

**Autor:** Julia Beil

**Seite:** 07:59:00

**Ressort:** Leben

**Rubrik:** Leben

**Weblink:** <https://www.businessinsider.de/leben/toxische-maennlichkeit-was-das-bedeutet-und-wie-man-sie-bremst-a/>

**Mediengattung:** Online News

**Jahrgang:** 2022

**Nummer:** 0

## Toxische Männlichkeit: Eine Soziologin erklärt, was damit gemeint ist - und wie wir gegen sie ankommen können

"Toxische Männlichkeit" ist aktuell ein Trendbegriff. Soziologin Laura Chlebos weiß, welche Denk- und Verhaltensmuster damit gemeint sind.

Ein Mann zu sein hat, statistisch betrachtet, viele Nachteile. Männer sterben in Deutschland im Schnitt knapp fünf Jahre eher als Frauen, was viele Experten auch darauf zurückführen, dass sie seltener zum Arzt gehen. Vorsorgeuntersuchungen - wie etwa zur Krebsvorbeugung - nehmen sie seltener wahr. Auch Depressionen bleiben bei Männern oft unbehandelt, was zu einer höheren Suizidrate als bei Frauen beiträgt. Männer landen häufiger im Gefängnis als Frauen: 95 Prozent der Strafgefangenen in Deutschland sind männlich. Dass das so ist, liegt nicht am Y-Chromosom. Keines der oben aufgezählten Verhalten mitsamt seinen Folgen sei Männern genetisch "in die Wiege gelegt", sagt Laura Chlebos, Soziologin an der Ruhr-Universität Bochum. Männer würden nicht abgestumpfter, gewalttätiger oder unvorsichtiger als Frauen geboren. "Solche Denk- oder Verhaltensweisen von Männern sind nicht biologisch, sondern sozial konstruiert", sagt Chlebos. "Es sind Dinge, die sie erlernt haben - und verändern können." Die Denk- und Verhaltensweisen, von denen die 33-Jährige spricht, umfassen einige Dinge, die in jüngster Zeit gern unter dem Begriff "Toxische Männlichkeit" zusammengefasst werden. Dazu gehören laut Chlebos zum Beispiel folgende Aspekte: Emotionale Distanz Aggression Dominanz Ausgeprägtes Risikoverhalten Sexuell grenzüberschreitendes Verhalten Die Angst, vermeintlich schwach zu wirken In der Wissenschaft, erklärt sie, wird der Begriff der Toxischen Männlichkeit noch nicht lange genutzt. Ab wann eine

Denk- oder Verhaltensweise als "toxisch" gelte, sei noch nicht hinreichend erforscht. "Ich habe mir aber viele Artikel aus Feuilletons oder aktivistischen Zusammenhängen angesehen, um den Begriff für mich selbst besser einzuordnen", sagt Chlebos. Dabei sei ein roter Faden zu erkennen: Toxisch männlich sei ein Verhalten dann, wenn ein Mann damit anderen schade - oder sich selbst, zum Beispiel, weil er Arztbesuche meide oder seine Gefühle unterdrücke, aus Angst, vermeintlich schwach zu wirken. Ein prominentes Beispiel für Toxische Männlichkeit fällt Laura Chlebos sofort ein: Kanye West. Der Rapper machte unter anderem Schlagzeilen mit seinem Vorgehen gegen den neuen Partner seiner Ex-Frau Kim Kardashian, Pete Davidson. Kanye warf Davidson vor, seine Familie zu "zerstören". Kardashian schrieb West daraufhin eine private Nachricht, dass sie Angst habe und er sie und ihren neuen Freund in eine gefährliche Situation bringe. Statt einzulenken oder sich zu entschuldigen, veröffentlichte Kanye West einfach einen Screenshot dieser Nachricht. "Bei Kanye West wirkt es aus der Ferne, als äußere sich hier seine toxische Männlichkeit in Form von Besitzdenken", sagt dazu Soziologin Laura Chlebos. "Nach der Devise: ‚Das ist meine Frau, das sind meine Kinder, du hast kein Recht, mit ihnen zusammen zu sein.‘ Viele Expertinnen und Experten verurteilten diese Art der Kommunikation als grenzüberschreitend und missbräuchlich. Es gibt aber auch in der Welt jenseits der Prominenten genug Beispiele für toxische Männ-

lichkeit. Laura Chlebos zufolge äußert sie sich besonders häufig im Job. "Es sind noch immer eher Männer als Frauen, die Leistungsstärke betonen, wettbewerbs- und konkurrenzorientiert denken, am erfolgreichsten sein und am besten verdienen wollen", sagt sie. Auch die Vorstellung vom "einsamen Wolf", der eher ein Einzelkämpfer als ein Teamplayer ist, sei ein Symptom toxischer Männlichkeit. Elternzeit: "Manchmal machen Kollegen dumme Sprüche" Toxische Männlichkeit kann sich laut Laura Chlebos zum Beispiel in der Annahme zeigen, Männer könnten oder dürften nach der Geburt ihres Kindes keine (lange) Elternzeit nehmen - ob dies nun die Väter selbst so sehen oder ihre Vorgesetzten es ihnen so kommunizieren. Es sind auch heute noch mehrheitlich die Mütter, die einen Großteil der Elternzeit in Anspruch nehmen. Laut dem aktuellen Väterreport des Familienministeriums geht ein Viertel der Väter überhaupt in Elternzeit. Von denen, die es tun, bleiben 75 Prozent nur zwei Monate in der Babypause. In einem früheren Interview mit Business Insider äußerte sich die Väter-Coachin Julia Strobel zu möglichen Gründen, warum sich viele Papas mit einer längeren Elternzeit schwertun. Ihrer Erfahrung nach liegen diese Gründe oft in den Unternehmen. Dort werde häufig negativ auf Väter reagiert, die sich länger um ihre Kinder kümmern wollten. "Manchmal machen Kollegen dumme Sprüche. Manchmal der Chef", erzählte Strobel. Dabei wünschten sich viele Männer eine Gleichberechtigung der Geschlechter, sagt Soziologin Chlebos. Viele Umfra-

