

Die weibliche Sicht des Wanderns

Evolution hin, Erziehung und Sozialisation her:
Es gibt sie, die Unterschiede

Michael Sänger

Wandern als Natur-
und Selbsterfahrung

Studien zum
sanften Natursport

wanderforschung.de 7/2018
markt/zielgruppen

»Die Natur ist die Sprache der Liebe und die Liebe spricht zur Kindheit durch die Natur« (Bettina von Arnim). Okay, aber Mannerschwei stinkt nach Käse, Frauenschwei nach Grapefruit oder Zwiebeln. Das behaupteten jedenfalls Schweizer Forscher in einer Veröffentlichung des Fachmagazins »Chemical Senses«. Aber was hat das mit Wandern und der weiblichen Sicht darauf zu tun? Stimmt – nichts. Und dennoch, so unterschiedslos wie in Artikeln der jüngeren Geschichte gern argumentiert wird, sind Weiblein und Männlein nun nicht. Auch beim Wandern.

Mutation und Selektion

»Es gilt nicht nur für den Menschen, aber für ihn ganz besonders, dass die Evolution sich viel Zeit gelassen hat, ihn hervorzubringen«, so schreibt Rüdiger Safranski in seinem Buch »Zeit«. Und wer den Darwinismus akzeptiert, weiß, dass die Entwicklung, vom ersten Keimen des Lebendigen bis zum Menschen, auf die Zufälligkeit von Mutation und Selektion angewiesen war. Dabei beeinflussten indes Beanspruchungen und Bedingungen die Ausprägung von Fähigkeiten und Fertigkeiten.

Anatomie

Dass sich männliche und weibliche Körper, von den Geschlechtsteilen ganz abgesehen, auch nach Körpergröße, Gewicht, Körperbau und Muskelmasse unterscheiden, ist evident. Männer sind im Schnitt 12 cm größer und ca. 15 kg schwerer als Frauen. Der rumpfbetonte Körperbau der Frau unterscheidet sich von der Betonung der Extremitäten beim Mann. Frauen haben kleinere Atemwege, ihre Herzen und Lungen sind relativ kleiner, die Herzfrequenz relativ höher, die Blutmenge und die Konzentration des Sauerstofftransporteurs Hämoglobin relativ niedriger als bei Männern.

Stoffwechsel

Dafür haben Frauen einen höheren Anteil an Körperfett und weniger Muskelmasse. Selbst der Stoffwechsel ist bei beiden Geschlechtern unterschiedlich. Daraus folgt, dass Männer zwangsläufig eine höhere Leistungsfähigkeit bei muskulärem Einsatz haben. Während Frauen beim Wandern eine durchschnittliche Geschwindigkeit von 4,3 km/h aufweisen, liegt dieser Durchschnitt bei Männern bei 5 km/h. Interessant ist allerdings, dass der höhere Fettstoffwechsel Frauen in extremen Ausdauerdisziplinen zum Vorteil gereicht.

Sinne

Erstaunlich sind Erkenntnisse, die US-Psychologen beim Vergleich des visuellen Systems ermittelt haben. Während der sensibler ausgeprägte Tast- und Gehörsinn bei Frauen schon länger bekannt war, beschäftigte das Team um Israel Abramov von der City University of New York der Sehsinn von Mann und Frau.

Bekannt war, dass im primären Sehzentrum die vermutlich höchste Dichte von Andockstellen für das männliche Geschlechtshormon Testosteron im gesamten Gehirn vorliegt. Das Ergebnis der im Journal »Biology of Sex Differences« veröffentlichten Ergebnisse lautete: Männer brauchen einige Nanometer Wellenlänge mehr als Frauen, um eindeutig einzelne Farben zu erkennen. Auffällig war auch, dass Männer dieselben Farbtöne etwas bläulicher interpretierten als die weiblichen Probanden.

Andererseits schnitten Frauen beim Differenzieren von bewegten Objekten und beim Kontrast- und Schärfesehen signifikant schlechter ab. Die genauen Gründe liegen freilich noch im Dunkeln. Das bessere räumlich-zeitliche Sehen begründen die Forscher mit der Jäger-Sammler-Hypothese. Als Jäger hätte der Mann in den Savannen Afrikas einen schärferen Sehsinn entwickelt. Dass Frauen hingegen die Umgebungsfarben in einem grundsätzlich »wärmeren« Farbton wahrnehmen, führen die Forscher auf das Sexualhormon Testosteron zurück.

