

**Zeitschrift:** Schweizerisches Archiv für Volkskunde = Archives suisses des traditions populaires

**Herausgeber:** Schweizerische Gesellschaft für Volkskunde

**Band:** 115 (2019)

**Heft:** 1

**Artikel:** Monatliche Blutflüsse als Gesprächsstoff? : Zur Neuverhandlung der Menstruation in digitalisierten Zeiten

**Autor:** Amelang, Katrin

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-842281>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 22.01.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Monatliche Blutflüsse als Gesprächsstoff?

## Zur Neuverhandlung der Menstruation in digitalisierten Zeiten

KATRIN AMELANG

### Abstract

Die Menstruation ist wieder ein mit Aufmerksamkeit bedachtes Thema – medial präsent durch soziale Netzwerke und Software. Der vorliegende Artikel erkundet die gegenwärtige Verhandlung der Menstruation anhand ihrer zelebrierten Sag- und Sichtbarkeiten, Leerstellen und Anknüpfungspunkte und erörtert auf diese Weise den derzeit öffentlich angesagten Gesprächsstoff als kulturwissenschaftlichen Untersuchungstoff.

### Einleitung oder die Frage menstruationsblutiger Relevanz

Ein Artikel über Menstruation? Ist über monatliches Blut(en) kulturübergreifend und kulturvergleichend, historisch und ethnografisch, theoretisch und menstruationsaktivistisch nicht ausgiebig genug erzählt und debattiert worden? Vielleicht. Warum es sich kulturwissenschaftlich dennoch lohnt, (wieder) über Menstruation nachzudenken, werde ich in diesem Artikel darlegen. Einen aktuellen Anlass für eine erneute Betrachtung der Menstruation bietet die boomende mediale Präsenz des Themas: Vermehrte Aufmerksamkeit erhält die Periode seit einigen Jahren sowohl in Zeitungsartikeln, Radiobeiträgen und sozialen Netzwerken als auch durch menstruationsaktivistische Happenings, Werbekampagnen für alte und neue Produkte der Monatshygiene oder jüngst erschienene Ratgeber und Aufklärungsbücher. In diesem vielstimmigen *period talk* wird für ein gesellschaftliches Umdenken und «mehr Offenheit» gegenüber dem «Tabuthema» Menstruation plädiert sowie eine positive (statt schamvolle) Sicht auf die Menstruation eingefordert. Parallel sorgen Praktiken des Menstruationsmanagements mittels digitaler Technologien wie Apps für Diskussionsstoff und bringen monatliches Blut(en) privat und öffentlich neu ins Gespräch. Hier knüpfen meine derzeitige Forschung und mein Interesse an einer Neubefragung der Menstruation an.

In meiner Auseinandersetzung mit Daten, Software und Algorithmen in/als Kultur dienen mir Zyklus-Apps als empirisches Beispiel. Die in den letzten Jahren zunehmend genutzte Möglichkeit, den Menstruationszyklus via Smartphone und dazugehöriger Software (mobiler App) zu beobachten und zu dokumentieren, bietet einen Ansatzpunkt, um Software ethnografisch (folgen) zu können und mit verschiedenen Akteur\*innen über die Effekte und Vorhersagekraft von Algorithmen, die (Un-)Sicherheit von und mit Daten oder über die Besonderheiten softwaregestützter Alltagspraktiken und Körpertechnologien ins Gespräch zu kommen. In den per Interviews generierten Erzählungen darüber, was die eine oder andere Zyklus-App als Anwendungssoftware (nicht) kann oder mit welchen Annahmen, Ideen und Erwartungen diese Apps entwickelt, genutzt und diskutiert werden, wurden individuelle und kollektive Deutungen der Menstruation stets prominent mitverhandelt. Menstruationsdiskurse und Zyklus-Apps wurden 2016 auch in einem Artikel im österreichischen *Kurier* zusammengebracht: Unter der Überschrift «Wie Menstruations-Apps die Regel enttabuisieren» wurde behauptet, dass die Wahrnehmung der Periode sich positiv verändere, und dass dies gleichermassen mit der öffentlichen Aufmerksamkeit für die Menstruation durch/in soziale/n Netzwerken und mit der zunehmenden Nutzung von Zyklus-Apps, die als privates Pendant für eine «bewusste» und «unbeschwerte» Auseinandersetzung mit der (eigenen) Menstruation interpretiert wurden, belegt werden könne.<sup>1</sup> Ausgehend von der postulierten positiven Neuformulierung der Periode möchte ich im vorliegenden Artikel die gegenwärtige mediale Präsenz und Verhandlung der Menstruation genauer in den Blick nehmen. Dazu werde ich mich besonders in internetbasierten, durch soziale Netzwerke generierten Öffentlichkeitsräumen umschaun und die darin angebotenen Narrative und Reformulierungsversuche mit einer selektiven Relektüre ethnologischer Forschungsliteratur, feministischen (Vor-)Arbeiten und vorläufigen Einschätzungen zur Menstruationsbeobachtung per App zusammenbringen. Ziel ist es, das Forschungsfeld Menstruation einer kulturwissenschaftlichen Positionsbestimmung zu unterziehen und Anknüpfungspunkte für Forschungsfragen zu skizzieren, die über dieses alltägliche wie kulturell aufgeladene Blut hinausgehen.

## Menstruation als trendiger Gesprächsstoff

Die US-Ausgabe des Lifestylemagazins *Cosmopolitan* erklärte 2015 als «the year the period went public».<sup>2</sup> Die Einschätzung zum Öffentlichwerden der Periode wurde mit einem Schaubild illustriert, das «die acht bedeutendsten menstrualen Momente des Jahres» zeitlich anordnete. Menstruationsblut als Trend(thema) in

- 1 Patsalidis, Marlene: Wie Menstruations-Apps die Regel enttabuisieren. In: *Kurier*, 12. 7. 2016, <https://kurier.at/wellness/menstruations-apps-mehr-bewusstsein-fuer-den-zyklus/209.139.503> (11. 10. 2018).
- 2 Maltby, Anna: The Year the Period Went Public. From a photo of period stains on Instagram being taken down to #PeriodsAreNotInsults. In: *Cosmopolitan* 11 (2015), [www.cosmopolitan.com/health-fitness/news/a47609/2015-the-year-the-period-went-public](http://www.cosmopolitan.com/health-fitness/news/a47609/2015-the-year-the-period-went-public) (11. 10. 2018); Cover: [www.magzter.com/US/Hearst-magazines/Cosmopolitan/Fashion/129294](http://www.magzter.com/US/Hearst-magazines/Cosmopolitan/Fashion/129294) (11. 10. 2018).

einer Frauenzeitschrift, die auf ihrem Cover für Inhalte wie «The easiest workout for an epic ass» warb? Was war da los? Um dies zu klären, werde ich fünf der acht dargestellten «Momente» aus zwei Gründen aufgreifen: Erstens wurde die Diagnose, dass die Periode 2015 öffentlich (gemacht) wurde, über Nordamerika hinaus rezipiert und es wurde auf diese fünf «Momente» im Sinne diskursiver Ereignisse in der medialen Verhandlung der Menstruation wiederholt Bezug genommen; zweitens sind sie typisch dafür, wie und in punkto welcher Aspekte die Periode auch hierzulande derzeit diskutiert wird.

1. Interessant für das Thema Zyklus-Apps ist, dass in der Liste der *Cosmopolitan* das Update der ein Jahr zuvor erschienenen «Apple Health»-App erwähnt wurde; diese erlaube nun auch *period tracking*. Die Körperdaten sammelnde App, die als umfassendes Trackingsystem für Gesundheit startete, war mehrfach dafür kritisiert worden, dass sie, die zunehmende Popularität existierender Zyklus-Apps offenbar ignorierend, den Bereich reproduktiver Gesundheit oder menstruierende Menschen allgemein vergessen hatte.