gen hätten das gezeigt. Genauso hätten diese aber immer wieder ergeben, dass ein Großteil der Männer und auch Frauen an tradierten Männlichkeitsbildern festhalte, den Mann beispielsweise eher in der Rolle des "Ernährers" sehe. "Diese beiden Realitäten existieren nebeneinander", sagt Laura Chlebos. Wenn sich an diesen Rollenbildern nichts ändere, werde es Männern schwerer gemacht, aus veralteten Männlichkeitsbildern auszubrechen. "Mir ist es wichtig zu betonen: Toxische Männlichkeit ist nicht nur ein individuelles Problem, sondern vor allem ein strukturelles, gesellschaftliches." Kinder beobachten das Rollenbild ihrer Eltern Um Toxischer Männlichkeit und ihren Folgen entgegenzuwirken, müsse man schon bei Kindern ansetzen, findet Chlebos. "Eltern haben einen großen Einfluss auf ihre Kinder, auch wenn es darum geht, tradierte Rollenvorstellungen aufzubrechen." Auch sie habe schon als Kind mitbekommen, dass sich vor allem ihre berufstätige Mutter um sie kümmerte, dass sie es war, die den Haushalt schmiss und Geburtstagsfeiern und das Weihnachtsfest organisierte. Ihr Papa hingegen habe sich eher für "klassisch männliche" Bereiche zuständig gefühlt: das Auto und den Garten. Oft merkten Eltern nicht einmal, dass sie in ihrem Alltag eine konservative Rollenverteilung lebten. "Das müssen auch gar keine total verstaubten, antiquierten Verhaltensweisen sein", sagt Chlebos. "Aber wenn Kinder schon früh sehen, dass es

immer die Mama ist, die sich um Geschenke, Fußballtraining oder Zahnarzttermine kümmert, und der Papa meistens spät abends von seinem Job nach Hause kommt, dann transportiere dies den Kindern eine recht klare Botschaft." Was Väter und Mütter tun könnten, wenn ihnen das Thema wichtig ist: über eigene Stereotype nachdenken. "Eltern können sich selbst beobachten und reflektieren." Sie könnten das Thema bei ihrem Nachwuchs ansprechen, erklären, dass auch sie nicht perfekt seien - und ihr Kind fragen, welche Gedanken es zu Männlichkeit und Weiblichkeit habe und ob es sich manchmal unverstanden oder in eine Rolle gedrängt fühle. "Wichtig ist es, dass Eltern sich immer wieder aus der eigenen Komfortzone wagen", findet Laura Chlebos. Dazu gehöre es, die Perspektiven von Menschen einzunehmen, die ein anderes Rollen- oder Familienbild lebten. Dabei können Bücher helfen, Veranstaltungen oder für Väter, die sich in ihrer Rolle unsicher fühlen, ein Vätercoaching. Erweitert eure Perspektive Eltern könnten auch dafür sorgen, dass ihre Kinder schon früh mit verschiedenen Rollenbildern in Kontakt kommen, sagt Laura Chlebos. "Eltern können darauf achten, was sie ihren Kindern für Bücher kaufen, welche Filme sie mit ihnen schauen, auf welche Art Konzerte sie mit ihnen gehen." Vielleicht greift ihr beim nächsten Besuch im Buchladen nicht zu einem Kinderbuch, in dem es um eine klassische "Vater-Mutter-Kind"-Fami-

lie geht - sondern wählt auch einmal eines aus, in dem ein alleinerziehender Papa vorkommt oder ein Kind zwei Mamas hat. (Hier findet ihr eine Liste mit Kinderbüchern, die Diversität in den Vordergrund stellen.) Immer vermeintlich stark zu sein, Gespräche und Beziehungen zu dominieren, das Geld nach Hause zu bringen und keine Gefühle zu zeigen - auch für viele Männer sei das keine Wunschvorstellung, sagt Chlebos. "Durch diese enge Definition von Männlichkeit können viele Männer überhaupt nicht ihr ganzes Potenzial ausschöpfen und stehen ihrer eigenen Selbstverwirklichung im Wege." Es gebe viele Männer, die gar keine Lust auf eine steile Karriere und ständiges Konkurrenzverhalten hätten, sondern sich lieber den Großteil ihrer Zeit um ihre Kinder kümmern würden. "Und es gibt auch viele Männer, die dem körperlichen Ideal - groß, stark, muskulös - gar nicht entsprechen wollen oder können." Auch homosexuelle Männer passten in alte Rollenbilder oft nicht hinein. Chlebos hofft, dass der Trendbegriff "Toxische Männlichkeit" diese Ausgrenzung und Einschränkung in Zukunft sichtbar macht. Männlichkeit, sagt sie, sei vielfältig. Das Bild von ihr, das noch immer in vielen Köpfen existiere, werde ihr nicht gerecht. *Dieser Artikel wurde zuletzt am 16. März 2022 aktualisiert. Er wurde am 15. März 2022 veröffentlicht.*

**Abbildung:** Kanye West's new album  
**Fotograf:** picture20alliance202F20empics207C20Jonathan20Brady  
**Fotograf:** picture20alliance202F20empics207C20Jonathan20Brady  
**Wörter:** 1273  
**Urheberinformation:** (c) Axel Springer SE