

## Ein normales «Muss»: Jungen und Gesundheit

Auch wenn es den Ansichten vieler Erwachsener widerspricht: Viele Jungen leben gesund, sie können gut über körperbezogene Themen reden und reflektieren. Dass sie das besser nicht mit Erwachsenen tun, ist eine andere Frage und liegt nicht zuletzt im drohenden Zugriff von Eltern und Pädagogen begründet. Sicher, relativ gesehen leben Jungen nach wie vor im Durchschnitt riskanter (als Mädchen), sie konsumieren mehr Alkohol und andere Drogen - aber auf der anderen Seite sind es immer viel mehr Jungen, die «eigentlich relativ gesund» sind. Diese Beurteilung trifft sich mit der Selbsteinschätzung vieler Jungen: Relativ gesund zu leben heisst, eine Balance herzustellen zwischen Körperbedürfnissen, Ansprüchen und Gesundheitsmoral.

Unter diesem Blickwinkel sind auch Kontakte zu Jungen und Anschlüsse an ihr Selbstverständnis leichter. Das heisst aber, sich an die Frage nach Jungengesundheit professioneller zu nähern. Wer sich heute mit Jungengesundheit befasst, braucht Kompetenzen auf mehreren Ebenen. Reduzierende Zuschreibungen, spektakuläre Statistikauslegung oder Dramatisierungen führen genauso in die Irre, wie die Glorifizierung von Jungen und Jungesein. Auch markige Beschreibungen revisionistischer Mythen über Jungen und Männer helfen hier kein Stück weiter, wie sie von Anhängern biologistischer Richtungen oder von Maskulinismus-Fanatikern gern zu hören sind.

Gerade in diesem heiklen Gebiet - denn es geht um den Körper, also um etwas sehr Persönliches und Intimes - tut eher nüchterne Fachlichkeit Not. Geschlechtsbezogene Kenntnisse über die Lebenslage von Jungen und seriöse Forschung sind dafür genauso wichtig, wie professionelle Zugänge und eine selbstkritische Reflexion des eigenen Generationenbezugs.

In einer qualitativen Studie, die vom Institut für regionale Innovation und Sozialforschung in

Tübingen (IRIS e.V.) erstellt wurde, konnte der Themenkomplex Jungen und Gesundheit breiter erforscht werden. Einige Ergebnisse der Studie, die von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) in Auftrag gegeben wurde und dort kostenlos bestellt werden kann, werden hier kurz angerissen.

### **Jungenkörper**

Den meisten Jungen ist ihr Körper wirklich wichtig und sie widmen ihm Aufmerksamkeit: Vor dem Spiegel, auf dem Sportplatz oder im Fitness-Studio, beim Skaten, Snowboarden, im Sportunterricht, auf dem Rad oder Kickboard, im Verein usw. Viele Jungen spüren und wissen auch im allgemeinen, was ihnen gut tut und was für ihren Körper gesund ist. Sie haben entsprechende Körpernormen übernommen und erfüllen sie auch meist: Waschbrett-Bauch, nicht zu viele Muskeln, nicht zu schwächling, hübsch, aber kein Schönling usw. Für die meisten Jungen ist es selbstverständlich, etwas für den Körper zu tun (vor allem Ernährung, Sport und Körperpflege, aber auch das Vermeiden von typischen Risiken wie Rauchen oder Alkoholkonsum).

Ihr Körper ist für Jungen eine wichtige Möglichkeit, sich zu präsentieren. Sie müssen sich mehr über den Körper ausdrücken, weil er - neben der Sprache - die wichtigste Ressource der Selbstdarstellung ist, solange ihnen andere Symbolebenen verwehrt sind. Dass dies ganz besonders für Jungen gilt, die mit wenigen Ressourcen ausgestattet sind, ist einleuchtend: besonders ökonomische Armut wirft sie auf den Körper zurück und kann die symbolische Bedeutung ihres Körpers erhöhen.

