

Was ist ein Mann – was ist Männlichkeit?

Fiona Shelton

University of Derby, Vereinigtes Königreich

Teil 1: Praktische Handlungsanleitung und didaktisches Vorgehen



Hintergrund und Schlüsselbegriffe:

Das physische Selbstwertgefühl ist ein Konstrukt, das im Bereich der Sportpsychologie ausgiebig thematisiert wurde, allerdings scheint es, dass das physische Selbst eine wichtige Rolle bei der Entwicklung des Selbstwertgefühls spielt. Es war James (1890), der die Entwicklung eines Säuglings von einer einzigen „schwirrenden Verwirrung“ (one big blooming buzzing confusion) bis hin zum Bewusstsein eines Erwachsenen betrachtete. Es ist diese Bewusstheit, die zur individuellen Entwicklung der Vorstellung, wer wir in der Gesellschaft sind, führt. Die Entwicklung des physischen Selbstwertes bei kleinen Kindern ist vielleicht die Grundlage für die Steigerung und Förderung eines positiven Selbstwertgefühls im späteren Leben. Häufig wird das Körperbild als ein Problem angesehen, das nur Mädchen betrifft. Allerdings haben auch Jungen Bedenken hinsichtlich des Körperbilds. Mit diesem sollte man sich befassen, damit Jungen eine gesunde Wahrnehmung ihres physischen Selbst bekommen.

Schlüsselbegriffe: Männlichkeit, Körperbild, Männer, Medien, Rollen, physische Selbstwahrnehmung

Angrenzende Themenbereiche:

Stereotypen

Materialien:

- Werbeclips, die Geschlechter und Männlichkeit thematisieren
- Spiele
- Zeitschriften



Dauer:

60 Minuten

Gruppengröße:

20 Jungen



Alter:

Jungen zwischen 7 und 11 Jahren

Ziele:

- Die Jungen sollen über den Kontext dieser Begriffe nachdenken und sie verstehen lernen.
- Welche Bedeutung könnten Männlichkeit und der „ideale“ Körper in anderen Epochen und anderen Kulturen haben?

Kurzbeschreibung:

Durch das Spiel werden die Jungen in die Lage versetzt, über die Art und Weise nachzudenken, wie Männlichkeit in den Medien und von Freunden und Familie dargestellt wird. Die Jungen können dadurch beurteilen, was ein gesundes Körperbild bedeutet und ihre eigene Wahrnehmung des physischen Selbstwertgefühls im Zusammenhang mit ihrem eigenen Körperbild hinterfragen.

Befragen Sie die Jungen über Männer, die sie persönlich kennen und Männer, die sie aus dem Fernsehen, aus der Werbung, TV Shows, Zeitschriften etc. kennen.

- Wer, glaubst du, sind die männlichsten Männer?
- Wie sehen sie aus?
- Kann man männlich sein und nicht so aussehen?
- Kann man so aussehen und nicht männlich sein?
- Sehen die Männer, die du kennst, deinem Ideal ähnlich?
- Glaubst du, dass sie männlich sind?

Dazu können Zeitschriften und Photos verwendet werden, oder die Jungen erstellen ihr eigenes Kunstwerk, z.B. einen „perfekten Mann“ (Collagen, Computer oder aus Ton).

Nachdem die Jungen ihr Bild oder Model von dem ihrer Meinung nach „perfekten Mann“ fertiggestellt haben, können ihre Vorstellungen weiter diskutiert werden.

- Was machen männliche Männer?
- Wie sieht es mit Krankenpflegern oder Balletttänzern aus?

Dies kann auf vielfältige Weise durch Nutzung unterschiedlicher Medien untersucht werden. Zum Beispiel kann man aus einer Anordnung unterschiedlicher Photos den Männern Berufe zuordnen: Athlet, Arzt, Pfleger, Koch.

Warum wurden die einzelnen Photos ausgewählt?

Sie können die Jungen dann bitten, die Persönlichkeitstypen zu erforschen, die sie mit dem Image verbinden.

Abschließend diskutieren Sie mit den Jungen, wie sie das Bild der Medien vom „idealen Mann“ und die Art wie wir Männlichkeit in unserer Kultur definieren, hinterfragen können.

Reflexion:

- Hast du vor dieser Übung schon über Männlichkeit nachgedacht?
- Wie siehst du deinen eigenen Körper?
- Was bedeutet es wirklich, ein Mann zu sein?
- Welche Dinge sind für dich beim Heranwachsen wichtig?
- Wie könntest du den Stereotypen, was ein Mann ist, entgegenzutreten?