2. Zu den bekanntesten «Periodenmomenten» 2015 gehörte zweifelsohne ein zweimal von Instagram gelöscht und nach Protesten wieder veröffentlichtes Foto der kanadischen Künstlerin Rupī Kaur.<sup>3</sup> Es zeigt Kaur, bekleidet auf einem Bett liegend, zur Wand abgewendet, und zwei Blutflecken – im Po-Schritt-Bereich ihrer Hose sowie auf dem Laken. Das Foto ist Teil ihrer Fotoserie *period*, die Tabus visuell thematisiert und herausfordert sowie zur Entmystifizierung und Normalisierung der Menstruation beitragen soll. Kaur kommentierte die Wiederveröffentlichung des vielfach geteilten, gefeierten wie verrissenen Fotos mit einer Kritik: Der Einordnung des Fotos als «unangemessen» liege eine frauenfeindliche Doppelmoral zugrunde, die Monatsblut auf Kleidung problematisch finde, aber kein Problem mit der Darstellung von «objektivierten und pornofizierten» Frauenkörpern habe.

3. In die Aufzählung der *Cosmopolitan* ging ein weiteres Foto von blutbeschmutzten Hosen ein, das 2015 über Onlinedienste ebenfalls schnell und weit verbreitet wurde: Die in Los Angeles lebende Musikerin Kiran Gandhi lief den Londoner Marathon trotz Menstruation ohne jeglichen Monatshygieneartikel. Aufgrund dieses Weglassens wurde ihr Zieleinlauf in beflecktem Laufdress zum prominenten Referenzpunkt in der Diskussion um *free bleeding*. Gandhi hingegen erklärte anschliessend auf ihrem Blog primär dem Menstruationsstigma eine Absage: Wer einen Marathon laufe, solle laufen dürfen wie er oder sie wolle; die Menstruation sei normal, nichts zum Schämen.<sup>4</sup>

4. Ferner nannte die *Cosmopolitan* die Abschaffung der *goods and services tax* (ähnlich der Mehrwertsteuer) für Produkte der Menstruationshygiene in Kanada.<sup>5</sup>

3 Kaur, Rupī, 25. 3. 2015, <https://rupikaur.com/period/> und [www.instagram.com/p/OovWwJHA6f/?hl=de](http://www.instagram.com/p/OovWwJHA6f/?hl=de) (11. 10. 2018).

4 Gandhi, Kiran: Sisterhood, Bloods and Boobs at the London Marathon 2015, 26. 4. 2015, <https://madamegandhi.blog/2015/04/26/sisterhood-blood-and-boobs-at-the-london-marathon-2015> (17. 5. 2019), siehe zudem dies.: Going with the Flow. Blood & Sisterhood at the London Marathon, Endless, 20. 7. 2015, <https://medium.com/endless/going-with-the-flow-blood-sisterhood-at-the-london-marathon-f719b98713e7> (11. 10. 2018).

5 [www.canadianmenstruators.ca](http://www.canadianmenstruators.ca) (1. 3. 2018).

Auch wenn dies weltweit nicht das erste Mal war (oft genannter Vorreiter Kenia), befeuerte dieser «Moment» über Kanada und 2015 hinaus Nachahmung oder Diskussionen und Kampagnen zur Streichung oder Reduktion der sogenannten Tamponsteuer, genauer der steuerlichen Klassifikation dieser Produkte täglichen Bedarfs.

5. Indirekt schaffte es auch Donald Trump mit seiner «Menstruationsbeleidigung» der Journalistin Megyn Kelly in die Auflistung der *Cosmopolitan*. Es ging jedoch um die Gegenreaktion mittels Website, Twitter und dem Hashtag #PeriodsAreNotAnInsult, also die Ansage, solche keineswegs neuen, menstruierende Frauen als inkompetent darstellenden Bemerkungen nicht länger stillschweigend hinnehmen zu wollen.<sup>6</sup>

Aber es ist höchste Zeit, die *Cosmopolitan* beiseitezulegen. Weshalb machen diese von einem Lifestylemagazin zusammengestellten Momentaufnahmen die Periode öffentlich? Was ist ihnen gemeinsam? Wie wird Sichtbarkeit oder positive Aufmerksamkeit öffentlichkeitswirksam generiert und das Thema Menstruation dabei (neu) verhandelt?

## Viel Lärm um Sichtbarkeiten

Mit der These des Öffentlichwerdens der (vorher offenbar eindeutig privaten) Periode wird behauptet, dass die Zeiten sich geändert hätten – zumindest temporär, für einen berichtenswerten Augenblick. Die dazu in der *Cosmopolitan* als bedeutsam dargestellten «Momente» thematisieren zusammengenommen, dass die Menstruation in all ihrer Blutigkeit und Konsequenz öffentlich entweder nicht vorkomme oder nur auf menstruierende Menschen beschämende, diskriminierende Weise. Regelmässig werde die Menstruation öffentlich verschwiegen, vergessen oder versteckt, obwohl dieses periodisch wiederkehrende Blut bei etwa der Hälfte der Menschheit im Laufe ihres Lebens circa 40 Jahre lang alle 21 bis 35 Tage, also vier- bis fünfhundertmal, blutet. Was hier als Momente des Öffentlichwerdens der Periode herausgestellt wird, bringt nicht nur zur Sprache, dass die Menstruation öffentlich – also bekannt, weit verbreitet, private Räume verlassend, Aufmerksamkeit erhaltend, sichtbar – (gemacht) wird, sondern auch wie ihr Öffentlichkeit beschert und sie in öffentlichen Begegnungen und Auseinandersetzungen diskutiert wird. Im Detail ähneln die von mir aufgegriffenen fünf «Momente» einander in vier Punkten:

1. Auffallend oft fanden sie in oder vermittelt über Öffentlichkeitsräume statt, die durch soziale Netzwerke generiert werden. Sie stehen stellvertretend für eine ganze Reihe von Blogs, Hashtags, Beiträgen oder Aktionen, die die Vernetzungs- und Verbreitungsmöglichkeiten von Onlinediensten nutzen und auf diese Weise versuchen, dem Thema Menstruation zu einer positiven Aufmerksamkeit zu verhelfen.

2. Aufmerksamkeit beschert wurde der Menstruation dabei häufig aufgrund einer Thematisierung oder Sichtbarkeit, die als unüblich oder provokativ wahr-

<sup>6</sup> Schwartz, Rafi: The Internet Rallies to Remind Donald Trump that #PeriodsAreNotAnInsult. In: Good Magazine, 10. 8. 2015, [www.good.is/articles/periods-are-not-an-insult-trump](http://www.good.is/articles/periods-are-not-an-insult-trump) (11. 10. 2018).

genommen wurde. Unabhängig davon, ob visualisiertes oder verbalisiertes Monatsblut euphorisch, skeptisch oder empört kommentiert wurde, selten fehlte der Verweis darauf, dass es sich bei der Menstruation um ein Tabu(thema) handle. Das Öffentlichmachen der Periode wurde daher als Tabubruch gekennzeichnet und von Befürworter\*innen als emanzipatorischer Akt gewürdigt, der monatliches Bluten endlich von Stigma und Scham befreien und positiv umdeuten würde.

3. Die Held\*innen der neuen Offenheit, die dem Thema Menstruation als App-Rezensentin, Künstlerin, Sportlerin oder Aktivistin zu mehr Öffentlichkeit verhalfen, sind in der Regel junge Frauen (meist) in ihren Zwanzigern, die mehr oder weniger dezidiert feministisch einen anderen, nämlich bejahenden Umgang mit dem Thema propagieren und Menstruation zum Politikum erheben.

