

Männlichkeitsideologische Radikalisierung online. Eine Einordnung

Markus Theunert
Fachlicher Leiter männer.ch





Aufbau

1. Gender Basics

Männlichkeit

Männliche Sozialisation

2. Männlichkeitsideologien

3. Manosphere

4. Interventionen und fachliche Haltung

männer.ch fördert die geschlechterreflektierte Jungen-, Männer- und Väterarbeit als Profession und Disziplin. männer.ch trägt zu ihrer Verankerung in der kantonalen Grundversorgung bei.



Umsetzung in drei Schwerpunkten:

- Stellenverbund mit 7 regionalen Kompetenzzentren und 5 nationalen Fachstellen
- Erarbeitung fachlicher Grundlagen (Orientierungsrahmen, Wirkungsforschung)
- Qualifizierung von Fachpersonen (Lehrgang, Fortbildungen, Fachgruppen, Fachtage)

Fachverband



Für mehr Informationen:
<https://www.maenner.ch>

Advocacy

männer.ch befördert einen *social norms change*, der männliche Fürsorge und väterliches Engagement zur Selbstverständlichkeit der Zukunft macht.

Umsetzung:

- Netzwerk- und Gremienarbeit (EKF, PFS, EBG, Allianz gewaltfreie Erziehung, IG Pflegende Angehörige etc.)
 - konkrete Engagements in Fokusthemen: Vaterschaftsurlaub, Individualbesteuerung, Elternzeit
 - Sensibilisierungsarbeit in Verwaltung (Bund und Kantone), Parlament und Parteien

Fachstelle

männer.ch stellt Institutionen, Unternehmen, Behörden und Organisationen bedarfsgerecht seine Expertise zur Verfügung – in Beratung, Bildung und Projekten.

Umsetzung in fünf strategischen Brennpunktthemen:

- OH BOY* Fachstelle Jungenarbeit
- Sandro Fachstelle Männergesundheit
- Niudad Fachstelle Väterbildung
- Radical Fachstelle Gewalt- und Radikalisierungsprävention
- Seven Fachstelle Sexuelle Verantwortung und Entwicklung



1. Gender Basics

Männlichkeit – Mannsein – männliches Selbstverhältnis
Männliche Sozialisation



Männlichkeit

Die sozialen und kulturellen Normen, denen ein Mann genügen muss, um als «männlich» zu gelten

Mannsein

Der konkrete Lebensentwurf einzelner Männer

Männliches Selbstverhältnis

die Beziehung zwischen dem einzelnen Mann und den gesellschaftlichen Männlichkeitsanforderungen



Mannsein ist kein Zustand, sondern ein Prozess: Männlichkeit wird erlernt, hergestellt und fortlaufend reproduziert.

Männer können wählen, wie sie ihr männliches Selbstverhältnis gestalten. Aber sie sind gezwungen, sich in der einen oder anderen Weise zu Männlichkeitsanforderungen verhalten.

1

Männlichkeit macht Druck

Männlichkeitsanforderungen nähren die wirkmächtige Annahme, dass «männliche» Performance Punkte im Männlichkeits-Ranking gibt und es in dieser Rangliste möglichst weit oben zu stehen gilt. (Oder falls aussichtslos: Bei der es sich mit denen weit oben möglichst gut zu stellen gilt).



2

Männlichkeit ist immer bedroht

Männlichkeitsanforderungen betonen, was Männer *nicht* sein, tun und/oder empfinden dürfen. Wegen der Absenz einer Positivdefinition gelingender Männlichkeit müssen Männer permanent aufpassen, dass sie in jedem Moment und jeder Lebenslage ihren «Mann stehen».



3

Männlichkeit ist unerreichbar

Die meisten Männer wollen Männlichkeitsanforderungen genügen – und werden letztlich daran scheitern. Denn die Anforderungen sind zu hoch und zu widersprüchlich, um sie erfüllen zu können. Mann-Sein ist deshalb immer auch ein Umgang mit der Angst vor und der Scham für das eigene Ungenügen.



4

Männlichkeit ist ein Phantom

Männlichkeitsanforderungen fallen auch deshalb auf einen fruchtbaren Boden, weil Jungen in den ersten zehn Jahren kaum realen männlichen Rollenmodellen begegnen. Sie kompensieren den Mangel, indem sie sich an virtuellen Helden und anderen, meist älteren, Jungen orientieren. Aber Medien und Gleichaltrige zementieren traditionelle Vorstellungen des Männlichen.



