

Wiener Forscher klären: So beeinflusst Penisgröße dein Selbstwertgefühl!

Wiener Forscher präsentieren weltweit umfassende Studie zur Penisgröße, die psychische Gesundheit und Zufriedenheit beeinflusst.



Izmir, Türkei - Wissenschaftler der MedUni Wien unter der Leitung von Prof. Shahrokh Shariat haben kürzlich eine umfassende Studie zur durchschnittlichen Penisgröße weltweit veröffentlicht. In dieser Untersuchung, die auf medizinisch erhobenen Daten aus 33 verschiedenen Studien basiert und nahezu 37.000 Männer berücksichtigt, kann die durchschnittliche Penisgröße im erigierten Zustand auf 13,84 cm beziffert werden. Im Gegensatz zu früheren Studien wurden hierbei nur objektiv gemessene Werte berücksichtigt, während viele frühere Untersuchungen auf Selbstangaben basierten. Diese Methodik erlaubt präzisere und realistischere Erkenntnisse über das Thema.

Die Studie verdeutlicht zudem regionale Unterschiede in der penisgröße. So liegt die durchschnittliche Größe in Amerika bei 14,48 cm, während sie im östlichen Mittelmeerraum nur 12,95 cm beträgt. In Europa liegt der Wert bei 12,61 cm, in Afrika bei 12,6 cm, im westlichen Pazifikraum bei 11,57 cm und in Südostasien bei 10,88 cm. Diese Unterschiede können in einigen Fällen mehrere Zentimeter betragen, jedoch stellt sich die reale Varianz als relativ gering dar. Das Thema der Penis-Dysmorphophobie, also die übertriebene Angst, das eigene Glied sei zu klein, betrifft weniger als 1 % der Männer, ist aber dennoch ernst zu nehmen, da psychischer Druck zu Selbstzweifeln und Depressionen führen kann.

Psychische Auswirkungen der Penisgröße

Eine begleitende Studie, veröffentlicht im Fachmagazin „The Aging Male“, zeigt einen klaren Zusammenhang zwischen der Selbstwahrnehmung von Männern hinsichtlich ihrer Penisgröße und ihrer psychischen Gesundheit. Laut den Ergebnissen, die im Juni 2024 vorgestellt wurden, sind Männer, die mit der Größe ihres Penis unzufrieden sind, anfälliger für Depressionen und Ängste. Diese psychischen Probleme wirken sich direkt auf die sexuelle Leistungsfähigkeit aus und führen zu Orgasmusproblemen.

Die Studie, durchgeführt an der Andrologie-Ambulanz der Izmir Katip Çelebi University im Juni 2022, untersuchte 75 Männer mit einem Durchschnittsalter von 47 Jahren. Diese Teilnehmer suchten die Klinik aus verschiedenen Gründen auf, und es wurden validierte Fragebögen sowie körperliche Messungen des Penis verwendet. Ein Urologe maß dabei sowohl die Länge des schlaffen als auch des gestreckten Penis unter standardisierten Bedingungen. Männer mit größeren Penissen zeigten eine positivere Selbstwahrnehmung ihrer Genitalien, während kleinere Größen häufig mit einem negativen Selbstbild und schlechterer sexueller Leistungsfähigkeit in Verbindung gebracht wurden.

Kulturelle Perspektiven und gesellschaftlicher Druck

Das gesellschaftliche Bild über die Penisgröße wird oft von einem westlichen Konstrukt geprägt, das den Penis als Symbol für Macht und Männlichkeit überhöht. In vielen anderen Kulturkreisen wird hingegen mehr Wert auf die Funktionalität gelegt. Der Druck, der auf Männer in Bezug auf ihre Penisgröße lastet, erinnert an den Druck, dem Frauen bezüglich anderer Körpermaße ausgesetzt sind. Der Satz „Größe ist wichtig“ wird in vielen männlichen Gruppen häufig verwendet und kann bei betroffenen Männern zu psychologischen Problemen führen.

Zu den häufigsten psychologischen Auswirkungen zählen Ängste vor Spott, geringes Selbstwertgefühl und in einigen Fällen sogar Schlafstörungen. Die sogenannten „Garderoben-Syndrome“, in denen Männer ihre Penisgröße übertrieben vergleichen, können ebenfalls negative Folgen für das Selbstbild haben. In extremen Fällen kann die Unzufriedenheit mit der eigenen Penisgröße die Partnerfindung erschweren.

Die Forscher plädieren für eine realistische Aufklärung, um das Selbstwertgefühl von Männern zu stärken und psychische Gesundheit zu fördern. Sie empfehlen unter anderem, Selbstakzeptanz zu üben und psychotherapeutische Unterstützung in Anspruch zu nehmen, um Probleme mit dem Selbstbild zu bewältigen. Eine gesunde Ernährung und regelmäßige Bewegung können zudem zur Verbesserung des psychischen und physischen Wohlbefindens beitragen.

Umfassende Aufklärung und ein offener Umgang mit dem Thema sind entscheidend, um den psychischen Druck zu mindern und das Wohlbefinden betroffener Männer zu fördern. Die Ergebnisse dieser Studien zeigen deutlich, dass die persönliche Einstellung zur eigenen Körperlichkeit nicht nur das Selbstbild, sondern auch die psychische Gesundheit maßgeblich beeinflussen kann.

Die aktuellen Erkenntnisse bieten daher eine wichtige Grundlage für Diskussionen über Männlichkeitsbilder und den Umgang mit Körperwahrnehmung. In einer sich ständig verändernden Welt ist es unerlässlich, Vorurteile abzubauen und gesunde, realistische Perspektiven zu verbreiten, die sowohl das Selbstwertgefühl als auch die psychische Gesundheit unterstützen.

Wie **vol.at** berichtet, ist eine realistische Aufklärung über die durchschnittliche Penisgröße und die psychologischen Implikationen unabdingbar, um den Druck zu verringern. Eine andere Untersuchung von **20 Minuten** ergänzt, dass Männer, die mit ihren Genitalien unzufrieden sind, verstärkt unter psychischen Erkrankungen leiden. Schließlich bietet die Analyse von **Sainte-Anastasie** wertvolle Einblicke in die psychologischen Effekte, die der gesellschaftliche Druck auf Männer ausübt, und bietet Ansätze zur Verbesserung des Selbstwertgefühls.

Details	
Vorfall	Sonstiges
Ort	Izmir, Türkei
Quellen	• www.vol.at • www.20min.ch • de.sainte-anastasie.org

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at