4. In den für Aufsehen oder Kontroversen sorgenden «Periodenmomenten» wird die Menstruation mit ihren Phasen, Begleiterscheinungen und Auswirkungen zugleich als ein banaler und gewichtiger körperlicher Vorgang adressiert. Einerseits sollte die Menstruation aufgrund ihrer Alltäglichkeit nicht der Rede wert sein, andererseits gehe sie aufgrund ihrer kulturellen Aufladung über individuelle Ansichten, Befindlichkeiten und Umgangsweisen hinaus und sei damit aufmerksamkeitsrelevant.

In der Zusammenschau zeigen die vier Punkte, wie die Menstruation zum öffentlichen Gesprächsthema gemacht wurde. Die in der *Cosmopolitan* kundgetane Einschätzung und Einordnung des Phänomens der öffentlich gewordenen Periode wurde von Journalist\*innen und Aktivist\*innen (auch im deutschsprachigen Raum) vielfach verbreitet und inhaltlich oft geteilt. Die darin ebenso häufig ausgemachte wie geforderte Normalisierung und positive Sicht auf die Menstruation mag zwar mitunter nur eine medienwirksame Geste symbolischer Politik sein. Sie lässt sich aber auch als Intervention in den gesellschaftlichen Menstruationsdiskurs verstehen: als Strategie, um das Feld des Sagbaren auszuweiten und um alternative Sag- und Sichtbarkeiten der Periode zu erweitern.

## Weitere positive Menstruationsdiskurse

Auch jenseits sozialer Netzwerke und Nordamerikas bewegt sich derzeit etwas in der Darstellung der Menstruation. In den letzten Jahren sind mehrere, meist von jüngeren Frauen verfasste Menstruations- oder Aufklärungsbücher erschienen; sei es das mit Collagen illustrierte und sich als nicht peinliche Einladung zur Information verstehende *Ebbe & Flut. Alles über die Gezeiten des weiblichen Zyklus*, das als frech und unverkrampft vermarktete *Ja, Ich habe meine Tage! So what?* eines schwedischen Youtube-Stars, das Menstruationskapitel eines Buchs, das von zwei norwegischen Medizinstudentinnen verfasst wurde, die bereits über ihren Blog *Underlivet* (Unterleib) über Sex, Gesundheit und Mythen informierten, oder auch das von einer Journalistin geschriebene, einen entspannten Umgang fordernde *Tage-Buch. Die Menstruation – alles über ein unterschätztes Phänomen*.<sup>7</sup> Alle diese Bücher attestie-

7 Strömer, Luisa, Eva Wunsch: *Ebbe & Blut. Alles über die Gezeiten des weiblichen Zyklus*. München

ren der Gesellschaft und speziell jungen Menschen ein enormes Informationsdefizit oder Halbwissen in Sachen Menstruationszyklus. Davon ausgehend vermarkten sie sich als überfälliges, «unverschämtes Angebot» und propagieren einen selbstbewussten, menstruationspositiven Umgang. Mit ihrem Angebot für ein «neues Vokabular» lassen sich diese Bücher also nicht nur aufgrund ihrer Erscheinungsdaten als Teil der gegenwärtigen Versuche der Umdeutung der Menstruation verstehen.

Ein weiterer Akteur im Menstruationsdiskurs sind die Hersteller von Monats-hygieneartikeln. Selbst für diese scheint die Regel nicht mehr nur sauber und diskret abzulaufen, um einen Werbeslogan aus den 1990er-Jahren des Tamponherstellers o. b. aufzugreifen. Im Herbst 2017 gab es in Grossbritannien den ersten Werbespot für Binden, der statt der bekannten blauen Ersatzflüssigkeit «echtes Blut» sowie für die Tampon- und Bindenwerbung ungewöhnliche Alltagssituationen zeigte: «Periods should be normal, showing them should be too», lautete der dazugehörige Slogan des britischen Bindenherstellers Bodyform.<sup>8</sup> Der Bereich der Werbung für Monatshygiene erinnert daran, dass die Periode durchaus vor 2015 öffentlich ein Thema war. Auch wenn die darin repräsentierten Bilder von Menstruationsblut, Menstruieren und Frausein teils widersprüchlich waren – normierend wirken sie allemal.<sup>9</sup>

Menstruationshygiene selbst fiel in den letzten Jahren eher negativ auf: zweifelhafte bis giftige Zusammensetzung, zu viel Plastik, Wegwerfmüll. Im Gegenzug wuchs die Nische «alternativer» Monatshygiene: Neben Anbietern von Biotampons und -binden feiert die Stoffbinde ein Revival (als Designerstück oder Do-it-yourself-Variante), gibt es menstruationsabsorbierende Unterwäsche und immer mehr Anbieter von Menstruationstassen. Viele dieser neu gegründeten Firmen werden von Frauen im Alter von zwanzig bis vierzig betrieben, die feministisch oder menstruationspositiv auftreten und Menstruierende als nachhaltige und sozial verantwortliche Konsument\*innen anrufen, wenn sie ihnen vorrechnen, wie viel Geld und Müll durch Nutzung ihrer Produkte eingespart werden kann, oder hervorheben, dass mit dem Kauf im Rahmen sozialen Unternehmertums Projekte in Afrika unterstützt werden können, die zum Menstruationsmanagement vor Ort beitragen. Inwiefern die von ihnen vermittelten Bilder der Menstruation als Ausdruck menstruationsaktivistischer Engagements zu bewerten sind, als Kommodifizierung von Feminismus oder schlicht als verkaufsfördernder Opportunismus, sei dahingestellt: Werbung für Monatshygiene bezieht sich auf gesellschaftliche Vorstellungen zur Menstruation und produziert diese mit.

Wie Konsument\*innen die angebotenen Narrative und Produkte aufgreifen und für ihre Deutung von und ihre Alltagspraxis mit Menstruation nutzen, wäre zu er-

2017; Henry, Clara: Ja, Ich habe meine Tage! So what? Weinheim, Basel 2016; Støkken Dahl, Ellen, Nina Brochmann: Viva La Vagina! Frankfurt am Main 2018; Kleen, Heike: Das Tage-Buch. Die Menstruation – alles über ein unterschätztes Phänomen. München 2017.

8 Ein Jahr zuvor hatte Bodyform bereits Blut gezeigt. Da waren es anstelle von Menstruationsblut noch Schürfwunden und blutige Zehen bei sportlichem Körpereinsatz und der Slogan «No blood should hold us back» – auch dies eine normative Ansage.

9 Siehe zum Beispiel Ullrich, Charlotte: Nichts spüren. Nichts sehen. Nichts riechen. Zur Inszenierung von Weiblichkeit in der Menstruationshygienebewegung. In: Ilse Lenz, Lisa Mense, Charlotte Ullrich (Hg.): Reflexive Körper? Zur Modernisierung von Sexualität und Reproduktion. Wiesbaden 2004, S. 85–122.

kunden. Hierfür ist die diskursanalytische Untersuchung von Sabine Zinn-Thomas hilfreich, die zudem deutlich macht, dass die Menstruation nicht das erste Mal Gegenstand von Umdeutungsversuchen ist.<sup>10</sup> Inwiefern sich bestimmte diskursive Wahrheiten und Positionen des wissenschaftlichen und populärwissenschaftlichen Diskurses in Alltagsbeschreibungen wiederfinden lassen oder nicht, untersuchte Zinn-Thomas anhand von schulmedizinischen Aufklärungsbüchern, in den 1980er-Jahren boomenden differenzfeministisch orientierten Menstruationsbüchern sowie Interviews mit Frauen verschiedenen Alters. Im Gegensatz zur schulmedizinischen Dominanz spielten ihr zufolge die damaligen differenzfeministischen Überhöhungs- und Umdeutungsversuche der Menstruation aus dem populärwissenschaftlichen Diskurs in den Interviews weniger eine Rolle. Generell liessen die Narrative ihrer zwischen 1905 und 1979 geborenen Interviewpartnerinnen zwar generationelle Unterschiede im Reden über monatliches Blut erkennen, waren aber einer typisierbaren Deutung nicht zugänglich. Liest man die oben erwähnten neuen Aufklärungsbücher nach der Lektüre von Zinn-Thomas, fällt auf, dass auch hier schulmedizinisches Wissen dominiert und Alltagserfahrungen mit Menstruation einbezogen werden, zugleich aber mithilfe neuer Sag- und Sichtbarkeiten für eine andere (Wieder-)Aneignung dieses Wissens und Themas plädiert wird. Doch ist diese vermeintlich unverkrampfte Thematisierung der Menstruation wirklich so neu?

