

Wenn Mann sich nicht fühlt und Frauen vor Wut explodieren könnten

Wenn ER seine Tage hat: repräsentative Studie belegt Phänomen „Männertage“

Ingolstadt, 29.10.2018: Für Sophia Thomalla ist es ein nackter Mann mit Plauze und gerötetem Kopf und für Ralf Richter sieht es aus wie ein altes, faltiges Wesen im Kittel, das alles Depressive in sich vereint: So unterschiedlich stellen sich die beiden eine Personifizierung des Phänomens Männertage vor. Männertage? Richtig gelesen! Laut einer repräsentativen Umfrage von Kantar EMNID im Auftrag von MediaMarkt, die der Elektronikfachhändler zum diesjährigen Weltmännertag am 3. November vorstellt, erleben weit mehr als die Hälfte der Männer in Deutschland (64%)¹ regelmäßige oder gelegentliche Stimmungsschwankungen – das Phänomen „Männertage“.

Die Umfrage von Kantar EMNID im Auftrag von MediaMarkt kommt zu einem eindeutigen Ergebnis: 64% der Männer hierzulande leiden persönlich unter regelmäßigen oder gelegentlichen Stimmungsschwankungen – bei 55% der Befragten treten sie sogar mindestens einmal im Monat auf. Von den auftretenden Stimmungsschwankungen sind 25-34-Jährige (72%) sowie Männer aus Niedersachsen (75%) und Bayern (71%) besonders betroffen.

Sinkender Testosteronspiegel macht Männern schlechte Laune

„Stimmungsschwankungen werden oft als typisch „weiblich“ bezeichnet: ‚Zick nicht so rum‘, heißt es dann von uns vermeintlich verständnisvollen Männern“, stellt der in den deutschsprachigen Medien als TV- und Video-Arzt bekannte Dr. Johannes Wimmer fest. „Aber wir müssen uns öfter an die eigene Nase fassen – denn auch wir Männer sind häufig reizbar und

¹ Diese und nachfolgende Zahlen: MediaMarkt / Kantar EMNID, Juli 2018, bundesweite repräsentative Umfrage, n = 1.040, Männer und Frauen zwischen 16 und 64 Jahre

MediaMarkt Unternehmenskommunikation

Eva Simmelbauer & Kristiane Müller | Wankelstraße 5 D-85046 Ingolstadt | +49 (841) 634-2442 / -5092 | +49 (841) 634-2478
presse@mediamarkt.de | @MediaSaturn_PR | www.mediamarkt.de

ZPR GmbH

PR-Team MediaMarkt | An der Alster 85 D-20099 Hamburg | +49 (40) 298135-0
+49 (40) 298135-29 | mediamarkt@z-pr.de

launisch. Und das sogar mehrmals im Monat!“ Den Grund liefert der Doc gleich dazu: „Schuld an der schlechten Stimmung ist oft ein Hormon namens Testosteron“, erklärt er. „Sinkt zum Beispiel der Testosteronspiegel durch Stress, sinkt auch die Laune. Also, liebe Frauen: Habt Erbarmen mit ihm!“

Denn klar ist: Bei den Frauen bleiben die „Männertage“ nicht unbemerkt, wie die Studie zeigt:

- 50% der Frauen nehmen sie bei Männern einmal im Monat oder sogar öfter wahr – darunter sind 28% Frauen, die sehen, dass ihre Männer mehrmals im Monat Stimmungsschwankungen haben, die sich nicht unbedingt positiv äußern.

Und wie geht es Männern an diesen Tagen?

- Mehr als jeder zweite Mann (52%) fühlt sich an solchen „Männertagen“ leicht reizbar.
- 45% der Männer gaben an, an diesen Tagen launisch zu sein und 41% möchten am liebsten den ganzen Tag im Bett verbringen.

Eine wehleidige Susi oder ein ganzer Mann? Männer und ihre Tage aus Sicht der Frauen

Aber was tun, wenn man(n) seine Tage hat? Ernst nehmen oder ignorieren? Knapp 30% der Frauen werden wütend, wenn Männer sich so anstellen und lassen sie in Ruhe. Wütend wird Schauspielerin und Kampagnen-Testimonial Sophia Thomalla zwar nicht, wie sie MediaMarkt verrät, aber ignorieren ist auch ihre Strategie: „Ich fühle mich in keiner Weise dafür verantwortlich, alles dafür zu tun, damit es dem Mann besser geht. Ich lass ihn schön in Ruhe. Soll er doch zocken, Pornos gucken oder was auch immer. Ich mache dann mein Ding.“

Entsprechend eindeutig ist auch das Ergebnis, welches Geschlecht generell als wehleidiger eingeschätzt wird: Zwei von drei Frauen (66%) sind der

MediaMarkt Unternehmenskommunikation

Eva Simmelbauer & Kristiane Müller | Wankelstraße 5 D-85046 Ingolstadt | +49 (841) 634-2442 / -5092 | +49 (841) 634-2478
presse@mediamarkt.de | @MediaSaturn_PR | www.mediamarkt.de

ZPR GmbH

PR-Team MediaMarkt | An der Alster 85 D-20099 Hamburg | +49 (40) 298135-0
+49 (40) 298135-29 | mediamarkt@z-pr.de

Meinung, dass Männer als das „starke Geschlecht“ wehleidiger sind. Und wer hätte das gedacht? Immerhin jeder dritte Mann (34%) teilt diese Einschätzung. Aber stimmt das auch? „Männer sind tatsächlich wehleidiger als Frauen, zumindest wenn es um das Thema Erkältungen geht“, stellt Dr. Wimmer fest. „Dafür gibt es sogar eine wissenschaftliche Erklärung: das männliche Immunsystem ist bei der Bekämpfung von Viren und Bakterien weniger effektiv als das weibliche.“ Wie gut, dass die Frauen hier Mitgefühl zeigen: Fast jede vierte Frau (24%) hat Verständnis für die Gefühlschwankungen der Männer und ist dann erst recht besonders liebevoll.

