it easier for men to turn to their potentials of their own health development.

Men's health education needs methodological variety and applies itself in different settings. Above all, this calls for pedagogical competence: It's about education - not about medicine, not about

health science or sociology, and it's not about sport, nutrition consulting or therapy. When it comes to health, men prefer first action, then talking. Educational offers which include activity, action and experiences increase men's interest. It is therefore a promising approach to make health tangible in the educational process.

Then, health education is something men can integrate into their personal attitude and behavior. It is based on resources, its approaches and methods refer to existing competences. Because status is important to many men ("How is my standing, which position, which rank do I have"?) it is helpful to include possibilities of presenting competence and strengthening the status into the health educational process.

Men's health literacy for multipliers and responsible persons

Professionals, instructors and coaches need the ability to evoke interest and pleasure in health topics for men, when planning and conducting men's health educational activities. They are able to work gender sensitively and gender reflecting, and for that they need specific competences. Amongst these are:

- **Personal competences**, such as a connection to their own gender. Male professionals should identify themselves as a man - and not just to talk about men.
- **Social competences**, i.e. abilities in health interaction and communication with men. They should be good listeners and be open-minded towards perspectives of men of different target groups.
- **Competence in profession and matter**, that is, a good basic knowledge about male health topics, knowledge in the field of gender-specific based data and facts like "How do I read and understand statistics about men's health?". They also

need specific health knowledge, for example about the male body and about manhood. Furthermore, they need the capability to convey the benefit and value of health education and to give answers to the question "What good does this do me?"

- And finally, **methodological competences** are needed which include a repertoire of activating, informing or action-orientated methods, which promote and improve social relationships. This will be different for each target group. Men are inspired through adequate methods and a methodological variety. This includes the ability to develop and alter methods again and again, so that context, topic and aim can be well addressed.

These competences enable multipliers and responsible persons to connect (basic) education and men's health. Health education for men does not only take place in the original basic educational activities, but also where the topic health is implemented in other educational processes. This is true for many organizations and institutions in which men are – as employees, customers, clients –, but that , offer little educational chances in the field of men's health. It will be the task of a health policy for boys and men to give beneficial impulses and a design framework.



COMMENT ATTEINDRE LES HOMMES PAR L'ÉDUCATION À LA SANTÉ ET COMMENT LES ACTIVER?

Une équipe pluridisciplinaire, internationale et mixte s'est penchée sur la question du lien entre l'éducation (de base) et la santé des hommes à travers le projet HelpMen. Dans le cadre du programme de financement Erasmus+, les cinq partenaires venant de l'Allemagne, de l'Italie, du Luxembourg et de l'Autriche ont élaboré un programme d'action qui a été mis à l'épreuve et évalué sur huit sites et à travers vingt projets pilotes au total.

Après une phase de sondages spécifiques et de recherches systématiques dans les divers pays, les idées et les approches pour les projets pilotes HelpMen ont été développées, en tenant compte des résultats d'analyses de besoins locaux et en les validant et les complétant au travers d'échanges collégiaux animés. Les projets couvrent une large gamme de contextes éducatifs. Une grande partie du projet a pu être réalisée avec des hommes dans différents domaines, tels que travail et emploi, éducation et conseil, de même que dans le cadre d'institutions. Une fraction moins importante des projets a été mise en œuvre avec des garçons et des adolescents. Six projets ont explicitement été dédiés aux contextes migratoires.

Un aperçu général du projet et des organisations partenaires impliquées se retrouve dans la documentation détaillée du projet «HelpMen – Une ambition. Un chemin. Un curriculum». Celle-ci propose aussi des rapports de situation sur l'éducation de base en matière de santé pour les hommes (défavorisés), sur les compétences en matière de santé pour les hommes et de la promotion de la santé ainsi que sur l'éducation sanitaire pour les hommes. A côté du contenu et des approches d'un programme d'action pour l'éducation sanitaire de base des hommes, sont décrits les 20 projets pilotes HelpMen. Ces 20 projets ne permettent pas uniquement la définition de critères de réussite et l'émergence de résultats concrets, mais ils servent aussi à formuler des recommandations.

