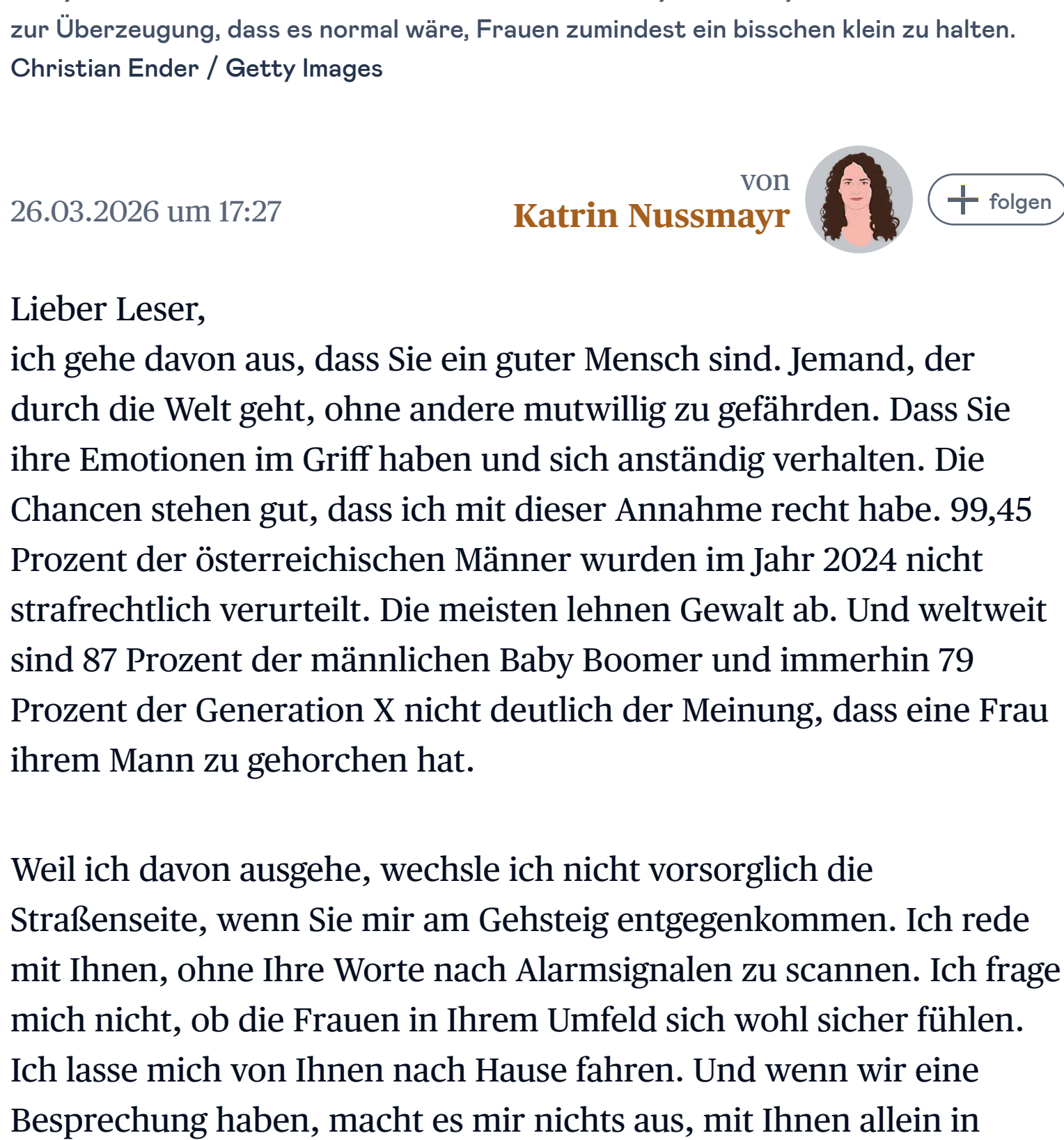




Männer, kämpft um unser Vertrauen!

Das Misstrauen, das sich gerade zwischen den Geschlechtern auftut, sollte Männern nicht egal sein. Es ist nicht nur Gewalt, die das Zusammenleben erschwert. Ein Appell an die vielen, die „nicht so sind“.