Varianten (Weiterführung):

Lassen Sie die Jungen in die Rolle des anderen Geschlechts schlüpfen. Wie möchten sie gerne aussehen, was tun, mit wem möchten sie befreundet sein, welche Idole haben, wie sollte ihr Freund aussehen und wie sollte er sich verhalten?

Fragen Sie die Jungen, wie sie über diese Dinge denken.

Woher kommen ihre Vorstellungen?

Haben Sie Hemmungen und würden sie gern anders sein?

(Die Schüler können andere Jungen und Mädchen beobachten und diese Ergebnisse als Diskussionsgrundlage nutzen).

Diese Übung kann mit Mädchen gemacht werden, um ihre Vorstellungen von Männlichkeit zu ergründen.

Teil 2: Theoretische Hintergrundinformationen

Das Körperbild wird häufig als ein Problem angesehen, das nur Mädchen betrifft. Aber Jungen haben auch Probleme mit dem Körperbild. Bis zum Alter von 10 Jahren haben Jungen und Mädchen ähnliche Gewichtssorgen und fühlen sich genötigt, Gewicht zu verlieren (Ricciardelli et al, 2003). Das Selbstwertgefühl profitiert von der Teilnahme an physischen Aktivitäten (Sonstroem, 1984). Die Wahrnehmung des Selbstkonzepts im physischen Bereich wird als wichtiger Faktor bei der Bestimmung des globalen Selbstwertes angesehen (Fox, 1992). Sogar schon ab dem frühen Alter von 4 Jahren sind Jungen um ihre Muskeln besorgt (McCabe et al, 2003). Ab ca. 8 Jahren neigen sie dazu, sich mehr Gedanken über Muskelaufbau zu machen und praktizieren dies auch.

Viel frühkindliches Lernen wird durch physische Aktivitäten erzielt. Daher spielen Erfolg oder Misserfolg bei physischen oder motorischen Bestrebungen beim Aufbau des Selbstgefühls eine große Rolle. Geschlechterunterschiede im Hinblick auf das Körperbild werden erst ab dem Alter von 10 oder 11 Jahren voll ersichtlich (Ricciardelli et al, 2003). Diese Unterschiede legen nahe, dass es förderlich wäre, ab Ende des Grundschulalters einen unterschiedlichen Ansatz hinsichtlich Körperbild und gesundes Körpergewicht für Jungen und Mädchen zu wählen. Die Bildung von geschlechtshomogenen Lerngruppen und die Wahl unterschiedlicher Themen und Methoden für jedes Geschlecht kann bessere Ergebnisse für Jungen und Mädchen erzielen.

Es kann förderlich sein, sich mit dem Problem der geschlechtsspezifischen Lernumgebung zu befassen, da Untersuchungen gezeigt haben, dass Jungen nicht auf die gleiche Weise wie Mädchen durch die Medien und Interaktion unter Gleichaltrigen beeinflusst werden und auch von Eltern und Geschwistern andere Reaktionen erhalten (McCabe et al, 2003; Tiggemann & Slater, 2003). Daher erlaubt der getrennte Unterricht von Jungen und Mädchen während der Diskussionen dieser Themen eine Auswahl mehr spezifischer und zielgerichteter Methoden und Übungen. Dennoch ist es für Jungen und Mädchen gleichermaßen wichtig, sich mit dem eigenen Körper, dem Aussehen und den Fähigkeiten wohl zu fühlen, um ein gesundes Körperbild zu erlangen. Ferner ist es von Bedeutung, andere zu akzeptieren und wertzuschätzen und sie nicht nach der Form oder Größe ihres Körpers zu bewerten. Daher müssen diese Grundprinzipien im Unterricht über Körperbilder für Jungen und Mädchen im Mittelpunkt stehen.

Generell hätten Jungen gern den Körpertyp, der häufig von Footballspielern verkörpert wird: groß, muskulös und schlank mit einem „Sixpack“ (Grogan & Richards, 2002). Während der Pubertät verändern sich die Körper der Jungen normalerweise in die Richtung dieses gewünschten Typs. Das Körperbild der Jungen scheint im engen Zusammenhang mit den Konzepten von Männlichkeit und dem, was es bedeutet, ein Mann zu sein, zu stehen, wobei junge Männer Männlichkeit stark mit den stereotypen Idealen von Männerkörpern in Verbindung bringen (Drummond, 2003; Grogan and Richards, 2002).