Raumorientierung

Stimmt es, dass wandernde Frauen nicht zuletzt deshalb einen schwächer ausgeprägten Orientierungssinn haben? Nach Moshe Hoffmann, einem US-Forscher, ist das tatsächlich der Fall. Wer in gemischten Wandergruppen unterwegs ist, wird vermutlich nicht nur die männliche Leithammelführungsriege an der Spitze der Gruppe, sondern auch die männliche Hoheit bei der Lektüre von Wanderkarten einschließlich der Standortverortung bemerkt haben. Der US-Forscher kommt allerdings zu der Erkenntnis, dass in einer mehr weiblich dominierten Gesellschaft diese Unterschiede zwischen Mann und Frau verschwinden. Auch Bildung, so ist in dem Aufsatz in dem Fachmagazin »Proceedings of the National Academy of Sciences« nachzulesen, ver helfe Frau zu einem verbesserten Orientierungssinn.

Männer vorn?

Walter Schmidt (»Warum Männer nicht nebeneinander pinkeln wollen und andere Rätsel der räumlichen Psychologie«) sieht in Wandergruppen die Männer immer an der Spitze marschieren, mit gehörigem Abstand dahinter die Frauen. Laut Schmidt und Rainer Brämer (Natursoziologe und Wanderforscher) sei dies »ein altes Erbe (Evolution). Frauen überließen Männern gerne die potenziell gefährliche Aufklärungsposition an der Spitze.« Auch die Tübinger Kulturwissenschaftlerinnen Christiane Pyka und Franziska Roller gelangten in ihrer Studie zu der Erkenntnis, dass Frauen Männern mit größter Selbstverständlichkeit die Führungsaufgabe überlassen würden.

Für den Evolutionspsychologen Harald Euler hat das Voranlaufen einen anderen Grund: Männer gehen seiner Ansicht nach zielgerichteter. Ein Verhalten, das dem beim Einkaufen ähnelt. Während er es rasch hinter sich bringen möchte, schaut sie gerne mal links und

rechts nach Angeboten. Frauen hätten es, so Euler, meist weniger eilig damit, anzukommen, für sie sei eher der Weg das Ziel. Nicht zuletzt sei die Wanderung für Frauen ein »soziales Ereignis«, bei dem man sich gerne unterhalte.

Wandergenuss

Im Jahre 2015 ging die Firma GORE-TEX® im Zuge des Designs einer neuen Produktlinie der Frage nach, in welchem Maße bei der Kundenansprache nicht nur die physiologischen, sondern auch die psychologischen Unterschiede der Geschlechter zu berücksichtigen seien. Dazu ließ sie im Rahmen einer „Glücksstudie“ 7.000 Personen im Alter von 20 bis 59 Jahren aus sieben europäischen Ländern zu ihrer emotionalen Befindlichkeit beim Wandern befragen. Der Anteil der wandernden Frauen war signifikant höher. 37% der Teilnehmerinnen bezeichneten Wandern als entspannend und 34% umschrieben das Wandern mit dem Gefühl von Freiheit und Glück. Beide Ergebnisse lagen um rund 15% über den Ergebnissen der Männer. Befragt nach der Aktivität, bei der die Frauen am ehesten abschalten könnten, lag das Wandern mit 26% vor Zeit mit Familie und Freunden.

Im Februar 2016 veröffentlichte das Mitgliedermagazin des Deutschen Alpenvereins (DAV Panorama) einen Artikel über »Ladies Camps – Ghetto oder Schutzzone?« Darin kommt auch die Outdoor-Journalistin Johanna Stöckl zu Wort: »Mit Kerlen unterwegs am Berg, da gibt es oft mehr Gepose und mitunter eine Materialschlacht. Es geht um Höhenmeter (Gehzeiten) und Action, je höher und weiter, desto besser. Wir Frauen nehmen uns in gemischten Gruppen eher zurück, reagieren verhaltener. Die Mädels leben mehr im Moment, schätzen den Genuss, ohne hastigen Blick auf die Uhr.« Fehlender Vergleichsdruck, ein moderater Wettbewerbsdruck und »Frauen wollen nicht, dass »man« auf sie warten muss ...« scheinen die steigende Nachfrage nach rein weiblichen Gruppen beim Sport und natürlich auch beim Wandern zu beflügeln.

Spontaneität

Frauen, die sich regelmäßig mehrfach im Jahr zu geschlechterhomogenen Wanderungen treffen, berichten: »Wir schwatzen und schweigen im Wechsel. Wir können so herrlich spontan sein und Rast einlegen, wo es uns gefällt ...«. Offensichtlich sind Männer wirklich zielstrebig, fixieren im Vorhinein die Picknickplätze, takten die Tour gedanklich durch.

Frauen haben ein spürbar ausgeprägteres Wahrnehmungsspektrum für die »kleinen« Sensationen am Weg - wie schöne Blumen, aber auch hässliche Amphibien. So werde die Idee, bei sommerlicher Hitze unterwegs ein kühlendes Bad im nahen Fluss zu nehmen, ohne Rücksicht auf den Wanderplan spontan umgesetzt.

Praxiserlebnisse und Studien kommen mithin nicht nur zu dem Ergebnis: Wandern ist weiblicher geworden. Dabei ist freilich zu berücksichtigen, dass Frauen etwas anders wandern ...