12:33 · Artikel anhören Mehr dazu Artikel verschenken 30



Nein, nicht alle Männer tun Frauen Gewalt an. Aber die, die es tun, haben offenbar Grund zur Überzeugung, dass es normal wäre, Frauen zumindest ein bisschen klein zu halten. Christian Ender / Getty Images

26.03.2026 um 17:27 von **Katrin Nussmayr**

Lieber Leser, ich gehe davon aus, dass Sie ein guter Mensch sind. Jemand, der durch die Welt geht, ohne andere mutwillig zu gefährden. Dass Sie ihre Emotionen im Griff haben und sich anständig verhalten. Die Chancen stehen gut, dass ich mit dieser Annahme recht habe. 99,45 Prozent der österreichischen Männer wurden im Jahr 2024 nicht strafrechtlich verurteilt. Die meisten lehnen Gewalt ab. Und weltweit sind 87 Prozent der männlichen Baby Boomer und immerhin 79 Prozent der Generation X nicht deutlich der Meinung, dass eine Frau ihrem Mann zu gehorchen hat.

Weil ich davon ausgehe, wechsele ich nicht vorsorglich die Straßenseite, wenn Sie mir am Gehsteig entgegenkommen. Ich rede mit Ihnen, ohne Ihre Worte nach Alarmsignalen zu scannen. Ich frage mich nicht, ob die Frauen in Ihrem Umfeld sich wohl sicher fühlen. Ich lasse mich von Ihnen nach Hause fahren. Und wenn wir eine Besprechung haben, macht es mir nichts aus, mit Ihnen allein in einem Raum mit geschlossener Tür zu sein, auch nicht, wenn ich die einzige Frau in einem Raum voller Männer bin.

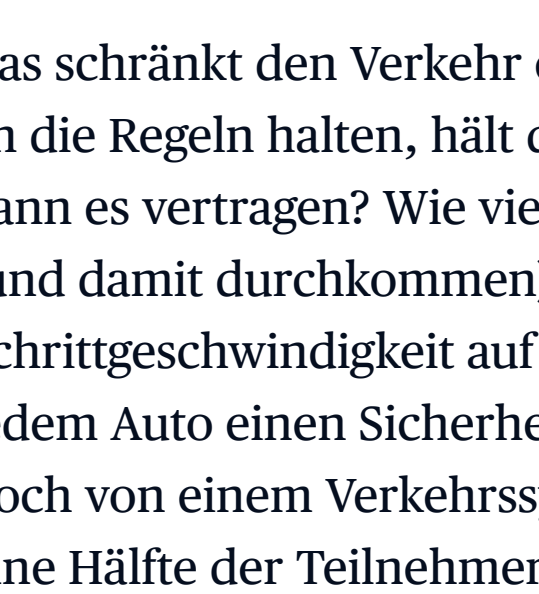
Das ist doch selbstverständlich? Denke ich auch. Warum sollte ich auch einen Generalverdacht gegen Männer hegen?

Männer-Skepsis: Da passiert gerade etwas

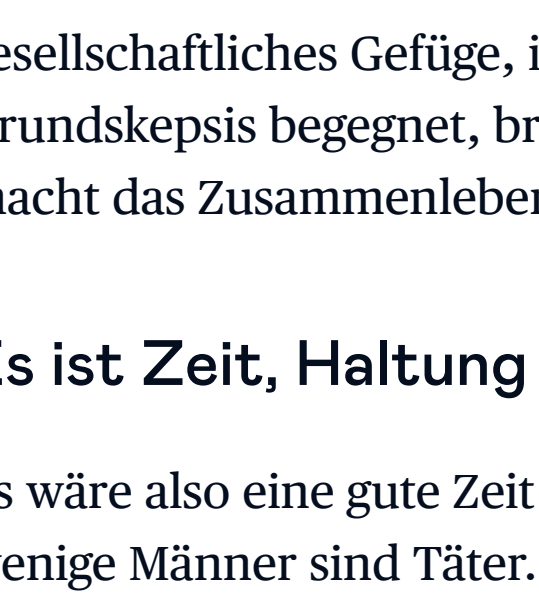
Nur: Immer mehr Frauen können nicht mit dieser Leichtigkeit durch die Welt gehen. Und ich verstehe sie immer besser. Sie habe „Angst vor Männern“, schreibt die österreichische Autorin Nicole List angesichts der Gewaltstatistik und ihrer eigenen Erfahrungen in ihrem kürzlich erschienenen Buch. Die französische Philosophin Manon Garcia, die den Pelicot-Prozess beobachtet hat, fragt sich in ihrem Buch, wie man überhaupt noch „Mit Männern leben“ kann, wenn sich mühelos über 80 Männer im Umkreis eines kleinen Ortes finden, die bereitwillig eine betäubte Frau vergewaltigen. Und mit „Heterofatalismus“ gibt es mittlerweile einen Begriff für das Mitlemma von Frauen, die Männer zwar begehren, zugleich aber überzeugt sind, dass eine Beziehung mit einem Mann für sie ein ziemlich schlechter Deal sein kann.

