

Reinhard Winter

**„Jungen und
(psychische) Gesundheit“**

**Vortrag bei der Fach- und Praxistagung
"Eene meene muh... und raus bist du!?"**

Jena, 4. Mai 2015

Jungengesundheit in den Männergesundheitsberichten: **zwei Kernergebnisse**

a) Die meisten Jungen sind gesund!

→ wichtig für Fachleute, die behaupten, „männlich“ und „gesund“ würde sich ausschließen („Männlichkeit gefährdet die Gesundheit“)

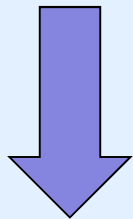
b) Der Gesundheitszustand von Jungen ist alarmierend!

→ wichtig für Medien, Politik, Gesundheitsbildung, -versorgung und -verwaltung, und auch für Fachleute (reagieren bevorzugt auf Probleme)

Begriff „Jungengesundheit“

- **Spezielle**
Jungengesundheit

Gesundheit,
Erkrankungen,
Fehlbildungen des
männlichen
Urogenitalbereichs



*Wirkung auf psychische
Gesundheit*

- **Relative**
Jungengesundheit

Vergleich Jungen /
Mädchen (Statistik,
statistisches
Geschlecht, „typi-
sches“ Verhalten)

- **Allgemeine**
Jungengesundheit

Jungen als
heterogene
Gesamtpopulation:
genderbezogen
betrachtet

Spezielle Jungengesundheit: Auswirkung auf psychische Jungengesundheit

- Vorhaut-Beschneidung (Trauma / Männlichkeits-Ausweis)
- Phimose bei Jungen (Funktionalität: männliche Leistung/Erektionsfähigkeit, Hygiene: Schmutz)
- Hoden als empfindliches Organ (Schutz / Schmerz): Angst vor Verletzung; fehlende Vermittlung positiver Zugänge zum Hoden
- Penisgröße und -funktion: genitaler Leistungsdruck (Porno)
- Erektion als Potenz und Beschämung (Schwimmbad, Sport)
- Erektionsstörung (Angst/Risiko: partnerschaftliche Sexualität)
- Sperma (Potenzgefühl / Problem: Masturbation; Pollution)
- vorzeitiger Samenerguss (Leistungsversagen)

