



Vom Gaming-Chat zum Hass-Forum

„Schüler im Netz": Stark machen gegen problematische Rollenbilder und Radikalisierung - Was pädagogische Fachkräfte wissen sollten

1

Kontext

Ausgangspunkt:

Die Realität Jugendlicher online

- Gaming, YouTube, TikTok und Discord sind für viele Jungen **primäre Sozialräume**.
- Influencer, Memes & Livestreamer vermitteln heute genauso Werte wie Schule oder Familie.
- In vielen dieser Räume entstehen neue Formen digitaler Männlichkeit:
 - **ironisch, zynisch, provokativ**, aber zugleich
 - **zutiefst normativ, frauenfeindlich und antifeministisch.**



MaLisa-Studie (2026):

- **90 %** nutzen soziale Medien, um sich über Themen zu informieren, die sie interessieren
- **84 %** lesen Kommentare, um zu sehen, wie andere diskutieren
- **66%** informieren sich über soziale Medien zu Politik und Zeitgeschehen
- **43 %** sind der Meinung, dass Männer, Frauen und non-binäre Personen die gleichen Rechte und Chancen haben sollten.
- **26 %** der Jungen zeigen ein Weltbild, das von einer vermeintlich naturgegebenen Dominanz von Männern, politisch rechter Orientierung, LGBTQ+-Feindlichkeit, Klimakrisenskepsis oder -leugnung sowie Unzufriedenheit mit der Demokratie in Deutschland geprägt ist.
- **97 %** sehen Männer und Frauen von Natur aus als grundsätzlich unterschiedlich

Aber: Was bringt Social Media?

- Soziale Verbundenheit
- Identitätsentwicklung
- Zugang zu Wissen & Lernressourcen
- Emotionale Unterstützung
- Förderung von Kreativität & Selbstwirksamkeit
- Aktivismus & politische Partizipation
- Digitalkompetenzen

„Wer Jugendliche über Medien erreichen will, muss verstehen, was sie dort bekommen, das sie offline nicht finden.“ (Angelehnt an: Hurrelmann/Quenzel, Lebensphase Jugend, 2023)



Digitale Männlichkeit 2026

- Hyperperformanz (Stärke, Status, Dominanz, Geld)
- Anti-Emotionalität („Sei nicht soft“)
- Unsicherheit & Krisenerleben

Verheißung:

Stärke, Respekt, Kontrolle, Zugehörigkeit



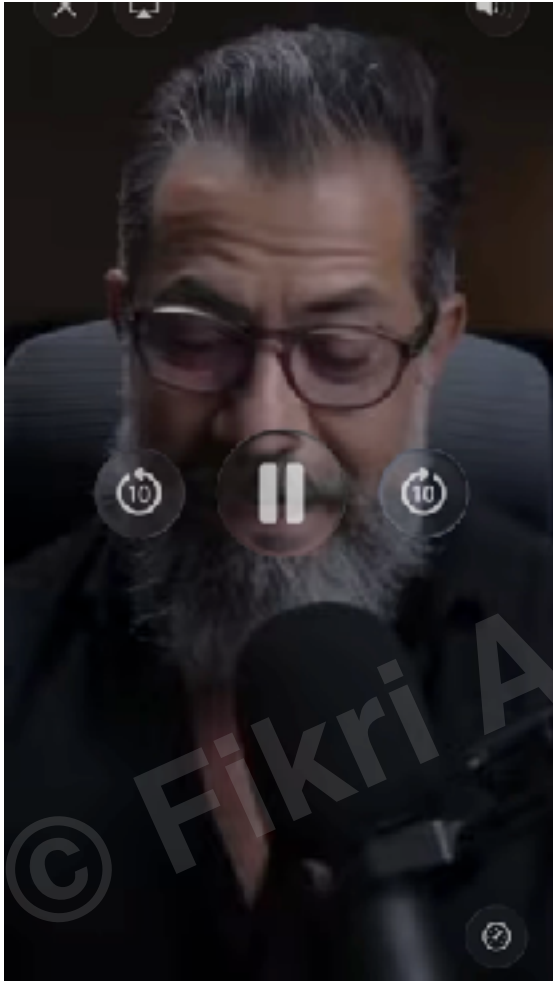
[reale Unsicherheit]

[Plattform-Algorithmus]



Burak Olgun

61.000 Abonnenten



Maximilian Pütz

99.000 Abonnenten



2

Manosphere, Antifeminismus, Phänomene

Was heißt Manosphere?

