

3. Hamburger
MännerGesundheitsTage



Foto: photocase.com/crebank

Denken Handeln Verändern

5.-28. September 2006

Dokumentation



BERATUNGSPRAXIS
DER NEUE MANN



AIDS
SEEL
SORGE
leben&lieben
Ev. Luth. Kirchenkreisverband Hamburg



Eine Veranstaltungsreihe der AG MännerGesundheit • Mit freundlicher Unterstützung der HAG e.V.

Redaktion, Gestaltung & v.i.S.d.P.: Alexander Bentheim | Photos: photocase.com, Nordelbisches Männerforum, privat, Alexander Bentheim, Werner Müller

Denken, Handeln, Verändern ...

... lautete das Motto, unter dem die *AG Männergesundheit Hamburg* mit den diesjährigen Männer-GesundheitsTagen an die beiden erfolgreichen Themenabende der Vorjahre („Mann ist gesund ... bis der Arzt kommt“, 2004; „Männer können auch anders!“, 2005) anknüpfte. In diesem Jahr wurde versucht, ein breiteres Spektrum von Männern mit unterschiedlichen Veranstaltungen und Themen an mehreren Abenden und Orten anzusprechen. Zielgruppe waren „alle“ Männer – unabhängig davon, ob sie sich privat oder beruflich für das Thema (psychosoziale) Gesundheit interessierten.

Ein Vorläufer der nachfolgend dokumentierten Veranstaltungsreihe war ein Themenabend „Wissen Wollen Vernetzen Können“ (Referent: Alexander Bentheim) in der KISS-Altona, der sich an Männer aus Selbsthilfegruppen wandte. Schon dieser Abend zeigte auf, dass selbst mit guter interner Werbung innerhalb einer überschaubaren (interessierten) Szene keine Überfüllung des Raumes drohte. Die Erfahrungen in der KISS mit Themen dieser Art sind in der Regel, dass ein Kreis von etwa 10-15 Männer erreichbar ist.

Die AG Männergesundheit Hamburg

... besteht seit 2003 und ist ein Verbund von Organisationen und Einzelpersonen, die das Thema „Männer-Gesundheit“ in Hamburg mitgestalten.

Unser Ziel ist, die Diskussion um die (psychosoziale) Gesundheit von Männern mit der interessierten (Fach-) Öffentlichkeit voranzubringen, in dem wir auch ungewohnte Denkanstöße geben und den Informationsaustausch untereinander fördern. Damit wollen wir an Veränderungen im Gesundheitswesen mitwirken. Uns ist dabei wichtig, die Anliegen von Männern und Frauen im geschlechterbezogenen Blick zu haben.

Bei Fragen wenden Sie sich gern an eine der unten genannten Kontaktadressen.

Der AG MännerGesundheit gehören zur Zeit an:

Frank Omland
KISS-Altona
Gaußstraße 21, 22765 Hamburg
Tel. 040. 49 29 22 01
kissaltona@paritaet-hamburg.de
www.kiss-hh.de



Detlev Gause
Aidsseelsorge
Spadenteich 1, 20099 Hamburg
Tel. 040. 280 44 62
aidsseelsorge.gause@gmx.de
www.aidsseelsorge.de



Dr. Wolfgang John
Beratungspraxis DER NEUE MANN
Bürgerweide 62b, 20535 Hamburg
Tel. 040 - 25 88 20

BERATUNGSPRAXIS
DER NEUE MANN

Alexander Bentheim
Agentur & Verlag männerwege
Zeitschrift „Switchboard“
Tel. 040 - 38 19 07
maennerweg@aol.com
www.maennerzeitung.de



Die hieran anknüpfende kleine Herbstreihe mit neun eigenständigen Angeboten umfasste dabei sowohl schon länger geplante Veranstaltungen einzelner Mitglieder der *AG MännerGesundheit* als auch neue, speziell für diese Reihe konzipierte. Daraus ergab sich für die 3. Hamburger MännerGesundheitsTage faktisch ein psychosozialer Schwerpunkt, der mit der Abschlussveranstaltung bewusst um einen „klassischen“ Gesundheitsaspekt erweitert wurde. Letzterer wird – um dies vorwegzunehmen – auszubauen sein.

Auf den folgenden Seiten wird für jeden einzelnen Abend ein Resümee gezogen, während hier zunächst eine Gesamtbewertung samt Ausblick erfolgt.

Öffentlichkeitsarbeit und veröffentlichte Resonanz

Alle Beteiligten haben sich – teils ehrenamtlich – im Rahmen ihrer Möglichkeiten in der Öffentlichkeitsarbeit engagiert. Sowohl durch interne Verteiler als durch gezielte Presseinformationen und

Selbstveröffentlichungen wurde auf die Reihe aufmerksam gemacht (u.a. Selbsthilfezeitung, Kirchenzeitung und Verteiler, E-Mail-Verteiler, Infos an Bürgerhäuser, Apotheken, Selbsthilfegruppen und -organisationen). Das Medienecho war gering und lediglich vor der ersten Veranstaltung fand sich ein kleiner Hinweis im *Hamburger Abendblatt*, während in der übrigen Presse (insb. die Wochenblätter) die Reihe nicht auf Resonanz stieß. Die Erstellung einer eigenständigen Homepage mit der Möglichkeit des Downloads aller Materialien (Flyer, Plakat, Programm, Literaturhinweise) hat – auch Dank technischer Möglichkeit, durch html-Skript die Suchmaschinen anzusprechen – den einen oder anderen Mann zusätzlich aufmerksam gemacht. Da die Seite weiterhin im Netz bleiben wird, kann auch nach Ende der Veranstaltungsreihe auf sie zugegriffen werden und die Dokumentation ihre interessierten Leser finden.

„Warum sollte Mann eine Veranstaltung zur Gesundheit besuchen?“

Diese Kernfrage treibt beim Thema Männergesundheit alle Beteiligten um. Wenn die Erfahrungen anderer Veranstalter mit männerspezifischen Themen stimmen, dann ist es keine rein methodische Frage, warum stets nur wenige Männer zu „solchen“ Veranstaltungen kommen, und Befürchtungen wie „Es kommt sowieso (fast) niemand“ oder „Es kommen ohnehin nur die Bekehrten“ führen nicht wirklich weiter.

Konkretes statt Abstraktes

Im Sinne des Mottos der ersten Veranstaltung in Hamburg („Mann ist gesund ...bis der Arzt kommt“, 2004) werden Männer offensichtlich vor allem dann erreicht, wenn ein Thema sie direkt betrifft und wenn Experten ihnen Antworten geben können bzw. Praktisches mit dem Besuch verbunden werden kann (Gesundheits-Checkup, kleinere Tests, Impfungen, multimediale Aktionen zum Selbstaustprobieren). Die Frage drängt sich damit auf, ob die Idee einer Mitmach-Messe zukünftig auch in Hamburg greifen könnte, eine Frage, die bereits zu Beginn der Hamburger Initiative im Raum stand, aus Zeit-, Personal- und Finanzgründen jedoch verworfen werden musste. Hier gilt es, die Erfahrungen etwa aus Österreich, aber auch Hannover auszuwerten und in neue Überlegungen einfließen zu lassen. Ebenso sollten einige Ideen aus der die Reihe abschließenden Podiumsdiskussion berücksichtigt werden (öffentlicher männlicher Sympathieträger, ein Mehr an „Populismus“, offensiveres Engagement von Politik und Behörden, handlungsorientierte Aktivitäten).