Porno, Party oder Couchen: Was sind die besten Mittel gegen Männertage?

Und was hilft Männern an solchen „Männertagen“? Entspannung, Entertainment, Elektronik, Sport und Bier. So verbringen Männer solche Tage gern auf der Couch und sehen fern (30%), drehen die Musik laut auf (29%) oder schauen einen Porno (12%). Was ebenfalls die Laune verbessert: das neueste Game kaufen und in Ruhe zocken (12%) oder den neuesten Action- oder Horrorfilm schauen (11%). Jeder vierte Mann trifft sich zudem auf ein paar Bier mit Kumpels und jeder fünfte Mann powert sich an solchen „Männertagen“ im Fitnessstudio oder beim Joggen aus.

Entspannung fördert die Ausschüttung von Glückshormonen

Damit liegen die Männer gar nicht so falsch – denn genau diese Mittelchen verordnet auch Dr. Wimmer bei der Diagnose Männertage: „Gegen schlechte Laune kann man(n) einiges tun: einfach mal rumgammeln und fernschauen hilft besonders gut. Oder shoppen gehen! Und nein, damit meine ich nicht Klamotten & Co., sondern vor allem richtige Männersachen – zum Beispiel einen neuen Akkuschauber oder ein neues Tablet kaufen.“ Und warum? „Entspannung fördert die Ausschüttung von Glückshormonen“, erklärt der Arzt. „Also, liebe Männer: Glotze anschalten, schlechte Laune abschalten!“

MediaMarkt Unternehmenskommunikation

Eva Simmelbauer & Kristiane Müller | Wankelstraße 5 D-85046 Ingolstadt | +49 (841) 634-2442 / -5092 | +49 (841) 634-2478
presse@mediamarkt.de | @MediaSaturn_PR | www.mediamarkt.de

ZPR GmbH

PR-Team MediaMarkt | An der Alster 85 D-20099 Hamburg | +49 (40) 298135-0
+49 (40) 298135-29 | mediamarkt@z-pr.de

Hauptsache ihr habt Spaß!

Als Deutschlands Elektronikhändler Nummer eins hat MediaMarkt mehr als nur Verständnis für Männer und ihre Tage. In einer bundesweiten Kampagne werben unter anderem Sophia Thomalla und Ralf Richter für mehr Verständnis. Knallharte Kampagnenangebote werden ein Lächeln in jedes leidgeprüfte Männertage-Gesicht zaubern, getreu dem MediaMarkt-Motto „Hauptsache ihr habt Spaß!“.

Mehr Informationen unter: www.männertage.com



MediaMarkt

Repräsentative Studie im Auftrag von MediaMarkt belegt das Phänomen „Männertage“: In einer bundesweiten Kampagne wirbt unter anderem Sophia Thomalla für mehr Verständnis für Männer und ihre Tage

MediaMarkt Unternehmenskommunikation

Eva Simmelbauer & Kristiane Müller | 📍 Wankelstraße 5 D-85046 Ingolstadt | ☎ +49 (841) 634-2442 / -5092 | 📞 +49 (841) 634-2478
✉ presse@mediamarkt.de | 🌐 @MediaSaturn_PR | 🌐 www.mediamarkt.de

ZPR GmbH

PR-Team MediaMarkt | 📍 An der Alster 85 D-20099 Hamburg | ☎ +49 (40) 298135-0
📞 +49 (40) 298135-29 | ✉ mediamarkt@z-pr.de

Über MediaMarkt

MediaMarkt, Deutschlands und Europas Elektronikhändler Nummer Eins, wurde 1979 gegründet und wird heute innerhalb der MediaMarktSaturn Retail Group als eigenständige Vertriebsmarke geführt. In Deutschland ist das Unternehmen derzeit mit 275 Märkten vertreten und beschäftigt mehr als 15.000 Mitarbeiter. Europaweit ist MediaMarkt in 14 Ländern an mehr als 850 Standorten und mit rund 46.000 Mitarbeitern präsent. Seinen Markenkern „Vergnügen“ lebt MediaMarkt konsequent – beim Sortiment, beim Preis, bei der Kundenberatung und beim Service. Erklärtes Ziel: MediaMarkt wird für die Kunden zum vergnüglichsten Ort für Consumer Electronics – immer und überall. Zum Erfolgskonzept zählen neben einem stets aktuellen Sortiment an Markenprodukten zu dauerhaft tiefen Preisen auch die persönliche Beratung sowie ein umfangreiches Portfolio an Serviceleistungen. Dabei hat sich MediaMarkt als erfolgreicher Multichannel-Anbieter positioniert und vereint so die Vorteile des stationären und des Online-Handels unter dem Dach einer vertrauten Marke.

MediaMarkt Unternehmenskommunikation

Eva Simmelbauer & Kristiane Müller |  Wankelstraße 5 D-85046 Ingolstadt |  +49 (841) 634-2442 / -5092 |  +49 (841) 634-2478
 presse@mediamarkt.de |  @MediaSaturn_PR |  www.mediamarkt.de

ZPR GmbH

PR-Team MediaMarkt |  An der Alster 85 D-20099 Hamburg |  +49 (40) 298135-0
 +49 (40) 298135-29 |  mediamarkt@z-pr.de