

# Incels – Die Spitze des patriarchalen Eisbergs

*Veronika Kracher*

## *I. Einleitung*

Es ist eine bittere Ironie der Geschichte, dass der Begriff „Incel“ – die Kurzform für „Involuntary Celibate“, also „unfreiwillig im Zölibat Lebende“ Anfang der Neunziger Jahre von einer bisexuellen Frau ins Leben gerufen wurde. Damals bezeichnete das Wort „Incel“ den temporären Zustand, sich eine Beziehung zu wünschen, jedoch seit längerer Zeit alleinstehend zu sein. Incels dieser Zeit besprachen ihre Wünsche, Ängste und Selbstzweifel in Messageboards, die für Menschen jederlei Geschlecht und sexueller Orientierung offen waren. Diese virtuellen Orte waren auf solidarischen Austausch und Selbstreflektion, stellenweise jedoch auch auf neoliberal anmutende Selbstoptimierung angelegt. Spätestens seit Mai 2014 ist jede positive Assoziation mit dem Begriff „Incel“ unmöglich geworden. Am 23.05. ermordete der 22 Jahre alte Elliot Rodger sechs Menschen auf dem Campus der Universität von Santa Barbara, anschließend erschoss er sich selbst. Am Tag zuvor veröffentlichte er ein Video und ein 140 Seiten langes Manifest mit dem Titel „My twisted World“<sup>1</sup>, um seine Taten zu begründen. Die Morde seien ein Racheakt an Frauen gewesen, da sie „sich niemals zu mir hingezogen gefühlt haben.“ In dem Video, gefilmt am Steuer seines BMWs, sagt Roger: „Ich weiß nicht, wieso ihr kein Interesse an mir habt, aber ich werde euch dafür bestrafen. Es ist eine Ungerechtigkeit, ein Verbrechen, weil... Ich weiß nicht, was ihr nicht in mir seht. Ich bin der perfekte Kerl, und trotzdem werft ihr euch diesen widerwärtigen Kerlen an die Brust, und nicht mir – dem perfekten Gentleman.“<sup>2</sup> Sein Manifest ist eine akribische Rekonstruktion der narzisstischen Kränkungen, die Rodger seiner Ansicht nach durch die Hände von Frauen erfahren hat – nämlich, dass sie ihm, trotz seiner wohlhabenden Herkunft und seines vermeintlich überlegenen

1 Rodger, Elliot, My twisted World, 23.05.2014, Dokument abgerufen über folgenden Link: <https://www.documentcloud.org/documents/1173808-elliot-rodger-manifesto>.

2 Transcript of video linked to Santa Barbara Mass Shooting, CNN, 27.05.2014. URL: <http://edition.cnn.com/2014/05/24/us/elliot-rodger-video-transcript/index.html>, Übersetzung V.K.

Intellekts, keine sexuellen Avancen gemacht hätten. Daraus leitet er ab, dass Frauen *an sich* intellektuell und emotional unterlegene Wesen seien, dass ein „Krieg gegen Frauen“ notwendig sei und in einer idealen Welt Frauen in Konzentrationslagern systematisch vernichtet würden. Den Tag seines Terroraktes nannte er „The day of Retribution“ – den Tag der Wiedergutmachung.

Innerhalb der kontemporären Incel-Bewegung wird Rodger als „Heiliger“ und „Held“ verehrt – und tausende Mitglieder von Incel-Foren träumen davon, ebenfalls „ER zu gehen“<sup>3</sup>, also: einen explizit misogyn motivierten Terroranschlag zu begehen, weil sie ihre patriarchalen Anspruchsanhaltungen an den Zugang auf weibliche Sexualität nicht erfüllt sehen. Trotzdem erhält diese Online-Subkultur, deren Mitglieder sich auf Imageboards wie 4chan, eigenen Incel-Foren mit zehntausenden Mitgliedern und über traditionelle Social Media-Plattformen wie TikTok oder YouTube radikalisieren, nach wie vor nicht die gebührende gesellschaftliche Aufmerksamkeit. Dies ist darin verwurzelt, dass eine Diskussion über Incels nicht geführt werden kann, ohne über Antifeminismus, Misogynie und patriarchales Anspruchsdenken zu sprechen – und diese sind einer patriarchal strukturierten Gesellschaft immanent, weit über die Incel-Szene hinaus.<sup>4</sup>

## II. Von der roten Pille zum Terrorakt

Incels sind Anhänger der sogenannten „Blackpill“-Ideologie, die ein Derivat der maskulinistischen und verschwörungsideologischen „Redpill“-Ideologie<sup>5</sup> darstellt. AnhängerInnen dieser Weltvorstellung hängen der projektiv aufgeladenen Fehlannahme an, dass die Entwicklung der westlichen Welt von dem sogenannten „Kulturmarxismus“ – ein Begriff, der vor allem durch den Rechtsterroristen Anders Breivik popularisiert wurde und

---

3 Wictionary.org: [https://en.wiktionary.org/wiki/go\\_ER](https://en.wiktionary.org/wiki/go_ER).

4 Die Incel-Szene selbst ist nach Selbstangaben ethnisch ausgesprochen divers – ca. die Hälfte der User des größten Incel-Forums sind nicht weiß -, größtenteils unter 25 Jahre alt, stammen aus der Mittelschicht und sind primär in Europa und den USA verortet. Daten bezogen über folgende, auf dem Forum incels.is geführte Umfrage: <https://incels.is/threads/2021-incels-is-survey.336434/>.

5 Der Begriff „Redpill“ ist eine Referenz auf den Film „Die Matrix“ (1999); in welchem dem Protagonisten eine rote und eine blaue Pille angeboten wird. Die blaue Pille lässt ihn weiter in der Illusionswelt der Matrix verbleiben, die rote Pille hingegen „erwachen“ und die Welt in ihrer grausamen Realität erkennen. Redpiller betrachten sich demzufolge als „Aufgewachte“ und „Erleuchtete“.

den gesellschaftlichen Einfluss der Frankfurter Schule beschreiben soll – gesteuert würde.<sup>6</sup> Dies impliziert die systematische Unterdrückung heterosexueller, weißer, cisgeschlechtlicher Männer durch ein imaginiertes „Feminat“, also eine feministische Herrschaft. Feminismus wird in den Augen der „Redpiller“ als eine Verschwörung *aller Frauen gegen alle Männer gesehen*, die sich beispielsweise in Paritätsgesetzen oder dem Schutz von Vergewaltigungsopfern artikuliert.<sup>7</sup> Die Weltsicht der „Roten Pille“ ist daher inhärent verschwörungsgläubig und auf frauenfeindlicher Täter-Opfer-Umkehr aufgebaut.