5

Männlichkeit entfremdet

Männliche Sozialisation befördert Subjekte mit fragilem Selbstwert und widersprüchlicher Identität: Einerseits lernen sie, ganz selbstverständlich einzufordern, was ihnen vermeintlich zusteht (z.B. Redezeit). Andererseits führt sie zu einer inneren Entfremdung und ohnmächtigen Bedürftigkeit, insofern sich ein «richtiger Mann» seelisch und sexuell nicht selbst nähren kann und darf. Ihre Fragilität und Verletzlichkeit dürfen Männer aber auch nicht zeigen.



6

Männlichkeit ist gewaltförmig

Das Ausblenden-Müssen von Unsicherheit, Bedürftigkeit, Fragilität und Verletzlichkeit erleben Männer als Gewalt an sich selbst. Sie sind in diesem Sinn durchaus reale Opfer von Gewalt. Doch sie können – um die Fassade der Männlichkeit aufrecht zu erhalten – nicht sehen, dass sie sich diese Gewalt selbst antun. Die Wahrscheinlichkeit ist gross, dass sie später die nach innen gerichtete Gewalt nach aussen projizieren und/oder richten.



7

Männlichkeit macht abhängig

Männliche Sozialisation verlangt die Verinnerlichung eines heteroromantischen Liebesideals. Die Botschaft: Erst wenn du eine Frau *hast*, bist du Teil eines Ganzen. Das legt die Vernachlässigung existenziell wichtiger Kompetenzen ebenso nahe wie eine notfalls gewaltsame Aneignung «des Weiblichen». Es gilt das feministische Paradox (Kaiser 2023): «Je gleichberechtigter Frauen sind, desto mehr nehmen Hass und Gewalt gegen sie zu.»





2. Männlichkeitsideologien

Der Kern patriarchaler Männlichkeitsideologien

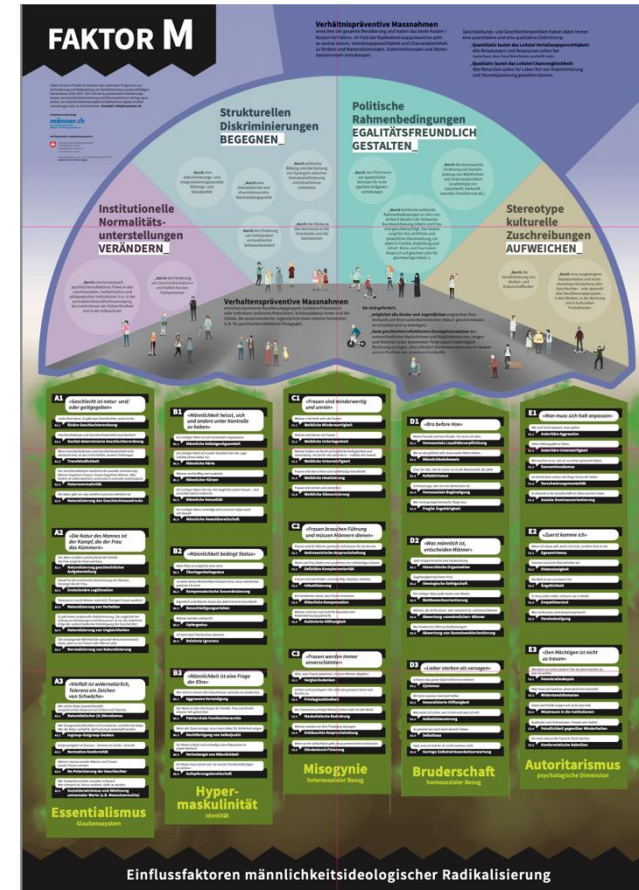
- Eine «**natürliche**» **Geschlechterordnung**, die nur zwei Geschlechter kennt: Männer und Frauen.
- Männlichkeit und Weiblichkeit entfalten sich entlang eines Bauplans: Männer finden im **Kampf** und Frauen im **Kümmern** ihre Bestimmung.
- Männer sind Frauen von Natur aus überlegen. Deshalb dürfen und müssen Männer sie **kontrollieren, dominieren und disziplinieren**. Frauen schulden ihnen Zuwendung, Bewunderung und Verfügbarkeit.
- Diese «Naturgesetze» gelten ewig – und müssen **notfalls mit Gewalt** verteidigt werden.



