



MÄNNERKONGRESS 2014

19.–20. September 2014



Angstbeißer, Trauerkloß, Zappelphilipp?

Seelische Gesundheit bei Männern und Jungen

Universität Düsseldorf, Hörsaal 13A

Gut getarnt ist halb gewonnen? Depression bei Männern

Anne Maria Möller-Leimkühler

Trotz zunehmender Arbeitsunfähigkeit und Frühberentungen durch Depressionen, einer gestiegenen gesellschaftlichen Sensibilisierung für psychische Belastungen und guter Behandlungsmöglichkeiten ist die Depression weiterhin eine in hohem Maße unterdiagnostizierte Krankheit, insbesondere bei Männern.

Verschiedene Ursachen tragen dazu bei:

- der erschwerte Zugang und Ausdruck von Emotionalität und psychischen Problemen,
- Maskulinitätsnormen, die Hilfesuche als unmännlich definieren,
- männertypische Strategien externalisierender Stressverarbeitung, die klassische Depressionssymptome verdecken können,
- ein Genderbias in der Depressionsdiagnostik zuungunsten männlicher Depressionserfahrungen und nicht zuletzt
- eine weiterhin bestehende gesellschaftliche Stigmatisierung psychischer Störungen, die bei Männern ausgeprägter ist als bei Frauen.



Der deutlich niedrigeren Rate diagnostizierter Depressionen bei Männern steht eine mindestens dreimal höhere Suizidrate gegenüber, ein Genderparadox, das einen hohen Anteil unbehandelter Depressionen nahelegt. Eine mögliche Erklärung liegt in der männertypischen Manifestation von Depression („männliche Depression“), für die zunehmend wissenschaftliche Belege vorliegen. Zukünftige Herausforderungen für Praxis und Forschung implizieren die bessere Identifikation von Depression bei Männern, die Entwicklung männerspezifischer Therapiemodule, eine gezieltere Prävention am Arbeitsplatz, den Abbau selbstschädigender Maskulinitätsnormen und nicht zuletzt kontinuierliche Bemühungen um gesellschaftliche Entstigmatisierung.