Ähnliches und Differenziertes

Eine andere Variante ist der Ausbau geschlechterdifferenzierter Veranstaltungen für Männer *und* Frauen. In diesem Sinne wird die KISS-Altona mit dem Schwerpunkt „Suchterkrankungen“ 2007 einen ersten Versuch starten: An einem Abend wird parallel ein Vortrag für Frauen mit einer Frau als Referentin und ein Vortrag eines Mannes für Männer stattfinden (Suchterkrankung, Geschlecht und ambulante medizinische Versorgung). Anschließend wird ein Abschlussgespräch mit allen Beteiligten zusammen initiiert.

Professionelle ansprechen / „Netzwerk Männergesundheit“

Die *AG MännerGesundheit* sollte – neben der weiteren Ausdifferenzierung der noch unspezifischen Zielgruppe „Mann“ – auch innerhalb der professionellen Gesundheitsszene Themen der Männergesundheit transportieren helfen. Denn selbst im Gesundheitswesen und bei Beratungsstellen dürfte es noch schwer sein, interessierte Fachkräfte und Multiplikatoren für das Thema zu gewinnen. Hier sollte einer der zukünftigen Arbeitsschwerpunkte gesetzt werden, um mit durchaus kontroversen Diskussionen mehr Bewusstsein zu schaffen und das eine oder andere kontinuierliche Mitglied zu gewinnen.

Lernen von Anderen

Es gibt bereits eine Reihe mÄnnerspezifischer Angebote bei Beratungsstellen. Deren Methoden der Ansprache von MÄnnern gilt es noch besser zu analysieren und die „passenden“ Erfahrungen auf eigene Planungen und Vorgehensweisen zu übertragen. Beispiele könnten aus der Aids-PrÄventionsarbeit und aus der Arbeit mit gewalttÄtigen MÄnnern aufgegriffen werden.

Fazit

Abgesehen davon, dass man in Hamburg nur dann öffentlich wahrgenommen wird, wenn das *Abendblatt* für einen „wirbt“ oder Plakate an den einschlägigen Orten aufgehÄngt werden, ist die zahlenmÄßige Resonanz auf die 3. Hamburger MÄnnerGesundheitsTage teilweise als zu gering zu bewerten – unabhÄngig davon, dass die jeweils anwesenden Besucher mit den Angeboten und Themen zufrieden bis sehr zufrieden waren und lediglich vereinzelt ein größerer Bezug zu medizinischen Themen gewünscht wurde.

Unseres Erachtens muss jedoch weiter versucht werden, den Kreis der Interessierten zu vergrößern, das Themenspektrum zu erweitern und planerische Verabredungen dahingehend zu treffen, welche der zuvor genannten Aspekte sinnstiftend und praktikabel zugleich sind. Das Ziel, geschlechterdifferenzierte Sichtweisen im Gesundheitswesen und im professionellen Beratungswesen mehr als bisher zu implementieren, wird sicher nur durch kontinuierliche Arbeit voranzubringen sein.

In jedem Fall aber ist durch unsere Veranstaltungsreihe das Themenspektrum "MÄnnergesundheit" inhaltlich weiter ausgebaut worden, wobei vor allem einige bisher eher selten behandelte Themen hinzugefügt werden konnten. Dies könnte dazu beitragen, MÄnnergesundheit/-sfrderung – bisher viel zu oft im Sinne von höherer Lebenserwartung und Vorsorge abgehandelt – vertiefter zu diskutieren und in diesem erweiterten Spektrum aktiv zu werden.

In diesem Sinne ...



Frank Omland, Detlev Gause, Dr. Wolfgang John, Alexander Bentheim



Dienstag, 5. September

„Let's talk about sex“ Ein Themenabend zur Sexualität

für	Männer & Männer aus Selbsthilfegruppen
Veranstalter	KISS-Altona, Tel. 040. 49 29 22 01 kissaltona@paritaet-hamburg.de, www.kiss-hh.de Ansprechpartner: Frank Omland
Ort	Gaußstr. 25, 22769 Hamburg, Blauer Raum
Zeit	19-21 Uhr
Kosten	keine
Referenten	Dr. Wolfgang John (Beratungspraxis DER NEUE MANN) Matthias Weikert (Behörde für Soziales, Familie, Gesundheit und Verbraucherschutz, Abteilung Gesundheitsberichterstattung und Gesundheitsförderung)
Info	Warum fällt uns Männern in der Regel das Reden über Beziehung und Sexualität schwerer als wir es uns wünschen würden? Kann in der Selbsthilfegruppe offener über Tabus, Verwicklungen und Missverständnisse gesprochen werden oder gilt es auch hier die (eigene) Sprachlosigkeit erst zu überwinden? Woher kommt die „Schwere“ bei einem Thema, das doch auch mit Spaß, Leichtigkeit und Freude verbunden werden kann? Zwei Praktiker werden aus ihrer Arbeit berichten und sich den Fragen der Anwesenden stellen.
Rückblick	<p>Nach zwei Impulsreferaten von Matthias Weikert (Schwerpunkt: Entwicklung, Sichtweisen, Eingrenzung und Schutz vor Selbstenttarnungen) und Wolfgang John (7 Thesen zum Thema) kam es über Nachfragen zu einer anregenden Diskussion. In einer überraschend großen Runde von insgesamt 14 Männern, die nur zu einer Minderheit aus Selbsthilfegruppen stammten, war anfangs die (eigene) „Sprachlosigkeit“ das Thema. Der provokante Titel der Veranstaltung und die Frage „Worum soll es hier heute eigentlich gehen?“ standen im Raum – bei gleichzeitigem Interesse der Teilnehmer, sich dazu zu äußern. Das Altersspektrum (40 bis 75 Jahre) und die unterschiedlichen biografischen Hintergründe der Teilnehmer (Väter, Single, Ehemänner) belebten die Diskussion, bei der in einer angstfreien Atmosphäre – und ohne Voyeurismus oder gar dem Zwang zur Selbstenttarnung (im Sinne von: „Wer am meisten zu seinem Sexualleben sagt, hat gewonnen“) – deutlich wurde, dass das Thema Männer bewegt, zugleich jedoch noch immer Schwierigkeiten in der Kommunikation bestehen. Stichworte u.a. waren: Wem gegenüber sind die eigenen Anliegen äußerbar? – Leistungsdruck – Männliche „Schneller-Höher-Weiter“-Wettbewerbe – Verengung/ Verkürzung von Sexualität auf Sex – Intimsphäre wahren – schweigen und gleichzeitig reden wollen. Eines der Hauptinteressen der Teilnehmer war die Frage: Wie können Gelegenheiten geschaffen werden, dass sich Männer austauschen können? Einen weiteren Schwerpunkt gab es zum Umgang von Eltern, insb. Vätern, zu Sexualität und Kindererziehung – festgestellt wurde hier, dass es sich lohnt, über Sexualität zu reden und dabei gleichzeitig zu überlegen: Was ist angemessen? Wann rede ich mit wem? Wo ist meine Grenze? Ein Teilnehmer äußerte sein Missverständnis darüber, dass er das Thema „Medizinische Gesundheit und Sexualität“ erwartet hatte, nicht jedoch (bzw. nicht vorrangig) die psychosozialen Aspekte. Aufgrund von Rückmeldungen aus den Selbsthilfegruppen („Ein Thema, über das niemand spricht, einige aber sprechen wollen“) wurde die Veranstaltung bewusst als eine auch für Selbsthilfegruppen-Teilnehmer geplant. Durch die gesamte Veranstaltungsreihe wurde auch diese Veranstaltung „öffentlicher“, was den Teilnehmerkreis vergrößerte und die Diskussion belebte. Die Anwesenden äußerten sich anfangs unsicher ob des Themas und waren gleichzeitig froh, dass es ein solches Thema gab. Angesichts der Tatsache, dass es sich nicht um einen „Workshop“ handelte, wurde auf eine zugewandte, offene Art und Weise miteinander umgegangen.</p> <p style="text-align: right;"><i>Frank Omland</i></p>