## Menstruationsaktivismus reloaded

Als Kiran Gandhi in ihrem Blogbeitrag das Weglassen von Tampons während des in der *Cosmopolitan* zitierten Marathons als symbolische Kritik an der Stigmatisierung der Menstruation darstellt, verlinkt sie kommentarlos auf Ani DiFrancos Antifolksong *Blood in the Boardroom* (1993). Mit diesem einfachen popkulturellen Verweis stellt sie einen Bezug zu feministischen Vorarbeiten zur Menstruation als einem politischen Statement her. Solche Möglichkeiten der Anknüpfung an vergangene oder vorausgegangene Verhandlungen der Menstruation werden durch die Bezeichnung der in der *Cosmopolitan* aufgelisteten Ereignisse als Momente zugunsten der These ihrer Neuheit überspielt. Dabei lässt sich das Aufrufen und Herstellen solcher Verbindungen als Teil aktivistischer und künstlerischer Praxis verstehen.

So lief im März 2010 eine feministische Gruppe junger Frauen, die sich schlicht Sangre Menstrual (Menstruationsblut) nannte, mit rotgefärbten Händen und in rotbefleckten weissen Hosen durch Madrid und verteilte das ein Jahr zuvor von einer Valencianerin verfasste *Manifiesto por la visibilidad de la regla* (Manifest für die Sichtbarkeit der Menstruation), um so den (regelmässig blutenden) Körper als politischen Raum sichtbar zu machen.<sup>11</sup> Den eigenen Körper brachte 2017 ebenso die

10 Zinn-Thomas, Sabine: Menstruation und Monatshygiene. Zum Umgang mit einem körperlichen Vorgang. Münster 1997.

11 Cejas, Mar: Manifiesto por la visibilidad de la regla, März 2009, <https://sangremenstrual.wordpress.com> (17. 5. 2019); Fotos der Aktion von Sangre Menstrual finden sich unter [https://issuu.com/olmo/docs/sangre\\_menstrual\\_performance](https://issuu.com/olmo/docs/sangre_menstrual_performance); in der deutschsprachigen Presse erwähnt in Eul, Alexandra: Die



Künstler\*in Cass Clemer zum Einsatz – «Periods are not just for women, #bleeding-whiletrans» – und machte Transmänner als Menstruierende (hier auf einer Parkbank fotografisch in Szene gesetzt) und einen anderen, weniger geschlechterbinären Blick auf Menstruation sichtbar.<sup>12</sup> Oder man konnte 2017/18 in der Stockholmer U-Bahn Zeichnungen von eiskunstlaufenden, menstruierenden Figuren begegnen, schwarz-weiss, nur im Schritt blutrot befleckt.<sup>13</sup> Die U-Bahn-Galerie zeigte Werke der Comiczeichnerin Liv Strömquist, die lokal als «Menstruationskunst» kontrovers debattiert wurden und teilweise aus dem Menstruationskapitel ihres Comics *Der Ursprung des Lebens* stammen.<sup>14</sup> Die Inhalte und Formen der drei Beispiele ähneln den in der *Cosmopolitan* genannten. Wieder und wieder werden Vorurteile und Zuschreibungen im Zusammenhang mit der Periode und das dadurch begründete Unsichtbarmachen von monatlichem Blut(en) kritisiert, aber auch das Provokationspotenzial von sichtbarem echtem oder symbolischem Menstruationsblut genutzt.

Gerade die künstlerische Auseinandersetzung mit der Menstruation hat ihre feministischen Vorläufer, wird auf Ende der 1960er-Jahre datiert und ist in den USA mit der sogenannten zweiten Welle der Frauenbewegung verknüpft. Als «erste» menstruationskünstlerische Arbeiten gelten Shigeko Kubotas Performance *Vagina Painting* (1965), wofür sie sich über ein Papier hockte, einen Pinsel an ihrer Unterhose befestigte, in rote Farbe tauchte und das Papier bemalte; Judy Chicagos Fotolithografie *Red Flag* (1972), eine Nahaufnahme einer Hand, die einen blutigen Tampon aus der Vagina entfernt, sowie ihre Installation *Menstruation Bathroom* (1972), ein sauberes helles Bad und, zentral ins Bild gerückt, ein von blutigen Monatsbinden überquellender Eimer. Das Anliegen der Entstigmatisierung und Schambefreiung, der Blick auf Alltagssituationen, die Nutzung des eigenen Körpers sowie von Utensilien wie Tampons und Binden verbindet diese mit den heutigen Arbeiten, unabhängig davon, ob sie in einer Kunstgalerie, auf der Strasse oder via Instagram präsentiert werden.<sup>15</sup>

Trotzdem stimmt die US-amerikanische Geschlechterforscherin Chris Bobel der *Cosmopolitan*, genauer der Feststellung einer neuen öffentlichen Sicht der Periode, angesichts der aktuellen «Vielfalt menstruationspositiver Ausdrucksformen» zu: «Zusammengenommen stellen diese Ereignisse eine Verschiebung dar. Die Menst-

Scham ist vorbei! (14. 9. 2016). In: Emma, September/Oktober 2016, S. 86, [www.emma.de/artikel/die-scham-ist-vorbei-333265](http://www.emma.de/artikel/die-scham-ist-vorbei-333265) (11. 10. 2018).

12 Dupere, Katie: Trans artist destroys period stigma with one seriously bold Facebook post (22. 7. 2017), <https://mashable.com/2017/07/22/transgender-periods-menstruation-facebook/?europa=true> (11. 10. 2018).

13 Schönfelder, Jonas: Besser als Victoria's Secret-Werbung. In: taz, 5. 11. 2017, [www.taz.de/!5460149](http://www.taz.de/!5460149) (11. 10. 2018).

