

Gewaltassoziierte Formen männlichen Verhaltens - Analyse und Befund

Gesellschaftliche und politische Veränderungen stellen Jungen und Männer vor große Herausforderungen: alte Rollenmuster werden in Frage gestellt und abwehrende Gegenbewegungen überholter Macht- und Dominanz-Muster formieren sich. Die Daten zeigen, dass junge Männer in Schule und Beruf immer weiter abgehängt werden, dass sie wesentlich häufiger schon früh unter Einsamkeit leiden (mehr als jeder fünfte 18-29-Jährige), dass sie öfter krank werden als Frauen, deutlich mehr Alkohol trinken, sich und andere überproportional gefährden, schneller arbeitslos werden oder sich zu Tode arbeiten. Männer dominieren die Negativ-Statistik. Bundesweit kommen etwa 63 Milliarden Euro zusammen, würden alle „toxischen Verhaltensweisen“ von Männern mit einem Preisschild versehen werden, belegt der Wirtschaftswissenschaftler Boris von Heesen (podcast: <https://wirinddasproblem.de/2025/11/10/was-maenner-kosten/>).

Und dieses Leben kostet Männer (und Frauen) auch ihr eigenes Leben oder verkürzt es. Sie begehen zweieinhalbmal häufiger Suizid. Eingeeengt in ihrem Rollenverständnis suchen sie aber aus Scham deutlich weniger häufig (medizinische, psychologische, telefon/chat-seelsorgerliche) Unterstützung.

Die Gründe sind vielfältig. Lange übersehen wurde bisher, wie stark Jungen und Männer in verschiedenen sozialen Kontexten von Gewalt betroffen sind. Das hebt der im Frühjahr 2026 erschiene 6. Männergesundheitsbericht hervor <https://www.stiftung-maennergesundheits.de/>. Nach Gewalt-Erfahrungen befragt geben 20-30 % der Männer an, in ihrer Kindheit mindestens einmal misshandelt worden zu sein und ebenso in der Partnerschaft Gewalt ausgesetzt gewesen zu sein. Wer Gewalt erfahren hat und sich nicht damit auseinandersetzt, riskiert langfristig erhebliche psychische Probleme wie Depression, Angst- und posttraumatische Belastungsstörungen aber auch gravierende Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Viele dieser so Betroffenen werden wieder Opfer von Gewalt oder auch selbst gewalttätig.

Eine neue Dunkelfeldstudie (LeSuBiA „Lebenssituation, Sicherheit und Belastung im Alltag“ <https://www.bmbfsfj.bund.de/bmbfsfj/aktuelles/alle-meldungen/neue-dunkelfeldstudie-zu-gewalterfahrungen-veroeffentlicht-280248>) des Bundeskriminalamts und des Bundesfrauenministeriums bestätigt diesen Befund und eröffnet einen bisher nicht dagewesenen Blick auf die Fall- Zahlen: Mehr als jede zweite junge Person ist in Kindheit und Jugend von körperlicher Gewalt durch Eltern oder Erziehungsberechtigte betroffen und mehr als jede dritte Person von psychischen Gewalterfahrungen. Fast jede vierte Person hat Gewalt zwischen den Erziehungsberechtigten miterlebt. Diese Zahlen zeigen, „was lange im Verborgenen lag“, erklärt Katrin Prien: „Das Dunkelfeld bei partnerschaftlicher und sexualisierter Gewalt ist riesig. Gewalt ist kein Randphänomen, sie betrifft Millionen Menschen in unserem Land... und 19 von 20 Taten werden nicht angezeigt. Dieses Schweigen ist kein individuelles Versagen, sondern Ausdruck von Angst und offenbar fehlenden Zugängen zu Hilfe. ...Wir müssen Gewalt verhindern, bevor sie entsteht.“

Konkret für Schleswig-Holstein erfasste das LKA 2025 in seiner Kriminalitätsstatistik 9.708 Opfer Häuslicher Gewalt (+3,7%). Dabei werden Kinder zwangsläufig Zeugen der Taten und müssen sich die Gewalt und Erniedrigungen ihren Müttern mit ansehen.

Dieser Befund lässt sich besser verstehen, wenn wir uns den toxischen Einfluss rechter Influencer auf das Verhalten junger Männer bewusst machen. Die Ergebnisse der Umfrage [Spannungsfeld Männlichkeit](#) von „Plan International“ beleuchtet deren Umgang mit den Themen *Gefühle, Beziehungen, Gewalt, Rollenbilder*. Diese Online-Befragung von 1.000 Männern und 1.000 Frauen zwischen 18 und 35 Jahren (bevölkerungsrepräsentativ nach Altersgruppen, nach Bildungsgrad und nach den Regionen Nord, Süd, West, Ost) zeigt, wie sehr stereotypische Rollenbilder zunehmen: 71 % der befragten jungen Männer glauben, persönliche Probleme selbst lösen zu müssen, ohne um Hilfe zu bitten. 51 % Befragten ist der Überzeugung, sie sei schwach und angreifbar, wenn sie Gefühle zeigt. 63 % geben an, dass sie sich in ihrem Inneren manchmal traurig, einsam oder isoliert fühlen. Mehr als ein Drittel der befragten Männer (34 %) gibt an, dass sie gegenüber Frauen schon mal handgreiflich werden, um ihnen Respekt einzuflößen. Zugleich empfinden 95 % der befragten Männer Veränderungsdruck. Und 54 % der Befragten sind bereit, sich aufgrund dieses Drucks weiterzuentwickeln.