

# Sie wollen Männer fürs Lesen begeistern

Studien zufolge lesen Männer deutlich weniger als Frauen. **ZWEI BRÜDER AUS HANNOVER** zeigen auf Tiktok, dass auch Romane Spaß machen können

**HANNOVER.** Eigentlich wollten sie ja nur mal schauen. Yannik und Niklas Stuhr stromern durch das Antiquariat Wilder an der Limmerstraße. Ihre Blicke scan- nen die Bücher in den hohen Re- galen. Aus kurzem Durchblät- tern wird schnell vertieftes Le- sen. Etwas kaufen wollten sie heute eigentlich nicht. Den La- den verlässt trotzdem jeder mit einem neuen Buch in der Hand. Einen großen Teil ihrer Freizeit verbringen die Brüder aus Han- nover mit dem Thema Bücher. Denn sie lesen nicht nur gern, sondern sprechen auch darüber. Yannik und Niklas arbeiten beide hauptberuflich im Bereich Me- dien – und sind nebenbei Book- toker: Jeweils mehr als 7000 Fol- lowern auf Tiktok präsentieren sie Rezensionen und Buchtipps. Die beiden sind mit ihrem Hobby nicht allein. Bücher bo- omen auf Social Media, das ze- igen auch die Buchmessen in Leipzig und Frankfurt, die zu- letzt verstärkt mit Tiktok zusam- mengearbeitet haben. Und doch gibt es einen entscheidenden Unterschied zwischen den Brüdern und dem Gros der Buch-Influencer-Szene: Die ist nämlich weiblich. Dass es in den Buchsparten der sozialen Medien weniger männliche Content Creator als weibliche gibt, hat einen sim- plen Grund: Studien zufolge lesen Männer deutlich weniger als Frauen. Der Umfrage „Häufig- keit des Lesens von Büchern nach Geschlecht“ der Allensba- cher Markt- und Werbeträger- analyse zufolge liegen Frauen beim täglichen, wöchentlichen und monatlichen Lesen vorn. Mehr als die Hälfte Männer gab in der Umfrage aus 2023 an, sel- tener als einmal im Monat zu le-

sen. Auch Niklas und Yannik be- obachten das. In ihrem Freun- deskreis sind sie die einzigen Männer, die gern lesen. „Män- ner sehen keinen Wert im Le- sen“, sagt Yannik. Dieser Geschlechterunter- schied äußert sich nicht erst im Erwachsenenalter. So zeigt etwa die Internationale Grundschul- Lese-Untersuchung von 2023, dass Mädchen im Grundschul- alter gleichaltrigen Jungs so- wohl bei der Lesekompetenz als auch bei der Motivation deutlich voraus sind – und das nicht nur in Deutschland, sondern in den meisten der mehr als 60 Teilneh- merstaaten. „Ein Grund dafür liegt darin, dass den Jungs einfach die Lese- vorbilder fehlen“, sagt Anke Märk-Bürmann von der Akade- mie für Leseförderung in Nieder- sachsen. Zu Hause würden meist die Mütter vorlesen, auch in der Kita und der Grundschule gebe es deutlich mehr weibliches Per- sonal, das die ersten Leseerfah- rungen begleite. Ein großer Fak- tor sei auch, dass diese Frauen die Lektüre bestimmen. „Da wählt man als Frau tendenziell weniger ein Buch über Technik, Baufahr- zeuge oder Feuerwehr.“ So setze sich das Problem immer weiter fort – zuerst mangle es an Inter- esse, dann an Lesekompetenz. Und habe man in der Schule erst mal schlechte Erfahrungen mit dem Lesen gemacht, komme man auch als Jugendlicher eher nicht auf die Idee, in der Freizeit zu lesen, sagt Märk-Bürmann. Auch Niklas und Yannik haben nach der Schule lange kein Buch freiwillig in die Hand genommen. Erst vor ein paar Jahren, mit Mitte 20, änderte sich das. Yannik fand über das Lehramtsstudium, das er später abbrach, Gefallen an



In ihrem Element: Die Brüder Yannik (30, links) und Niklas Stuhr (28) im Antiquariat Wilder in Hannover-Linden. Foto: Katrin Kutter