14 Strömquist, Liv: *Der Ursprung des Lebens*. Berlin 2017 (Original: *Kunskapens frukt*, 2014).

15 Zwei Beiträge, die sich mit Menstruation, Kunst und Aktivismus beschäftigen und etliche Beispiele vorstellen, finden sich bei Cornelia: *Periodische Kunst – Aktivistische Periode*, 25. 2. 2015, und *Cornelia: Menstrual Activism. Damals und heute*, 27. 3. 2015, beide im Online-Magazin *umstandslos*, <https://umstandslos.com/2015/02/25/periodische-kunst-aktivistische-periode> und <https://umstandslos.com/2015/03/27/menstrual-activism-damals-und-heute> (11. 10. 2018). Für Beispiele und einen Einblick in die vielfältigen Inhalte aktueller menstruationsaktivistischer Ausdrucksformen siehe <http://menstrualmoments.tumblr.com>.

ruation hat ihren Moment. Ich weiß es, weil ich seit mehr als einem Jahrzehnt mein Ohr am Boden habe und das meiste, was ich gehört habe, sind PMS-Witze, alberne Menstruationsthemen in Sitcoms und Filmen und natürlich allgegenwärtige Produktanzeigen [hübsche weisse Frau in weissen Hosen auf weissem Pferd].»<sup>16</sup>

Zurückhaltender ist Bobel hinsichtlich der Einordnung, der Voraussetzungen und des Potenzials dieses «neuen menstrualen Bewusstseins» – das sie von der bisherigen, durchaus öffentlichen, jedoch eher naiv bis abgeschmackten Darstellung der Menstruation (beispielsweise in Werbung für Monatshygiene) abgrenzt. Ihre Einschätzungen betreffen den nordamerikanischen Kontext und beruhen auf ihrer ethnografischen Forschung mit und zu jungen US-amerikanischen Menstruationsaktivist\*innen. Ihre Studie fokussiert auf die Verbindungen und Verwerfungen innerhalb der menstruationsaktivistischen Bewegung in den USA: Spannungen und Konflikte macht Bobel primär zwischen den von ihr als feministisch-spiritualistisch (eher differenzfeministisch) und radikalfeministisch (eher queerfeministisch) bezeichneten Strängen der Bewegung aus sowie zwischen Vertreter\*innen der zweiten und der dritten Welle der Frauenbewegung.<sup>17</sup> Ihr zufolge bedeutet insbesondere die queerfeministische Infragestellung von Geschlechterbinaritäten und die damit verbundene Auflösung der Verbindung Frausein, Menstruieren(können) und Weiblichkeit eine enorme Herausforderung für Feminist\*innen differenter Strömungen und für das gemeinsame Projekt feministischer Positionierung und Kritik. Bobels Studie hilft dabei, jenseits der Gemeinsamkeiten auch die Differenzen in zeitgenössischen (Ausdrucks-)Formen des Menstruationsaktivismus, divergierende Annahmen genauso wie (Nicht-)Beteiligung, zu berücksichtigen. In gleicher Weise erinnert sie in Anbetracht des 2015 ausgerufenen neuen Menstruationsbewusstseins daran, dass in wissenschaftlichen wie feministisch-aktivistischen Analysen darauf geachtet werden müsse, «wer auf der neuen Party tanzen darf». <sup>18</sup> Davon ausgehend und bezogen auf meine bisherige (eher nach Ähnlichkeiten suchende) Darstellung der Menstruation als öffentlicher Gesprächsstoff, drängen sich zur Befragung sowohl die generierten Öffentlichkeiten als auch die Rahmung als Tabu(bruch) auf.

## Von Öffentlichkeiten und Tabus

Onlineplattformen und soziale Netzwerke spielen in der aktuellen Verbreitung und als Diskussionsort für das Sichtbarmachen von und Reden über Menstruationsblut eine wichtige Rolle. Die dabei generierten Öffentlichkeitsräume sind jedoch dahingehend genauer zu befragen, um welche Öffentlichkeiten es sich handelt und wer sie organisiert, an ihnen teilnimmt oder sie überhaupt wahrnimmt.

16 Bobel, Chris: The Year the Period Went Public: Gender & Society Blog, 12. 11. 2015, <https://gendersociety.wordpress.com/2015/11/12/the-year-the-period-went-public> (11. 10. 2018) (Übersetzung K. A.).

17 Bobel, Chris: New Blood. Third-Wave Feminism and the Politics of Menstruation. New Brunswick, NJ, London 2010.

18 Bobel (wie Anm. 16, Übersetzung K. A.).

Über die internetbasierten sozialen Netzwerke werden zwar Begegnungen und Kommunikation mit grösserer lokaler Reichweite ermöglicht, damit ist aber noch nichts über ihre Teilnehmer\*innen oder ihre (Aus-)Wirkungen gesagt. Viele Klicks machen noch keine neue gesellschaftliche Sichtweise oder eine menstruationsaktivistische Bewegung aus. Gerade mit Blick auf die Zeitspanne der Kommentierung eines Bildes zeigt sich, dass die Bezeichnungen als ‹Perioden-Moment› hinsichtlich der Flüchtigkeit (verblässender) Aufmerksamkeiten durchaus passend ist. Im Anschluss an die Diskussionen um internetbasierte Gegenöffentlichkeit(en) oder zivilgesellschaftlichen Aktivismus in der digitalen Ära im Bereich der Cyberanthropologie oder digitalen Anthropologie<sup>19</sup> lässt sich nach der Reichweite und Wirkung von Netzaktivismus sowie dessen Verhältnis zum Lokalen fragen. Wie global, transkulturell oder kulturspezifisch ist die Menstruationsdiskussion? Kulturwissenschaftlich interessant wird es im Hinblick auf die notwendigen Übersetzungsprozesse zwischen Globalem und Lokalem, etwa wenn Aktionen in ‹konventionellen› Öffentlichkeitsräumen über ihre spezifischen Lokalitäten transnational verbreitet und dann anderswo lokal nachgeahmt, adaptiert oder angeeignet werden. Auch die kulturellen Schattierungen und Selbstverständlichkeiten in der Berichterstattung lassen sich dahingehend gut befragen – vor allem betreffs der formelhaft wiederholten Rede von der Menstruation als Tabu, mit der häufig begründet wird, warum die Periode still in den privaten Raum verbannt bleibt oder sogar bleiben müsse.

Der geheimnisvoll schillernde Begriff Tabu wird in der populären Verwendung oft nicht weiter spezifiziert und bezieht sich meist auf die stillschweigend gebotene wie akzeptierte Geheimhaltung und öffentliche Ausklammerung eines Themas. Im Gegensatz zur ethnologischen Handbuchdefinition wird in der aktuellen öffentlichen Diskussion der Menstruation beim Tabu in der Regel nicht von einem ‹Verbot von magisch-religiösem Charakter› ausgegangen, ‹dessen Überschreitung automatisch eine übernatürliche Strafe nach sich zieht›.<sup>20</sup> Diese Fassung wurde in der ethnologischen und volkskundlichen Fachgeschichte eher für die untersuchten ‹Anderen› reserviert. 1984 kritisierte die Schweizer Ethnologin Brigitta Hug jedoch, dass das Fach selbst die Menstruation zweifach tabuisiert hat: indem verschiedenste menstruierende Frauen betreffende rituelle Vorschriften und Bräuche als ‹das Menstruationstabu› gebündelt und universalisiert wurden und indem die Beschreibungen und Deutungen des Fachs zur Menstruation durch kulturspezifische Tabus unter den Forschenden selbst geprägt waren.<sup>21</sup> Weniger radikal wollten US-amerikanische Ethnolog\*innen Ende der 1980er-Jahre das laut ihnen nahezu weltweit vorkommende Menstruationstabu zwar konzeptionell nicht abschaffen, fokussierten jedoch stärker auf dessen Doppelbödigkeit und Widersprüchlichkeit

19 Knorr, Alexander: Cyberanthropology. Wuppertal 2011; Horst, Heather, Daniel Miller: Digital Anthropology. London, New York 2012.

20 Panoff, Michel, Michel Perrin: Taschenwörterbuch der Ethnologie. Begriffe und Definitionen zur Einführung. 3., überarbeitete Auflage. Berlin 2000, S. 233.

21 Hug, Brigitta: Die Menstruation in der Ethnologie. In: Feministische Studien 1 (1984), S. 165–177, hier S. 165.

dahingehend, wer aufgrund welcher Zuschreibungen mit dem Verbot geschützt, unterdrückt oder entlastet werde.<sup>22</sup> Parallel analysierte Judith Schlehe den meist männlichen Forscherblick auf das Blut der qua Geschlecht und Kultur «doppelt fremden Frau» und zeigt, dass dessen andro- und ethnozentrische Annahmen, Selektivitäten und Ausschlüsse auf eigenen Tabuisierungen und kulturellen Vorstellungen der Menstruation basieren.<sup>23</sup> Mit diesen ethnologischen Arbeiten lässt sich der vereinheitlichende Einsatz des Begriffs Tabu hinterfragen, um zu klären, was unter dem Stichwort subsumiert, geheim gehalten oder eben als altmodisch adressiert wird.