Die traditionellen Auffassungen, wie Männer sein sollten und wie sie ihre Körper einsetzen, sowie auch das Verständnis von Sexualität bei Jungen im Bezug auf Männlichkeit, verstärken ihre Vorstellungen von Männerkörpern, und demzufolge auch, wie sie sein sollten! Obwohl beim Körperbild von Mädchen ähnliche geschlechtsspezifische Themen eine Rolle spielen, beziehen diese sich in einer komplexeren Form als bei Jungen auf Erscheinungsbild und körperliche Vergleiche

(Tiggemann & Slater, 2003). Daher können Unterrichtsstunden, die speziell auf Jungen zugeschnitten sind, diese individuellen Unterschiede effektiver ansprechen.

Der EFTO (Elementary Teachers Federation of Ontario - Verband der Grundschullehrer in Ontario) meint, dass ein negatives Körperbild einen signifikanten Einfluss auf das heranwachsende Kind haben kann.

Ein negatives Körperbild kann folgende Auswirkungen haben:

- niedriges Selbstwertgefühl;
- den Wunsch, den Körper zu „reparieren“;
- geringe Teilnahme an physischen Aktivitäten;
- Rückzug von anderen Aktivitäten des täglichen Lebens;
- Lernbarrieren;
- begrenzte Nahrungsauswahl;
- extreme Gewichtsveränderungen;
- Essstörungen, z.B. Fressattacken oder Diäten;
- gefährliche plastische Operationen und/oder
- Ängste, Depressionen, und in einigen Fällen, Selbstmord.

(www.etfo.ca/IssuesinEducation/BodyImage/Pages/default.aspx)

Die Children's Health Development Foundation (2003) schlug vor, dass wir den Jungen beim Aufbau eines gesunden Körperbildes helfen können, indem wir die Stereotypen analysieren und die Medien untersuchen. Die Schüler arbeiten ständig an ihrer Identität und ihrem Selbstgefühl und es ist wichtig, dass sie die Möglichkeit haben, hinter die Populärkultur und die etablierten Normen zu sehen. Ein weiterer Aspekt ist, das Männlichkeitskonzept der Jungen zu erweitern. Dies kann eine Vielfalt männlicher Vorbilder, Körperformen und des Verhaltens beinhalten. Es ist ebenfalls wichtig, das Selbstwertgefühl der Jungen und die Wertschätzung ihres Körpers zu fördern.

Literatur- und Quellenverzeichnis:

- Drummond, M. (2003). The Meaning of Boys' Bodies in Physical Education. *Journal of Men's Studies*, 11(2), Winter
- Grogan, S., & Richards, H. (2002). 'Body image: Focus groups with boys and men'. *Men and Masculinities*, 4, 219-233
http://www.chdf.org.au/i-cms_file?page=81/vh29.pdf
http://www.etfo.ca/SiteCollectionDocuments/Issues%20in%20Education%20Documents/Body%20Image/Body_Image_Brochure.pdf
- James, W. (1980). *The principles of psychology*. New York: Dover
- McCabe, M. P., & Ricciardelli, L. A. (2003). Sociocultural influences on body image and body changes among adolescent boys and girls. *Journal of Social Psychology*, 143, 5-26
- Ricciardelli, L. A., & McCabe, M. P. (2001). 'Self-esteem and negative affect as moderators of sociocultural influences on body dissatisfaction, strategies to decrease weight, and strategies to increase muscle tone among adolescent boys and girls.' *Sex Roles*, 44, 189-207
- Ricciardelli, L. A., & McCabe, M. P. (2004). 'A biopsychosocial model of disordered eating and the pursuit of muscularity in adolescent boys.' *Psychological Bulletin*, 130, 179-205
- Ricciardelli, L. A., McCabe, M. P., & Banfield, S. (2000). 'Body image and body change methods in adolescent boys: Role of parents, friends, and the media.' *Journal of Psychosomatic Research*, 48, 98-197
- Spitzer, B. A., Henderson, K. A., & Zivian, M. T. (1999). 'Gender differences in population versus media body sizes: A comparison over four decades', *Sex Roles*, 40, 545-565
- The Health Promoting School and Body Image, www.chdf.org.au-i-cms_file_page=7_aebsection4, accessed June 2008

Tiggemann, M., Gardiner, M., & Slater, A. (2000). "I would rather be size 10 than have straight A's": A focus group study of adolescent girls' wish to be thinner. *Journal of Adolescence*, 23, 645-659