

Der November gehört der Männergesundheit – Interview mit dem Gleichstellungsbeauftragten Matthias Becker

# Warum man bloß kein Superheld sein sollte

Der November steht im Zeichen der Männergesundheit: Die internationale Kampagne „Movember“ ruft Männer dazu auf, auf ihr Wohlbefinden zu achten. Um seine Geschlechtsgenossen darauf aufmerksam zu machen, ist Matthias Becker viel unterwegs. Der Sozialpädagoge ist seit 2016 der bundesweit einzige kommunale Männerbeauftragte. NZ-Redakteurin Ngoc Nguyen sprach mit ihm über Körperkult, Vätermonate und das Klischee des „alten weißen Mannes“.

NZ: Mit welchem Foto würden Sie einen Beitrag über Männer und Gesundheit bebildern?

**Matthias Becker:** Jedenfalls nicht mit einem Stereotypen. Ein Mann, der stirbt, weil er Männerschnupfen hat. Oder einer, der sich in der Muckibude Arnold-Schwarzenegger-Muskeln antrainiert. Ein alter Mann, fahl im Gesicht, weil er nicht bei der Prostata-Vorsorge war. Solche ganz klassischen Klischees ärgern mich. Das Foto hier auf diesem Flyer habe ich mit ausgesucht: ein Vater mit seinem Sohn, und beide spannen den Bizeps an, lassen im übertragenen Sinn die Muskeln spielen und grinsen dabei. Es ist ein diverses Bild, es betrifft junge Männer, alte Männer, jede soziale Schicht, jede Religion.

NZ: Wozu braucht es einen Männerbeauftragten? Männer sind Chefs und Familienoberhaupt, unser System bevorzugt Männer. Männern steht doch alles offen.

**Becker:** Das ist ein Trugschluss. Ja, wir haben patriarchalische Strukturen und in unserer Gesellschaft ein hegemoniales Männlichkeitsbild, das sehr prägend ist. Aber man muss auch sehen, dass dieses Patriarchat ganz klar Männer auch unterdrückt. In diesem System sind auch Männergruppen Verlierer.

NZ: Welche meinen Sie?

**Becker:** Es sind doch nicht alle Männer in Führungspositionen. Was meinen Sie, wie es den Männern geht, die arbeitslos sind, die Geringverdiener sind, die in prekären Arbeitsverhältnissen sind? Diese Männer bekommen keine männliche Anerkennung über ihren beruflichen Status. Die arbeiten von früh bis spät. Wenn ich dem jetzt sage, der soll Vätermonate nehmen, wenn er ein Kind bekommt – puh! Der würde unter Umständen gleich entlassen werden. Und Männer haben auch in großen Betrieben oder im Öffentlichen Dienst Schwierigkeiten, wenn sie Elternzeit nehmen möchten. Viele müssen das richtig durchkämpfen. Den gesellschaftlichen Wandel, dass Männer in Erziehungsverantwortung sind, den sehe ich noch nicht.

NZ: Sagen Sie's uns: Wann ist denn nun ein Mann ein Mann?

**Becker:** Ich weigere mich mittlerweile, diese Frage zu beantworten. Es gibt keine Pauschalantworten. „Der“ Mann – da würde ich nur neue Klischees produzieren. Es geht darum,

dass ich mein Leben so gestalten kann, dass ich durch Rollenvorgaben nicht eingeschränkt werde.

NZ: Welche Stereotypen?

**Becker:** Der Psychologe Goldberg hat die sieben maskulinen Imperative entwickelt. Die sind unter anderem: Umso weniger Schlaf ich benötige, umso mehr Alkohol ich vertrage, umso weniger ich darauf achten muss, was ich esse, umso weniger ich Hilfe brauche – desto männlicher bin ich. Das alles läuft versteckt in der Sozialisation mit. Auf den Körper achten, mich gesund ernähren ist gleich unmännlich. Da gibt es Lehrlinge in Handwerksberufen, die stehen plötzlich den ganzen Tag, haben Probleme mit Füßen und Rücken. Da kann man was machen, mit Einlagen in den Arbeitsschuhen beispielsweise. Interessiert das irgendeinen Betrieb? Nein! Da wird gesagt: Schaffst Du es nicht, mal ein bisschen zu stehen? Jetzt musst du nur ein bisschen arbeiten, schon hast du eine Sehenscheidenentzündung!

