



Essay von Philipp Kauppert, März 2025

Progressive Männlichkeit – mehr als ein Wunschtraum?

Warum wir für echten Fortschritt Männern auch Angebote machen müssen

Auf einen Blick

Angesichts eines erstarkenden Maskulismus und kulturellen Backlashs braucht es neue Angebote für Männer und positive Identifikationsflächen, die Empathie, Verantwortung und echte Gleichberechtigung fördern. Dazu benötigen Männer Raum, um an sich zu arbeiten – sowohl auf politischer als auch auf persönlicher Ebene. Gerade angesichts der wachsenden Bedeutung von Care-Arbeit ergeben sich dabei auch neue Chancen für den gesellschaftlichen Zusammenhalt. Der persönliche Essay ist auch ein Zwischenfazit einer Veranstaltungsreihe zur „Progressiven Männlichkeit“ – einem offenen Diskussions- und Suchprozess mit Stimmen aus Wissenschaft, Zivilgesellschaft und Politik zur Neubestimmung männlicher Identität.

Das Konzept der progressiven Männlichkeit stellt traditionelle Vorstellungen von Männlichkeit in Frage. Es bricht mit einem Männerbild, das auf Dominanz, Abgrenzung und emotionaler Kontrolle basiert, und setzt stattdessen auf ein neues Verständnis von Männlichkeit, das Vielfalt, Offenheit und soziale Verantwortung in den Mittelpunkt rückt. Im Ringen um Geschlechtergerechtigkeit sind Männer nicht als „Retter“ gefragt, sondern als gleichberechtigte Partner. Zugleich gilt es, eigene Privilegien zu erkennen und Machtstrukturen kritisch zu hinterfragen. Progressive Männlichkeit lädt dazu ein, sich selbst und die eigene Rolle in der Gesellschaft neu zu denken – als Teil eines größeren Projekts von Gerechtigkeit und Zusammenhalt.

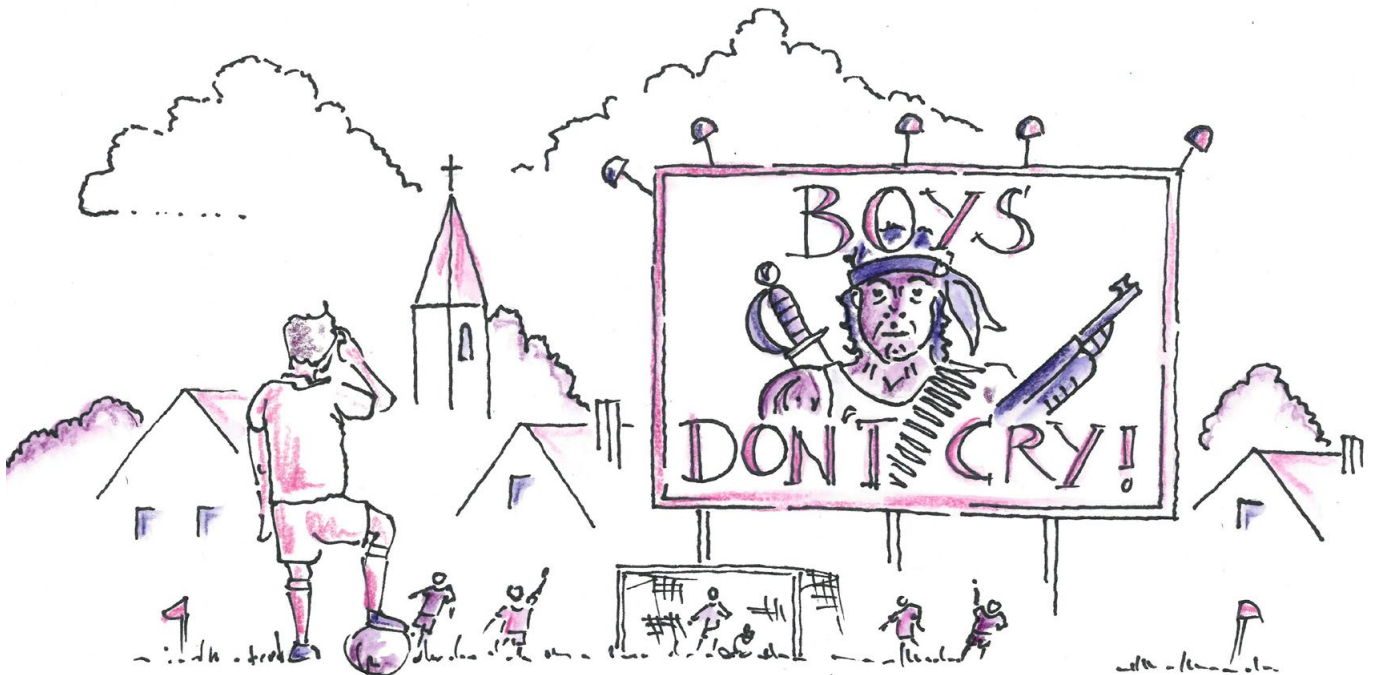
Als ich begann, diesen Text zu schreiben, war ich wieder um 5:30 Uhr von meiner Tochter geweckt worden, die von einem Albtraum aufgewacht war. Sie weinte und sagte mir schluchzend, sie hätte Angst gehabt. Seit ich zu ihrer Geburt ein Jahr Elternzeit genommen hatte, waren meine Nächte von ihrem Schlafrhythmus bestimmt. Nun war sie etwas über drei Jahre alt, und in diesem Alter haben Kinder bekanntlich starke Gefühle, die sie und andere Menschen manchmal überwältigen. Ich muss immer wieder neu lernen, mit dem Frust, der Enttäuschung und der Wut einer Dreijährigen umzugehen. Gleichzeitig möchte ich ihrer großen Schwester gerecht werden, die mit ihren sieben Jahren andere, aber ebenso wichtige Bedürfnisse hat. Wie kann ich ihr gegenüber empathisch bleiben und sie nicht aus dem Blick verlieren? Immer wieder bemerke ich, welche Gefühle meine Töchter in mir selbst auslösen. Ich erkenne Muster, die ich mir im Laufe meines Lebens angewöhnt habe. In einem Moment schreien sie mich an und weisen mich ab – und kurz darauf bin ich plötzlich „der beste Papa der Welt“.

