

Modellprojekt „Mann, was geht?!“ | Förderung der psychischen Gesundheit von Männern

Psychische Gesundheit

Die Förderung der psychischen Gesundheit und die Primärprävention psychischer Erkrankungen wird als Facette von Männergesundheit erst seit kurzer Zeit explizit thematisiert. Während Frauen bereits aus historischer Perspektive die Hauptadressatinnen von „Gesundheitsaufklärung“ darstellten, blieben Männer als Zielgruppe außer Betracht oder dienten lediglich als Negativbeispiel und Sinnbild eines bornierten Verständnisses von Körper und Seele.

Das Bild des Mannes als „Vorsorgemuffel“ hat teilweise bis heute Bestand und folgt dem Muster von Zuschreibungen und Stereotypen, welches einen ressourcenorientierten Ansatz in der Männergesundheitsförderung weitestgehend ausblendet. Dabei droht in Vergessenheit zu geraten, dass auch Männer sich um ihre Gesundheit sorgen, die bestehenden Angebote jedoch häufig als zu schwer erreichbar oder schlicht unattraktiv erleben.

Trotz bekannter Unterschiede im Gesundheitsverhalten wird das Geschlecht als Qualitätskriterium in der Gesundheitsförderung und Prävention nur unzureichend in Handlungsansätze integriert, was nicht zuletzt mangelndem Handlungswissen geschuldet ist und zu einer geschlechtsbezogenen Ungleichheit beitragen kann.

Zum Projekt „Mann, was geht?!“

Vor dem Hintergrund des im Präventionsgesetz angestrebten Abbaus geschlechtsbezogener Ungleichheit entwickelt die LVG & AFS in Kooperation mit der Techniker Krankenkasse und der Universität Bielefeld mit „Mann, was geht?!“ ein Angebot zur Förderung der psychischen Gesundheit und des Wohlbefindens von Männern in physischen (betrieblichen) und virtuellen Settings.

„Mann, was geht?“ fragt dabei einerseits nach individuellen und kollektiven Bedarfen und Bedürfnissen von Männern, andererseits sollen akzeptierte, männerreflexive Methoden erarbeitet werden. Dabei wird eine ressourcenorientierte, partizipative Vorgehensweise in der Lebenswelt von Männern fokussiert, die sich an spezifischen Lebensphasen orientiert.

In ausgewählten Modellbetrieben wird in Prozessschritten des Betrieblichen Gesundheitsmanagements daran angesetzt, männerreflexive Aspekte zu integrieren, für die psychische Gesundheit zu sensibilisieren und Methoden im Zugang zu unterschiedlichen Zielgruppen zu erproben.

Darüber hinaus wird eine interaktive Website entwickelt, die die Sensibilisierung für die psychische Gesundheit von Männern im internationalen Raum (z. B. Kanada, Neuseeland, Irland) auch in Deutschland unterstützen soll. Die Website dient einerseits der Aufklärung und Entstigmatisierung, andererseits bietet sie konkrete verhaltenspräventive Strategien und Hilfestellungen an.

Sie richtet sich an Männer generell sowie an Multiplikator*innen. Das Onlineangebot erhebt keinen therapeutischen Anspruch, sondern fokussiert auf die Förderung von Gesundheitskompetenz sowie primärpräventiv wirksamer Lebensstile. Zugangswege in das Gesundheitssystem werden bedarfsorientiert aufgezeigt.

Die Universität Bielefeld ist mit der wissenschaftlichen Begleitforschung betraut und evaluiert die betrieblichen und virtuellen Zugänge. Zudem wertete die Universität Bielefeld zu Anfang des Projekts eine in Kooperation mit einem Marktforschungsinstitut initiierte Bedarfserhebung aus. In qualitativen Interviews stand dabei das Erleben und Beschreiben der psychischen Gesundheit von erwerbstätigen Männern und Erwartungen an Informations- und Hilfsangebote im Vordergrund.

Zielgruppen

- (werdende) Väter
- Männer der Babyboomer-Generation
- Männer in spezifischen Belastungssituationen (z. B. hinsichtlich Work-Life-Balance)
- Multiplikator*innen

Öffentlichkeitsarbeit und Vernetzung

Mit einer jährlichen Fachtagung soll die öffentliche Auseinandersetzung mit der Gesundheit von Männern in unterschiedlichen Themenfeldern angeregt werden, dieses Angebot richtet sich insbesondere an Multiplikator*innen.

Die Auftaktkonferenz zum Thema „Psychische Gesundheit und Wohlbefinden von Männern fördern: Betriebliches Gesundheitsmanagement geschlechtergerecht gestalten“ hat am 02. Juli 2019 erfolgreich stattgefunden. Die zweite Fachtagung ist für Sommer 2020 angesetzt.

Das Kooperationsprojekt hat eine Laufzeit vom 01.05.2018 bis zum 30.04.2021.

Ein Angebot von:

Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen Bremen e. V.

Ansprechperson:

Martin Schumacher, Lennart Semmler

E-Mail-Adresse:

info@mann-was-geht.de

Internetadresse:

www.mann-was-geht.de

Nächste Termine:

Termine bitte erfragen