A côté de tous ces éléments, cette brochure a encore le mérite de présenter l'essentiel des résultats du projet. Du matériel pratique, des outils et des méthodes de travail supplémentaires, de même que de la littérature spécialisée sont contenues dans la documentation du projet.

Positions de base

Un curriculum d'éducation sur la santé des hommes soutient les professionnels à porter leur intérêt sur les hommes et leur santé. Ceci est particulièrement important pour les hommes ayant en même temps des besoins éducatifs particuliers et de faibles perspectives de santé. Dans cette optique, les institutions et les experts doivent considérer l'éducation sanitaire des hommes comme un véritable défi social.

La santé des hommes ne doit pas être considérée comme étant de leur seule responsabilité, au contraire, elle doit plutôt être perçue comme une responsabilité de la société.

Les hommes sont ainsi libérés de leur responsabilité par rapport à leur éducation à la santé puisque celle-ci n'est pas seulement individuelle. Au contraire, la promotion des compétences en matière de santé des hommes exige des efforts correspondants sous forme d'une éducation à la santé pour hommes.

L'éducation à la santé des hommes a besoin d'une orientation spécifique et différenciée selon le public-cible pour pouvoir s'adresser aux hommes dans le contexte de vie qui leur est propre. Elle s'adresse en particulier aux garçons et aux hommes considérés comme défavorisés et dont certains modes de vie ne promeuvent pas la santé ou ne correspondent pas au courant dominant en matière de santé.

L'amélioration de la santé des hommes aujourd'hui dépend davantage de l'intensification et de la qualification de l'éducation sanitaire des hommes que, par exemple, de l'augmentation du recours aux examens préventifs et de dépistage précoce. En ce sens, les objectifs de santé conventionnels doivent être adaptés politiquement et conceptuellement pour les hommes et leurs besoins.

Développer les qualités «masculines» de l'éducation à la santé et les mettre à la portée des hommes

Le développement des connaissances en santé dans son ensemble touche au domaine de l'éducation de base. Cela exige que l'accès à l'éducation de base et sa compréhension soient élargis et que la santé soit plus fortement intégrée dans les processus éducatifs. L'être masculin, le corps masculin ou l'humeur de l'homme suscitent l'intérêt et mènent à communication. La capacité de communiquer à propos du corps, de l'état mental, des relations sociales ou de la sexualité sont des compétences de base qui devraient être incluses. A cet égard, une conception plus large de l'éducation de base s'ouvre aux questions de santé liées aux hommes et va au-delà de la conception classique de l'acquisition de compétences en lecture, écriture et calcul.

Le développement de compétences en santé nécessite des accès personnels. L'accentuation de leur autonomie soutient les hommes. La participation est une autre clé du succès de l'éducation à la santé pour les garçons et les hommes : ils font et forment leur propre santé. La participation à la planification de l'éducation répond aux désirs d'autonomie des hommes et les motive. L'un des principes de base d'une éducation à la santé réussie pour les hommes est de commencer par l'image que les hommes ont d'eux-mêmes en matière de santé. Les termes clés tels que performance, activité, bien-être, sexualité, stress, épuisement ou loisirs sont souvent plus importants que la référence au terme général «santé» ou aux messages de santé courants.

L'intégration sociale est un facteur essentiel de santé. Beaucoup d'hommes ayant besoin d'une éducation sanitaire de base vivent dans l'exclusion sociale et l'isolement. Raison de concevoir l'éducation à la santé de manière à créer et

approfondir les relations. Les relations et les liens, la reconnaissance, l'appartenance et la communauté peuvent être vécus comme des éléments fondamentaux de la santé sociale et s'intégrer à la promotion des compétences en santé.

Les références à « être un homme » et aux masculinités de la santé des hommes

L'éducation sanitaire de base des hommes réfléchit les masculinités et vise à multiplier ses représentations ainsi que les possibilités individuelles d'être un homme face à la santé. Par conséquent, la promotion de la santé et l'éducation en matière de santé doivent davantage tenir compte des réalités des sexes pour devenir la promotion et l'éducation en matière de santé des hommes.