Samstag, 9. September

Sexualität nach Schwangerschaft und Geburt - Informationen und Gespräche

für	Männer, die Väter werden oder geworden sind
Veranstalter	Beratungspraxis DER NEUE MANN, Tel. 040. 25 88 20
Ort	Bürgerweide 62b, 20535 Hamburg
Zeit	14-16 Uhr
Kosten	keine
Referent	Dr. Wolfgang John (Beratungspraxis DER NEUE MANN)
Info	Schwangerschaft und Geburt verändern fast alles im Leben eines Paares. Auch Liebe und Sexualität können danach nicht einfach genau so wie vorher weitergelebt werden. Ebenso ist die Erfahrung, die bisherige Sexualpartnerin zunehmend als Mutter wahrnehmen zu müssen, für die meisten Männer kein einfacher Schritt. Wie man rechtzeitig erkennt, wann und warum in jungen Familien Gefahren für die gemeinsame Sexualität aufkommen und wie man ihnen konkret begegnet, soll das Thema dieser Veranstaltung sein. Ein besonderer Schwerpunkt wird dabei auf die verschiedenen Kommunikationsformen bei Paaren gelegt.

Rückblick Zu dieser Veranstaltung erschien nur ein Teilnehmer, der große persönliche Befürchtungen bezüglich einer möglichen Schwangerschaft seiner Partnerin hatte, mit dem es dann aber zu einer intensiven Erörterung des Themas kam. Männer erleben die ersten Wochen nach Geburt eines ersten Kindes viel zu oft als Phase einer weiblichen Dominanz, in der die eigene Partnerin (erstaunlich häufig auch die Schwiegermutter, seltener die eigene Mutter) als überall reglementierende und eingreifende Alleinzuständige auftritt und dem Mann bestenfalls eine Helferrolle zubilligt. In dieser bleiben die Männer aber in einer eher abhängigen und inkompetenten Position, die anschließend zu recht als kritikwürdig erscheint. Es gibt jedoch auch ganz andere Rollenmodelle für das Paar, die von beiden um so intensiver gestaltet werden können, je mehr sie sich von den Konventionen und meist auch den Personen der Elterngeneration freimachen. Alle diese Faktoren wirken entscheidend auf die Chance zur Wiederaufnahme einer erfüllten Sexualität nach Schwangerschaft und Geburt. Erst wenn beide Partner sich einerseits als kompetente Erwachsene, andererseits nicht ausschließlich in ihrer Elternrolle fühlen können, ist der Weg für Sexualität frei. Anderenfalls liegt in den Problemen dieser ersten Phase nach der Geburt eine enorme Gefahr für die Zukunft der jungen Familie. Das Veranstaltungsthema zielte wahrscheinlich auf einen zu kleinen und zu sehr anderweitig beschäftigten Interessentenkreis. Die besonderen Bedürfnisse des Teilnehmers konnten jedoch erfüllt werden.

Dr. Wolfgang John



Montag, 11. September

Männer bewältigen traumatische Ereignisse – Informations- und Gesprächsabend

für	Männer
Veranstalter	Opferhilfe Hamburg e.V., Tel. 040. 38 19 93, mail@opferhilfe-hamburg.de, www.opferhilfe-hamburg.de
Ort	Paul-Neumann-Platz 2-4 (Ecke Präsident-Krahn-Str.), 22765 Hamburg
Zeit	19-21 Uhr
Kosten	keine
Referent	Sigurd Sedelies (Psychologischer Psychotherapeut bei der Opferhilfe)
Info	An diesem Abend soll die Arbeit mit Männern, die sich bei der Opferhilfe gemeldet haben, dargestellt werden. Mit welchen Anliegen, Schwierigkeiten kommen Männer in die Opferhilfe und in welchen Formen können Männer Unterstützung erhalten und/oder lernen, traumatische Ereignisse zu bewältigen?

Rückblick Männliche Identität ist nur sehr schwer mit Opfererfahrungen zu vereinbaren. Aus Scham und wegen mangelnder Ausdrucksformen vermeiden Männer in aller Regel, über solche Erfahrungen zu sprechen, und verschlimmern damit die Traumafolgen. Das Referat stellte diese Konflikte bei der Beratung von Männern ausführlich anhand der täglichen Arbeitserfahrungen der Opferhilfe-Beratungsstelle dar. Als Chance wurde gewertet, dass Männer die für jeden traumatisierten Menschen drohende chronifizierte Opferrolle besonders zu vermeiden suchen und deshalb oft besondere Potentiale der Selbsthilfe für sich zu erschließen suchen. Zu dieser Veranstaltung erschienen vier Teilnehmer. Sie zeigten sich in der Aussprache schnell bereit, persönliche Erfahrungen zum Thema, die jeder auf die eine oder andere Weise mitbrachte, offen zur Diskussion zu stellen. Bei allen Beiträgen zeigte sich, wie schwierig und wichtig es für jeden Betroffenen ist, trotz der konkreten, traumatisierenden Erfahrungen nicht in Depressionen und einer Opferidentität feststecken zu bleiben. Die lebhafte Diskussion brachte hierzu eine Fülle nutzbarer Ansätze. Die Veranstaltung wandte sich mit ihrer speziellen Thematik an einen begrenzten Interessentenkreis (wobei sehr viele Menschen in ihrem Leben Opfererfahrungen machen), brachte zahlreiche nutzbare Hilfeaspekte und führte zu einer intensiven Beteiligung der Teilnehmer. Sie stellte einen wichtigen Beitrag zu einem nur selten behandelten Problembereich dar.

