

Themenblock 1: Körper und Gesundheit

Körper und Gesundheit stehen in enger Wechselwirkung miteinander. Um den Zustand eines Körpers zu beschreiben, ist Gesundheit ein unumgänglicher und bedeutender Faktor. Aspekte wie

- psychisches und körperliches Wohlbefinden
- Lebenszufriedenheit und Lebensqualität
- Interaktion
- Körperbewusstsein
- Ernährung und Essverhalten
- Körperliche Aktivität
- Gesundheitsbewusstsein
- Unfälle
- Mobbing
- Risikoverhalten

spiegeln sich in diesen beiden existenziellen Lebensgrößen wider.

Die sozialwissenschaftliche Gesundheitsforschung erkundet seit den 1990er Jahren die Geschlechterperspektive zu diesem Arbeitsfeld. Ein vorläufiges Ergebnis ist, dass das Verständnis und die Bedeutung von Geschlecht auch am Körper verhandelt, verdeutlicht und festgemacht wird. Der Körper ist somit sozialkulturelle Einschreibefläche und Bedeutungsträger und steht für die Erzeugung von Differenz. Der biologische und soziale Körper verflechten sich zunehmend.

Ein anderes Resultat ist die Feststellung von Geschlechtsunterschieden in der Häufigkeit einzelner Krankheiten sowie der geschlechtsbezogenen Lebenserwartung, folglich der Frage nach der Konstruktion sowie den Zusammenhängen von Gesundheit und Geschlecht.

Zu dem Themenbereich „Körper und Gesundheit“ werden in dieser Materialsammlung folgende fünf Aktivitäten für zielgerichtetes und pädagogisches Handeln mit Jungen (und Mädchen) vorgeschlagen:

1. Gesunde Ernährung in einer europäischen Perspektive

Am Beispiel der Aktivität „Gesunde Ernährung in einer europäischen Perspektive“ wird gezeigt, wie insbesondere Ernährungsverhalten, Körperbewusstsein und Gesundheitsrisiken aufeinander bezogen sind. Diese didaktische Einheit beabsichtigt, die Essgewohnheiten der Jungen zu reflektieren und ihnen mögliche Risiken nahe zu bringen.

2. Nur kleine Jungen trinken Limonade

In dem Beitrag „Nur kleine Jungen trinken Limonade“ werden Zusammenhänge zwischen abweichendem Verhalten, ungesundem Ernährungsverhalten (hier Alkoholmissbrauch) und sich-nicht-in-Peergroups-behaupten-können, hergestellt. Ziel ist es, dass Selbstbild der Jungen zu hinterfragen sowie Konflikt- und Lebensbewältigungsstrategien zu diskutieren.

3. ENTSPANNUNG mit Jungen

Die Aktivität „ENTSPANNUNG mit Jungen“ nimmt den Fokus der Divergenz zwischen „Aktivität-Passivität“, „Kontrolle-Hingabe“ und „Beschleunigung-Verlangsamung“ auf. Im traditionellen Sinne werden Jungen häufig dazu angehalten, aktiv und schnell zu sein, da dieses bekannte männliche und vermeintlich anerkannte Attribute sein sollen. Eher selten erfahren sie was ‚Entschleunigung‘ und ‚Entspannung‘ körperlich wie seelisch heißen und

für sie bedeuten kann. In diesem Setting werden Übungen und Instrumente für die Umsetzung vorgestellt.

4. Was ist ein Mann – was ist Männlichkeit?

Das Praxismodell „Was ist ein Mann – was ist Männlichkeit?“ bezieht sich auf die unterschiedlichen männlichen Körperpraxen. Die sozialkulturelle Dimension der „Gestaltung der Körperoberfläche“ mit seinen geschlechtsbezogenen Wirkungen wird thematisiert. Gleichzeitig zielt diese Einheit auf eine Erweiterung bzw. Reflexion möglicher Männlichkeitskonzepte (Pluralitätsmodell) und erörtert das Ausgestalten eigener Männlichkeitsdarstellungen bei Jungen.

5. Gesundheit - was ist Gesundheit? Gesundheitskonzepte für Kinder

In der Aktivität „Gesundheit - was ist Gesundheit? Gesundheitskonzepte für Kinder“ werden didaktische Herangehensweisen zu den Feldern subjektive und objektive Bedeutung des Begriffes ‚Gesundheit‘ sowie die Herstellung eines individuellen Bezugsrahmens für das eigenen Handeln erörtert. Neben der Ernährungspyramide werden Übungen zum ‚aeroben Training‘ vorgeschlagen.