- Lorsque la masculinité est une ressource pour la santé, elle peut être incluse et utilisée, par exemple en termes de sportivité, de compétition constructive, d'affirmation de soi ou d'équilibre entre la prise de risque, les soins personnels et la protection.
- Si les images et les normes de la masculinité ont un effet nocif ou risqué sur la santé, on peut les inclure également, par exemple en ce qui concerne la persévérance, l'oubli du risque, la domination, l'autosuffisance, le refus de chercher ou d'accepter une aide.

Il est nécessaire de savoir qu'il existe des masculinités à « succès » – positives, productives et socialement valorisables – aussi dans le domaine de la santé. Au regard de ses ambitions, l'éducation à la santé se concentre donc sur les ressources et l'expansion du masculin (au lieu de la critique et de la disqualification), ainsi que sur la diversité et l'équilibre du masculin (au lieu de se concentrer sur les extrêmes et la partialité).

Les hommes peuvent être mieux atteints avec une attitude positive à l'égard des questions de leur santé. Elle permet aussi de faire face à des

problèmes de santé difficiles. L'intérêt, l'expérience de réussite et le plaisir motivent davantage que les reproches et les sentiments de culpabilité.

Aller vers l'homme

Les hommes sont ouverts et intéressés par des offres d'éducation à la santé – à leurs conditions. Il est donc nécessaire de développer des offres adaptées à des groupes spécifiques, ainsi que de concevoir et de mettre en œuvre des offres éducatives attractives.

Afin d'atteindre également les hommes hors de portée des offres conventionnelles d'éducation à la santé, une approche progressive est appropriée. La structure traditionnelle du demandeur se rendant chez l'offreur n'est pas prometteuse. Parce que les hommes acceptent de s'occuper de questions de santé quand les offres se font dans des lieux qu'ils auraient fréquentés de toute façon, à des moments appropriés, quand c'est peu coûteux etc. L'éducation à la santé des hommes va vers les hommes.

Le choix d'aller vers les hommes demande le respect des croyances et des attitudes des hommes en matière de santé, ainsi que la reconnaissance de tentatives d'adaptation problématiques antérieures dans le domaine de la santé des hommes. Les hommes souhaitent l'acceptation de leurs attitudes antérieures. Cela peut renforcer leur motivation à se focaliser sur leur potentiel de développement.

L'éducation à la santé pour les hommes nécessite des approches méthodologiques diversifiées et évolutive dans des contextes différents. Elle nécessite avant tout des compétences pédagogiques : Il s'agit d'éducation et non de médecine, de sciences de la santé ou de sociologie, ni de sport, de conseils nutritionnels ou de thérapie. En matière de santé, les hommes préfèrent se mettre en action (avant ou en lieu de communication verbale) pour passer aux paroles ensuite.

Les offres éducatives qui comprenant activités et mises en situation expérientielles augmentent l'intérêt des hommes. L'approche prometteuse consiste à rendre la santé tangible dans le processus éducatif lui-même.

L'éducation à la santé « apporte » aux hommes quelque chose qu'ils peuvent intégrer dans leurs attitudes personnelles. Elle se fonde sur les ressources et s'appuie sur les compétences existantes. L'intérêt qu'a le statut social pour beaucoup d'hommes (« Où en suis-je, quelle position ai-je, quel rang ai-je ? ») fait recommander d'inclure des possibilités de mise en évidence de compétences et de renforcement du statut dans les processus d'éducation sanitaire.

Compétence en santé des hommes pour les multiplicateurs et les gestionnaires

Les professionnels, les responsables de cours et les formateurs devraient, lors de la planification et de la mise en œuvre des programmes d'éducation sanitaire pour hommes, être capables d'éveiller l'intérêt et le plaisir des hommes pour les questions de santé et le développement de leurs compétences en matière de santé. Ils devraient pouvoir agir et réfléchir avec sensibilité aux genres, ce qui nécessite des compétences spécifiques, qui incluent :

- des **compétences personnelles**, telle que le référencement à son propre sexe (sa propre féminité ou masculinité). Les professionnels masculins devraient avoir la capacité de percevoir en quoi ils sont hommes, au-delà du fait de parler d'hommes.
- des **compétences sociales**, comme des aptitudes à interagir et communiquer avec les hommes dans le domaine de la santé. Il faut l'aptitude à écouter les hommes et à entendre des perspectives très diverses.