Dr. Wolfgang John / Sigurd Sedelies



Donnerstag, 14. September

Männergesundheit bewegen?! Ideen, Projekte, Ansätze

für	Männer
Veranstalter	Alexander Bentheim, Agentur männerwege / Switchboard - Zeitschrift für Männer und Jungenarbeit, Tel. 040. 38 19 07, maennerweg@aol.com, www.maennerzeitung.de
Ort	KISS-Wandsbek, Berner Heerweg 183 (linker Eingang VHS-Gebäude)
Zeit	19-21 Uhr
Kosten	keine
Referent	Alexander Bentheim (Dipl.-Päd., Genderberater, Publizist)
Info	In welcher Weise engagieren sich Männer für Gesundheitsthemen? Reichen die Lektüre von „Mens´ Health“ und Krebsvorsorge-Kampagnen aus, um Männer für (ihre) Gesundheitsfragen zu sensibilisieren? In einem Überblick werden eine Reihe von Projekten und Aktivitäten vorgestellt, die sonst kaum das Interesse der Medien wecken - obwohl sie höchst vielversprechend für eine ganzheitlichere Sicht auf das Thema Männergesundheit sind. Anhand dieser Beispiele wollen wir diskutieren, was die Beschäftigung mit Gesundheitsthemen für uns Männer so schwer macht - und welche neuen Perspektiven sich daraus vielleicht ergeben.

Rückblick	<p>Die Veranstaltung wurde von zwei Männern besucht, von denen einer über die Homepage aufmerksam geworden war. Nach Hinweisen auf die Absichten mit dem Thema im Rahmen der Veranstaltungsreihe und der Vorstellung der Teilnehmer wurde mittels einiger Fragen in das Thema eingeführt: Was verbinde ich mit dem Begriff Männergesundheit? Wie wichtig ist mir meine (Männer)Gesundheit? Wo informiere ich mich über Gesundheit? Fühle ich mich auch ausreichend informiert? Anschließend wurden sieben Bilder (Zeitschriften-Titel, Werbung, Comic) zur Frage „In welcher Weise wird hier das Thema Männergesundheit verhandelt?“ betrachtet. Davon ausgehend und anhand der mitgeteilten Assoziationen wurden Infos zur Geschichte des Themas Männergesundheit (im Kontext Patriarchatskritik, Frauen-, Schwulen-, Männerbewegung), zur medialen Inszenierung und (Nicht)Thematisierung von Männergesundheit und zu einigen Ideen und Arbeitsansätzen hinsichtlich von Männergesundheit gegeben und diskutiert.</p> <p>In diesem Zusammenhang wurde die folgende These vorgestellt und diskutiert:</p> <ul style="list-style-type: none">• In der Öffentlichkeit werden vor allem medizinisch-biologisch-körperliche Aspekte von Männergesundheit dargestellt und behandelt (Stichworte: Potenz, Prostata-Krebs, Anti-Aging), psychische und seelische Aspekte dagegen kommen kaum vor (Stichworte: Sozialisation, Imperative der Männerrolle, persönliche Folgen der arbeitsteiligen Gesellschaft). Diese Einseitigkeit, faktisch verbunden mit einer erneuten, „modernisierten“ Funktionalisierung der traditionellen Männerrolle, ist ein Grund, der verhindert, dass Männer sich ganzheitlicher mit sich selbst und ihrer Gesundheit beschäftigen; sie fördert im Gegenteil die Externalisierung von mänderspezifischen Problemen. Es bedarf also der „Gegenstrategien von unten“ (etwa Männergesundheitstage, Männergruppen, weitere thematische Veranstaltungen), um einen angemesseneren Umgang mit dem Thema zu erreichen. <p>Weitere Infos und Diskussionspunkte aus dem Verlauf der Veranstaltung waren:</p> <ul style="list-style-type: none">• Entwicklung des Themas Männergesundheit aus dem allgemeinen Thema Gesundheit aufgrund sich wandelnder gesellschaftlicher Fragestellungen (Arbeit, Gender, Männerbilder),• Balancierung von Körper, Geist, Seele als Voraussetzung, Weg und Ziel einer „echten“ Beschäftigung mit Männergesundheit,• Forderung und Ablehnung eines bundesdeutschen Männergesundheitsberichtes / Vorreiter Österreich,• Erwartungen und Probleme im Zusammenhang mit dem Arzt-Patienten-Verhältnis. <p>Die Veranstaltung integrierte sowohl persönliche als auch strukturkritische Aspekte des Themas; sie kann inhaltlich – was die TN bestätigten - als gelungen gewertet werden. Eine höhere Beteiligung hätte die Facetten des Themas allerdings noch reichhaltiger illustriert und die Diskussion belebt.</p> <p style="text-align: right;"><i>Alexander Bentheim</i></p>
------------------	--



Samstag, 16. September

Labyrinth der Männer - das Labyrinth als Gesundheitsweg

für	Männer
Veranstalter	Nordelbisches Männerforum, Tel. 0431. 557 79-425, arbeitsstelle@maennerforum-nek.de, www.maennerforum-nek.de
Ort	Stiftstraße 17, 20099 Hamburg (St. Georg), Kirchensaal
Zeit	18-22 Uhr
Kosten	keine
Referenten	Thomas Schollas (Pastor in der Arbeitsstelle des Nordelbischen Männerforums), Volker Karl Lindenberg
Info	Hier können Labyrinthfahrten gemacht werden, die im Zusammenhang mit dem Thema Männer und Gesundheit stehen. Zusätzlich gibt es eine Ausstellung über das Projekt „Labyrinth der Männer“, das im vergangenen Jahr in der Nähe von Eutin entstanden ist (www.labyrinthprojekt.de). Die Veranstaltung findet im Rahmen der „Nacht der Kirchen“ statt.

Rückblick

Das Labyrinth im Rahmen der „Nacht der Kirchen“ war vor allem für die im Stadtteil lebenden Kinder eine Attraktion. Im Unterschied zu ihren Müttern und einigen wenigen Vätern, hatten sie keine Berührungängste, durch das siebengängige Labyrinth zu gehen bzw. zu laufen.

Nur wenige Personen, überwiegend Frauen, besuchten das Labyrinth und die Ausstellung über das „Labyrinth der Männer“ in Bad Malente gezielt. Mit ihnen ergaben sich wenige, jedoch fachlich gute Gespräche.

Der Raum eignete sich gut für den Aufbau eines Labyrinths, der Ort war jedoch sehr ungeeignet, da er nicht zentral lag. Unsere eigentliche Zielgruppe „Männer“ haben wir mit dem Projekt, auch angesichts des Aufwands, in zu geringem Maße erreicht.

Thomas Schollas



Samstag, 23. September

„Die Last mit der Lust“

Informationsveranstaltung über Probleme mit der Potenz

für	Männer
Veranstalter	Beratungspraxis DER NEUE MANN, Tel. 040. 25 88 20
Ort	Bürgerweide 62b, 20535 Hamburg
Zeit	14-16 Uhr
Kosten	keine
Referent	Dr. Wolfgang John (Beratungspraxis DER NEUE MANN)
Info	Potenzprobleme treten im Leben jedes Mannes gelegentlich auf, sind aber für fast jeden ein angstbesetztes Tabuthema. In dieser Veranstaltung sollen die Unterschiede zwischen einfacher Unlust, körperlichen und seelisch bedingten Potenzstörungen sowie deren Ursachen dargestellt werden. Anschließend werden therapeutische Hilfen zu ihrer Bewältigung vorgestellt und erläutert.