In ihrer radikalsten Ausformung endet diese antifeministische Verschwörungsiedeologie in dem Narrativ des sogenannten „Großen Austausch“. Es ist die treibende Kraft hinter der kontemporären Rechten, von der AfD über die Identitären Bewegung bis hin zu rechtsterroristischen Attentätern. Diese Verschwörungserzählung basiert auf der gleichnamigen Schrift des französischen Rechtsintellektuellen Renaud Camus, im deutschsprachigen Raum wurde es bei dem rechtsradikalen „Antaiois“-Verlag und mit einem Vorwort des Identitären Martin Sellner publiziert.<sup>8</sup> Auch die Attentäter von Christchurch, Halle, Hanau, Poway, Pittsburgh, El Paso oder Buffalo haben allesamt den Kampf gegen den „Großen Austausch“ als Motivation für ihre Taten benannt; der Rechtsterrorist von Christchurch sogar sein Manifest mit „The Great Replacement“ betitelt.<sup>9</sup> Diese Parallele zu Camus‘ Buch macht die Verbindung zwischen bürgerlicher und extremer Rechter besonders deutlich.

Der Ideologie des „Großen Austausch“ zufolge steuert eine jüdisch konnotierte Elite nicht nur durch den Kulturmarxismus die ideologische Entwicklung der westlichen Welt, sondern ist auch für eine Migration Geflüchteter nach Europa und in die USA verantwortlich. Gerade der Name des Philanthropen und Holocaust-Überlebenden Georg Soros ist zu einer antisemitischen Chiffre geworden, um zu beschreiben, dass Migration nicht Resultat von Krieg, Hunger oder politischer und religiöser Verfolgung,

6 S. Breivik, Anders: 2083 – A European Declaration of Independence, London, 2011, abgerufen über: <https://estaticos.elmundo.es/documentos/2011/07/27/manifiesto.pdf>.

7 Kaiser, Politische Männlichkeit. Wie Incels, Fundamentalisten und Autoritäre für das Patriarchat mobilmachen. Suhrkamp, Berlin 2020, S.109-117.

8 Camus, Revolte gegen den Großen Austausch, Antaiois, Steigra 2016.

9 Institute for Strategic Dialogue: “The great Replacement” – A conspiracy claiming White Europeans are under a threat. URL: <https://www.isdglobal.org/wp-content/uploads/2022/09/The-Great-Replacement-ISD-External-August2022.pdf>.

sondern gezielt durchgeführte Agenda sei.<sup>10</sup> Aufgrund feministisch-kultur-marxistischer Indoktrination würden westliche Frauen ihre Erfüllung nicht mehr in der Rolle als Hausfrau und Mutter weißer Kinder finden, sondern sich auf sexuelle Freizügigkeit oder einen beruflichen und intellektuellen Werdegang fokussieren. Dies resultiere in einem Rückgang weißer Geburtenraten. Gleichzeitig würden migrantische Familien mehr Kinder in die Welt setzen als Weiße – dies führe zu einem stetigen „Bevölkerungsaustausch“.<sup>11</sup> Auch würden nichtweiße Männer sich an weißen Frauen sexuell vergehen<sup>12</sup>, während der durch den Feminismus verweiblichte, „degenerierte“ westliche Mann diesem Vorgang nur hilflos beiwohnen kann. Der rassistische Hass auf den nichtweißen Mann ist kolonialrassistisch geprägt und pathologisch: Man neidet ihm seine vermeintliche Potenz, Triebhaftigkeit und Virilität, da sie Ausdruck jener „ursprünglichen Männlichkeit“ sind, die der weiße Mann selbst vermeintlich verloren hat. So fallen in der Ideologie des „Großen Austausch“ die Idee einer jüdischen Weltverschwörung, die antifeministische Forderung an Frauen, sich für das Volk wieder auf die Mutterrolle zu besinnen, der maskulinistische Wunsch nach traditioneller Männlichkeit und rassistische Zuschreibungen auf *Men of Colour* zusammen. Es handelt sich also um die projektiv aufgeladene Politisierung der Angst, die eigene Vorherrschaft genommen zu bekommen. Deshalb ist die „Redpill“-Ideologie von Grund auf antifeministisch und antisemitisch: Die Kämpfe Marginalisierter werden als von jüdischen „Eliten“ gezielt eingesetzter Angriff auf die eigene Hegemonieposition wahrgenommen.

Die Konstitution von Männlichkeit ist in patriarchal strukturierten Verhältnissen immer auf der Abwertung des Nicht-Männlichen aufgebaut. Dies artikuliert sich durch die Diskriminierung von Frauen und queeren Menschen, oder das teilweise gewalttätige Abspalten weiblich konnotierter Anteile bei sich selbst. Gerade Ich-schwache Männer, deren Identität größtenteils auf der Affirmation ihrer geschlechtlichen Vorherrschaft aufgebaut

---

10 Amadeu Antonio-Stiftung, Deconstruct Antisemitism! Antisemitische Codes und Metaphern erkennen. URL: <https://www.amadeu-antonio-stiftung.de/antisemitismus/deconstruct-antisemitism-2/>.

11 Institute for Strategic Dialogue: “The great Replacement” – A conspiracy claiming White Europeans are under a threat. URL: <https://www.isdglobal.org/wp-content/uploads/2022/09/The-Great-Replacement-ISD-External-August2022.pdf>.