- une **bonne connaissance de base** des questions de santé masculine, la connaissance des données relatives au genre et une expertise telle que « Comment lire les statistiques sur la santé des hommes » ainsi que des connaissances sanitaires spécifiques, par exemple sur le corps des hommes et les masculinités. En plus il faut être à l'aise en communiquant les avantages et la valeur ajoutée de l'éducation à la santé et il faut pouvoir répondre à la question « à quoi bon tout cela ? »
- Enfin, il faut des **compétences méthodologiques**, permettant l'émergence et la consolidation de liens à travers des méthodes d'activation, d'information ou d'action adaptées aux groupes cibles respectifs. Par des méthodes appropriées et des méthodes variées, on arrive à inspirer les hommes. Avec divers contextes, sujets abordés et ambitions, il faut toujours à nouveau développer et adapter les méthodes.

Ces compétences permettent aux multiplicateurs et aux gestionnaires de faire le lien entre l'éducation basale et la santé des hommes. L'éducation à la santé pour les hommes ne doit pas nécessairement être dispensée seulement dans le cadre de cours d'éducation de base, mais dans tous contextes où le thème de la santé est nouvellement introduit. Cela peut s'appliquer à un grand nombre d'organisations et d'institutions dans lesquelles les hommes, bien que présents – en tant qu'employés, clients, partenaires – sans que pour autant il soit offert des possibilités de formation dans le domaine de la santé des hommes. Une politique de santé pour les garçons et les hommes aurait pour tâche de donner des impulsions progressives et de définir un cadre d'action.



EVOLVERE LA SALUTE COME ARGOMENTO DI FORMAZIONE DI BASE PER GLI UOMINI IN EUROPA

Nell'ambito del progetto HelpMen un team interdisciplinare, internazionale e multigenere si è posto il quesito del collegamento fra educazione (di base) e salute degli uomini.

Con il supporto del programma Erasmus+ i cinque partner del progetto, con sedi in Germania, Italia, Lussemburgo e Austria, hanno sviluppato un curriculum operativo che è stato testato e valutato in otto ubicazioni diverse in un totale di venti casi-pilota.

Al termine di una fase di sondaggio a livello nazionale e di ricerca sistematica, le idee e gli approcci per i progetti-pilota di HelpMen sono stati sviluppati sulla base delle esigenze riscontrate a livello locale e in seguito valutati e modellati in un percorso collegiale. I progetti coprono una vasta tipologia di aree formative e di scenari. Sono stati coinvolti uomini impegnati nel lavoro, nella professione, nell'educazione e nella consulenza nonché in strutture sociali. Una piccola parte dei progetti è stata sviluppata con ragazzi e giovani adulti di sesso maschile. Sei progetti sono stati realizzati esplicitamente in un contesto di migranti e profughi.

L'esauriente documentazione progettuale "HelpMen – Un traguardo. Un percorso. Un curriculum." fornisce una visione d'insieme del progetto

complessivo. Inoltre, essa contiene relazioni sullo stato dell'educazione sanitaria di base per uomini (svantaggiati), sulle competenze maschili in materia di salute e infine sulla promozione e sulla formazione presso la popolazione maschile. Oltre a contenuti e processi di un curriculum operativo sono abbozzati anche venti progetti-pilota HelpMen, dai quali derivano criteri di successo, risultati e suggerimenti.

Il presente documento espone, in modo conciso, anche i risultati essenziali dei progetti, affinché possano essere discussi. Nella documentazione del progetto sono compresi, inoltre, materiali derivati dalla prassi, strumenti di lavoro, metodologia e bibliografia.

Posizioni di fondo

Un curriculum sull'educazione maschile al riguardo della propria salute fornisce supporto al personale specializzato che intende rivolgersi agli uomini ed alla loro salute. Si tratta di un elemento risulta essenziale, in particolare nel caso di uomini con scarse prospettive sanitarie e con fabbisogno di educazione di base. Le istituzioni e gli esperti devono considerare la formazione sanitaria degli uomini come un compito della società.