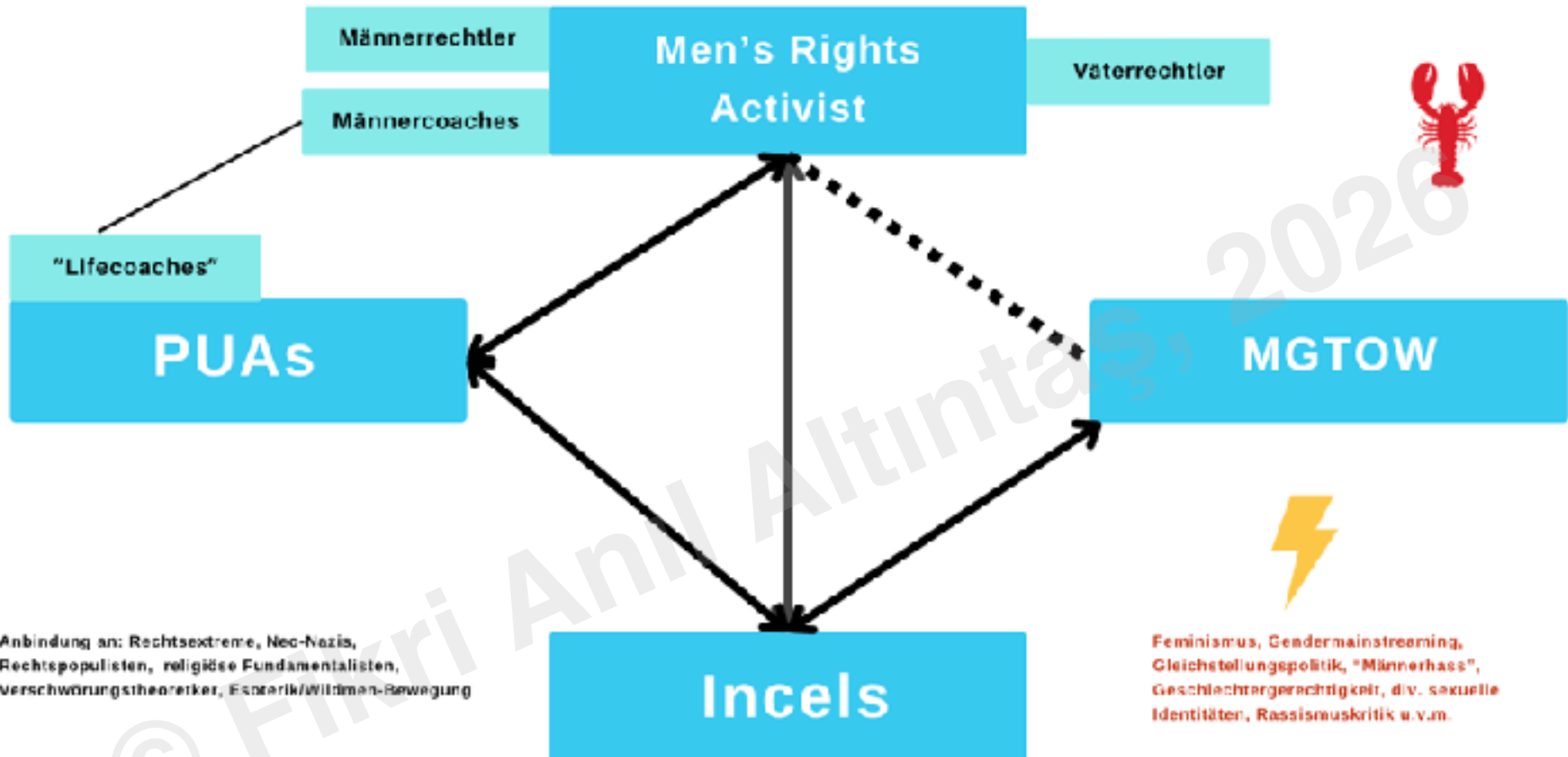
Grundsätzlich, nach Markus Theunert, [männer.ch](https://www.maenner.ch) (2026):

„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.“

Patriarchale Männlichkeitsideologien

- Es gibt eine **«natürliche» Geschlechterordnung**, die nur zwei Geschlechter kennt: Männer und Frauen.
- **Männlichkeit und Weiblichkeit ergänzen sich**: Männer finden im Kampf und Frauen im Kümern 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.