Rückblick

Das Thema berührt einen häufig als Tabu behandelten Bereich männlicher Lebenserfahrung: gelegentlich auftretende Potenzprobleme in der Partnerschaft. Diese können aber eingeordnet und verstanden und müssen insbesondere nicht als tiefgreifende Krise von Männlichkeit und Bedrohung wahrgenommen werden, wodurch sich persönliche Lebenssituationen auch verschärfen müssen.

Das Referat erläuterte vor allem die für jeden Mann selbst feststellbaren möglichen Anzeichen und Unterschiede einfacher Unlust, körperlich sowie seelisch bedingter Potenzstörungen und deren häufigste Ursachen. Anschließend wurden Hilfen zu ihrer Bewältigung vorgestellt.

Die drei Teilnehmer, die sich gegenseitig nicht kannten, zeigten sich in der Aussprache überraschend offen und diskutierten sehr engagiert, sogar bereits in den Minuten vor Beginn der Veranstaltung! Sie waren alle auf der Suche nach mehr Information zu dem Thema und waren sich im späteren Gespräch sicher, dass bereits der Besuch einer solchen Veranstaltung für die meisten Männer eine zu große Schwelle darstelle. Sie berichteten sich gegenseitig, wie kurzzeitig aufgetretene Potenzprobleme bei ihnen jeweils zu Ängsten und Rückzugsverhalten geführt hatten und darauf hin gravierende Folgeerscheinungen wie Depressionen und Partnerschaftskrisen mit sich brachten. Alternative Lösungswege wurden heftig diskutiert. Die Teilnehmer zeigten sich über den Verlauf sehr zufrieden.

Die Veranstaltung stellte einen Vorstoß in einen stark tabuisierten und individuell nur schwer lösbaren Problembereich männlicher Erfahrung dar. Entsprechend war die Teilnehmerzahl nicht groß, die erschienenen Teilnehmer nutzten die Informations- und Aussprachemöglichkeiten aber maximal aus, so dass doch ein latentes allgemeines Interesse an solchen Themen anzunehmen ist.

Dr. Wolfgang John



Sonntag, 24. September

„Frauen und Männer passen nicht zusammen“ Loriots Meinung und die Wirklichkeit

für	Männer und Frauen
Veranstalter	AIDS-Seelsorge des Kirchenkreisverbandes Hamburg, Tel. 040. 280 44 62, aidsseelsorge.gause@gmx.net
Ort	St. Georgs Kirchhof 19, 20099 Hamburg, Kleiner Saal
Zeit	15-17 Uhr
Kosten	6,- EUR
Referent	Detlev Gause (Aids-Pastor)
Info	Nachmittagsbrunch für HIV-infizierte Berufstätige, diesmal offen auch für andere. – Unter der Überschrift „Mitten im Leben“ veranstaltet die AIDS-Seelsorge in Hamburg eine Gesprächsreihe, in der es in bunter Reihenfolge um Themen geht, über die es zu interessanten Diskussionen kommt. In seinen unnachahmlichen Sketchen hat Lorient immer wieder das Geschlechterverhältnis zwischen Mann und Frau kritisch betrachtet und dabei diesen Satz geprägt: „Frauen und Männer passen nicht zusammen“. Welche Erfahrungen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer zu dieser Thematik mitbringen – ob sie die These stützen oder ihre klare Aussage doch in Frage stellen – darum soll es dieses Mal gehen. Das Ambiente für dieses Gespräch stimmt: Ein vielseitiges Buffet erwartet die Gäste.

Rückblick	<p>Die Veranstaltung fand innerhalb der eingeführten Reihe „Mitten im Leben“ statt, gedacht als Angebot für HIV-infizierte berufstätige Menschen. Es hat sich ergeben, dass inzwischen meist Männer zu der Veranstaltung kommen, die entweder selbst mit HIV/AIDS leben müssen und meist nicht mehr berufstätig sind, oder aus unterschiedlichen Gründen vom Thema HIV/AIDS berührt sind, dabei zum Teil aber auch berufstätig sind.</p> <p>In der Veranstaltung wurde das Thema „Männer und Frauen“ von seiner psychosozialen Seite beleuchtet. In zwei Gesprächsrunden wurde das Lorient-Zitat einmal eher bestätigend, einmal im Widerspruch beleuchtet. Überwiegend war die Teilnehmendengruppe (12 Personen, davon 2 Frauen) der Meinung, dass der Äußerung Loriots eher nicht zugestimmt werden sollte. Allerdings fanden sich auch Beispiele, aus denen sich eine gewisse Ratlosigkeit gegenüber dem anderen Geschlecht ergab. Eine besondere Note erhielt das Gespräch dadurch, dass etwa die Hälfte der Teilnehmer homosexuelle Männer waren – mit ganz unterschiedlichen Erfahrungszugängen zu der „Welt der Frauen“.</p> <p style="text-align: right;"><i>Detlev Gause</i></p>
------------------	---



Sonntag, 24. September

„Leben & Lieben“: Frauen mit HIV/AIDS – Männer mit HIV/AIDS

für	Männer und Frauen
Veranstalter	AIDS-Seelsorge des Kirchenkreisverbandes Hamburg und Kirchengemeinde St. Georg-Borgfelde, Tel. 040. 280 44 62, aidsseelsorge.gause@gmx.net
Ort	Hl. Dreieinigkeitskirche, St. Georgs Kirchhof, 20099 Hamburg
Zeit	18-19.30 Uhr, ab 17 Uhr Willkommenskaffee
Kosten	keine
Referent	Detlev Gause (Aids-Pastor)
Info	AIDS- und Gemeindegottesdienst. – Menschen, die mit HIV und AIDS leben müssen, haben ein Gespür dafür entwickelt, dass es durchaus einen Unterschied macht, ob sie als Mann oder als Frau mit den Folgen einer Infektionskrankheit leben müssen. Oberflächlich betrachtet könnte man meinen, die Situation sei für beide Geschlechter gleich. Immer noch begegnet den betroffenen Menschen Uninformiertheit, Ignoranz und Diskriminierung in unserer Gesellschaft. Bei genauerem Hinsehen wird jedoch klar: Es ist von nicht zu unterschätzender Bedeutung, ob eine Frau sich als infiziert zu erkennen gibt oder ein Mann dies tut. Warum dies so ist und welche „Überlebensstrategien“ Menschen mit HIV/AIDS entwickelt haben, darüber soll es in diesem Gottesdienst gehen. „Leben & Lieben“ bleibt im evangelischen Verständnis Zielpunkt für die Entfaltung aller Menschen.