La salute degli uomini non è principalmente un onere a carico degli stessi, la formazione sanitaria e la promozione della salute maschile ricadono nella responsabilità della società che le deve fornire. Così facendo, gli uomini sono alleggeriti della responsabilità (non solo) individuale per la loro formazione al riguardo della salute. L'incremento delle competenze degli uomini in merito alla loro salute esige un impegno sotto forma di educazione sanitaria per gli uomini.

La formazione degli uomini in tema di salute richiede un orientamento specifico e differenziato in base al target, per potersi rivolgere ai soggetti maschili nel loro contesto di vita. Essa si rivolge in particolare a ragazzi e adulti di sesso maschile che sono svantaggiati e la cui esperienza di vita non è (ancora) orientata alla salvaguardia della salute oppure non corrisponde all'approccio prevalente alla salute.

Il miglioramento della situazione sanitaria della popolazione maschile dipende oggigiorno in modo prevalente da una più intensa e qualificata educazione specifica al riguardo, invece meno dall'aumentato ricorso a visite di prevenzione e di riconoscimento precoce. In questo senso gli obiettivi della politica sanitaria devono essere adattati alle esigenze della popolazione maschile.

Sviluppare qualità "maschili" della formazione alla salute e renderle accessibili agli uomini

Lo sviluppo di competenze in materia di salute, intese come insieme di nozioni, rientra nel settore dell'educazione di base. Questo richiede che l'accesso alla formazione di base e la concezione della stessa siano ampliati, ricomprendendo in modo più consapevole la salute nei processi educativi. La virilità, il corpo maschile e lo stato di salute dell'uomo forniscono spunti per comunicazione e interesse. Le espressioni riguardanti

il proprio corpo, lo stato mentale, i rapporti sociali o la sessualità sono capacità fondamentali che dovrebbero farne parte. In tal senso si apre una concezione nuova dell'educazione di base che oltrepassa la tradizionale acquisizione di competenze di lettura, scrittura e calcolo e si allarga anche ad argomenti relativi alla salute maschile.

Competenze in materia di salute richiedono un approccio personalizzato. Porre l'accento sull'autonomia nell'educazione sanitaria viene incontro agli uomini. La compartecipazione è un altro elemento di successo per l'educazione sanitaria dei ragazzi e degli adulti di sesso maschile: sono loro stessi a costruire e formare la propria salute. Il loro coinvolgimento nella pianificazione dell'educazione corrisponde al desiderio maschile di autonomia e comporta motivazione. Un principio fondamentale per un'educazione sanitaria maschile di successo è l'approccio alla consapevolezza della propria salute. Termini-chiave quali capacità di rendimento, forza attiva, benessere, sessualità, stress, burn out e riposo sono spesso più importanti di un generico riferimento al termine di "salute" o a messaggi di uso comune in materia salutistica. Il rispetto dell'autonomia personale può rappresentare una chiave di accesso e motivare il soggetto.

L'integrazione sociale è un fattore sostanziale della salute. Molti uomini con bisogni di educazione sanitaria di base vivono ai margini della società e sono isolati. Pertanto, l'educazione su argomenti inerenti alla salute crea e approfondisce le loro relazioni. Rapporti, legami, riconoscimento, appartenenza e comunità sono vissuti come elementi fondamentali del benessere sociale e contengono la promozione delle conoscenze e competenze in materia di salute.

La salute degli uomini si basa sull'essere uomo e sulla virilità

La formazione sanitaria di base degli uomini riflette la loro virilità e persegue la finalità di ampliare la visione maschile e le possibilità individuali dell'essere uomo di fronte alla salute. Di conseguenza, la promozione della salute e l'educazione alla stessa devono evolversi in un'ottica di genere verso una promozione ed educazione con un orientamento al genere maschile.