### **Gesundsein ist normal**

Gesundheit wird von Jungen als «normal» bezeichnet. Jungen haben ein Verständnis von Gesundheit und Gesundsein - was die Erwachsenen, mit denen sie zu tun haben, meist nicht wahrnehmen. In Gesprächen mit Jungen wurden wir oft von ihren Ansichten und

Einsichten über die eigene Körperlichkeit überrascht. Sicher: Es gibt Jungen, denen es schwer fiel, ihre Körperempfindungen in Bezug auf Gesundheit zu formulieren. Insgesamt aber ergibt sich ein differenziertes Bild. Gesundheit gilt als wichtig aber «normal». Und: es bestehen Erwartung und Druck, sich als gesund zu präsentieren. Gesund und «fit» zu sein ist ein Muss. Dies gilt selbst dann, wenn ein Junge im Moment akut erkrankt ist.

Insgesamt sind die Jungen in Bezug auf ihre Gesundheit längst nicht so eindimensional strukturiert, wie es Erwachsene annehmen. Im Gegensatz zu den Jungen ist vielen Erwachsenen der Jungenkörper in seltsamer Weise entglitten. Die Gründe dafür sind vielfältig: Wir können uns dies erklären mit Generationskonflikten - der jugendliche Körper ist entscheidendes Kapital der nachrückenden Generation, Erwachsene erhalten im Kontrast zu den Jungenkörpern das eigene Altern vor Augen geführt - mit Neid auf die Jungen und ihre Jugendlichkeit, Ängste vor der wachsenden Konkurrenz.

Vieles des aktiven Gesundheitsverhaltens der Jungen bezieht sich auf die Vermeidung von Risiken. Jüngere Jungen versuchen etwa, Erkältungskrankheiten zu meiden, indem sie sich warm anziehen (weil es die Mutter sagt). Beim aktiven Gesundheitsverhalten nimmt die Ernährung eine besondere Stelle ein. Gesundsein wird mit "Nicht-Dick-Sein" in Verbindung gebracht wird. Bei vielen Jungen gilt das Vermeidungsverhalten insbesondere für die "schlechte Ernährung" (Süßigkeiten, Zucker, Fast Food, wenige Vitamine und Ballaststoffe) und den Alkohol- oder Zigarettenkonsum. Es hat dabei den Anschein, als ob die Jungen eine Vorstellung von gesundem Verhalten und die Faktoren der Gesundheitsmoral weitgehend präsent haben, wenn auch ihr Verhalten dessen ungeachtet davon abweicht (aber dann eben öfter auch mit schlechtem Gewissen verbunden ist).

Bei den Jungen, die nicht nur Ungesundes

vermeiden, sondern sich aktiver um eine Stärkung oder den Ausbau der Gesundheit bemühen, stehen sportliche Aktivitäten im Vordergrund. Sehr viele Jungen sind sportlich aktiv. Und manche Jungen sehen in der Kombination von gesunder Ernährung und sportlicher Betätigung das Optimum von Gesundheitsverhalten.

Im allgemeinen sind Jungen offen für Prävention; dies zeigt sich an den Sorgen um ihre Gesundheit in Bezug auf Rauchen, Alkohol oder die Ernährung. Obwohl die Präventionsinhalte übernommen werden, wird aber das Verhalten nicht unbedingt und permanent daran ausgerichtet. Jungen sind Jugendstatus und Gleichaltrigenbezug wichtiger als Prävention. So ist ihr oft als «ungesund» interpretiertes Verhalten eine Form der Ablösung vom Elternhaus. Aktives Gesundheitsverhalten - vor allem Sport - wird dagegen als auch jugendkulturell wichtig eingeschätzt und nicht zur Abgrenzung herangezogen. Die Risiken oder besser: Nebenwirkungen sportlicher Aktivität werden dagegen überhaupt nicht als solche wahrgenommen. Sport ist gesund - auch wenn er wahrscheinlich das Gefährlichste ist, was Jungen im Durchschnitt passiert.

Autoren:

Reinhard Winter und Gunter Neubauer

sowit - Sozialwissenschaftliches Institut

Lorettoplatz 6

72072 Tübingen

info@sowit.de

www.sowit.de