Klassikern von Franz Kafka und Heinrich Böll. Auch bei Niklas kam die Leselust zumindest indi- rekt durchs Studium – er schaute ein Video über Soziologie, in dem der Roman „Weißes Rauschen“ von Don DeLillo empfohlen wur- de. „Ich habe mich in diesem Charakter wiedergefunden, der sich ein bisschen lost gefühlt hat“, erzählt er. Mit ihrem Buch- geschmack stechen die Brüder

unter Männern hervor. Denn was Studien auch zeigen: Wenn Män- ner denn lesen, dann eher Sach- bücher, gern auch Selbsthilfebü- cher. „Ich glaube, das hängt mit dem Kapitalismus zusammen“, sagt Niklas. „Es geht einfach im- mer darum, sich selbst zu opti- mieren.“ Bei Romanen werde der Wert des Lesens nicht so unmit- telbar deutlich wie bei Sachbü-

chern. „Da lernst du, da und da war dann und dann Krieg, und dann weißt du das. Bei Romanen muss man mehr zwischen den Zeilen lesen, und es ist oft emo- tionale Arbeit, die man dadurch erlernt“, sagt Niklas. Seine Theorie: Wer ein eher starres Männlichkeitsbild habe, wolle sich weniger durchs Lesen reflektieren. Dadurch falle es den Männern wiederum schwerer,

Empathie zu entwickeln, und das Männlichkeitsbild verfestige sich nur weiter. „Es ist ein Teufels- kreis“, sagt Niklas. Diesem Teu- felskreis wollen die beiden mit ihren Social-Media-Inhalten et- was entgegensetzen. Wobei Yan- nik auch einschränkt, dass ihr Content wohl vor allem den Men- schen angezeigt werde, die sich ohnehin fürs Lesen interessieren. Anke Märk-Bürmann von der

Akademie für Leseförderung sieht die Lösung vor allem im Kin- desalter. „Wir arbeiten daran, Lehrkräfte zu unterstützen, ihnen andere Titel vorzustellen und sie für das Thema zu sensibilisieren.“ Denn der Markt biete schon viele verschiedene Bücher, die auch Jungs mehr fürs Lesen begeistern könnten. Noch fehle aber der flä- chendeckende Zugang an den Schulen, sagt sie.

## Medizin

ANZEIGE

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

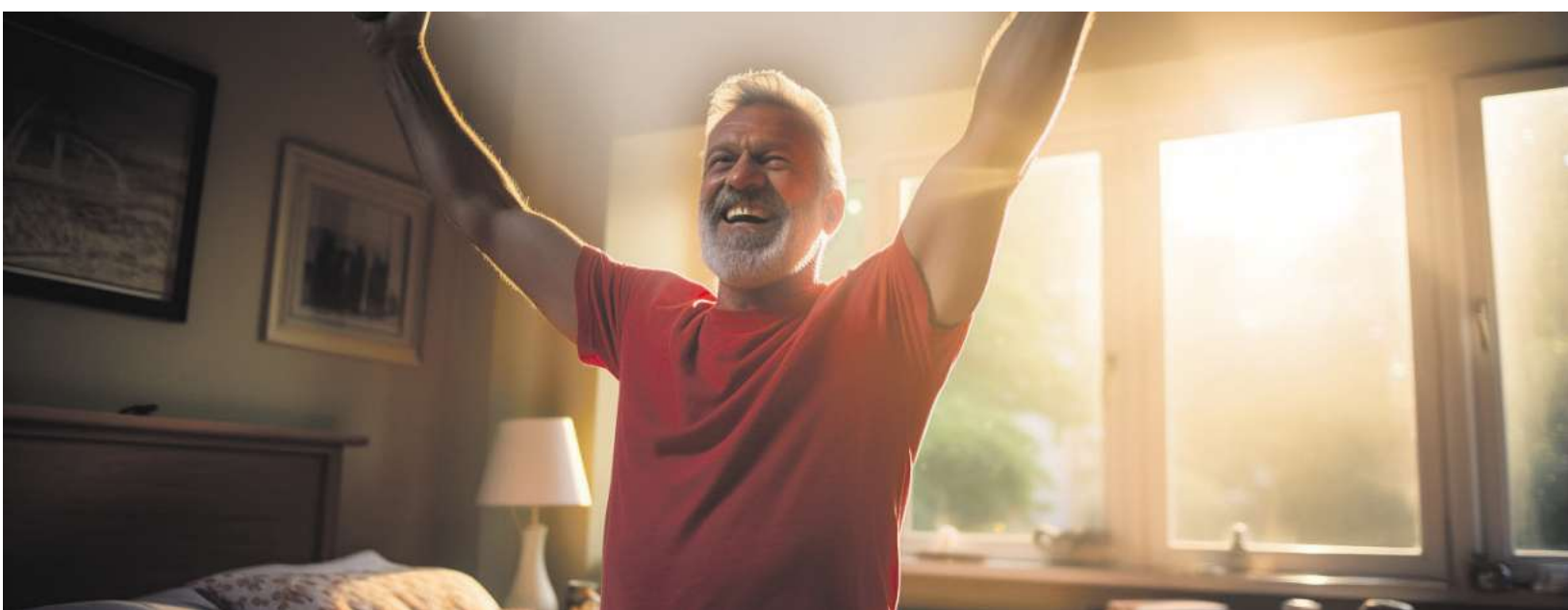
# Wundermittel Schlaf: ein Traum für die Gesundheit