Als ich Vater wurde, begann ich, mich intensiver mit meiner eigenen Kindheit auseinanderzusetzen. Welche Rollenbilder haben mich geprägt? Welche Werte wurden mir mitgegeben? Und vor allem: Wie kann ich ein guter Vater für meine Töchter sein? Ich bin in einer westdeutschen Kleinstadt mit zwei Schwestern aufgewachsen. Mein Vater hatte einen Bürojob, meine Mutter kümmerte sich hauptsächlich um Haushalt und Kinder. Vermutlich habe ich durch die Nähe zu meinen Schwestern und meiner Mutter früh ge-

lernt, mit Mädchen und Frauen zu kommunizieren. Aber insgesamt war meine Welt geprägt von relativ klassischen Geschlechterbildern der 80er und 90er Jahre: Männer sollten stark sein und möglichst keine Schwächen zeigen, schon gar nicht öffentlich.

Übertrieben traditionelle Männlichkeitsrituale fand ich schon als Jugendlicher seltsam bis abstoßend. Trotzdem fühlte ich mich in meinen Fußballvereinen durchaus wohl und passte mich weitgehend den dominanten Normen und Verhaltensweisen an. Mit dem Feminismus kam ich das erste Mal in Berührung, als ich Anfang der 2000er an die Uni kam. Nach und nach lernte ich verschiedene feministische Strömungen kennen – und fragte mich immer wieder: Wie sollte ich mich als Mann dazu verhalten? Deshalb habe ich mich auseinander gesetzt mit dem Begriff der „toxischen Männlichkeit“ – also der Art des Männlich-Seins, die als schädlich und vergiftend wahrgenommen wird.¹ Diese Auseinandersetzung ist dringend notwendig, doch fehlte mir als Abgrenzung dazu die andere Seite: eine positive Identifikationsfläche.