12 Im deutschsprachigen Raum war der Diskurs über die „Kölner Silvesternacht“ treibender Faktor für die Popularisierung dieser Erzählung.

ist, zeigen hierfür Affinität.<sup>13</sup> Eine Emanzipation dieser Gruppen erschwert diese Abwertung. Oftmals wird Feminismus deswegen nicht nur als Angriff auf die patriarchale Ordnung wahrgenommen, sondern als konkrete Attacke auf die eigene Persönlichkeit – was die irrationale und affekthafte Abwehr erklärt, die so viele Männer feministischen Kämpfen entgegenbringen. Laut der Autoritarismus-Studie der Universität Leipzig hat sogar ein Viertel aller Männer in Deutschland ein geschlossen antifeministisches Weltbild.<sup>14</sup>

Die Lösung erscheint der Konsum der „Roten Pille“, um vom kastrierten „Beta Cuck“<sup>15</sup> zum sogenannten „Alpha-Mann“ zu werden. Integraler Bestandteil dessen ist, Frauen ihre vermeintliche Unterlegenheit spüren zu lassen. Auch sei Submissivität eine naturgegebene weibliche Eigenschaft; lediglich der – immer jüdisch konnotierte – Feminismus hätte Frauen den Floh Emanzipationswunsch ins Ohr gesetzt.<sup>16</sup> In der grundlegend misogyne Ideologie der „Redpiller“ zeichnet sich das Wesen der modernen Frau durch Hypergamie, Triebhaftigkeit, Niederträchtigkeit, Egoismus und generelle Schlechtigkeit aus. Nur das Korrektiv des Patriarchats könne Frauen ihrer ursprünglichen und naturgegebenen Rolle als Hausfrau und Mutter – im Szene-Jargon „Tradwife“ – zuführen; so wird der eigene Antifeminismus und die misogyne Gewalt paternalistisch legitimiert. Zu den „Red Pillern“ zählen unter anderem Männerrechtsaktivisten oder sogenannte „Pick Up Artists“, sie finden sich auch zu großen Zahlen in Gruppierungen wie der Alt-Right. Sie setzen sich für eine patriarchale, heteronormative, marktradi-

---

13 S. Pohl, Feindbild Frau: Männliche Sexualität, Gewalt und die Abwehr des Weiblichen, Offizin Verlag, Hannover 2019.

14 Decker/Höcker/Kalkstein/Niendorf/Pickel, Antifeminismus und Geschlechterdemokratie, in: Decker/Kiess/Heller/Brähler (Hrsg.), Autoritäre Dynamiken in unsicheren Zeiten. Neue Herausforderungen – Alte Reaktionen?, Psychosozial-Verlag, Gießen 2022, S. 245-270.

15 Ein populärer Kampfbegriff der Neuen Rechten, abgeleitet von dem Fetisch des „Cuckholding“. Er beschreibt impotente und willensschwache Männer, die weder fähig noch willens sind, Frau und Vaterland vor dem bedrohlichen Migranten zu verteidigen.

16 Hierzu: A. G. Gender-Killer, „Antisemitismus und Geschlecht. Von „maskulinisierten Jüdinnen“, „effeminierten Juden“ und anderen Geschlechterbildern“, Unrast Verlag, Münster 2005.

kale und gleichzeitig nationalistische Gesellschaft ein, ihre Ideologie ist von Antifeminismus, Antikommunismus und Chauvinismus geprägt.<sup>17</sup>

### III. Selbst- und Frauenhass: Die Incel-Ideologie

Die „Blackpill“-Ideologie, welcher die Incels anhängen, treibt die „Redpill“ in allen Aspekten auf eine wahnhafte Spitz. Incels hängen dem Glauben an, dass ihnen der Weg zum Alpha-Mann und somit zur sexuellen Verfügung über Frauen verwehrt ist. Ausgehend von Incels basiert die moderne Gesellschaft nicht nur auf der systematischen Diskriminierung von Männern, sondern vor allem auf der *unattraktiver Männer*. Während „Redpiller“ davon ausgehen, durch in überteuerten Seminaren erlernte Manipulationstechniken zu einem dominanten Verführungskünstler aufsteigen zu können, haben „Blackpiller“ einen wesentlich nihilistischeren Ausblick auf die Dinge: Sie sehen sich als zu unattraktiv, um von den oberflächlichen Weibern beachtet und mit sexueller Aufmerksamkeit beglückt zu werden. Genügen kann Frauen nämlich nur ein sogenannter „Chad“, der nichts anderes ist als eine projektiv aufgeladene Klischeezeichnung von Hypermaskulinität.<sup>18</sup> Incels behaupten, dass Chads nur 20 Prozent aller Männer ausmachen, ihnen jedoch die sexuelle Verfügung über potentiell sämtliche Frauen der Welt zustünde. Frauen sind in den Augen von Incels allesamt triebhaft, oberflächlich, verkommen und *hypergam*: darauf bedacht, durch sexuelle Beziehungen besonders erfolgreiche, starke und dominante Männer an sich zu binden. Für unattraktive Männer hätten Frauen jedoch nur Verachtung übrig.<sup>19</sup> Somit würden sie Incels den Zugang zu Sex, und somit zu einem glücklichen und erfüllten Leben verweigern.

Bittererweise sind Incels, wenn man den Fotos, die sie auf ihren Foren veröffentlichen, Glauben schenken mag, durchschnittlich attraktive junge Männer. Dennoch wird jeder noch so kleine ästhetische Makel von Mitgliedern der Incel-Community auseinandergenommen. In eigenen Foren, die dem sogenannten „Looksmaxxing“, also der Arbeit am eigenen Äußeren gewidmet sind, wird den Nutzern angeraten, plastische Chirurgie durch-

17 Rothermel, Die Manosphere. Die Rolle von digitalen Gemeinschaften und regressiven Bewegungsdynamiken für on- und offline Antifeminismus, in: *Forschungsjournal soziale Bewegungen* 33 (2), de Gruyter 2022, S. 491-505.

18 Incel Wiki: Chad, URL: <https://incels.wiki/w/Chad>.

19 Incel Wiki: Hypergamy, URL: <https://incels.wiki/w/Hypergamy>.

führen zu lassen oder anhand halbgarer Trainingsmethoden die Kiefermuskulatur zu verbessern, um sich an hegemoniale männliche Schönheitsvorstellungen anzugleichen. Dies führt zu einem komplett verzerrten, von Selbsthass geprägten Bild der eigenen Person.<sup>20</sup> Es ist nicht verwunderlich, dass Incels auf ihren Foren regelmäßig über psychische Krankheiten wie Depressionen, Angststörungen oder Körperfobie klagen, regelmäßig äußern Incels auch Suizidgedanken. Recherchen von *Buzzfeed* und der *New York Times* ergaben, dass zwei Moderatoren des Forums incels.is sogar ein Suizid-Forum betrieben haben.<sup>21</sup> Die Incel-Ideologie stellt also nicht nur eine Gefahr für Frauen, sondern auch für ihre Anhänger selbst dar.

