

Männer und Feminismus

- Warum und Wie?



Interaktiver Vortrag

19. November 2025, Tobi Spiegelberg



MÄNNER IM FEMINISMUS - WARUM UND WIE?

Methodenkonzept zur
konstruktiven Bearbeitung
von antifeministischem
Widerstand bei cis-Männern



Ressourcenorientiert

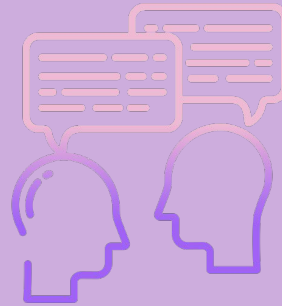
Systemisch

Intersektional

Whisper Vibes

Feminismus bedeutet für mich...

Mit "Männern im Feminismus"
assoziiere ich...



Feminismus definiert

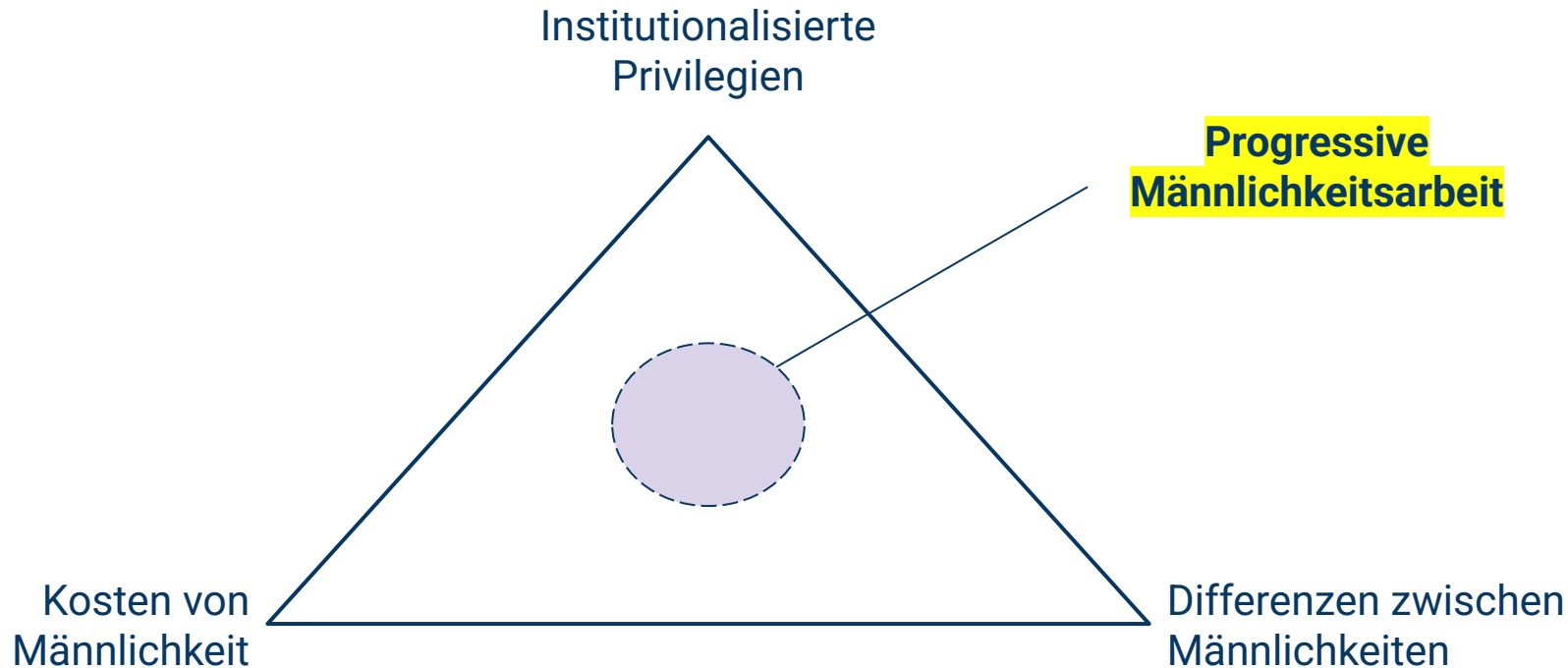
Enzyklopedia Britannica

**Glaube an die gesellschaftliche,
politische und ökonomische Gleichheit
der Geschlechter.**



Männerpolitisches Dreieck

M. Messner 1997



Männlichkeitsanforderungen

nach Daniel Holtermann, Dissens e.V. (2019)

