

**Vorwort**

<b>A. Einleitung: Psychohygiene der Menstruation</b> .....	11
<b>B. Menarche und Menstruation in Gesellschaft, Medien und Wissenschaft</b> ...	18
<b>I. Die Herrschaft des Tabus: Kultur, Gesellschaft und Menstruation</b> ....	18
1. Der Ursprung von Menarche und Menstruation .....	18
2. Menstruation als Zustand der Unreinheit .....	20
3. Wirkungen der Menstruation und Verhaltensreglementierung .....	21
<b>II. Das Bedürfnis nach Diskussion, Wissen und Bestätigung:         Massenkommunikation zwischen Tabu und Aufklärung</b> .....	26
1. Die Frau auf der Straße: Interviews und Thesen .....	27
2. Der Roman: Die Bestätigung von Selbsterlebnissen .....	28
3. Die Kompetenten: Psychologen und Anthropologen .....	28
4. Die Aufklärungsbücher .....	31
<b>III. Die Verdrängung eines Tatbestandes: Forschungsdefizite</b> .....	35
1. Informationshäufigkeiten .....	36
2. Informationsinhalte .....	38
2.1 Menarche und Menstruation in der deutschen Entwicklungspsychologie .....	38
2.2 Menarche und Menstruation in der anglo-amerikanischen Entwicklungspsychologie .....	42
2.3 Exkurs: Psychologie der Menopause .....	44
<b>IV. Die Medizin zwischen Physiologie und Vorurteil</b> .....	47
<b>V. Das Erleben der Menstruation – Dr. B. Höcke-Pörzgen</b> .....	48
1. Konzepte des Erlebens der Menstruation .....	48
1.1 Erste Ansätze .....	48
1.2 Definition des Erlebens der Menstruation .....	50
1.3 Erste Untersuchungen des Erlebens der Menstruation .....	51

	Seite
2. Empirische Untersuchungen des Erlebens der Menstruation . . . . .	53
2.1 Allgemeines . . . . .	53
2.2 Körperliche Begleiterscheinungen der Menstruation . . . . .	53
2.2.1 Vorannahmen . . . . .	53
2.2.2 Befunde . . . . .	54
2.2.3 Kritik der Untersuchungen . . . . .	54
2.2.4 Weitere Ansätze . . . . .	55
2.2.5 Zusammenfassung . . . . .	56
2.3 Psychische Begleiterscheinungen der Menstruation . . . . .	57
2.3.1 Emotionales Befinden . . . . .	57
(1) Vorannahmen . . . . .	57
(2) Befunde . . . . .	57
(3) Kritik . . . . .	58
(4) Andere Ansätze . . . . .	58
(5) Zusammenfassung . . . . .	59
2.3.2 Kognitive Leistungsfähigkeit . . . . .	59
(1) Vorannahmen . . . . .	59
(2) Befunde . . . . .	60
(3) Zusammenfassung . . . . .	60
2.3.3 Verhaltensänderungen . . . . .	61
(1) Vorannahmen . . . . .	61
(2) Befunde . . . . .	61
(3) Zusammenfassung und Kritik . . . . .	62
2.4 Ergebnis der Untersuchungen zum Erleben vor und während der Menstruation . . . . .	62
3. Determinanten des Erlebens der Menstruation . . . . .	65
3.1 Das Erleben der ersten Menstruation . . . . .	65
3.1.1 Vorannahmen . . . . .	65
3.1.2 Untersuchungsergebnisse . . . . .	66
3.1.3 Zusammenfassung . . . . .	68
3.2 Persönlichkeitsmerkmale und Einstellungen . . . . .	68
3.2.1 Vorannahmen . . . . .	68
3.2.2 Befunde . . . . .	69
(1) Untersuchung von Persönlichkeitsmerkmalen . . . . .	69
(2) Einstellungen zur Frauenrolle . . . . .	70
3.2.3 Zusammenfassung . . . . .	71

	Seite
3.3 Einstellung zur Menstruation .....	72
<b>C. Psychologie der Menarche und Menstruation</b>	
<b>Grundlagen und Ergebnisse einer psychologischen</b>	
<b>Grundlagenuntersuchung .....</b>	<b>74</b>
<b>I. Ausgangslage und theoretisches Modell .....</b>	<b>74</b>
<b>II. Hypothesen der Untersuchung .....</b>	<b>75</b>
<b>III. Stichprobe und Methode .....</b>	<b>79</b>
<b>IV. Ergebnisse der Untersuchung .....</b>	<b>82</b>
1. Menarche und Menstruation: Die ersten Vermutungen, Vorurteile und Informationen .....	82
1.1 Der Zeitpunkt der ersten Informationen .....	82
1.2 Zeitpunkt der eigenen Menarche .....	82
1.3 Anlaß der Entdeckung der Menstruation .....	84
1.4 Erste Vorstellungen über die Menstruation .....	84
1.5 „Volksmund“ und Menstruation .....	86
1.6 Art der Aufklärung über die Menstruation .....	88
1.7 Menarche und Persönlichkeitsentwicklung .....	91
2. Die Menarche und Einflußfaktoren ihrer Verarbeitung .....	94
2.1 Erleben der Menarche .....	94
2.2 Voraussetzungen einer positiv erlebten Menarche .....	96
2.2.1 Das Ausmaß elterlicher Zuwendung in der Kindheit .....	96
2.2.2 Das Ausmaß des Kontaktes zu gleichaltrigen Jungen während der kindlichen Entwicklung .....	98
2.2.3 Die Einstellung zu körperlichen Dingen im Elternhaus ...	98
2.2.4 Der Zeitpunkt und die Qualität der sexuellen Aufklärung .	100
2.2.5 Die Einstellung zur Pubertät und zum Erwachsenwerden .	103
2.2.6 Die Bewertung der persönlichen körperlichen Entwicklung im Vergleich mit anderen .....	106
3. Menstruation und Verhalten .....	109
3.1 Einstellung zur Menstruation .....	109
3.2 Erleben der Menstruation .....	111

---

	Seite
3.3 Menstruation und Verhaltensänderung .....	116
3.3.1 Leistungsfähigkeit .....	116
3.3.2 Verhaltensvorschriften und Verhalten .....	117
3.3.3 Hygiene- und Sauberkeitsverhalten .....	119
3.3.4 Kleidung .....	123
3.3.5 Eßgewohnheiten .....	123
3.3.6 Sexualverhalten .....	124
4. Die Menstruation und Einflußfaktoren ihrer Verarbeitung .....	126
4.1 Menarche und Menstruation .....	126
4.2 Die persönliche Bedeutung der Menarche .....	127
4.3 Die Reaktionen der Eltern auf die Menarche .....	128
4.4 Der persönliche Gesundheitszustand .....	131
4.5 Body-Image .....	133
5. Einstellung zur Menstruation und ihre Wechselwirkungen mit Befinden und Verhalten während der Menstruation .....	141
6. Zusammenfassung .....	144
<b>Literaturverzeichnis</b> .....	147
<b>Autorenverzeichnis</b> .....	162
<b>Sachregister</b> .....	165