Incels teilen Menschen auf einer „Attraktivitätsskala“ von eins bis zehn ein; attraktive Frauen nennen sie „Stacys“, eine durchschnittlich attraktive Frau trägt den Namen „Becky“. Der generelle Begriff für Frauen lautet „Femoid“ oder „Foid“, die Kurzform für „Female humanoid“ – alleine schon in der Sprache von Incels zeigt sich, wie sehr sie Frauen dehumanisieren und verachten. Andere Begriffe für Frauen lauten „Roastie“, da die Labien sexuell aktiver Frauen einem Roastbeef-Sandwich ähneln würden, „Hole“ oder „Toilet“. Hätten früher Frauen mit einem Partner ihres „Attraktivitätslevels“ verkehrt, ihrem so genannten „Looksmatch“, seien durch den Feminismus ihre Ansprüche ins derart unermessliche gestiegen, dass nur ein Chad ihnen genügen kann. Somit verweigern sie Incels ihren Körper und den Zugang zu weiblicher Sexualität. Beziehungen – die sich für die frauenfeindlichen Incels nur patriarchal-herrschaftsförmig artikulieren können – und vor allem der Zugriff auf den weiblichen Leib sind für Incels jedoch die Grundvoraussetzung für ein erfülltes und glückliches Leben. Da Frauen also nicht mit Incels schlafen, nehmen Incels sie für das eigene vermeintliche Elend in die Verantwortung.

Gleichzeitig sprechen Incels aufgrund ihrer zutiefst misogynen Weltsicht Frauen ab, ihnen überhaupt Zuneigung entgegen bringen zu können: Jede noch so unschuldige Interaktion mit einer Frau wird durch die verzerrende Brille der „Blackpill“ wahrgenommen. Dies äußert sich in der tatsächlich paranoiden Vorstellung, dass *jede einzelne Frau der Welt* Incels gegenüber ablehnend eingestellt sei; denn, so die Incel-Weltsicht, seien Frauen nicht in

---

20 Eberle, Incels\_ Auf lookism.net beleidigen sich Männer gegenseitig für ihr Aussehen, auf: VICE.de, 5.6.2020, URL: <https://www.vice.com/de/article/wxq5b9/incels-auf-lookismnet-beleidigen-manner-sich-gegenseitig-fuer-ihr-aussehen>.

21 Kracher, Eine Online-Szene als Todeskult – Wie zwei Incels ein Suizidforum betrieben haben, Belltower News, 22.12.2021, URL: <https://www.belltower.news/eine-online-szene-als-todeskult-wie-zwei-incels-ein-suizidforum-betrieben-126143/>.

der Lage, einem unattraktiven Mann gegenüber etwas Anderes als Verachtung entgegenzubringen. Dieser Beitrag aus dem Forum incels.is ist exemplarisch für den narzisstisch-paranoiden Blick, den Incels auf ihr Umfeld haben:

„Ich schwöre, ich kann das nicht erfinden, ich rannte vor ein paar Tagen in meiner Nachbarschaft herum und dieser dumme Foid, der weiß, was für ein Incel ich bin, geht mit ihrem Cuck Freund raus und sie tauschen öffentlich Zärtlichkeiten aus, während ich an ihnen vorbeigehe. Dieser Foid glaubt auch, ich würde sie mögen, nur, weil ich einmal schrecklich gestottert habe, als ich mit ihr geredet habe (das war vor Jahren, JFL [*just fucking laugh*, also: das ist ja zum Lachen]), und sie dachte sie ärgert mich, indem sie mit ihrem Freund rummacht, während ich vorbeilaufe [...]. Während ich laufen war, versuchte ich, [den Vorfall] herunterzuspielen, aber alsbald realisierte ich, dass sie das taten, um mich kränken, weil ich ein unattraktiver Mann bin. Es ist wahr, Jungs, diese verdammten Roasties und ihre Cuck-Sklaven wollen uns von dem Genpool entfernen, sie versuchen uns aktiv psychologisch zu schädigen, auf dass wir uns töten oder die Gesellschaft verlassen.“<sup>22</sup>

Das Selbstbild von Incels zeichnet sich durch eine stellenweise unaus haltbare Widersprüchlichkeit aus, die sich besonders gut in dem Manifest von Elliot Rodger beobachten lässt. Aufgrund seiner geistigen Überlegenheit hätte er es „verdient“, eine „heiße, blonde Freundin“ zu „bekommen“.<sup>23</sup> Aufgrund der ihnen wesenhaften Oberflächlichkeit und Dummheit wür den Frauen jedoch nicht ihn, den intellektuellen „Gentleman“ schätzen, sondern ihr Begehrten auf den attraktiven, aber intellektuell unterlegenen Chad fokussieren. Auch der Attentäter von Toronto, der 2018 mit einem Lastwagen in eine Menschenmenge raste und zehn Menschen ermorde te, vertrat dieses Narrativ. Die Anhänger dieser Mörder, die sich in den Echokammern des Internets gegenseitig in ihrem Selbst- und Weltbild be stätigen, wiederholen dieses frauenfeindliche Wahngespinst in zahlreichen Postings, die sich zusammenfassen lassen mit der Aussage, dass in einer ge rechteren Welt Incels als intellektuell überlegene Erleuchtete „Zugriff“ auf

22 Dokumentiert über: u/zoomiel977: Couple enjoys some time together outside during lockdown. Incel: THEY WERE DOING IT TO ME ON PURPOSE TO UPSET ME. Because the world must revolve him, r/IncelTear, Juli 2020, URL: [https://www.reddit.com/r/IncelTear/comments/h9ac3u/couple\\_enjoys\\_some\\_time\\_together\\_outside\\_during/](https://www.reddit.com/r/IncelTear/comments/h9ac3u/couple_enjoys_some_time_together_outside_during/).