NZ: Das ändert sich doch. Vor allem die Jungen pflegen sich, achten auf ihren Körper.

**Becker:** Parallel dazu entdecken Männer: Körperhygiene ist nichts Schädliches. Das ist positiv. Aber das hat teilweise extreme Auswüchse, die ungesund sind. Es gibt die, die Muskelaufbau machen und dafür Hormonzeug schlucken, das ist wie vor 30 Jahren! Es ist einseitig und ungesund, nur Waschbrettbauch und Bizepsmuskeln zu trainieren. Immer mehr Männer lassen Schönheitsoperationen machen. Das ist



Matthias Becker ist der Männerbeauftragte der Stadt. Er kümmert sich darum, dass die Nürnberger gesünder und zufriedener leben.

Körperkult, es geht um Instagram-Darstellungen und um Selfies und hat nichts mit Gesundheit zu tun!

NZ: Mit welchen Problemen kommen Männer zu Ihnen?

**Becker:** Groß ist das Thema Vater sein – vor allem bei Trennung und Scheidung. Männer haben Schwierigkeiten ihre Kinder regelmäßig zu sehen und ihre neue Vaterrolle zu finden. Es geht um sexuellen Missbrauch im institutionellen oder privaten Kontext. Es gibt Männer, die Gewalt erlebt haben in der Partnerschaft, als Opfer oder Täter. Die in der Arbeit gemobbt werden. Es geht um sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz – das sind Männer, die von anderen Männern, von Patienten zum Beispiel, belästigt werden. Es gibt Übergriffe von Frauen. In 80 Pro-



Superman – hier eine Figur auf der Spielwarenmesse – ist eines der Rollenklischees, mit denen Jungs und Männer aufwachsen und leben.

zent der Fälle ist der Mann Täter, die Frau Opfer. Aber wir haben eben auch 20 Prozent Männer, die Opfer partnerschaftlicher Gewalt sind.

NZ: Kann jeder kommen?

**Becker:** Das Problem sollte ein Gleichstellungsthema sein, also Diskriminierung aufgrund des Geschlechtes. Seit 30 Jahren gibt es in Nürnberg das Frauenbüro, und da hätten Männer deswegen auch schon immer kommen können. Aber da kam kein Mann drauf, dass das auch für ihn zuständig sein könnte.

NZ: Die Stadt sucht auch nach männlichen Erziehern, in der Grundschule sollen mehr Männer unterrichten. Warum?

**Becker:** Die Sozialisationsforschung weist im Kita- und Grundschulbereich auf einige mögliche Probleme hin. Weil die Jungs keine männlichen Vorbilder haben, weder positiv noch negativ, an denen sie sich reiben können. Sie erleben keine Männer im Alltag. Die ersten zehn, zwölf Lebensjahre erlebt ein Junge fast ausschließlich Frauen.

NZ: Na und?

**Becker:** Das ist problematisch, weil Jungs ihre Identität in Abgrenzung lernen. Das heißt, ich als Mann bin anders als eine Frau und das heißt: Ich bin das Gegenteil. Wenn die weich und einfühlsam ist, bin ich

das Gegenteil, also nicht fürsorglich. Diese Jungs werden nicht automatisch kleine Machos, aber die suchen sich erst einmal etwas, an dem sie sich orientieren können. Wenn ich mehr Männer im Alltag hätte, könnte ich eine Vielfalt erleben, die ganz unterschiedlich ist. Dann könnte ich mir Teile rauspicken. Mit einfach mehr Männern in Grundschulen und Kitas ist es aber nicht getan, sondern man muss auch das Bewusstsein haben, was für eine Bedeutung das für die Geschlechter hat.

NZ: Wenn sich Eltern trennen, bleiben die meisten Kinder bei der Mutter. Verschlimmert diese Situation das Problem?