Mit Blick auf die gegenwärtige mediale Diskussion der Menstruation ist jedoch erst einmal zu fragen, warum die Rede vom Tabu(bruch) so gerne wie schnell bemüht wird: Auf welche und wessen Überzeugungen, Verbote und Einschränkungen wird dabei mit welchem analytischen und symbolischen Gewinn Bezug genommen? Tabubrüche sind auch eine Frage des Zeitpunkts und der sozialen Position: Für wen ist es wie riskant, ein Tabu zu brechen? In den aktuellen menstruationsaktivistischen Interventionen wird die visuelle, aber auch verbale Ausklammerung der Menstruation mit Sichtbarkeit/-machung attackiert, um aufzurütteln, ein Gespräch anzuregen oder zu erzwingen. Was rückt das Vokabular vom Tabu in den Blick, worauf verstellt es aber auch die Sicht? Spätestens wenn in Anlehnung an die sogenannte sexuelle Revolution oder Befreiung der 1960/70er-Jahre von einer «menstrualen Revolution» die Rede ist, kommen Foucaults Einwände gegen die «Repressionshypothese» in seiner Analyse des Sexualitätsdispositivs in den Sinn.<sup>24</sup> Darin betont er, dass die Sexualität eben nicht unterdrückt und ein Mantel des Schweigens über sie gelegt wurde, sondern zur Vermehrung der Diskurse geführt und erst ein bestimmtes (Körper-)Wissen konstituiert habe. Auch wenn sich die Diskursivierung der Menstruation nicht einfach mit derjenigen der Sexualität gleichsetzen lässt, könnte man mit Foucault fragen, weshalb «mit solcher Leidenschaft» davon gesprochen wird, dass die Rede oder Sichtbarkeit der Menstruation unterdrückt, ja tabuisiert wird?<sup>25</sup> Dies rückt den Blick stärker auf die Funktion der Rede vom Tabu(bruch) sowie genereller auf die diskursive Produktion von Wissen, Wahrheit und Wirklichkeit der Menstruation inklusive der dabei wirkenden Machtstrukturen und zugrunde liegenden Vorstellungen von Körper und Geschlecht. Dies gilt, wie schon Hug deutlich machte, umso mehr, als die jeweils lokalen Regeln im Umgang mit (dem Thema) Menstruation sich in Beziehung setzen lassen mit den jeweiligen sozialen Ordnungen, insbesondere den Geschlechterverhältnissen – mehr noch diese inszenieren und tradieren.<sup>26</sup>

Der mit der diskursiven Strategie des Tabubruchs öffentlichkeitswirksam in Szene gesetzte *period talk* sollte dann vielleicht eher als Ausdrucksform und Aus-

22 Buckley, Thomas, Alma Gottlieb: A Critical Analysis of Theories of Menstrual Symbolism. In: dies. (Hg.): Blood Magic. The Anthropology of Menstruation. Berkeley, Los Angeles, London 1988, S. 5–50, hier S. 24 f.

23 Schlehe, Judith: Das Blut der fremden Frauen. Menstruation in der anderen und in der eigenen Kultur. Frankfurt am Main, New York 1987.

24 Foucault, Michel: Der Wille zum Wissen (Sexualität und Wahrheit, 1). Frankfurt am Main 1983.

25 Ebd., S. 18.

26 Hug (wie Anm. 21), S. 174.

handlung gegenwärtiger Geschlechterverhältnisse analysiert werden. Wie schliesst hier die These des eingangs zitierten Artikels an, nach der sich Zyklus-Apps als Hilfsmittel der privaten Enttabuisierung und damit als Ergänzung oder Gegenstück zum öffentlichen Gespräch über Menstruation verstehen lassen?

## Von Period-Talk zu Period-Tracking

Zyklus-Apps werden dem boomenden Genre gesundheitsbezogener Apps zugeordnet und reichen von einfachen Kalenderprogrammen bis zu fortgeschrittenen Anwendungen zur Verfolgung von Fruchtbarkeitsymptomen. Die verschiedenen Bezeichnungen dieser Apps als Zyklus-Apps, Menstruationskalender-Apps, Period-Tracker, Fruchtbarkeitstracker oder Verhütungs-Apps deuten bereits auf unterschiedliche Nutzungsaspekte oder Motive der (Selbst-)Beobachtung menstrualen Blutens. Unternimmt man einen Schaufesterbummel vor einem der App-Stores, faszinieren die Quantität rosa-pink-blumig-girly-niedlicher Symbole und die Möglichkeiten, was alles jenseits von Blutung und sexueller Aktivität an Menstruationssymptomen und -beschwerden oder darüber hinaus erfasst, personalisiert und visualisiert werden kann: Die Qual der Auswahl eines Lifestyleprodukts, das zugleich Natürlichkeit und smarte Algorithmen verspricht und offenbar Binaritäten enthält, die über binären Computercode hinausgehen. Deshalb schlägt die australische Soziologin Deborah Lupton vor, mobile Apps wie soziokulturelle Artefakte zu analysieren, um so die in sie «eingebauten» Annahmen, Normen und Diskurse kritisch befragen zu können. All diese Apps kalkulieren auf der Basis von Daten, die von den Nutzenden eingegeben werden, und prognostizieren den Zyklus, den Beginn der nächsten Periode ebenso wie Fruchtbarkeitsfenster. Der gute alte Menstruationskalender in digitalisiertem Gewand?

Laut Martina Schlünder, die ihrem Artikel *Die Herren der Regel/n* basierend auf den Schriften deutscher Gynäkologen die wissenschaftliche Erforschung und Etablierung des Menstruationszyklus als Zyklus zwischen 1920 und 1950 untersucht hat, repräsentieren Menstruationskalender einen Streit über die Berechnungsregeln «weiblicher Natur».<sup>27</sup> Die heute aus dieser Zeit noch bekannte knaussche Regel hatte ein Problem, mit dem Zyklus-App-Anbieter bis heute zu tun haben: Mit dem Kalender können Eisprung und fruchtbare Tage nur retrospektiv ermittelt werden, erst im Rückblick lässt sich ein Muster erkennen. In Anbetracht von Zyklen, die zwischen 21 und 35 Tagen variieren, normalen Schwankungen des Eisprungs und allen möglichen Aktivitäten, die den Eisprung beeinflussen (Reisen, Krankheit, Sport, Schlafmangel, Alkohol, einfach das Leben, wie es gelebt wird), ist eine Vorhersage des Eisprungs eine ziemlich riskante Angelegenheit. Was als Kalendermethode bekannt ist, nutzt weder wirklich bei der Planung noch bei der Verhütung von Schwangerschaften. Auch statistische Modelle helfen, wenn es um

27 Schlünder, Martina: Die Herren der Regel/n. Gynäkologen und der Menstruationskalender als Regulierungsinstrument weiblicher Natur. In: Cornelius Borck, Volker Hess, Henning Schmidgen (Hg.): *Mass und Eigensinn. Studien im Anschluss an Georges Canguilhem*. München 2005, S. 157–195.

die Ermittlung individueller Zyklusabweichungen und Schwankungen geht, nur bedingt weiter. Was dieses Kalkulations- und Regulationsproblem (ungezähmter Natur) Schlünder zufolge am Ende löste, war (die Pille), also die Pharmakologie, die nun mittels hormoneller Manipulation einen regulär-regulierten Zyklus versprach. Mehr als ein halbes Jahrhundert später warnen die meisten Zyklus-App-Hersteller, dass ihre Produkte nicht zur Empfängnisverhütung eingesetzt werden sollten,<sup>28</sup> versprechen jedoch, mehr zu sein als ein Werkzeug retrospektiver Dokumentation. Als seriöser gelten Zyklus-Apps, die die symptothermale Methode nutzen, Daten zur Körpertemperatur und zur Konsistenz von Zervixschleim berücksichtigen, allerdings (mit und ohne App) ein regelmässiges Leben und disziplinierte Beobachtung und Selbstvermessung verlangen.<sup>29</sup> Die Verhandlung der Vorhersagekraft von Zyklus-App-Algorithmen lässt sich nicht von der generellen Verhandlung von (sicheren) Verhütungsmethoden trennen; in die dabei gern verwendeten Kategorien (sicher), (natürlich) und (technisch) bringen Zyklus-Apps zusätzlich Bewegung.