Rückblick	<p>Teilgenommen an dieser Veranstaltung haben 80 Personen, davon etwa 60 Männer. In der Vorbereitungsgruppe entwickelte sich die Diskussion vor allem in die Richtung, wie sich denn „Leben & Lieben“ unter der Bedingung von HIV/AIDS für die einzelnen Geschlechter darstellt. Hierzu waren zwei Statements vorbereitet, die einmal aus weiblicher, einmal aus männlicher Sicht sehr individuell beleuchteten, welche Erfahrungen die Betreffenden mit sich und ihrer Umgebung machen, vor allem eben auch als HIV-infizierte Menschen. Ein weiteres Statement einer Frau, die gerade von einem einjährigen Argentinienaufenthalt zurückgekehrt war, beleuchtete speziell das Verhältnis von Männern und Frauen im jeweiligen kulturellen Kontext.</p> <p>Die Predigt versuchte das Thema gesellschaftlich und theologisch zu betrachten. Probleme, die für die Betroffenen im Zusammenhang mit HIV/AIDS auftauchen, haben offenbar weniger genuin mit dem Geschlecht zu tun, als vielmehr mit dem gesellschaftlichen Stand der Aufklärung in Sachen HIV/AIDS und den immer noch vorhandenen Differenzen in Bezug auf die Geschlechter (Hierarchie, ungleiche Bewertung der Geschlechter). Massiv spielt das weithin materialistische Bewusstsein in die Thematik hinein. Wer alles unter dem Gesichtspunkt des Tauschwertes betrachtet, wird diese Sicht auch in das Geschlechterverhältnis und in konkrete Liebesbeziehungen eintragen. Die biblisch-religiöse Tradition kennt einen anderen ganzheitlichen Blick auf den Menschen und damit auch auf die jeweilige Liebesbeziehung.</p> <p>Dass diese Thematik sehr wohl auch mit dem Thema Männergesundheit verbunden ist, mag für die Teilnehmenden verborgen geblieben sein. Ein Großteil der Gottesdienstbesucher nimmt regelmäßig an dieser monatlich stattfindenden Veranstaltung teil und kam nicht auf Grund unserer Ausschreibung im Rahmen der Männer-GesundheitsTage.</p> <p style="text-align: right;"><i>Detlev Gause</i></p>
------------------	---



Donnerstag, 28. September

Podiumsdiskussion: Gesundheit und Geschlecht – Beispiele, Ideen und Perspektiven für Hamburg

für	Männer
Veranstalter	AG MännerGesundheit Hamburg, c/o Frank Omland, KISS-Altona, kissaltona@paritaet-hamburg.de, Tel. 040. 49 29 22 01
Ort	Paritätischer Wohlfahrtsverband Hamburg e.V., Wandsbeker Chaussee 8 (Nähe U-Bhf. Wartenau)
Zeit	19-21 Uhr
Kosten	keine
Podium	Prof. Dr. Harry Friebel (Universität Hamburg, Fakultät für Wirtschafts- und Sozialwissenschaften), Dr. Fritz Reinecke (Facharzt für Urologie und Psychotherapie, für die Ärztekammer Vertreter im Ausschuss „Zusammenarbeit von Ärzten und Selbsthilfegruppen“), Klaus-Peter Stender (Leiter der Fachabteilung Gesundheitsberichterstattung und Gesundheitsförderung bei der Behörde für Soziales, Familie, Gesundheit und Verbraucherschutz)
Moderation	Detlev Gause (Pastor, Mitglied der AG MännerGesundheit Hamburg)
Info	Vertreter aus der Gesundheitsbehörde, der Ärzteschaft und der Sozialwissenschaft werden den Ist-Stand in Hamburg darstellen und mit dem Publikum Möglichkeiten und Chancen von denkbaren und wünschenswerten Veränderungen diskutieren.

Rückblick Zur Abschlussveranstaltung waren 19 Teilnehmer gekommen. Nach Begrüßung und Vorstellung der Podiumsteilnehmer sowie der AK-Mitglieder gab es zunächst Statements vom Podium, ergänzt und aufgelockert um Zwischenfragen des Moderators. Die gesamte, gut besuchte Veranstaltung wurde mitgeschnitten und war eine Zeit lang auf 2 CDs erhältlich (mittlerweile vergriffen; Stand Oktober 2008).

„Gesundheit ist völlig uncool“ oder „Wir sterben nur gesünder!“ – diese beiden Zitate zeigen auf, wie selbstironisch, lebhaft und engagiert es auf der Abschlussveranstaltung der diesjährigen 3. Hamburger MännerGesundheitsTage zugeht. Grund dafür waren die durchaus mit Spaß an der Zuspitzung vorgetragenen Eingangstatements der Podiumsteilnehmer. So schilderte der Mediziner Fritz Reinecke das typische männliche Selbstbild in seiner Praxis („Männer wollen die Bestätigung, dass alles in Ordnung ist, Männer wollen ‚repariert‘ werden“) und machte deutlich, dass Männer ihre Schwierigkeiten über körperliche Symptome ausdrücken. Danach schlug Hochschulprofessor Harry Friebel den lustvoll theorielastigeren Weg ein, forderte abschließend einen Männergesundheitsbericht und eine Normalisierung des Themas in der breiten Öffentlichkeit. Klaus-Peter Stender als Behördenvertreter äußerte dagegen starke Zweifel, ob eben dies für Männer das Thema attraktiver machen würde („Männer interessiert Gesundheit nicht!“) und stellte zurecht die Frage danach, wie man das ändern könne.

Die Diskussion der anwesenden Männer, davon die meisten Professionelle aus Einrichtungen, zeigte dabei auf: Es ist einfacher, „Ideen, Beispiele und Vorschläge für Hamburg“ abstrakt einzufordern, als im Praktischen „die“ Männer tatsächlich zu erreichen. Trotzdem gab es interessante Ansätze zu hören: Sei es die These, man bräuchte ein attraktives öffentliches männliches Zugpferd und ein gehöriges Maß an Populismus; sei es ein „Cooles Label“; seien es Events für beide Geschlechter, wo in Nebengesprächen auch anderes möglich ist; sei es die Forderung nach anonymen Angeboten (Internet); sei es eine Art „Mitmach-Messe“, d.h. handlungsorientierte Gesundheits-Check ups und dem Ansprechen von Agilität und Sportlichkeit. Im Gegensatz zur sonst typischen Hilflosigkeit à la „Wie erreichen wir eigentlich ‚die‘ Männer?“ konnte man nach dem Abend mit einigen guten Ideen nach Hause gehen. Mal sehen, ob im nächsten Jahr davon etwas umgesetzt werden wird.

Die Antworten eines Rückmeldebogens, den 11 von 19 Teilnehmern ausgefüllt hatten, waren überwiegend positiv. Im Freitext wurden u.a. „Gute Fachkompetenz“, „gute Auswahl der Diskutierenden, gute Gesprächsleitung“, „zu wenig konkrete Umsetzungsideen“, „Die Vergleiche der unterschiedlichen Meinungen gefielen mir am besten“, „Ich hätte mir mehr Teilnehmer gewünscht“, „Umsetzung von Männergesundheitskampagnen etc.“ beschrieben.