**Becker:** Wahrscheinlich. Aus Forschungen weiß man, dass es für die Entwicklung der Kinder wichtig ist, möglichst viel Zeit mit beiden Eltern zu haben. Eigentlich ist rein rechtlich der Umgang nicht geregelt. Der eine betreut, der andere zahlt, das ist überholt. Wenn Eltern sich über die Kinder streiten, dann haben die Kinder auf gar keinen mehr Bock. Väter beklagen sich dann, dass die Kinder instrumentalisiert werden, ihnen entfremdet werden, aber oft gehen die Kinder nur dem Konflikt aus dem Weg und wollen für niemanden Partei ergreifen. Beide, Vater und Mutter, tun damit ihrem Kind etwas an.

NZ: Viele Männer fühlen sich bedroht, seitdem Feministinnen das Feindbild „alter weißer Mann“ zeichnen.

**Becker:** Ich kann es zum Teil nachvollziehen, dass „die Männer“ sich angegriffen fühlen. Vor 30 Jahren, Ende der 80er, was ich als Hochzeit des Feminismus bezeichnen würde, da habe ich mich auch sehr schwer getan und bin zum Teil in Konfrontation gegangen. Jeder Mann war da ein potenzieller Vergewaltiger, nur Männer haben Frauen in Partnerschaften geschlagen und so weiter. In Diskussionen habe ich mich gefühlt, als sei ich Stellvertreter aller Männer und kriegte die Prügel ab. Ich habe gesagt: Das bin ich nicht, ich schlage keine Frauen! Ich bin ein Mann, dafür kann ich nichts, aber ich verhalte mich doch ganz anders! Die Frauen wollten damals zu Recht stark provozieren, auf klare Missstände aufmerksam machen. Ich finde, das braucht es heute in der Form nicht mehr.

NZ: Was sagen Sie Männern, die sich angegriffen fühlen?

**Becker:** Diese Männer empfinden diese Entwicklungen hin zu mehr Gleichstellung der Geschlechter als Angriff – dabei ist es auch eine Chance, mein männliches Leben selbst anders gestalten zu können. Das Leben als Mann in einem Alltag, in dem die Männer die Vorherrschaft haben, ist doch auch anstrengend! Das ist doch totaler Stress, wenn ich ständig kämpfen und beweisen muss, dass ich der Beste bin. Sich von diesem Stress zu befreien, ist eine Chance. Diese Chance hin zu einem Zusammenleben und Zusammenarbeiten auf Augenhöhe wird leider oft nicht gesehen.

\* Dafür wurden die Ausfalltage der rund 800.000 versicherten Arbeitnehmer in Bayern ausgewertet, davon leben rund 30.000 in der Region.

### Männer sind seltener krank als Frauen

Das ist ein seit vielen Jahren durchgängiges Phänomen. Frauen in Nürnberg haben 23 Prozent mehr Fehltag als Männer

### Männer haben andere Krankheiten als Frauen

Männer in Nürnberg leiden häufiger an Herz-Kreislauf-Erkrankungen (verursachen 5 Prozent mehr Ausfalltage als bei Frauen). Frauen in Nürnberg haben häufiger psychische Erkrankungen als Männer (verursachen 45 Prozent mehr Ausfalltage als bei Männern). Das Krebsrisiko ist bei beiden Geschlechtern grundsätzlich gleich

Männer gehen seltener zum Arzt  
Behandlungsquote (ohne Vorsorgeuntersuchungen und Behandlungen aufgrund einer Schwangerschaft)  
Männer 83,7 Prozent  
Frauen 93,3 Prozent

### Männer gehen seltener krank zur Arbeit

65 Prozent der Frauen in Bayern waren mindestens einmal krank bei der Arbeit, bei den Männern 60 Prozent. Wenn sie dennoch krank zur Arbeit gehen, geben 70,1 Prozent der Betroffenen als Grund an: „Fühle mich trotz Beschwerden arbeitsfähig“. Das sagen nur 62,9 Prozent der betroffenen Frauen. Viele Frauen melden sich selbst arbeitsunfähig, wenn ihre Kinder krank sind, weil sie sich nicht anders zu helfen wissen (das sagt jede 3. Frau in Bayern). Bei den Männern sagen das nur zehn Prozent