In den letzten Jahren wurde viel darüber diskutiert, welche Rolle Männer im Feminismus einnehmen können – oder sollen. Der zentrale Punkt dabei: Männer müssen feministische Anliegen anerkennen und aktiv unterstützen. Allerdings gibt es auch Feministinnen, die Männer aus bestimmten Räumen komplett heraushalten wollen und männliche Verhaltensweisen innerhalb feministischer Plattformen kritisch hinterfragen. Ich verstehe diese Kritik an



¹ Eine ausführlichere Erläuterung des Begriffs der „Toxischen Männlichkeit“ steht im Gender-Glossar der Friedrich-Ebert-Stiftung. Online unter: <https://www.fes.de/wissen/gender-glossar/toxische-maskulinitaet>



der profeministischen Inszenierung mancher Männer. Auch ich finde, dass eine rein symbolische Auseinandersetzung mit dem Feminismus nicht genügt. Gleichzeitig sehe ich, dass viele Männer ziemlich defensiv auf den Begriff „toxische Männlichkeit“ reagieren. Sie fühlen sich angegriffen, rechtfertigen ihr Verhalten und haben oft nicht die Fähigkeit, Kritik anzunehmen. Ich frage mich: Warum haben wir es nicht geschafft, ihnen ein alternatives Modell aufzuzeigen? Seit den 60er Jahren gab es ja durchaus immer wieder Versuche, den dominanten Leitbildern von Männlichkeit eine progressive Einstellung entgegen zu setzen. Warum haben wir diese Idee einer „progressiven Männlichkeit“ jedoch nicht weiter ausbuchstabiert? Während sich die feministischen Bewegungen immer weiter ausdifferenziert haben und intersektionaler wurden, blieben die wenigen männlichen Mitstreiter meistens eher Randerscheinungen.

Aktuell erleben konservative Männerbilder eine mediale Hochphase. In den sozialen Medien gehen Videos viral, die definieren, was einen „echten Mann“ ausmacht. Der Maskulismus ist eine politische Bewegung, die vordergründig für die Rechte und Bedürfnisse von Männern eintreten will.³ Immer offener feiern Maskulisten es als eine Art Befreiung, ungeschönt Machtansprüche und Abwertungsritu-

ale auszuleben. Der Anti-Feminismus ist zu einem effektiven Werkzeug rechter und autoritärer Bewegungen geworden. Er spricht Männer verschiedener Altersstufen an, indem er auf tiefsitzende Verunsicherungen bestimmter Bevölkerungsgruppen abzielt. Auf kultureller Ebene scheint die progressive Dominanz der letzten Dekade gebrochen. Die Vielfalts-Diskurse, die lange das gesellschaftliche Klima bestimmten, stoßen offensichtlich vielerorts an ihre Grenzen. Es gab ja durchaus Fortschritte in den letzten Jahren, sowohl in den gesellschaftlichen Kämpfen als auch in der politischen Regulation. Der Feminismus hat seinen Weg in die Popkultur und in die Mainstream-Medien gefunden. Politisch haben sich bestimmte Einstellungen gewandelt: so wird beispielsweise die Ehe für gleichgeschlechtliche Paare selbst in konservativen Kreisen kaum noch infrage gestellt. Aber es gibt immer stärkeren Gegenwind, und mit den Hintergründen und Ursachen sollten wir uns befassen. Was ist eigentlich geschehen, dass Jugendliche jetzt „woke“ sein so uncool finden – und stattdessen Typen wie Elon Musk und seine Raketen bewundern?

Viele Menschen fühlen sich mit den verschiedenen Herausforderungen unserer Zeit überfordert. Männer sollen nach wie vor im öffentlichen Leben sowie im Job performen,

² Hier gab es einen der Versuche, den Begriff der „progressiven Männlichkeit“ besser einzuordnen und zu definieren: <https://www.fes.de/forum-politik-und-gesellschaft/artikelseite-veranstaltungen/progressive-maennlichkeit-16-november-2023-18-uhr>

³ Mehr zum Maskulismus im Gender-Glossar der FES: <https://www.fes.de/wissen/gender-glossar/maskulismus>

aber auch im Privaten andere Rollen übernehmen, die vorherige Generationen noch von sich weisen konnten. Die Liste an Anforderungen und Erwartungen ist sehr lang: Männer sollen zugewandte Partner sein, leidenschaftliche Liebhaber, einfühlsame Väter, humorvolle Freunde, engagierte Nachbarn – um nur einige Beispiele zu nennen. Es lässt sich natürlich einwenden, dass Frauen schon lange mit widersprüchlichen Erwartungen jonglieren müssen – oft unter noch deutlich größerem Druck. Doch hat der Feminismus den Frauen zunehmend positive Identitätsangebote gemacht, Vergleichbares gibt es auf der männlichen Seite kaum. Viele Männer sind durchaus bereit für die erforderlichen Lernprozesse. Aber Verhaltensänderungen brauchen Zeit, und es können immer wieder Fehler passieren. Wir sollten Männern den nötigen Raum dafür geben, sich auf diesen Weg zu begeben. Statt sie anzuklagen oder pauschal zu verurteilen, sollten wir sie ermutigen und ernsthaft unterstützen. Ich weiß, das ist für alle Beteiligten eine schwierige Gratwanderung.