- Dove la virilità rappresenta una risorsa per la salute, si può ottenere un collegamento e un utilizzo, per esempio, riguardo all'attività sportiva, a una sana competitività, all'autoconservazione e all'equilibrio fra predisposizione al rischio, cura della propria persona e difesa.
- Laddove invece la visione e i comportamenti virili sviluppano conseguenze dannose o rischiose per la salute, si può intervenire sulla resistenza eccessiva, sull'insensibilità al rischio, sulla dominanza, l'autarchia e sulla mancanza di disponibilità a richiedere e accettare aiuto.

È necessario creare il convincimento che esista un modo "positivo" di essere uomo – produttivo e socialmente compatibile – anche in rapporto alla propria salute. Pertanto, dal punto di vista degli obiettivi, l'educazione sanitaria deve attivare risorse e ampliare la visione della virilità (anziché usare la critica e il depotenziamento) e inoltre puntare alla molteplicità e agli equilibri dell'essere maschile (anziché fissarsi su estremi e unilaterali).

Gli uomini possono essere coinvolti in modo più efficace se si adotta un approccio positivo verso i temi della salute. Questo permette agli uomini di confrontarsi anche con argomenti difficili. L'interesse attivo, la competenza vissuta e un certo divertimento nell'offerta formativa sanitaria comportano una maggiore motivazione di quanto possano causare rimproveri e crisi di coscienza.

Indirizzarsi verso l'uomo

Gli uomini – alle loro condizioni – sono ben predisposti davanti a offerte formative in materia di salute e rispondono in modo aperto e interessato. Peralto è necessario sviluppare offerte adeguate agli specifici gruppi destinatari e avviare le attività, predisponendo e realizzando iniziative formative accattivanti.

Per coinvolgere anche uomini che non sono raggiunti dalle abituali offerte formative in materia sanitaria, è più adatto prevedere l'iniziativa di un contatto attivo. L'impianto spesso predominante, nel quale si attende che l'uomo si muova di sua iniziativa, non è promettente. Gli uomini si dedicano ad argomenti connessi con la salute, se l'offerta è resa disponibile nel luogo e nel tempo che risultino adatti e convenienti alle loro possibilità. La formazione sanitaria maschile si muove verso l'uomo, avvicinandosi ai destinatari in termini di spazio e di contenuti.

L'orientamento verso l'uomo richiede che siano rispettati i concetti e i comportamenti maschili di fronte alla salute e che siano riconosciuti anche tentativi e comportamenti talvolta problematici nell'ambito della salute maschile. Gli uomini si aspettano l'accettazione della loro educazione sanitaria esistente. Da qui può nascere la motivazione che facilita il loro approccio ai propri potenziali di sviluppo nel campo della salute.

L'educazione sanitaria degli uomini richiede una metodologia variegata e si muove in assetti differenziati. Questa situazione esige innanzitutto competenze pedagogiche: si tratta di educazione – non di medicina, di scienze applicate alla salute, o di sociologia e tanto meno di sport, consulenza alimentare o terapia. Quando si tratta della loro salute, gli uomini preferiscono un comportamento attivo (prima o al posto del dialogo) e arrivano alla comunicazione attraverso l'azione. Offerte formative che comprendono attività, azioni ed eventi favoriscono l'interessamento da parte degli

uomini. Rendere sperimentabile la salute già nel processo formativo è un approccio promettente.

L'educazione sanitaria fornisce agli uomini qualcosa che loro possono integrare nella posizione personale e nei comportamenti. Essa si orienta alle risorse disponibili e fa riferimento, nei suoi approcci e metodi, alle competenze esistenti. L'interesse di molti uomini al proprio status ("Dove mi trovo, in quale posizione, in quale rango?") rende consigliabile di ricomprendere nei processi formativi anche occasioni di presentazione delle competenze e di rafforzamento dello status.

Le competenze dei moltiplicatori e responsabili in materia di salute maschile

Nella progettazione e realizzazione di offerte formative sulla salute maschile gli esperti, i docenti e i coach devono essere in grado di risvegliare l'interesse e la gioia degli uomini per argomenti relativi alla salute, al fine di ampliarne le competenze in materia. In questo contesto essi sono in grado di adottare un approccio sensibile alle diversità di genere, il che richiede competenze specifiche. A queste appartengono:

- **Competenze personali**, quali il rapporto con il proprio genere (il proprio essere donna o uomo). Esperti di sesso maschile dovrebbero disporre p. es. della capacità di vedersi loro stessi quali uomini – e di non limitarsi a parlare degli stessi.
- **Competenze sociali**, quali la capacità di interagire e comunicare con gli uomini in materia di salute. Dovrebbero essere in grado di ascoltare gli uomini e possedere un'apertura verso le prospettive di uomini delle più diverse categorie di destinatari.