## Zyklus-Apps im Zwiegespräch

Die Zyklus-App-Nutzerinnen zwischen Anfang 20 und Mitte 40, mit denen ich im Rahmen einer explorativen Studie sprach, verwenden oder verwendeten die App für ganz unterschiedliche Zwecke. Keine nutzte eine App allein zur Verhütung, dennoch diente sie etlichen von ihnen als Anhaltspunkt, als kurzer, alltäglicher Blick darauf, in welcher Phase des Zyklus man sich gerade bewege. Die Apps bieten einen Kalender, der visualisiert und unterschiedlich farbig markiert, was vorher retrospektiv Handgelenk mal Pi ausgezählt werden musste – den Eisprung und die fruchtbaren Tage. Meinen Gesprächspartnerinnen zufolge werde so eine spezifische Sichtbarkeit des Zyklus und seiner Phasen geschaffen. Die App erinnere nicht nur per Nachricht, dass die Menstruation bald einsetzen müsste oder sich wohl verspätet habe, sondern gibt einen Zeitraum als fruchtbare Tage an. Einigen App-Nutzerinnen zufolge rücke so schon mal in den Hintergrund, dass es sich dabei um eine Prognose handelt, also um Wahrscheinlichkeiten statt Sicherheiten. Immer wieder war ich überrascht, wie hier Technik und Prognosen so manches Mal eher vertraut statt dass sie befragt wurden; dies erzählt aber wohl eher etwas über die Veralltäglichung und Normalisierung von Computertechnologien und Wahrscheinlichkeiten. Ein Wissen um die unzuverlässige Vorhersagekraft der App-Berechnung steht für viele meiner Gesprächspartnerinnen im starken Kontrast zu all den Körperdaten, die zu sammeln Nutzende seitens der App

28 Eine Ausnahme ist die App «Natural Cycles», die als Medizinprodukt zertifiziert wurde und damit auch wirbt, hinsichtlich ihrer Verhütungssicherheit jedoch stark in die Kritik geriet. Für eine Zusammenfassung zum aktuellen Stand der Diskussion und Kritik siehe Köver, Chris: Zweifel an Verhütungs-App: Natural Cycles verspricht mehr als es kann, 5. 9. 2018, <https://netzpolitik.org/2018/zweifel-an-verhuetungs-app-natural-cycles-verspricht-mehr-als-es-kann> (11. 10. 2018).

29 Im November 2017 testete die Stiftung Warentest Zyklus-Apps, die meisten wurden hinsichtlich ihrer Vorhersagekraft und ihrer Datensammelpraktiken als fragwürdig eingestuft. Die drei noch als am besten beurteilten Apps (Urteil gut, 2,2) basierten alle auf der symptothermalen Methode. Stiftung Warentest: Fruchtbar oder nicht? In: test 12/2017, S. 94–99.

ermutigt werden, sowie dem Versprechen, dass die verwendeten Algorithmen durch die persönlichen Daten besser und klüger als Statistiken würden. Aus diesem Grund erhalten die angezeigten Berechnungen für sie Plausibilität; selbst die skeptischeren Gesprächspartnerinnen schrieben der visuellen Darstellung eine gewisse Überzeugungskraft zu.<sup>30</sup> Diese Plausibilität schwindet allerdings, sobald die Berechnungen der App als regelmässig fehlerhaft wahrgenommen werden, was bereits bei der Angabe des Beginns der Menstruation vorkommen kann. Die Wirkmächtigkeit der ermittelten Prognose wird hier im Zwiegespräch zwischen körperlichen und technischen Regelmässigkeiten ausgehandelt – nicht ohne Grund gilt der Menstruationskalender heute als Vorläufer des Selftracking.<sup>31</sup> Bereits der Menstruationskalender in Papierform wurde nicht nur zur Dokumentation und Kontrolle des Menstruationszyklus empfohlen, sondern auch als Instrument, um sich und seinen Zyklus (besser) kennenzulernen und Körperkompetenz zu erwerben. Letzteres wurde von vielen der interviewten Zyklus-App-Nutzer\*innen als selbstermächtigend empfunden – ihnen zufolge helfen die Apps dabei, Muster zu erkennen und auf Körperzeichen bewusster zu achten; sie berücksichtigen auch emotionale Aspekte, bieten Links zu wissenschaftlichen Studien und Diskussionsforen und stellen so zusätzliches Material für eine eigene, positive Auseinandersetzung mit der Menstruation bereit. Auf diese Weise wird eine Zyklus-App zu einem Menstruationskalender, der zum intimen Dialogpartner wird und vielfältig «zurückspricht». Inwiefern auf diese Weise die Normierung von Menstruationszyklus und Körper verstärkt oder unterlaufen wird oder inwiefern eine Zyklus-App im Sinne einer Körpertechnologie disziplinierend wirkt, wenn es nicht um Selbstoptimierung geht, lässt sich aufgrund meines bisherigen Materials nur andeuten.

Festzuhalten bleibt an dieser Stelle: In oder vermittelt über Zyklus-Apps treffen alte feministische Forderungen nach der selbstbewussten Aneignung von medizinischem und erfahrungsbasiertem Körperwissen auf aktuelle Selftracking-Praktiken des systematischen Aufzeichnens von körper- und lebensstilbezogenen Daten. Sie dienen dem Zweck der Selbst- oder Alltagskontrolle und spielen eine wichtige Rolle in den Debatten um Unfruchtbarkeit, Fruchtbarkeitsfenster und «späte Mutterschaft» und in den aktuellen Kritiken an hormoneller Verhütung, dem Wiederaufleben «natürlicher» Verhütungsmethoden und schliesslich den geschlechterblinden Flecken in der Softwareentwicklung der von Frauen gegründeten FemTech-Unternehmen, die «menstruationsfeministisch» auftreten. Aufgrund dieser Gemengelage sind Zyklus-Apps ein kulturell und politisch vielfältig interessanter Untersuchungsgegenstand für die Kulturwissenschaften – unter anderem um zu erkunden, wie Menstruation in der Kombination aus Software, Smartphone

30 Die Effekte solcher technisch vermittelten Sicht- und Wahrnehmbarkeiten fruchtbarer Tage beschreibt Joann Wilkinson bezogen auf Biosensoren, die fruchtbare Tage ermitteln, um so den Wunsch einer Schwangerschaft zu unterstützen, und als Vorläufer von Zyklus-Apps gelten können: Wilkinson, Joann: Ovation Biosensors. Emerging Practices of Knowing and Seeing. Dissertation, Sociology, University of Lancaster, Dezember 2016.