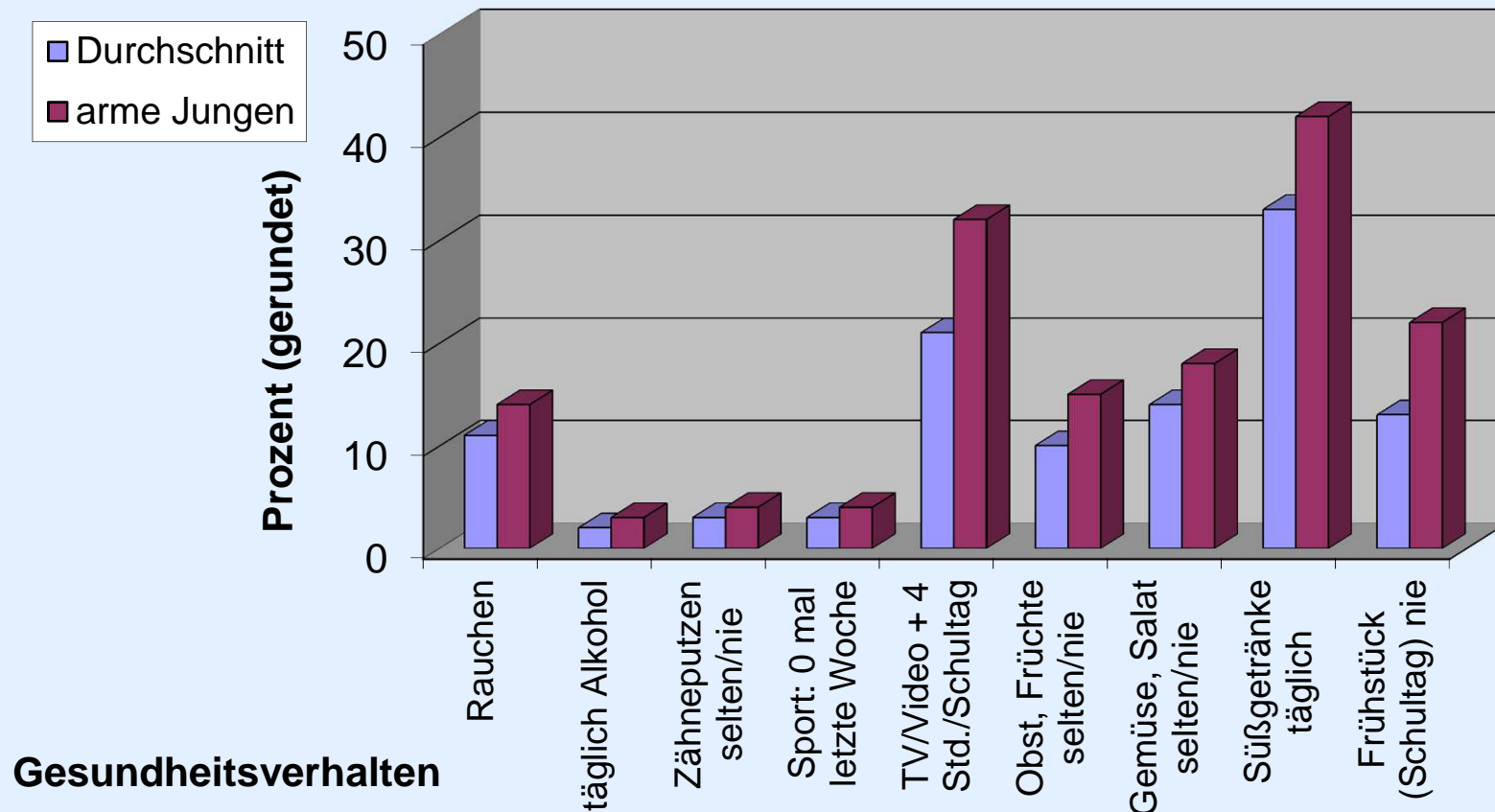
Jungen differenziert

(Es gibt nicht „die“ Jungen)

- **Alter** von Jungen (z.B.: weniger Sport mit zunehmendem Alter der Jungen)
- **Armut**, soziale Randständigkeit (z.B. Medienkonsum)
- **expansive Jungen** (mehrfachbelastet, „hochproblematisches“ Bewältigungsverhalten)
- **Migrationserfahrung** (z.B. Versorgung, Suizid)
- **Region** (z.B. Suizidraten nach Bundesländern)
- **Sexuelle Orientierung** (z.B. schwule Jungen: mehr Depression, mehr Suizid)

Differenzierter Blick: arme vs. durchschnittliche Jungen

Gesundheitsverhalten 11- bis 15jähriger Jungen



Quelle: HBSC-Studie 2002; NRW, Hessen, Sachsen, Berlin

Männlichsein und Jungengesundheit

Männlichkeit und Jungengesundheit

- **traditionelle Zuschreibung: Jungen und Männer sind gesund** (Stereotypen: stark, handlungsfähig, kräftig, kernig, Beschützer, Krieger...)
 - Jungengesundheit wenig entwickelt
- **fachliche / kritische Zuschreibung: Männlichkeit macht krank** („das schwache Geschlecht“: Krankheiten, Sterblichkeit; Instrumentalisierung des Körpers, der Körper als Werkzeug; Männlichkeitsstress: dominieren, Männlichsein beweisen müssen: Risikoverhalten...)
 - Jungengesundheit im Problematischen verortet

„Gesundheitsbotschaften“

- ☞ „Lauf’ nicht barfuß, du erkältest dich noch!“
- ☞ „pass auf beim Hochklettern, Du kannst runterfallen!“
- ☞ „zieh dir eine Jacke an, es ist kalt!“
- ☞ „hört sofort auf, euch zu hauen!“
- ☞ „zieh den Helm auf beim Fahrradfahren!“
- ☞ „iss doch noch Salat, das ist gesund!“
- ☞ „tobt nicht so ´rum, das ist gefährlich!“
- ☞ „du musst früher ins Bett, sonst bekommst du nicht genug Schlaf!“



Jungengesundheit und Geschlecht

Gesundheitsbotschaften: wirken für viele Jungen „mütterlich“ und „weiblich“.

→ „Männlich-Sein“ heißt dann das Gegenteil (sich demonstrativ nicht gesund verhalten).