MANNOSPHÄRE



Quelle: Eigene Darstellung

Strategien antifeministischer Akteure

- Niedrigschwellige Einstiege (Memes, Ironie, Humor)
- Emotionales Versprechen (Kontrolle, Anerkennung)
- Polarisierung als Identitätsangebot

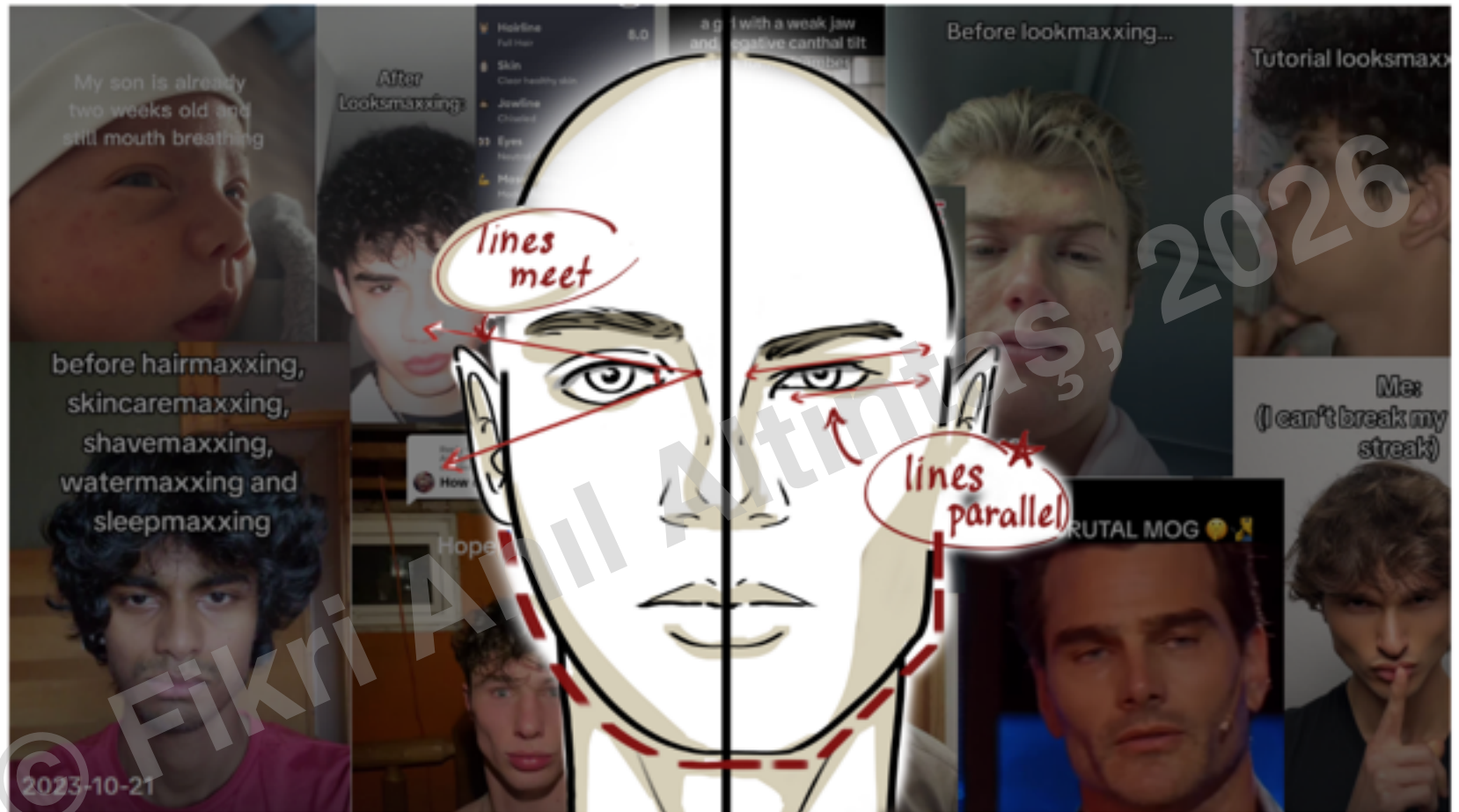
Was das für die Schule bedeutet: Ein Schüler, der Tate-Memes teilt, ist meistens noch nicht ideologisch. Er befindet sich im Einstiegsbereich. Das ist das Fenster für pädagogische Arbeit.