Wie wichtig guter Schlaf ist und was bei Ein- und Durchschlafproblemen wirklich helfen kann

Nach links und rechts wälzen, die Bettdecke zu- rechtrücken. Die Gedanken kreisen währenddessen um den vergangenen Tag oder um das, was die Woche noch bevorsteht. Rund 50 % der Deutschen kennen es: Ein- schlafprobleme! Beim Durch- schlafen haben sogar 70 % Schwierigkeiten und wachen nachts mehrmals auf.

## Warum Schlafen der Schlüssel zu einem gesunden Leben ist

Der menschliche Körper vollbringt im Schlaf wahre Wunder. Tagsüber sind wir damit beschäftigt, eine kon- stante Denkleistung zu er- bringen und den Blutkreis- lauf in Schwung zu halten. Aber sobald wir einschlaf- en, beginnt eine besime- kenswerte Erholungsphase für Körper und Geist. Dann werden beschädigte Zellen repariert, Gewebe erneuert und Energiereserven für den nächsten Tag aufgefüllt. Der Schlaf hat aber auch erheb- lichen Einfluss auf unsere Gehirnfunktion und unser Gedächtnis. Während wir schlafen, verarbeitet unser Gehirn Informationen und Erfahrungen aus dem ver- gangenen Tag.



## Die dunkle Seite der Nacht: Schlafdefizite und ihre Folgen

Wer regelmäßig schlecht und zu kurz schläft, muss im Alltag z. T. mit unange- nehmen Folgen rechnen: Die Leistungs- und Gedächtnis- fähigkeit kann abnehmen und die Konzentration nach- lassen. Andauernder Schlaf- mangel kann aber auch zur Entwicklung weiterer Krank- heiten wie Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Herzrhythmusstörungen führen. Auch das Immunsys- tem kann geschwächt werden und Erkältungen oder Infekte befeuern.

## Von Schlafmangel zu Schlafgenuss: So finden Sie in einen erholsamen Schlaf

Immer mehr Deutsche besin- nen sich zurück auf jahrzehnte- lange Erfahrung und die wissen- schaftliche Expertise, wenn es um Schlafprobleme geht – mit dem natürlichen Arzneimittel

Baldriparan (rezeptfrei, Apo- theke). Seit fast 70 Jahren bringt es Deutschland den Schlaf zu- rück, und das auf ganz natürli- che Weise ohne Gewöhnungs- effekt! Baldriparan – Stark für die Nacht enthält als erstes Arzneimittel die höchste Dosie- rung von Baldrianwurzelextrakt am Markt. Denn bekannt ist:

Nur Baldrian-Präparate mit extra hoher Dosierung können bei Schlafstörungen nachweis- lich helfen. Dabei beschleunigt das Arzneimittel nicht nur das Einschlafen, sondern fördert auch das Durchschlafen<sup>1</sup>. Das Präparat verändert den natürli- chen Schlafrhythmus nicht und bewahrt die wichtige Tiefschlaf-

phase. Zugleich verursacht es keine Müdigkeit am Folgetag, sodass Schlafgeplagte wieder er- holt in den Tag starten können.

## „Baldriparan hilft mir super“

Im Netz findet man zahl- reiche positive Erfahrungen mit Baldriparan – Stark für die Nacht. Eine begeisterte Anwenderin berichtet etwa: „Baldriparan hilft mir super. Ich kann oft aus beruflichen Gründen nicht gut schlafen und dann sind diese Tabletten meine Rettung.“

Für Ihre Apotheke:

**Baldriparan**

**Stark für die Nacht**

(PZN 00499175)

www.baldriparan.de



<sup>1</sup>bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen • Abbildung Betroffenen nachempfunden  
BALDRIPARAN STARK FÜR DIE NACHT. Wirkstoff: Trockenextrakt aus Baldrianwurzel. Zur Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. Enthält Sucrose (Zucker). www.baldriparan.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing 3897101\_020825