23 Rodger, Elliot, My twisted World, 23.05.2014, Dokument abgerufen über folgenden Link: <https://www.documentcloud.org/documents/1173808-elliot-rodger-manifesto>.

attraktive und unterwürfige Frauen hätten, anstatt von ihnen verschmäht zu werden. Dieses Selbstbild steht in einem diametralen Kontrast zu der von Incels erfahrenen Wahrnehmung durch die Außenwelt, die jedoch durch Neurosen und Kränkungen brutal verzerrt ist. Incels befinden sich also in einem schwer aushaltbaren Dilemma: Sie schwanken zwischen narzisstischer Selbstüberhöhung, und einer gleichzeitigen Selbsterhöhung, da die Bestätigung des eigenen Selbstwertgefühls an die Anerkennung von Außen geknüpft ist – diese Anerkennung durch Frauen wird jedoch a priori ausgeschlossen. Incels verlagern also ihre eigene neurotische Unsicherheit auf Frauen, und machen diese für die eigenen Selbstzweifel verantwortlich, welche zur Legitimation des eigenen Frauenhasses dienen.

Erschwerend kommt die Anspruchshaltung, die Incels Frauen gegenüber an den Tag legen, hinzu. Während sie permanent darüber klagen, dass Frauen allesamt oberflächlich seien, ist die Idealfrau eines Incels nichts anderes als die Männerfantasie eines verunsicherten Frauenfeindes. Incels fühlen sich von kaum etwas mehr bedroht und eingeschüchtert als selbst-bestimmter weiblicher Sexualität, da sie diese auf ihre eigene, als Makel empfundene Jungfräulichkeit zurückwirkt. Deswegen darf die ideale Partnerin nur jungfräulich sein, allen anderen Frauen bringt man Ekel entgegen. Dies kann zu einer Glorifizierung von minderjährigen Partnerinnen bis hin zu einer Legitimation von Pädosexualität reichen. Die Begründung lautet: Mädchen seien noch nicht vom Feminismus verdorben und seien noch unberührte, reine Jungfrauen, und deswegen die idealen Partnerinnen für den Incel. Postings dieser Art sind auf Incel-Foren omnipräsent und werden auch auf dem Incel-Wikipedia unter der Kategorie „Scientific Blackpill“ pseudowissenschaftlich begründet. Es sei „normal und gesund“ für Männer, „jugendliche und kindliche Mädchen sexuell erregend zu finden“<sup>24</sup>. Anstatt dies jedoch als Resultat einer patriarchalen Gesellschaft, in der bereits Mädchen sexualisiert werden, zu kritisieren, begreifen Incels diese Annahme als biologisch begründet und rechtfertigen so ihr Begehr gegenüber Kindern und Jugendlichen. Ihren Höhepunkt findet diese Frauenverachtung unter den sogenannten „Pedocels“, die sogar von dem Großteil der restlichen Community abgelehnt werden. Nathan Larson, der Betreiber mehrerer Pedocel-Foren, in denen User kinderpornographisches Material und sehr detaillierte Fantasien ausgetauscht haben, wurde 2020

---

24 Incel Wiki: [https://incels.wiki/w/Scientific\\_Blackpill#Age](https://incels.wiki/w/Scientific_Blackpill#Age).

wegen der geplanten Entführung eines zwölf Jahre alten Mädchens verhaftet.<sup>25</sup>

#### IV. Incels als Resultat patriarchaler Ideologie

Die Anspruchshaltung, ein Anrecht auf weibliche Sexualität zu haben, ist jedoch keine Sache allein von Incels, sondern tief in dem patriarchalen Selbstbild verwurzelt. Männer begehen regelmäßig sexuelle und körperliche Gewalttaten, um ihre Herrschaft über Frauen zu garantieren. Jede dritte Frau in Deutschland ist mindestens einmal im Leben Opfer körperlicher und sexueller Gewalt, die Dunkelziffern dürften deutlich höher sein.<sup>26</sup> Besonders deutlich artikuliert sich dies in Femiziden, die jeden dritten Tag in Deutschland begangen werden.<sup>27</sup> Die Philosophin Kate Manne begreift den Begriff Misogynie als „Straf- und Kontrollmechanismus des Patriarchats“. Sie argumentiert, dass sich in ihrer Hegemonie bedroht fühlende Männer glauben, Frauen durch Misogynie abstrafen zu müssen, wenn sich Frauen patriarchalen Anforderungen an ihr Geschlecht verweigern. Patriarchale Vorstellungen von Weiblichkeit zeichnen sich laut Manne vor allem durch zwei Faktoren aus:<sup>28</sup> Frauen dürfen keine „männlich konnotierten Güter“ einfordern: „Dazu gehören gesellschaftliche Führungspositionen, Autorität, Einfluss, Geld und andere Machtformen sowie gesellschaftlicher Status, Prestige, Rang und deren Marker.“<sup>29</sup> Frauen haben Männern „weiblich konnotierte Güter“ zur Verfügung zu stellen: „Neben Zuneigung, Bewunderung, Nachsicht und so weiter gehören zu solchen weiblich kodierten Gütern und Dienstleistungen schlichter Respekt, Liebe, Akzeptanz, Hege und Pflege, Geborgenheit, Sicherheit und Zuflucht. Dann gibt es noch Gü-

---

25 Swenson, Virginia Man arrested over alleged plan to kidnap 12 year old California girl, Washington Post, 19.12.2020, URL: <https://www.washingtonpost.com/dc-md-va/2020/12/19/virginian-arrested-kidnapping-12-year-old-calif-girl/>.

26 <https://www.bmfsfj.de/bmfsfj/themen/gleichstellung/frauen-vor-gewalt-schuetzen/haeusliche-gewalt/formen-der-gewalt-erkennen-80642>.

27 Schröttle/Arnis, Femizide und notwendige Maßnahmen, Bundeszentrale für Politische Bildung, 20.04.2023, URL: <https://www.bpb.de/themen/gender-diversitaet/femizide-und-gewalt-gegen-frauen/519839/femizide-und-notwendige-massnahmen/>.

28 S. Manne, *Down Girl. Die Logik der Misogynie*, Suhrkamp, Berlin 2019, S. 184 Übersetzung Ulrike Bischoff

29 Ebd. S. 193 f.

te, Mitgefühl, moralische Zuwendung, Fürsorge, Anteilnahme und Trost<sup>30</sup>, außerdem reproduktive Tätigkeiten.