Jenseits der individuellen Ebene braucht es mehr politische Initiativen und strukturelle Veränderungen. Progressive Männer müssen sich kompromisslos für echte Gleichberechtigung einsetzen, aktiv gegen Gewalt an Frauen und Mädchen kämpfen und neue gesellschaftliche Rollenbilder schaffen. Dafür müssen sie Macht abgeben und dominante Verhaltensweisen verändern, allerdings wird das nicht ohne Konflikte funktionieren. Vielleicht kann das Argument dabei helfen, dass langfristig auch Männer von mehr Geschlechtergerechtigkeit und anderen Rollenverteilungen

profitieren. Wer mehr in menschliche Beziehungen investiert, ist nachweislich glücklicher und erhält mehr Anerkennung und Unterstützung. Zusammenarbeit und empathisches Verhalten werden gesellschaftlich belohnt, das hat die Sozialwissenschaft nachgewiesen. Nach Jahrzehnten neoliberaler Dominanz wäre es an der Zeit, dass Männern und Frauen gemeinsam an einer gesellschaftlichen Utopie arbeiten, die auf Empathie, Zusammenhalt und echter Gleichberechtigung basiert.

Eine Baustelle möchte ich dafür besonders in den Mittelpunkt stellen: Männer müssen endlich mehr Verantwortung für Care-Arbeit übernehmen. Immer mehr Männer nehmen in Deutschland Elternzeit – eine entscheidende Voraussetzung, um sich früh in die physische und emotionale Begleitung ihrer Kinder einzubringen. Doch Mütter tragen immer noch einen Großteil dieser Verantwortung und nehmen im Vergleich deutlich längere Elternzeiten.⁴ Deshalb wird intensiv über neue Anreizsysteme diskutiert, um Väter stärker einzubinden. Doch Care-Arbeit geht weit über die Familie hinaus. In einer alternden Gesellschaft wird der Bedarf an Fachkräften in der Alten- und Krankenpflege enorm steigen. Auch in Bildung, Gesundheit und Sozialer Arbeit fehlen Arbeitskräfte. Mehr Männer müssen sich für diese Berufe entscheiden – nicht nur aus wirtschaftlicher Notwendigkeit, sondern weil es eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe ist. Dieses Konzept wird als „Caring Masculinities“⁵ diskutiert – eine Männlichkeit, die sich durch Fürsorge, Verantwortung und soziale Bindungen auszeichnet. Ihre stärkere Verankerung könnte den gesellschaftlichen Zu-



⁴ Dazu mehr Hintergründe und Daten bei der Bundesstiftung Gleichstellung. Online verfügbar unter: <https://www.bundesstiftung-gleichstellung.de/wissen/themenfelder/care-arbeit-gleichstellung/>

⁵ Tunç, Michael (2020): Väterlichkeiten und Caring Masculinities in der Migrationsgesellschaft. Normalisierungs- und rassismuskritische Perspektiven. Online unter: <https://www.jstor.org/stable/j.ctv1bvndpc.16?seq=1>



sammenhalt erheblich fördern. Care-Arbeit muss endlich anders bewertet werden – sowohl gesellschaftlich als auch wirtschaftlich. Wir brauchen neue Modelle, die diese Arbeit sichtbar machen, finanziell besser entlohnen und als gleichwertig anerkennen.

Im Rückblick auf die kürzlich abgeschlossene FES-Reihe zur „Progressiven Männlichkeit“⁶ frage ich mich erneut, was dieser Begriff nun eigentlich aussagt. Haben wir tatsächlich Antworten gefunden, oder haben wir über die letzten drei Jahre eher immer weitere Fragen aufgeworfen? Unser Ausgangspunkt war die Auseinandersetzung mit „hegemonialer Männlichkeit“, also den dominanten Leitbildern von Männlichkeit und den dahinter liegenden Strukturen. Die Befassung mit den Konzepten von „Kritischer Männlichkeit“ zielte darauf ab, dass Männer ihre eigenen Privilegien hinterfragen und möglichst wenig Macht über andere Menschen ausüben. Insgesamt ist deutlich geworden, dass Geschlechtergerechtigkeit nur erreicht werden kann, wenn Männer ihren Teil der Verantwortung dafür übernehmen. Doch während wir diese Fragen diskutieren, sind die reaktionären Kräfte auf dem Vormarsch. Und es gelingt uns als progressive Bewegung kaum, Menschen außerhalb unserer eigenen Milieus und Lebenswelten anzusprechen. Das ist eine gesellschaftspolitische Herausforderung, aber zugleich ebenso eine private.