Starke kulturelle und soziale Zuschreibungen und Erwartungen an alle, die als Jungen und Männer anerkannt werden möchten oder als solche gelesen werden.

- **Kontextabhängig**
(Zeit, Ort, soziales Milieu, kultureller Kontext etc.)



*Männer (1984), Bochum,
Herbert Grönemeyer*



*Männer 2.0. (2021)
Lostboi Lino*



Warum gründen zwei Männer ein StartUp zu Männlichkeit?



Kosten von Männlichkeit

➤ Unterdrückung der Emotionen

- Frauen* weinen bis zu **64x/Jahr**, Männer* höchstens **17x** (bis zum 13. Lebensjahr weinen Jungs* und Mädchen etwa gleich)
Frauen und Männer weinen anders, Deutsche Ophthalmologische Gesellschaft, 2009
- Suizidrate bei Männern* ist **3x höher** als bei Frauen*
Todesursachen/ Suizide, Statistisches Bundesamt, 2020

➤ Sucht

- Missbrauch von Alkohol: **73,3% Männer** (Heesen, 2022, S.50)
- Stationäre Patienten mit Hauptdiagnose Kokain: **90% Männer**
Statistiken zu Drogensucht, Statista Research Department, 25.01.2022

➤ Grenzüberschreitung

- Geblitzte PKW's : **78 % Männer** (Heesen, 2022, S.101)
- Gefängnisinsassen in Deutschland: **94% Männer** (Heesen, 2022, S.30)



Souveränitätsphantasma

nach Katharina Debus & Olaf Stuve (2012)



Folgen von Männlichkeit für FLINTA*

➤ **Aufwertung traditionell männlich konnotierter Verhaltensweisen**

- Abwertung traditionell weiblich konnotierter Eigenschaften
- Verbesonderung Queerer Lebensrealitäten

➤ **Ausschluss aus Ersten Spielen des Wettbewerbs**

- Assimilierung
- Impostor Phänomen

➤ **Care Gap:** Frauen leisten 43,8% mehr unbezahlte Arbeit als Männer

Pressemitteilung Nr. 73 vom 28.02.2024, Statistisches Bundesamt

➤ **Data Gap:** Frauen sterben bei Autounfällen mit 48% höherer Wahrscheinlichkeit als Männer

(humanrights.ch, Gender Data Gap: Wie Frauen in den Daten vergessen werden, 29.06.2021)



Werbung für den Bachelor in International Management an der FOM Hochschule, Köln (abgerufen am 22.9.2022)

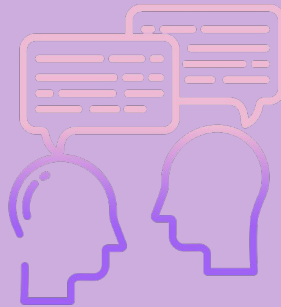
Talk it out!

Welche Kosten von Männlichkeit kennst du bei dir?

Wie wirkt sich das auf Frauen und queere Personen in deinem Umfeld aus?