Werden Frauen diesen Anforderungen nicht gerecht, legitimiere dies in den Augen vieler Männer Misogynie. Laut Manne fungiert Misogynie als Straf- wie auch als Kontrollmechanismus. Misogyne Männer können sich die Welt nämlich nur auf eine Weise vorstellen: als eine von Männern beherrschte. Beispiele für misogyne Angriffe sind die Kampagnen gegen Politikerinnen wie Hillary Clinton, Nancy Pelosi oder Annalena Baerbock, die gegen Frauen aus der Videospielszene gerichtete „Gamer Gate“-Kampagne von 2013, die als Ursprung der Alt Right-Bewegung zu begreifen ist,<sup>31</sup> oder die brutale Häme und Erniedrigung, die gegen die Schauspielerin Amber Heard gerichtet wurde, weil sie es gewagt hatte darüber zu sprechen, dass ihr Ex-Mann Johnny Depp ein häuslicher Gewalttäter ist.<sup>32</sup>

Dieses Bestrafen von Frauen und weiblich gelesenen Menschen, sich den patriarchalen Vorstellungen von Frausein zu verweigern – durch das Schaffen von eigenen Inhalten, durch feministische Äußerungen, durch Kritik an Sexismus – soll auch als Warnung an andere Frauen fungieren. Würden sie sich feministisch äußern, das Recht auf körperliche Selbstbestimmung einfordern oder ähnliches, werden auch sie Gefahr laufen, Opfer misogyner Angriffe und Gewalt zu werden. So sollen Frauen von Anfang an entmutigt werden, diesen Schritt überhaupt zu gehen.

In einer patriarchalen Ordnung haben Männer also ein Anrecht auf Güter, weil sie Männer sind, Frauen haben ihnen diese Güter zu geben, und dürfen sie nicht selbst einfordern. Anerkennung, egal ob akademisch, beruflich, sexuell oder kulturell, steht nur in der Theorie jedem Menschen unabhängig von Geschlecht oder Herkunft zu, designiert ist sie nach wie vor für (weiße, bourgeoise) Männer. Zusammenfassend konstatiert Manne: „Die (sporadisch, zuweilen aber aus diesem Grund streng durchgesetzte) Norm, dass sie ihm weiblich kodierte Güter gibt und darauf verzichtet, ihm männlich kodierte Güter wegzunehmen, hat nach wie vor erhebliche Wirkung.“<sup>33</sup> Denn: Verweigern Frauen das, was Männern vermeintlich zusteht,

---

30 Ebd. S. 190.

31 Keinen Pixel dem Faschismus! – Gamer Gate: Eine Retrospektive, 16.11.2020, URL: <https://www.bpb.de/themen/gender-diversitaet/femizide-und-gewalt-gegen-frauen/519839/femizide-und-notwendige-massnahmen/>.

32 Kracher, Ein Lehrstück in Misogynie – Die Hasskampagne gegen Amber Heard, Filmlöwin, 30.05.2022, URL: <https://filmloewin.de/ein-lehrstueck-in-misogynie-die-hasskampagne-gegen-amber-heard/>.

33 Manne, S. 195.

führt dies zu einer narzisstischen Kränkung, da es mit der internalisierten Vorstellung eines geschlechtsspezifischen, durch den Phallus begründeten Anrechts bricht. Weibliche Autonomie übersetzt sich für Männer mit „Diese Frau ist sich selbst wichtiger als meine Bedürfnisse“ – in einer Gesellschaft, in der Frauen dazu designiert sein sollen, die eigenen Bedürfnisse und Wünsche denen von Männern unterzuordnen, stellt dies nichts Geringeres dar als einen Affront.

An der Stelle muss zudem angemerkt werden, dass *alle* Männer von Misogynie profitieren: Die Bedrohungssituation, für das Verweigern der Erfüllung männlicher Bedürfnisse bestraft zu werden, ist omnipräsent und hat sich tief in das Geschlechterverhältnis eingegraben. Die Unterdrückung von Frauen wird gesellschaftlich auf allen Ebenen reproduziert; sei es in der Politik, in der wirtschaftlichen Sphäre, in der Kultur und Popkultur oder im Zwischenmenschlichen. Frauen, die sich gegen diese strukturelle Diskriminierung zur Wehr setzen, oder sich auch schlicht nur patriarchalen Vorstellungen von Weiblichkeit verweigern, werden dafür auch direkt sanktioniert.

Wie der Sozialpsychologe und Geschlechterforscher Rolf Pohl in seinen Arbeiten ausführt, ist die Konstruktion von Männlichkeit nicht nur auf einer systematischen Abwertung des Nichtmännlichen angewiesen, sondern in ihrer Performance auch von der Bestätigung durch das Weibliche abhängig. Zu einer „erfolgreichen“ Männlichkeit zählt es, von Frauen begehrt zu werden. Deshalb müssen Frauen unter patriarchale Kontrolle gebracht werden, auf dass man ihrer bedrohlichen Sexualität Herr werden kann. „Eine der Hauptquellen für Frauenhaß wäre dann der Haß auf das eigene (sexuelle) Begehrten, für das die Frau verantwortlich gemacht und deshalb bestraft wird [...]. Gerade die durch Frauen ausgelöste Erregung zeigt, daß die im männlichen Autonomiewahn enthaltene Idee einer vollkommenen Beherrschung und Kontrolle eine Illusion ist. Das Ich ist nicht Herr im eigenen Haus, schon gar nicht über die eigene Sexualität und den eigenen Körper. Das (männliche) Subjekt ist an dieser Stelle abhängig und scheint es dauerhaft zu bleiben“, so Pohl in seiner Habilitationsschrift „Feindbild Frau“.<sup>34</sup>

In dem Essay „Männer – das benachteiligte Geschlecht?“ analysiert Pohl mit Bezugnahme auf die Psychoanalytikerin Jessica Benjamin, dass „die un-

---

34 Pohl, Feindbild Frau. Männliche Sexualität, Gewalt und die Abwehr des Weiblichen, Offizin, Hannover 2019, S. 279.

ter den herrschenden Geschlechterhierarchien sozialisierten Männer“ dazu neigten, „zwischen ‚Abhängigkeit und Unabhängigkeit‘“ einen logischen Widerspruch herzustellen, der beides begründet. Die Maßnahmen gegen die Weiblichkeit können „in dessen energetischer Bekämpfung“ enden. Und mit Rückgriff auf den Historiker Nicolaus Sombart führt er weiter aus, dass „das Dilemma für den Mann nur noch verstärkt“ werde: „Unterdrückt, ausgeschaltet, verdrängt wird das Weibliche zur Quelle einer permanenten Bedrohung – es wird gefürchtet und ersehnt, die Verlockung bleibt bestehen, ein Rückfall jederzeit möglich. Das Verdrängte ist mächtiger als die verdrängende Gewalt“.<sup>35</sup> Dies resultiert in dem, was Pohl als „Paranoid getönte Abwehr-Kampf-Haltung“ beschreibt, mit der Männer innerhalb dieser Verhältnisse glauben, Frauen entgegen treten zu müssen. Bei Incels ist diese jedoch besonders stark ausgeprägt.