Warum Jungen empfänglich sind

- Psychosoziale Faktoren
(Orientierung, Zugehörigkeit)
- Digitale Faktoren
(Algorithmen und Vergleichsdruck)
- Gesellschaftliche Faktoren
(Krisen, Wunsch nach Stabilität)



Beispiel: *Loooksmaxxing*



<https://www.mvviewer.org/wp-content/uploads/2024/01/Copy-of-Untitled-Design.png>

Definition:

- TikTok-Trend zur Optimierung des Aussehens, besonders bei jungen Männern
- Ursprung in Incel-Foren; Ziel: Attraktivität und soziale Anerkennung und Erreichen eines "idealen" männlichen Erscheinungsbildes.

Praktiken:

- **Softmaxxing:** Basis-Hygiene (Zähneputzen, Hautpflege, „Mewing“)
- **Hardmaxxing:** Radikale Maßnahmen wie Muskelaufbau, Kiefertraining, Schönheitsoperationen, „Bone-Smashing“
- Unrealistische Schönheitsideale führen zu Unsicherheiten, Körperdysmorphie und Essstörungen
- Verbindung zu Incel-Kultur und toxischen Männlichkeitsvorstellungen.



Auswirkungen der Mannosphäre

- **Psychisch:** mehr Depression, Angst, geringes Selbstwertgefühl
- **Körperlich:** ungesunde Körperideale, Übertraining, Schlafmangel, Stresssymptome
- **Sozial:** Rückzug, Einsamkeit, Schwierigkeiten im Umgang mit Frauen, Misstrauen
- **Emotional:** Abwertung anderer, Empathieverlust, Probleme in Beziehungen
- **Kognitiv/ideologisch:** Schwarz-Weiß-Denken, Fatalismus, Frauenfeindlichkeit, Radikalisierungsrisiko
- **Entwicklung:** Identitätsunsicherheit wird verstärkt, Sogwirkung durch Algorithmen



Warnsignale

Im Unterricht beobachtbar	Im Gespräch erkennbar
Abwertende Kommentare über Frauen/queere Personen	Verwendung von „Red Pill“, „Sigma“, „Based“
Aggressive Ablehnung von Gleichstellungsthemen	Überzeugung, dass „Männer unterdrückt werden“
Sozialer Rückzug, Isolation	Misstrauen gegenüber Autoritäten und Medien
Körper-Fixierung, Übertraining	Fatalismus („Die Welt ist halt so“)



Sprache und Kriterien

- **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).
- **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).

Erkennungsmerkmale in Schülersgesprächen:

„Frauen wollen eigentlich..."

„Männer werden heute diskriminiert"

„Das ist nur die Realität / Biologie / Natur"

„Alle anderen lügen dich an, ich sag dir die Wahrheit"

3

Umgang im Unterricht & Gesprächsstrategien

Haltung vor Methode

Drei Haltungen, die nicht (immer) funktionieren:

1. **Beschämen:** „Das ist frauenfeindlich und inakzeptabel.“ →
Trotz, Verhärtung
2. **Ignorieren:** „Das nehmen wir nicht ernst.“ → Bestätigt das
Feindbilddenken
3. **Überwältigen:** zu viele Gegenargumente auf einmal →
Überzeugungsresistenz

Was stattdessen funktioniert: Neugier zeigen. Fragen stellen.
Bedürfnisse hinter Positionen ansprechen.