Frank Omland

Donnerstag, 28. September

Eindrücke von der Podiumsdiskussion: Bildergalerie & Statements



Foto: Werner Müller

Fragen an die Podiumsteilnehmer:

- Was verstehen Sie unter Männergesundheit?
- Was hindert an der Beschäftigung damit? Was hilft?
- Was bedeutet es für Sie, die Männergesundheit gesondert zu betrachten?
- Wie kann das Thema Männergesundheit für Männer attraktiver gemacht werden?
- Würde ein Männergesundheitsbericht das Thema attraktiver machen?



Foto: Alexander Benheim

Moderator Detlev Gause und Podiumsgäste Fritz Reinecke, Klaus-Peter Stender, Harry Friebe



Foto: Alexander Benlthelm

Dr. med. Fritz Reinecke

Was verstehen Sie unter Männergesundheit? Männer kommen zum Check up und sie wollen eine Bestätigung haben, das alles in Ordnung ist. So wie sie Autos zum Check up bringen und davon ausgehen, dass das Auto dann wieder funktioniert. Wenn also ein Defekt vorliegt, wie beim Auto, dann werden Männer repariert – das erwarten Männer von uns, so sind sie das auch gewohnt.

Wir Männer identifizieren uns über unsere männliche Potenz. (...) Deshalb ist es so schwer zu ertragen, wenn man

als Mann „nicht seinen Mann steht“, wie es so schön heißt.

Was folgt daraus? Dass wir die psychosozialen Aspekte mit einbeziehen in die Männergesundheit.

Ich vermeide das Wort Psycho, ich sage zu meinen Patienten: Das ist streßbedingt.

Normalerweise kriegt man diesen Auftrag vom Patienten: Es funktioniert nicht, mach' es heil!

Was hindert? Männer reden nicht über Gefühle. Männer reden nicht über Schwächen. Männer drücken ihre Schwierigkeiten anders aus: durch körperliche Symptome. Das körperliche Symptom, der Schmerz, ist für

mich ein Hinweis: Es stimmt etwas nicht ... ich muss aber auch fragen: Was stimmt im Umfeld nicht?



Foto: Werner Müller

Was hilft? Wenn wir uns auf unsere männlichen Tugenden verlassen: Aktivität, sich gesund ernähren, sich bewegen, fit sein ... dann sollte mich am Ende meines Lebens jemand fragen: Was habe ich aus meinem Leben gemacht? Und wenn ich sagen kann, ich bin eigentlich ganz zufrieden, was ich aus meinem Leben gemacht habe, dann ist es eigentlich egal, wie lange ich noch lebe ... Ich genieße jeden Tag sozusagen als Zugabe.



Foto: Alexander Benlthelm



Foto: Werner Müller



Foto: Alexander Benheim

Prof. Dr. Harry Friebe

Gesundheit ist eine soziale Konstruktion und wir tun gut daran, zu merken, dass es keine Naturkategorie ist.

Was bedeutet es für Sie, die Männergesundheit gesondert zu betrachten? Nichts bedeutet das für mich. Ich meine, es gibt weder den Mann gesondert noch die männliche Gesundheit noch Gesundheit gesondert, sie ist immer relational zu sehen. Männergesundheit und Männerkrankheit würde nicht existieren, wenn nicht auch Frauengesundheit und Frauenkrankheit existieren würden.

Gerade diese Relation aber, die muss man einfangen, die muss man kennen lernen, muss man analysieren. (...) Wir müssen das als Relation zwischen Frauen und Männern verstehen.

Welche Notwendigkeit sehen Sie im Blick auf die Männergesundheit? Ganz klar: die Überwindung der Individualisierung von Männerproblemen (...) Es gibt keine Foren, es gibt keine Diskurse, es gibt keine Angebote ... keinerlei wirkliche Chancen, diese Unterlegenheiten, diese Risiken, die Ängste, die Depressionen usw. zu thematisieren.

Wie kann das Thema Männergesundheit für Männer attraktiver gemacht werden? Da guck' ich gleich zur Behörde rüber. Ganz klar: Männergesundheitsbericht. Über Männergesundheit lernen heißt, von den Österreichern lernen. Die Österreicher haben seit 1999 mehrere Männergesundheitsberichte herausgegeben, mit denen die Diskussion über Männergesundheit / Männerkrankheit dermaßen in die Öffentlichkeit getragen wurde, dass das Thema normalisiert worden ist.



Foto: Alexander Benheim



Foto: Werner Müller

Klaus-Peter Stender

Würde ein Männergesundheitsbericht das Thema attraktiver machen? Ich hab da meine Zweifel. Wer fragt das eigentlich nach?

Wo bleibt denn eigentlich so etwas wie eine gesellschaftliche Empörung, dass Männer über sechs Jahre weniger leben als Frauen? Damit finden sich anscheinend alle ab.

Wir wissen über Männergesundheit durchaus einiges. ... Es gibt mittlerweile unglaublich viel Wissen darüber. Es

ist nicht so, dass man glaubt, man braucht jetzt noch einen Männergesundheitsbericht. Gesundheit ist ungleich ausgeprägt: Diejenigen, die eher schlechter gebildet sind, diejenigen, die arbeitslos sind, diejenigen, die über weniger soziale und wirtschaftliche Ressourcen verfügen, sind häufig kränker.

Wir haben im Grunde genommen ein doppelt genährtes Problem: Männer interessiert Gesundheit nicht so richtig. Und da, wo das Thema Gesundheit noch mal zusätzlich ein Problem ist – nämlich bei eher sozial schwächeren Männern – da interessiert es zweifach nicht.

Was sind eigentlich die Ressourcen, die Männer für das Thema haben? Und wie macht man das zu einem öffentlichen Thema? Und wie erreichen wir tatsächlich diejenigen, bei denen auch die größeren Gesundheitsgewinne erreicht werden können?



Foto: Alexander Benheim



Foto: Werner Müller



Foto: Alexander Benheim



Foto: Alexander Benheim



Foto: Werner Müller



Foto: Alexander Benheim



Foto: Alexander Benheim



Foto: Alexander Benheim

Engagiert seit 2004

Hamburger Arbeitskreis MännerGesundheit - Materialien -



Flyer 2004



Flyer 2005



Flyer 2006

- ✂ immer fit aktiv potent stark ... bis der Arzt kommt - Ein bunter MännerGesundheitsAbend in Hamburg. In: Switchboard 165, August 2004 (Vorbericht)
- ✂ Ein Freund, ein guter Freund... In: Selbsthilfezeitung Nr. 94 der Kontaktstellen in Hamburg, November 2004 (Nachbericht)
- ✂ Lustvolle Inszenierung eines sperrigen Themas. Neue Impulse zur MännerGesundheit. In: Switchboard 167, Dezember 2004 (Nachbericht)



CD 2005 (Begleitmaterialien)



CD 2006 (Dokumentation)

Achtung: Beide CDs sind mittlerweile vergriffen!
(Oktober 2008)

- ✂ Männer können auch anders! 2. Hamburger MännerGesundheitsAbend. In: Switchboard 171, August 2005 (Vorbericht)
- ✂ Männer können auch anders... In: Selbsthilfezeitung Nr. 98 der Kontaktstellen in Hamburg, November 2005 (Nachbericht)
- ✂ Männer können auch anders... In: Switchboard 173, Dezember 2005 (Nachbericht)
- ✂ www.mgt2006.maennerzeitung.de (Internet-Aktionsseite)
- ✂ Gesundheit ist völlig uncool. In: Selbsthilfezeitung Nr. 102 der Kontaktstellen in Hamburg, November 2006 (Nachbericht)
- ✂ Gesundheit? Ist doch uncool... In: Switchboard 179, Dezember 2006 (Nachbericht)

Die beiden ersten MännerGesundheitsAbende 2004 und 2005 wurden mit freundlicher Unterstützung der Fachabteilung Gesundheitsberichterstattung und Gesundheitsförderung der Behörde für Umwelt und Gesundheit Hamburg durchgeführt, die 3. MännerGesundheitsTage 2006 mit freundlicher Unterstützung der Hamburgischen Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung (HAG) e.V.