Aufgrund zahlreicher in der heterosexuell-männlichen Psychosozialisation verorteten Prozesse erfahren Männer also permanent ihre Abhängigkeit von Frauen, müssen aber diese Gefühle, gemeinsam mit den eigenen weiblich konnotierten Anteilen, gewaltsam abspalten, um sich als Mann etablieren zu können. Nach wie vor gilt: Mann kann nur sein, wer nicht Frau ist, und gemeinsam im unausgesprochenen Männerbund muss diese Herrschaft aller Männer über alle Frauen etabliert werden. Dass die Performance von Männlichkeit oftmals auch für Jungen und Männer extrem gewaltvoll ist, wird in Kauf genommen. Zudem ist das Abweichen von hegemonialen Männlichkeitsvorstellungen nach wie vor mit grausamen Sanktionen durch das Geschlechterkollektiv verbunden. Männlichkeit äußert sich dabei jedoch nicht nur gegen einen selbst gewaltvoll, sondern vor allem gegen alles auch nur ansatzweise im Ruch des Weiblichen Stehende, besonders, wenn dieses Weibliche selbstbestimmt oder gar feministisch auftritt.

Anders als andere Männer verweigern sich Incels jedoch sowohl, von Frauen begehrt zu werden, als auch, sich Frauen im Sexualakt unterwerfen zu können. Dies übersetzt sich für Incels in einem *Verlust ihrer Männlichkeit*, welcher Frauen angelastet wird: Sie begeht mich nicht, sie schläft nicht mit mir, sie entmannet mich – eine narzisstische Kränkung, aber andererseits auch eine Kränkung *durch den eigenen Narzissmus*, der aus inter-

---

35 Pohl, Männer – das benachteiligte Geschlecht? Weiblichkeitsabwehr und Antifeminismus im Diskurs über die Krise der Männlichkeit in: Bereswill/Neuber (Hrsg.), 2010, In der Krise? Männlichkeiten im 21. Jahrhundert. Reihe: Forum Frauen- und Geschlechterforschung. Westfälisches Dampfboot. Münster).

nalisierten Vorstellungen hegemonialer Männlichkeit herröhrt. Da Männer von sich selbst verlangen, sexuell erfolgreich zu sein, verurteilen sie sich letztendlich permanent selbst dafür, diesen Ansprüchen nicht zu genügen, übertragen diese Selbstverurteilung aber auf das gesellschaftlich designierte Feindbild Frau. Diese Schuldverlagerung und Opferinszenierung ist eines der Kernmerkmale des Incel-Selbstbildes. Nicht ihre Misogynie, ihre patriarchale Anspruchshaltung oder ihre auf andere verlagerte Unsicherheit tragen Schuld demzufolge an ihrem unfreiwilligen Zölibat, sondern die Schlechtigkeit des Weibes. Und anstatt die eigene Geschlechtssozialisation und Männlichkeitsvorstellungen zu hinterfragen, soll der Hass auf Frauen und die Abwertung des Weiblichen doch noch den identitären Bezug zum heterosexuell-männlichen Geschlechterkollektiv garantieren: Der Incel mag zwar kein erfolgreicher Chad sein, aber immerhin ist er keine Frau.

#### V. Gewalt als Mittel zur Mannwerdung

Eine Möglichkeit, sowohl die narzisstische Kränkung als auch die Kränkung durch den Narzissmus aufzuheben, sich gleichermaßen an den Frauen, die einem das Leben zur Hölle gemacht haben zu rächen, als auch in die Annalen der Geschichte einzugehen, ist dabei für Incels der Gewaltakt bis hin zum Terroranschlag. In Nordamerika haben Incel-Attentate inzwischen über 50 Menschenleben gekostet. Auch im europäischen Raum findet Incel-Gewalt statt: Trauriger Höhepunkt war der Anschlag vom 12. August 2021, der fünf Menschenleben kostete, darunter ein drei Jahre altes Kind.<sup>36</sup> Laut Analysen der Nichtregierungsorganisation „Moonshot“ verzeichnen aus Deutschland stammende User auf Incel-Foren die höchste Nutzungs-frequenz.<sup>37</sup> Bedauerlicherweise ist das Phänomen bei deutschsprachigen Behörden noch weitestgehend unbeleuchtet.

Diese bis in den Terrorakt mündenden Taten dienen nicht nur der Rache an Frauen, sondern sollen den Tätern auch die Anerkennung der eigenen Szene bis hin zur „Heldensprechung“ garantieren. Es ist bezeichnend, dass

---

<sup>36</sup> Kracher, Incel-Anschlag in Plymouth – Die töfliche Ideologie der Frauenhasser, Belltower News, 19.08.2021, URL: <https://www.belltower.news/incel-anschlag-in-plymouth-die-toedliche-ideologie-der-frauenhasser-l20111/>.

<sup>37</sup> Radicalization Awareness Network: Incels: A First Scan of the Phenomenon (in the EU) and its Relevance and Challenges for P/CVE, Publications Office of the European Union, Brüssel 2021.