31 Schmechel, Corinna: «Der vermessene Mann?». Vergeschlechtlichungsprozesse in und durch Selbstvermessungspraktiken. In: Stefanie Duttweiler, Robert Gugutzer, Jan-Hendrik Passoth, Jörg Strübing (Hg.): Leben nach Zahlen. Self-Tracking als Optimierungsprojekt? Bielefeld 2016, S. 141–159, hier S. 148.

sowie Wearables (am Körper getragenen Computertechnologien) eine technische wie alltagsbezogene Aktualisierung erfährt.<sup>32</sup>

Alisa Fluhner arbeitet in ihrer Masterarbeit auf der Basis von Gesprächen mit Zyklus-App-Entwickler\*innen zu ihren Visionen, Narrativen und Sinngewebungen diejenigen Politiken heraus, die sich in den Apps materialisieren, ihnen innewohnen und von ihnen angestossen werden.<sup>33</sup> Demgegenüber hat sich Hannah Rotthaus in ihrer Masterarbeit mit der Praxis von jungen Frauen (zwischen 20 und 30) beschäftigt, die ausgehend von ihrer Unzufriedenheit mit der Pille nun Zyklus-Apps im Zusammenklang mit der symptomthermalen Methode zur Verhütung nutzen.<sup>34</sup> Beide Arbeiten verweisen darauf, dass Technik nicht erst durch ihre Nutzung politisch wird. Bezogen auf die gegenwärtigen Versuche der Neuverhandlung der Menstruation lassen sich Zyklus-Apps als ebenso intime wie politische Dialogpartner verstehen, die die Wahrnehmung der Menstruation und des Zyklus nicht allein durch eine positive Sicht auf die Menstruation mitgestalten – unter anderem durch ihre grafischen Repräsentationen, ihre Kategorien von Menstruationssymptomen, ihre Tipps oder die ihnen unterstellte Annahme, dass sie nur von heterosexuellen Frauen genutzt werden.

Bezogen auf die positive Deutung der Menstruation in verschiedenen Öffentlichkeitsräumen, kann man Zyklus-Apps zwar als privates Gegenstück eines (selbst)bewussteren Umgangs verstehen, könnte aber ebenso anmerken, dass hier vor allem Introspektion stattfindet, die eher mit neuen (öffentlichen) Unsichtbarkeiten statt Sichtbarkeiten einhergeht. Sharra L. Vostral hat Monatshygiene aus sozialhistorischer Perspektive als eine Technologie des Versteckens analysiert, die es ermögliche, die Menstruation zu verbergen – narrativ und praktisch –, und so dabei helfe, als nicht blutend durchzugehen («passing as a non-bleeder»)<sup>35</sup>. Ob Zyklus-Apps als Technologie des Versteckens einzuordnen sind, bleibt vorläufig ambivalent: Dafür spricht zum Beispiel das Interesse an diskreten Logos für Smartphonebildschirme; dagegen spricht, dass die Apps Gespräche über die (eigene) Menstruation anstossen können – mit mehr oder weniger intimen Bekannten, zu Hause am Küchentisch oder auf einem internetbasierten Diskussionsforum.

## Vom Gesprächsstoff zum Untersuchungsstoff

Ausgehend von der Zeitdiagnose eines Lifestylemagazins zum Öffentlichwerden der Menstruation hat sich der Artikel für eine Zusammenschau und erste Befragung mit der aktuellen Aufmerksamkeit für und Neuverhandlung der Menstruation in

32 Webbasierte Menstruationskalender gab es zwar auch schon, bevor es Smartphones gab, zum Beispiel MyCycles.com. Sie waren aber im Vergleich zu den Apps für mobile Geräte heute weniger verbreitet.

33 Fluhner, Alisa L.: Politics of Fertility-Tracking Apps. A Qualitative Study with Founders and Developers, Masterarbeit Europäische Ethnologie, Humboldt-Universität zu Berlin, April 2018.

34 Rotthaus, Hannah: «Es ist das Intimste, das ich über mich beobachten kann». Aushandlungen von Schwangerschaftsverhütung im Kontext digitaler Selbstbeobachtung, Masterarbeit Kulturanthropologie/Volkskunde, Universität Bonn, Oktober 2018.

35 Vostral, Sharra L.: Under Wraps. A History of Menstrual Hygiene Technology. Lanham und Plymouth 2008.



verschiedenen Medienkanälen, Aktionsformen, politischen Kampagnen und Softwareanwendungen beschäftigt, um die Menstruation als Forschungsfeld auszuloten. Einmal mehr ist dabei deutlich geworden, dass die Menstruation – gemäss dem alten kulturanthropologischen Diktum vom Körper als «kultivierte[r] Natur»<sup>36</sup> – ein symbolisch und diskursiv ebenso umkämpftes wie mit Bedeutung aufgeladenes gesellschaftliches Phänomen ist. Was für Körper oder Menstruationsblut als normal gilt – für wen, wann, auf welcher Grundlage oder aufgrund wessen Massstab und mit welchen Vorstellungen und Erfahrungen verknüpft –, sind Fragen, die auf die historisch und lokal spezifische Formation von menstruierenden Körpern verweisen und immer wieder neuen Stoff für kulturhistorische und empirische Forschungen bereithalten. Der zeitgenössische Menstruationsaktivismus bietet hier einen möglichen Ansatzpunkt zur Untersuchung aktueller Aushandlungen und den daraus eventuell entstehenden Verschiebungen und Reformulierungen menstruationsbezogener Sag- und Sichtbarkeiten, muss aber lokal situiert werden, um alte wie neue, alltagspraktische wie diskursive Menstruationsregeln nicht von neuem zu universalisieren. Jenseits der in diesem Artikel erwähnten menstruationsaktivistischen Milieus, die hinsichtlich ihrer Kennzeichen noch genauer zu bestimmen wären, fehlen empirische Betrachtungen zu menstruationsbezogenen Bemühungen ausserhalb Europas und Nordamerikas, die über die Darstellung der Situation durch «soziale Unternehmer\*innen» oder sogenannte Entwicklungshilfeprojekte mit ihrem Fokus auf ein Menstruations(hygiene)management hinausgehen. Anschliessend an die Diskussionen zu den Normierungen zeitgenössischer Körperlichkeit stellt sich die Frage, wie diese mit dem «Menstruationsboom» verknüpft sind: Lässt sich *period positivity* analog zu *body positivity* als Körpernormen unterlaufende Taktik verstehen? Inwiefern werden beim Thema Menstruation Debatten um Körper, Körpertechnologien und Geschlecht neu justiert? Hinsichtlich der Frage, welche Körperphänomene in der gesellschaftlichen und disziplinären Wissensproduktion als «natürlich» an- und aufgerufen werden, bieten menstruierende Körper Einblicke in Vergeschlechtlichungsprozesse. Und schliesslich bieten Zyklus-Apps selbst einen Aufhänger für menstruationsbezogenen Gesprächsstoff in der Forschung, der ebenso Einblicke in alltägliche softwaregestützte Datenpraktiken und die Verhandlung intimer Daten ermöglicht wie genereller das Gespräch eröffnet – über kulturelle Praktiken, Deutungen und Alltagserfahrungen rund um den Menstruationszyklus und darüber, was imaginär, materiell, symbolisch und alltagspraktisch, individuell und kollektiv mit ihm verbunden wird.

Ich danke meinen Interviewpartnerinnen für die freigiebigen Gespräche zu Menstruationserfahrungen mit und ohne App, den Herausgeber\*innen und anonymen Gutachter\*innen für ihre kritische Lektüre und ihre hilfreichen Kommentare, Antonia Zeich für die Unterstützung bei der Recherche sowie Alisa Fluhrer und Hannah Rotthaus für die Einblicke in ihre Masterarbeitsforschungen.

36 Mauss, Marcel: Die Techniken des Körpers. München 1975 (1934).