Gesundheit wird als Verbot des „Männlich-Seins“ verstanden:

→ Depotenzierung durch Gesundheit

Präsentation von Gesundheitsbotschaften greift den Status an: Ich weiß – Du nicht! Ich gescheit – Du dumm!

→ drohender Statusverlust durch Gesundheit; Opposition bei Jungen

Doppelte Geschlechterdynamik im Blick auf Bewältigungsformen von Jungen (v.a. Risikoverhalten)

Männer

- Abgrenzung, Abwertung (Jungen machen es falsch/schlecht → „wir sind die besseren Männer“)
- Bewunderung, Faszination des „Anderen“ (Jugendlichkeit; fehlende Selbst-Erlaubnis)
- Ausblenden, eigene „blinde Flecken“

Frauen

- Abgrenzung, Abwertung, Ablehnung aus dem „anderen“ Geschlecht heraus („die sind bescheuert“; „typisch Jungen“; „Mädchen/Frauen machen sowas nicht“ → wir sind das bessere Geschlecht)
- Anerkennung, Bewunderung, Attraktivität („wow“; „boah“)

**Psychische
Jungengesundheit**

Themen psychischer Jungengesundheit

(Auswahl)

- Mediennutzung (exzessives Konsolen/Computer-Spielen; Porno)
- ADHS
- Depression
- Suizid
- Substanzmittelkonsum („mehr und härter“): Nikotin, Alkohol (Rauschtrinken), Cannabis
- Gewalt, negativ ausagierte Aggression als Angreifer/Täter
- Gewalterfahrungen als Opfer
- Risikoverhalten als psychisches Bewältigungsverhalten (legitimer Umgang mit Männlichkeitsstress)

Depression

- Depressive Episoden in der Jugendphase sind normal
- Depressionen bei Jungen ebenso häufig wie bei Mädchen
- Bewältigung von Depression: Indikator für psychische Gesundheit
- Bei Jungen wird Depression weniger diagnostiziert:
 - Diagnostik nicht auf „Jungenformen“ ausgerichtet
 - Jungen „maskieren“ Depressionen (lärmend, aggressiv, unruhig)
 - Depression gilt als „Antithese des Männlichen“ (aktiv, stark, durchsetzungsfähig...) und muss verdeckt werden

**Psychische
Jungengesundheit
fördern**

Protektoren psychischer Jungengesundheit fördern: Beziehung

- Beziehung zu Fachkräften: autoritativ
- innovative + positive Männlichkeitsbilder
- Mitfühlen mit Jungen
- Bedürfnisse von Jungen wahrnehmen („eigentliche“/indirekte Bedürfnisse)
- Selbstthematization ermöglichen und fördern
- Selbstfürsorgekompetenzen fördern
- Kontakt, Verbindung, Beziehungskultivierung, Beziehungskompetenzen der Jungen

Protektoren psychischer Jungengesundheit fördern: pädagogische Aktivitäten

- Risikokompetenzen (Risikobalance) erweitern: über das Ermöglichten (kontrollierter) Risikoerfahrungen
- Naturerlebnisse
- Mediennutzung: regeln und beschränken
- „integrierte“ Entspannungstechniken
- Bewegung, Sport, Balgen und Raufen
- Aggressionskultivierung, Kampfkunst
- Informationen (zielgruppenbezogene Zugänge)

„Männliche“ psychische Jungengesundheit

Beispiel (3 von 10)

- **Männlich-Sein:** Der Junge ist einverstanden mit der eigenen Geschlechtsidentität; er hat eine grundsätzlich positive Einstellung zum eigenen Geschlecht, zu sich als Körper und zu seiner körperlichen Geschlechtlichkeit.
- **Selbstbezüge:** Der Junge kann nachdenken über sich, er empfindet ein stabiles Selbstwertgefühl und nimmt sich selbst realistisch wahr. Er ist in der Lage, sich selbst zu kontrollieren, und verfügt über situative Impulskontrolle.
- **Risikokompetenz:** Der Junge wagt etwas und geht Risiken ein, indem er auch Schutzaspekte und mögliche Folgen berücksichtigt.

*Danke für Ihr
Verständnis...
...für Jungen
und für Ihre
Aufmerksamkeit!*



Kontakt:
Reinhard Winter
SOWIT
Lorettoplatz 6
D-72072 Tübingen
07071-944313.
reinhard.winter@sowit.de