- **Competenze in materia**, quali una solida formazione di base su argomenti inerenti la salute maschile, conoscenze in materia di dati e fatti riferiti al genere, p. es. "Come vanno lette statistiche sulla salute maschile?" oppure nozioni sanitarie specifiche sul corpo maschile e sulla virilità. Inoltre è richiesta la capacità di comunicare l'utilità e il valore aggiunto della formazione in materia di salute, fornendo risposte alla domanda "Che cosa ne deriva per me?".

- Infine sono richieste **competenze metodologiche**, cioè il possesso di un repertorio, adatto per i singoli gruppi destinatari, di metodi creativi, informativi e operativi che siano in grado di creare e approfondire le relazioni. Gli uomini possono essere ispirati, applicando metodologie adatte e molteplici, alle quali appartiene la capacità di sviluppare e modificare costantemente le metodologie, con lo scopo di trattare al meglio il contesto, l'argomento e gli obiettivi.

Queste competenze mettono in grado i moltiplicatori e i responsabili di collegare la formazione (di base) con la salute maschile. Così facendo, l'educazione sanitaria maschile non avviene esclusivamente nell'offerta formativa di base, ma anche laddove il tema della salute è implementato ex novo in altri processi educativi. Ciò vale per una molteplicità di organizzazioni e istituzioni, nelle quali gli uomini sono presenti – in veste di lavoratori, clienti, mandanti – ma dove finora non erano loro offerte opportunità formative in materia di salute maschile. Sarebbe compito di una politica sanitaria per ragazzi e uomini favorire in questi ambienti degli impulsi iniziali utili e un opportuno quadro operativo.

HelpMen:

Die Partner im Projekt | The Project Partners | Les partenaires du projet | I partner del progetto

SOWIT – Sozialwissenschaftliches

Institut Tübingen

Ringstraße 7
D 72070 Tübingen
www.sowit.de
info@sowit.de
+49 7071 975 813



VHS-Verband Baden-Württemberg

Raiffeisenstraße 14
D 70771 Leinfelden-Echterdingen
www.vhs-bw.de
info@vhs-bw.de
+49 711 75900 - 0



Männergesundheitszentrum MEN

Kundratstraße 3
A 1100 Wien
www.men-center.at
kfj.men@wienkav.at
+43 1 60 191 - 5454



Cusanus-Akademie

Seminarplatz 2
I 39042 Brixen
www.cusanus.bz.it
info@cusanus.bz.it
+39 0472 832 204



infoMann – Consultations, Formations, Gewaltpräventioun mat Jongen

5 Cour du Couvent
L 1362 Luxembourg
www.infomann.lu
info@infomann.lu
+352 27 4965



Wir bedanken uns für die Unterstützung bei der Übersetzung bei ... | We thank for support in translation ...

Edna Grasshorn Gebhardt (en.), Oscar Kiesswetter (it.), Vera Klar-Winter (en., fr.), Jonathan Kuhn (en.),
Manuela Martella (it.), Francis Spautz (fr.),



Mit der Frage einer Verknüpfung von (Grund-) Bildung und Männergesundheit befasste sich im Projekt HelpMen ein interdisziplinäres, internationales und geschlechtergemischtes Team. Das HelpMen-Curriculum unterstützt Fachkräfte darin, sich Männern und ihrer Gesundheit zuzuwenden. Der Kern der Projektergebnisse wird in dieser Broschüre konzentriert dargeboten und zur Diskussion gestellt.

An interdisciplinary, international and mixed-gender team investigated the circumstances of connecting (basic) education with men's health. The HelpMen curriculum helps professionals turn to men and their health. The concentrated core of the project results is presented in this brochure as a basis for discussion.