BERATUNGSPRAXIS
DER NEUE MANN



Die Mitglieder der AG MännerGesundheit empfehlen ...



Hamburgische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V. / HAG (Hg.)
Männer- und Jungengesundheit
Reihe „Stadtunkte“, Heft 2/2003, 28 S.
Bezug bei der HAG, Fuhsbüttler Str. 401,
22309 Hamburg, Fax 040. 6325848

Das Heft gibt mit seinen Themen – darunter: Leben mit Krebs, Ernährung, Selbsthilfegruppen, Gesundheitstage, Gewalt, seelische Gesundheit von Schülern, Männergesundheitsbericht – einen überraschend vielfältigen Einblick, woran in der Hansestadt schon gearbeitet wird. Abgerundet von kurz kommentierten Literaturhinweisen und Adressen ist das Heft ein gut lesbarer Einstieg in das Thema.



Bernie Zilbergeld
Die neue Sexualität der Männer
dgvT Verlag, 4. Auflage 2000.
ISBN 3871590991. 631 S.

Ein Leitfaden für jeden Mann, der mehr von seinen sexuellen Begegnungen haben will oder eine Hilfe sucht, sexuelle Schwierigkeiten zu überwinden - ganz gleich in welchem Alter. Ein komplettes Selbsthilfeprogramm mit Übungen und Anregungen ist enthalten. "Es macht Mut, in jeder Beziehung immer wieder neu anzufangen, es macht Mut, sich nicht abzufinden mit Kommunikationsproblemen oder mit nicht voll befriedigendem Sexualleben", schrieb seinerzeit ein Leser.



Martin Rosowski & Andreas Ruffing
Kraft-Räume.
Gedanken und Gebete für Männer
Kassel 2006. 144 S. ISBN 3-7666-0748-0.
Bezug via JungenLeben@freenet.de

Gesundheit hängt nicht allein von körperlicher Unversehrtheit ab, auch lebendige Spiritualität wird für Männer wichtiger. Autobiographische Erfahrungsberichte, Gedanken, Gebete und Texte geben Impulse für einen Alltag, in dem es mehr gibt als Arbeit und Stress: Liebe, Angst, Freude, Wut, Trauer, Hoffnung.



Tilman Spengler
Wenn Männer sich verheben.
Eine Leidensgeschichte in 24 Wirbeln
Reinbek: Rowohlt 1996. 175 S.
ISBN 3-87134-272-6

Ein "Rückgratgeber", der einen Mann mittleren Alters in die ungewollte Auseinandersetzung mit sich selbst zwingt und ihm alle Sinne für ein Ereignis öffnet, das ihn fortan begleiten soll. Amüsant und treffend zugleich, wie Männer "als extrem anfällig für alle Spielarten der Hypochondrie" verortet werden - so lange, bis sie lernen, "loszulassen".



Thomas Altgeld (Hg.):
Männergesundheit.
Neue Herausforderungen für Gesundheitsförderung und Prävention
Weinheim/München: Juventa 2003. 288 S.
ISBN 3-7799-1659-2

Analysen aus neuer Perspektive: Was eigentlich sind Gesundheitsverständnisse von Jungen und Männern? Funktionsfähigkeit? Idealgewicht? Waschbrettbauch? Hier geht es um männliche Lebensstile und Ansätze der Gesundheitsförderung mit und für Männer.



Frank Omland
„Mann ist gesund ...bis der Arzt kommt“.
Männer, Gesundheit und Selbsthilfe
In: Selbsthilfegruppenjahrbuch 2005, Gießen,
S. 46-54. ISSN 1616-0665.
Bestelltelefonnummer: 030-31018960

Kurze nach Geschlechtern differenzierte Darstellung über das Anfrageverhalten von Männern, ihre Themen innerhalb der Selbsthilfegruppen und über die AG MännerGesundheit in Hamburg.



Wolfgang John
Männer in der Sexualberatung - Erfahrungen mit aktuellen Veränderungen und Trends
In: Switchboard. Zeitschrift für Männer und Jungenarbeit, Heft 169, April 2005, S. 22-23

Über Unlust und sexuelle Verweigerung, Stressfolgen, Internet-Sex, so genannte Sex-Sucht und geschlechtsspezifische Unterschiede in der Information und Kommunikation über Sexualität.



Detlev Gause (Hg.)
JungenLeben - Traum und Trauma des Mannwerdens
Hamburg 2004. 240 S. ISBN 3-936912-06-8.
Bezug via JungenLeben@freenet.de

Wer mit Jungen oder männlichen Jugendlichen arbeitet, findet hier Grundsatzartikel, Projektbeschreibungen und Methodenbeispiele für die pädagogische Praxis zu vielen Themenfeldern, besonders für die Bereiche Sexualität und Gesundheit.



Gunter Schmidt
Das neue Der Die Das. Über die Modernisierung des Sexuellen
Psychozial-Verlag, 2. Auflage. 2005.
ISBN 3898063119. 166 S.

Zehn Variationen über Sexualität und alles, was mit ihr zusammenhängt: Liebe, Perversionen, Konflikte, Moral, Beziehungen, Familien. Spannend, ein wenig verblüffend, ein wenig provozierend - aber stets fundiert und immer anregend.



Amt für Gesundheit der BAGS Hamburg (Hg.)
MännerGesundheit - Dokumentation der Tagungsreihe im September 1997
194 S. Restauflage vorhanden.
Bezug via JungenLeben@freenet.de

Vorträge und Workshops mit Daten und Definitionen von zahlreichen Fachleuten, u.a. zu den Themen Männeridentität und Gesundheit, männerspezifische Bewältigungsformen, MännerKörper und MännerPsyche.



Männerpolitische Grundsatzabteilung im BMSG Österreich (Hg.)
Was Männer bewegt
Wien 2005. 90". Kostenloser Bezug:
www.maennerratgeber.at

In sechs Kapiteln mit Filmsequenzen und Datenteilen werden Antworten zu geben versucht, um Männer interaktiv zur Beschäftigung mit ihren Lebensverhältnissen zu bewegen.