Der Faktor M

2023 erarbeitet, 2024 veröffentlicht
(im Rahmen des nationalen Aktionsplans
gegen Radikalisierung und gewalttätigen
Extremismus).

Identifikation von fünf zentralen
Dimensionen männlichkeits-
ideologischer Radikalisierung.





Essentialismus

«Geschlecht ist natur- und/oder gottgegeben»

«Die Natur des Mannes ist der Kampf, die der Frau das Kümmeren»

«Vielfalt ist widernatürlich, Toleranz ein Zeichen von Schwäche»



Hypermaskulinität

«Männlichkeit heisst, sich und andere unter Kontrolle zu haben»

«Männlichkeit bedingt Status»

«Männlichkeit ist eine Frage der Ehre»



Misogynie

«Frauen sind minderwertig und unrein»

«Frauen brauchen Führung und müssen Männern dienen»

«Frauen werden immer unverschämter»



Bruderschaft

«Bro before Hoe»

«Was männlich ist, entscheiden Männer»

«Lieber sterben als versagen»



Authoritarismus

«Man muss sich halt anpassen»

«Zuerst komme ich»

«Den Mächtigen ist nicht zu trauen»



**Was ich heute viel stärker
hervorheben würde**



**androzentrische
Anspruchshaltung**



Maskulistische Bedrohung

Es besorgt mich (sehr)....	
...dass viele Männer sich mittlerweile immer weiblicher verhalten.	29,9%
...dass richtige Männer immer mehr an den Rand der Gesellschaft gedrängt werden.	34,0%
...dass wir nicht mehr genug richtige Männer haben, die wissen, wie man kämpft.	26,3%
...dass männliche Werte wie Stärke, Mut und Ehre an Bedeutung verlieren.	44,8%

Quelle: Fischer, Jannick M.K. & Farren, Diego (2023). Männliche Opfernarrative und rechtsextreme Einstellungen bei jungen Menschen: Validierung und Anwendung eines Instrumentes zur Erfassung maskulistischer Bedrohungsgefühle. Monatsschrift für Kriminologie und Strafrechtsreform, Mai 2023, 1-16



3. Manosphere

THE MANOSPHERE

TUESDAY, NOVEMBER 10, 2009

The Start of The Manosphere

This could be the beginning of something great. We have decided that a blog, in which our conversations and opinions will be posted for you to read, is a fantastic idea. Doesn't really matter if you don't think it is. We're sure in the coming days we'll have plenty of gold for you, for now though, we leave you with some of Cartmans wisdom:

"Stan, don't you know the first law of physics? Anything that's fun costs at least 8 dollars."

POSTED BY BEN & GEOFF AT [8:31 AM](#)

1 COMMENT:



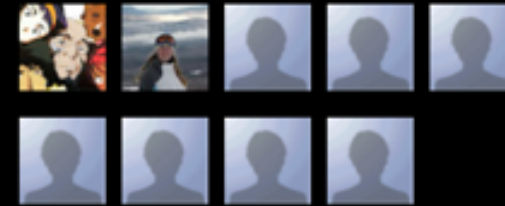
smendozzi November 10, 2009 at 6:33 PM

Awesome!!! Wish I had a footnote for coming up with the name, but still awesome. I am glad to be the first follower of the Manosphere!

[Reply](#)

FOLLOWERS

Followers (9)



[Follow](#)

BLOG ARCHIVE

▼ 2009 (10)

▶ December (1)

▼ November (9)

Hines Ward is a punk ass

Call of Duty

What the fuck

Someone pummel Zaza Pachulia

Randy Moller is the shit

Manosphere quote of the day...

Kontext

Der Begriff «Manosphere» ist wahrscheinlich am 10. November 2009 zum ersten Mal aufgetaucht: als Selbstbezeichnung in einem Blog gleichen Namens (in Anlehnung an die damals entstehende «Blogosphere», die Sphäre der Internet-Blogger*innen). Über das Buch «The Manosphere: A New Hope for Masculinity» von Ian Ironwood (2013) popularisierte sich der Begriff und fand Eingang in die wissenschaftliche Diskussion (Ging 2019).

Abbildung: Screenshot von <https://themanosphere.blogspot.com/2009/11/start-of-manosphere.html>

Kontext

Ian Ironwood beschreibt sich selbst als progressiven Mann, der sich intensiv mit Feminismus beschäftigt habe. Er grenzt sich auch bewusst gegen rechts ab, skizziert aber ein solid antifeministisches Fundament.