Es war ein spannender, komplexer Suchprozess nach einem positiven Gegenbild zu den traditionellen Geschlechterrollen. Und wahrscheinlich wird es weiterhin ein Suchprozess bleiben, der immer wieder die kritische Auseinandersetzung mit den vorherrschenden Normen und Strukturen erfordert. Dennoch brauchen wir solche utopischen Projektionsflächen und Fluchtpunkte, die uns Orientierung und Zuversicht geben. Aus meiner Sicht geht dies Hand in Hand mit dem Feminismus – eine der wenigen, pro-demokratischen Bewegungen in unserer dystopischen Zeit. Deshalb möchte ich persönlich als Mann weiterhin Teil dieser Bewegung sein und meinen Beitrag dazu leisten, Männlichkeit progressiv auszugestalten. Im Politischen wie im Privaten, denn beides lässt sich kaum voneinander trennen. Dies beginnt mit der Notwendigkeit, anderen Menschen aufmerksam zuzuhören und die richtigen Fragen zu stellen. Ich nehme mir vor, weiter an meiner Empathiefähigkeit zu arbeiten und mich dabei an wahrer Gleichberechtigung zu orientieren. Ich möchte Männern die Angst vor dem Feminismus nehmen und ihnen aufzeigen, dass progressive Männlichkeit ein möglicher Weg und damit mehr als nur ein Wunschtraum ist. Vielleicht werden mir meine Töchter eines Tages dafür dankbar sein.

⁶ Online verfügbar unter: <https://www.fes.de/referat-demokratie-gesellschaft-und-innovation/zusammenhalt-in-vielfalt/progressive-maennlichkeit>

Veranstaltungsreihe Progressive Männlichkeit

In der Männlichkeiten-Reihe der FES wurden seit 2022 verschiedene Fragen zum Verhältnis von Männern zur feministischen Bewegung verhandelt. Ausgangspunkt war die Abgrenzung von Formen der toxischen Männlichkeit und die Suche nach einem progressiven Gegenbild. Diese Suche wurde immer auch als ein Prozess verstanden, wo es um kritische Selbstreflexion und um die Vielfalt von Männlichkeitsvorstellungen ging.



➔ www.fes.de/referat-demokratie-gesellschaft-und-innovation/zusammenhalt-in-vielfalt/progressive-maennlichkeit

Autor

Philipp Kauppert war von 2022 bis 2025 innerhalb der Friedrich-Ebert-Stiftung für den Bereich „Zusammenhalt in Vielfalt“ verantwortlich. In diesem Kontext entstand auch die Reihe über „progressive Männlichkeit“. Zuvor hat er in Berlin, La Paz, Islamabad und Jakarta für die internationale Abteilung der FES gearbeitet und sich mit Fragen von sozialer Gerechtigkeit, Demokratie und politischer Ökonomie beschäftigt.

Impressum

Herausgeberin

Friedrich-Ebert-Stiftung e.V.
Godesberger Allee 149
53175 Bonn
info@fes.de

Herausgebende Abteilung

Abteilung Politische Bildung und Dialog
Referat Demokratie, Gesellschaft und Innovation

Redaktion und Kontakt

Dorina Spahn, Abteilung Politische Bildung und Dialog
Dorina.Spahn@fes.de

Illustrationen

Sebastian Romero

Die in dieser Publikation zum Ausdruck gebrachten Ansichten sind nicht notwendigerweise die der Friedrich-Ebert-Stiftung e.V. (FES). Eine gewerbliche Nutzung der von der FES herausgegebenen Medien ist ohne schriftliche Zustimmung durch die FES nicht gestattet. Publikationen der FES dürfen nicht für Wahlkampfzwecke verwendet werden.

Mai 2025
© Friedrich-Ebert-Stiftung e.V.

ISBN 978-3-98628-450-3

Weitere Publikationen der Friedrich-Ebert-Stiftung finden Sie hier:
➔ www.fes.de/publikationen