Die drei Schritte: Anerkennen – Befragen – Erweitern

Schritt 1 – Anerkennen (*nicht zustimmen, aber ernst nehmen*)

„Ich höre, dass dir das wichtig ist. Was meinst du genau damit?“

Schritt 2 – Befragen (*Verständnis statt Konfrontation*)

„Woher kommt das? Wer hat dir das gesagt? Gibt es Situationen, wo das nicht stimmt?“

Schritt 3 – Erweitern (*nicht widerlegen, sondern Perspektiven öffnen*)

„Stimmt es, dass es Männern schadet, wenn sie nie schwach sein dürfen – oder nicht?“



Situationen

Schüler sagt...	 Eskaliert	 Öffnet
„Feminismus ist anti-männlich.“	„Das stimmt einfach nicht.“	„Was verstehst du unter Feminismus? Was stört dich konkret?“
„Frauen wollen im Grunde dominante Männer.“	„Das ist sexistisch.“	„Woher kommt diese Überzeugung? Kennst du Frauen, die das so sehen?“
„Andrew Tate hat einfach recht mit vielem.“	„Tate ist ein verurteilter Krimineller.“	„Was genau findet ihr überzeugend? Und was sagt er über euer eigenes Leben?“
„Das Thema Gleichberechtigung ist doch erledigt.“	„43 % der Jungen sagen das – und die liegen falsch.“	„Woran würdest du merken, wenn es noch nicht erledigt ist?“

Kein Skript funktioniert immer. Aber eine neugierige Frage ist fast immer besser als eine Gegenthese.

Was bringe ich selbst mit?

Vier Reflexionsfragen für Lehrkräfte:

1. Welche Männlichkeitsnormen habe ich selbst verinnerlicht – und wie zeigen sie sich in meinem Unterricht?
2. Reagiere ich auf antifeministische Aussagen von Jungen anders als auf solche von Mädchen?
3. Welche Schüler „nerve ich“ – und welche Rollenmuster stecken dahinter?
4. Habe ich Schüler, bei denen ich früh abgeschrieben habe?



Didaktische Zugänge

- 1. Medienanalyse** (50 min, ab Jg. 8) TikTok- oder YouTube-Clip gemeinsam analysieren: Was wird versprochen? Wer profitiert davon? Welche Gefühle werden angesprochen? → *Material:* Pinkstinks Unterrichtsmaterialien; [klicksafe.de](https://www.klicksafe.de)
- 2. Rollenerwartungs-Mapping** (45 min, ab Jg. 7) Schüler notieren anonym: „Was wird von mir als Junge erwartet?“ → Auswertung im Plenum ohne Bewertung. → *Material:* Dissens e.V., Projekt „Neue Wege für Jungs“
- 3. Perspektivwechsel-Übung** (60 min, ab Jg. 9) Szenarien durchspielen: Wie wirkt eine Situation aus verschiedenen Geschlechterperspektiven? Keine Rollenspiele – Textvignetten, um Abstand zu wahren. → *Material:* [retox-identity.de](https://www.retox-identity.de) (Unterrichtseinheiten)
- 4. Kontroverse Diskussion strukturiert** (45 min, ab Jg. 10) Pro/Contra-Format mit Rollenzuweisung – Schüler müssen eine Position vertreten, die nicht ihre eigene ist. Ziel: epistemische Demut, nicht Meinungsänderung. → *Methode:* „Fishbowl-Diskussion“ (bpb-Methodenkoffer)

4

Ressourcen & Abschluss

Es gilt:

Für Lehrkräfte

Ansprechbar bleiben, auch bei schwierigen Aussagen

Unterrichtsmomente nutzen, nicht nur Projektstage

Kollegiales Fallbesprechen einführen

Erfolge jenseits von Leistung sichtbar machen



Buchempfehlungen



Warum Hoffnung besteht

- Junge Männer sind nicht verloren
- Sie suchen Orientierung – wir können Alternativen bieten
- Schutzfaktoren wirken nachweislich
- Gleichberechtigte Vorbilder verändern alles



Quellen

Medienkompetenz:

- <https://pinkstinks.de/schule-gegen-sexismus/das-projekt/>

Pädagogische Angebote/Vereine

- <https://www.dissens.de>
- <https://lagjungearbeit.de/>
- <https://www.detox-identity.de/>

Expert*innen zum Thema Mannosphäre:

- Veronika Kracher

Ratgeber:

- <https://muttis-blog.net/fakten-check-tiktok-was-eltern-wissen-sollten/>
- <https://bundesforum-maenner.de/>
- <https://manosphere.ch/> (Aktuell!)

Film: Netflix-Serie: Adolescence





Ab 18.08.2026

Ab 10 Jahren