«The Men of the Manosphere aren't Right Wing thugs or mindless trolls – they are seeking thoughtful answers to difficult problems. In the process, they are revalorizing masculinity itself, adapting it to a post-modern, post-industrial, post-feminist world. It's not a world of equality, it's a world of equilibrium. It's not a world where men become better at serving women, but where men become better men. And it is not a world of sensitive new age guys talking about their feelings... it's a world where sweat, respect, honor and fidelity are the coins of the realm. As more and more men, married, divorced and single, 'take the Red Pill' and apply the knowledge of the Manosphere to their relationships, a wonderful thing is happening: men are growing strong, more secure in their masculinity... and less likely to capitulate to feminine whims on the basis of the feminine imperative.»

Zentrale Denkfiguren

In dieser Passage wird bereits sichtbar, was die Strömungen der *Manosphere* verbinden:

- die Idee einer Verschwörung gegen Männer, die aufgedeckt werden muss («take the red pill»)
- das Wahrnehmen einer gesellschaftlichen Entwertung von Männern und traditioneller Männlichkeit
- die Behauptung einer feministischen Herrschaft und die Unterstellung, dass Männer keine Männer mehr sein dürfen (sondern sich Frauen und ihren Imperativen unterwerfen müssen)
- der Wunsch nach einer Revalorisierung des Männlichen und einer Resouveränisierung männlicher Stärke, Identität und Rollen

Zentrale Denkfiguren

- die Vorstellung einer wesenhaften Andersartigkeit von Männern und Frauen, die sich als je Komplementäre ergänzen («nicht Gleichheit, sondern Gleichgewicht»)
- die Vorstellung einer natürlichen Bestimmung von «Männlichkeit» («ein Reich, in dem Schweiss, Respekt, Ehre und Treue die Währung sind»), die als Gegenentwurf zu «Weiblichkeit» gedacht wird und die Abwertung von «unmännlichen» Männern («sensible New Age-Typen, die über Gefühle reden») nahelegt
- die Selbstwahrnehmung als überlegte und überlegene Männer, die mutigen Widerstand leisten



Definitionsvorschlag

Manosphere als Sammelbegriff für die virtuellen Räume und Diskurse jener Männer, die Vorstellungen einer naturgegebenen Männlichkeit vertreten und verteidigen, sich in ihrem Anspruch auf männliche Überlegenheit bedroht fühlen und den Frauen, dem Feminismus und/oder der Gleichstellung die Schuld daran geben.



Kriterien

Erstens die Idee einer gesellschaftlichen Minorisierung, Geringschätzung und Entwertung einer vermeintlich echten, urtümlichen und/oder naturgegebenen Männlichkeit, die sich in der Diskriminierung und Benachteiligung von Männern niederschlägt, aber auch in der Problematisierung «toxischer» Männlichkeit und einer dadurch geförderten Verweichlichung und Verweiblichung von Männern.



Kriterien

Zweitens die Unterstellung, dass Frauen, Feminismus, Gleichstellung und/oder Gender-Ideologie an dieser Dynamik schuld seien, diese strategiegeleitet befeuern, davon profitieren und deswegen bekämpft werden müssen (und dürfen).

Strömungen («historisch»)

- Pick-up-Artists
- Men Go Their Own Way
- Incels
- Men's Rights Activists
- Väterrechtsaktivisten
- Redpiller
- Männlichkeitscoaches

Je nach Quelle auch: Gamer/Geek, Traditional Christian Conservatives, «NoFappers», Far-right Chauvinist Groups (wie die Proud Boys), Conservative Anti-Feminist Women / Tradwives

Gerrand et al. (2025) sehen uns im **Übergang zur Neo-Manosphere**: Die bisherigen Kategorien – Pick-up Artists, Männerrechtler, Incels, Redpillers, MGTOW – verlagern und vermischen sich. «Manfluencer» nehmen immer mehr Raum ein. «Die meisten werten emotionalen Selbstaussdruck, Depression und Therapie als schwach und unmännlich ab» (6).

Auch für den deutschen Sprachraum identifizieren Çağlar et al. (2025) in ihrem empirischen **Mapping der Germanosphere** eine hohe Präsenz von Männlichkeitscoaches.