Incels-Attentäter wie Rodger, aber auch Serienmörder, deren Opfer primär Frauen waren, Rechtsterroristen oder salafistische Terroristen in der Szene als Vorbilder glorifiziert werden. Sie alle sind Akteure einer „Incels-Rebellion“, dem von Rodger herbeigesehnten „Krieg gegen Frauen“. Dies zeigt sich unter anderem in Incel-Postings, in denen „Heilige der Incel-Community“ diskutiert werden,<sup>38</sup> dass Elliot Rodgers Name zu einer Formel für den misogynen Anschlag avanciert ist, oder dass es auf dem inzwischen gelöschten Forum „Incelpocalypse“ ein Board namens „Hall of Heroes“ gab, auf dem Usern Frauenmörder huldigen konnten.<sup>39</sup>

Gewalt, sowohl gegen Frauen, als auch gegen die eigene Person, ist innerhalb der patriarchalen Verhältnisse ausgesprochen männlich konnotiert. Es ist also naheliegend, dass der Gewalt- und Racheakt der Wiederherstellung der durch die Sexlosigkeit und letztendlich durch Frauen und die feministische Gesellschaft entwendet geglaubten Männlichkeit dienen soll. Gewalt ist Wiedergutmachung der narzisstischen Kränkung, kein begehrter „Supreme Gentleman“ zu sein, sondern ein entfremdeter, vereinzelter und einsamer Versager. Die „Incels-Rebellion“ muss zudem als Akt der *autoritären Revolte* verstanden werden. Anstatt das patriarchale System und seine Zurichtungen, unter denen der Incel letztendlich selbst leidet, zu kritisieren, identifiziert er sich mit dieser Herrschaft und möchte sie, vor allem in ihrer brutalsten Form, selbst anderen zufügen.

Der Gewaltakt hat jedoch die Dehumanisierung des Anderen, als auch der eigenen Person, zur Voraussetzung. Der Kulturwissenschaftler Klaus Theweleit hat in seiner Promotionsschrift „Männerfantasien“ den Begriff der „Protodiakrise“ etabliert, den er in seinem Werk „Das Lachen der Täter: Breivik u. a., Psychogramm einer Tötungslust“ weiter ausgeführt hat. „Protodiakrise bezeichnet den Daseinszustand von Menschen, die unter der Störung leiden, nicht zwischen tot und lebendig unterscheiden zu können.“<sup>40</sup> (...) Der Typ, mit dem wir es hier zu tun hätten, würde aber laut Theweleit keine Leichen in körperlicher Form lieben. „Er – und es ist in der Regel ein Mann – scheint vielmehr den Übergang vom Lebenden ins Tote zu ‚lieben‘, er scheint es zu ‚lieben‘, diesen Übergang herzustellen“

38 Incels.is, User “Blackpillscience”: „Saints of the Incel Community“, 29.06.2022, URL: <https://www.belltower.news/incel-anschlag-in-plymouth-die-toedliche-ideologie-der-frauenhasser-120111/>.

39 Kracher, Incels – Geschichte, Sprache und Ideologie eines Online-Kults, Ventil Verlag, Mainz 2020, S. 185.

40 Theweleit, Das Lachen der Täter: Breivik u.a., Psychogramm einer Tötungslust, Residenz Verlag, Wien, 2015, S.115.

so Theweileit.<sup>41</sup> Wie die in „Das Lachen der Täter“ beschriebene Mörder und Terroristen empfinden Incels eine sadistische Freude beim Ausmalen ihrer Gewaltfantasien bis hin zum Ausüben von Gewalt. Beispiele finden sich in ihren Foren: Dort prahlen sie mit Doxxing, sexueller Belästigung oder Stalking von Frauen.<sup>42</sup> Es gibt zahlreiche Threads, in denen User Bilder und Videos von misshandelten Frauen teilen, um sich daran zu erfreuen. Diese werden als „Lifefuel“ bezeichnet – grob übersetzt ungefähr „Lebenselixier“. Gewalt gegen Frauen wird als legitime Wiedergutmachung für die eigene, unfreiwillige Sexlosigkeit betrachtet, deren Ursache Incels in weiblicher sexueller Selbstbestimmung verorten.

Der Konsum von misogynem Material und die Auseinandersetzung von Gewalt gegen Frauen dient als Wiedergutmachung narzisstischer Kränkung und wird in der Szene durch Täter-Opfer-Umkehr gerechtfertigt. Dass keinen Sex zu haben „schlimmer sei“ als Opfer einer Vergewaltigung zu werden, ist eine Standard-Floskel in der Incel-Community.<sup>43</sup>

Nun ist nicht jeder User auf Incel-Foren ein potentieller Terrorist. Bei Incel-Foren handelt es sich jedoch um virtuelle Echokammern, deren Mitglieder Gewalt gegen Frauen verharmlosen bis glorifizieren, und in denen User zunehmend radikalisiert werden. Das Deplatforming von Incel-Foren und -Inhalten ist ein dringend notwendiger erster Schritt im Kampf gegen misogynie Hassgewalt. Dennoch ist dies als Maßnahme nicht ausreichend. Es bedarf Hilfsangebote für Incels selbst; diese werden bisher primär unprofessionell und von ehemaligen Mitgliedern der Szene in beispielsweise dem Forum „Incel Exit“ organisiert.<sup>44</sup> Dies alles ist jedoch das Bekämpfen von Symptomen, und nicht der Ursache des Problems. Denn dieses ist im Geschlechterverhältnis selbst verortet. Um Incel-Ideologie und ihre Auswüchse also konsequent zu bekämpfen, benötigt es einer radikalen Kritik

---

41 Theweileit, Kaus: Das Lachen der Täter: Breivik u.a., Psychogramm einer Tötungslust, Residenz Verlag, Wien, 2015, S.114.

42 Jaki et.al: Online hatred of women in the Incels.me forum, Journal of Language Aggression and Conflict Volume 7:2, John Benjamins Publishing, Amsterdam, 2019, S.240-268.

43 Beale/Brace/Coan, From “Incel” to “Saint”: Analyzing the violent worldview behind the 2018 Toronto attack, in: Terrorism and Political Violence 33:9, Routledge, Oxfordshire, 2019, S. 1667-1691.

44 Ausnahme stellt das Buch „Understanding and Treating Incels: Case Studies, Guidance, and Treatment of Violence Risk in the Involuntary Celibate Community“ von Brian van Brunt und Chris Taylor dar, das 2020 bei Routledge veröffentlicht wurde.

und Praxis gegen patriarchale Ausbeutung und Gewalt – und diese beginnt mit einer grundlegenden Auseinandersetzung mit Männlichkeit.