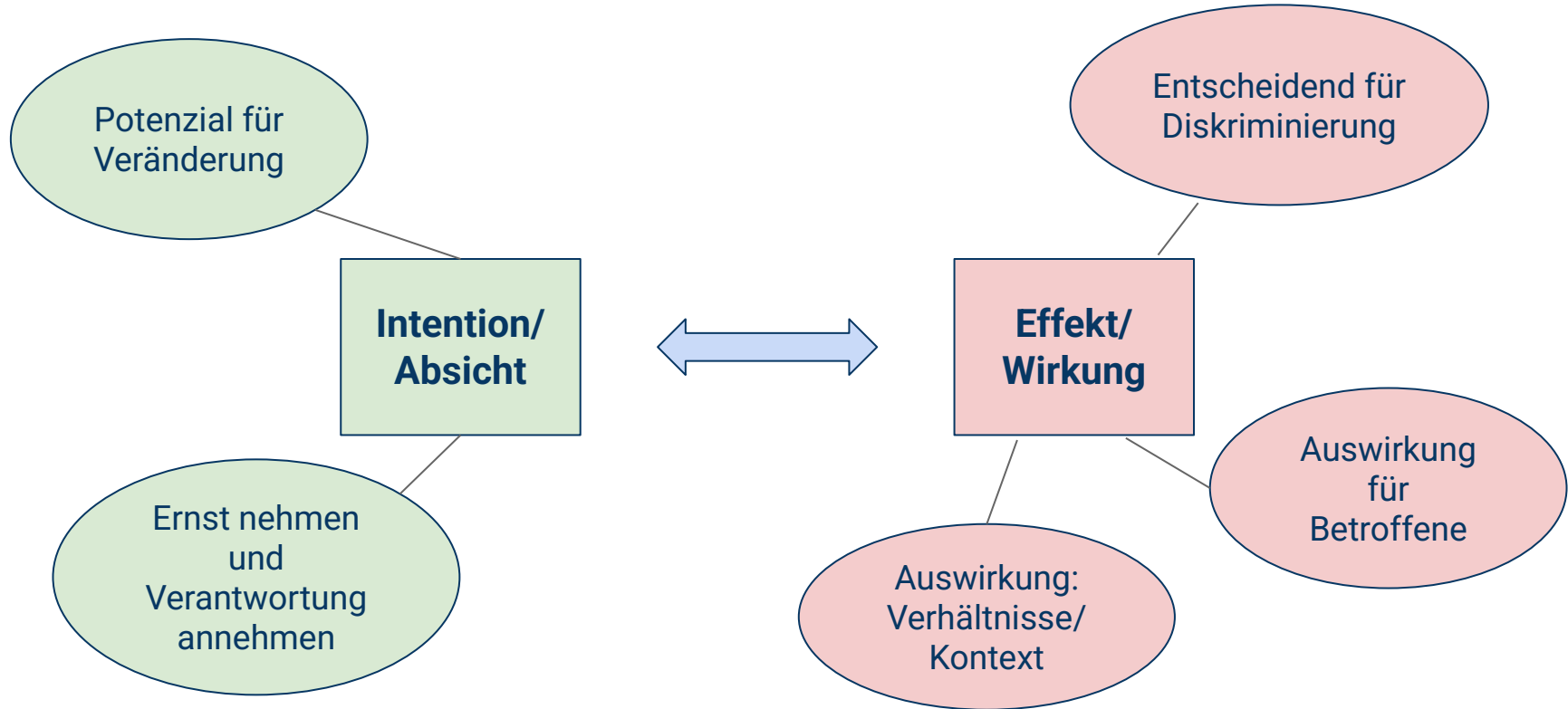
Wo spürst du den Druck souverän zu sein?

1 Minuten
zu dritt



Wie passieren die Ausschlüsse?

(auch unabsichtlich)



Solidarität in action



Verantwortung annehmen

- Eigener Positionierung und Privilegien bewusst sein
- Intervenieren bei Diskriminierung (vor allem als nicht Betroffener)

Verbündeter nicht Retter (Ally not Savior)

- Betroffenen Orientiert
- Kein Manplauding

Privilegien Arbeit!



Danke für eure Aufmerksamkeit!

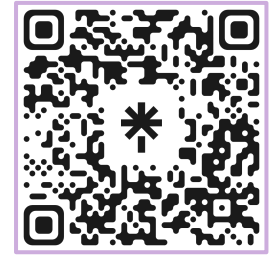


© MaikaStemmler

Don't you know
this is toxic?

Feminismus ist gesund
für Alle!

Mehr über uns
erfahren?



Dazu empfehlen
wir...