Gerrand, Vivian; Ging, Debbie; Roose, Joshua M.; Flood, Michael (2025). Mapping the Neo-Manosphere(s): New Directions for Research. *Men and Masculinities* 2025, Vol. 0(0) 1–22

Çağlar, Gülay; Hammer, Dominik; Drath, Charlotte; Matlach, Paula; Schwarz, Karolin (2025). Mapping the Germanosphere. A Pilot Study. *SCRIPTS Working Paper No. 57*. Download:

Individueller Nutzen im Vordergrund: Die Betonung von männlichen Selbsthilfe-Hacks und das vordergründige Interesse am Wohlbefinden von Männern übertönt das antifeministische Grundrauschen (Baker et al. 2024).

Kommerzialisierung und Monetarisierung: männliche Unsicherheit wird ausgenutzt, um individuelle «Lösungen» für strukturelle Probleme zu verkaufen. «Die Manosphäre dient nicht nur als reaktionärer Ort des Grolls, sondern auch als profitables digitales Unternehmen, das strukturelle Marginalisierung als persönliches Versagen umdeutet» (ebd. 12).

Fokus auf Status und Reichtum: «Der Grossteil dieser Inhalte verbreitet den Mythos, dass jeder reich werden könne, wenn er nur hart genug arbeite, und dient oft als getarnte Werbung für die Nebenbeschäftigungen von Influencern» (Gerrand et al. 2025, 6).

Eine zunehmende Betonung von **körperlicher Selbstoptimierung** und -disziplinierung unter dem Deckmantel von Selbstfürsorge und Gesundheit (wiederum in Verbindung mit der Bewerbung und dem Verkauf von Produkten und Dienstleistungen).

Eine wachsende Präsenz **weiblicher Anti-Feministinnen** in der Manosphere, namentlich durch den Tradwives-Trend, die Anti-Diversitäts-Propaganda mit dem Plädoyer für eine Rückkehr zu traditionellen Geschlechterrollen verbinden (und dabei viel Geschäftssinn an den Tag legen).

Eine grössere **Sichtbarkeit ethnischer Vielfalt und nicht-weisser Akteure** im männlich-suprematistischen Ökosystem. So betrage beispielsweise im grössten Incel-Forum incels.is der Anteil Weisser nur 13.9%. Männer indischer Abstammung sind mit 36.1% vertreten, Schwarze mit 8.9% und Asiaten mit 13.9% (Gerrand 2025, 8).



4. Interventionen und fachliche Haltung

Welche **Angebote** sind für Jungen und junge Männer attraktiv? (zit. nach O'Rourke et al. 2024):

- **Idealisierte Männlichkeit:** Wenn die «toxischen» Aspekte patriarchaler Männlichkeit prominent problematisiert werden, sind für Jungen und junge Männer Online-Influencer attraktiv, die ein idealisiertes und positives Männlichkeitsbild vermitteln.
- **Anwaltschaftlichkeit:** Jungen und junge Männer haben Sehnsucht nach Stimmen, die Männer stärken und als Fürsprecher traditioneller Männlichkeit auftreten.
- **Emotionales Verständnis:** Manfluencer suggerieren, die Probleme von männlichen Jugendlichen und jungen Männern zu verstehen und ihnen Mitgefühl entgegenzubringen für ihre vermeintliche Diskriminierungserfahrung.



**Männlichkeitsideologische
Empfänglichkeit ist immer auch
ein Appell nach Orientierung und
Unterstützung in der Entwicklung
einer männlichen Identität!**

Aktuell

- Am 31. März 2026 geht die **Plattform www.manosphere.ch** online. Sie richtet sich an Eltern und Fachpersonen. männer.ch trägt die fachliche Verantwortung. Bund, Kantone und Städte tragen die Finanzierung.
- Für Eltern und Fachpersonen im Kanton Zürich gibt es ein kostenloses Beratungsangebot. Zurzeit schulen wir ein sechsköpfiges Beratungsteam und diskutieren intensiv über **Beratungsgrundsätze/-haltungen**.

Haltungsgrundsätze

- Jungs brauchen Unterstützung *und* Konfrontation / Begrenzung zugleich. Aber: Schnelle Urteile und Bewertungen sind nicht hilfreich.
- Wir müssen uns ehrlich dafür interessieren, was ihnen Manfluencer geben, und sie bei der Erarbeitung nachhaltigerer Alternativen begleiten.
- Es gilt, ideologische Auseinandersetzung und Kritik mit zugewandter Beziehungs- und Wahrnehmungsarbeit zu verbinden (vgl. Andrew G. Thomas und seine *Dual Pathway Hypothesis*).



Danke

theunert@maenner.ch