Da passiert gerade etwas in unserem gesellschaftlichen Gefüge: Das Vertrauen zwischen den Geschlechtern scheint zu erodieren. Und das liegt nicht nur an den erschreckenden Fällen von männlichem Gewaltverhalten, die zuletzt publik geworden sind: Christian Ulmen, Dominique Pelicot, **Jeffrey Epstein**. Die fünf Männer, die seit Anfang dieses Jahres in Österreich eine Frau getötet haben. Es liegt nicht nur an den vielen Männern, die Frauen Bilder ihres Geschlechtsteils schicken oder ihnen K.o.-Tropfen ins Getränk mischen - Unterverfügungen, die einer frauenverachtenden Haltung entstammen. Es liegt zum guten Teil daran, dass die Männer, die so etwas tun, offenbar Grund zur Überzeugung haben, sie könnten damit durchkommen: Sie fühlen sich absolut sicher in einer Gesellschaft, die ihnen das Gefühl gibt, es wäre normal, Frauen zumindest ein bisschen klein zu halten, zu belächeln, zu bevormunden und ihre Aussagen prinzipiell infrage zu stellen.

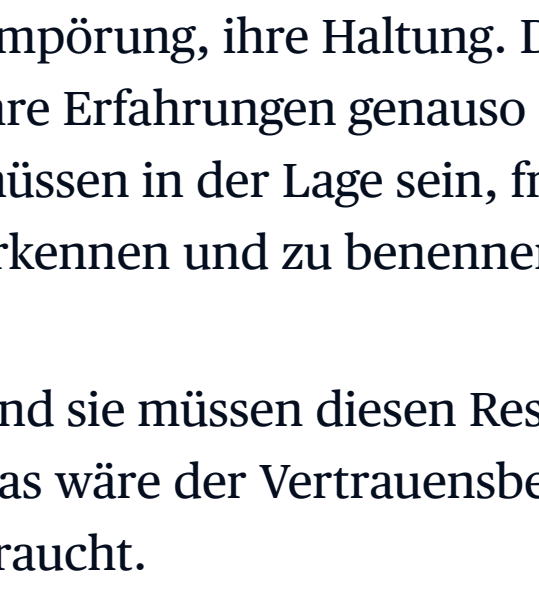
Mehr lesen



🔒 Ich hasse Männer nicht, ich habe Angst vor ihnen*



🔒 Es gibt eine Ur-Sicherheit, die nur Männer kennen



🔒 Fürchte deinen Nächsten: Christian Ulmen ist kein Einzelfall

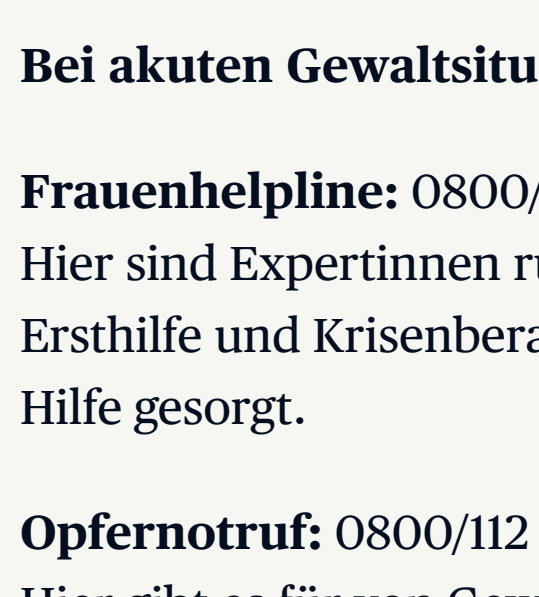
Gründe, das für normal zu halten, bekommen sie in letzter Zeit zur Genüge: Politiker wie **Donald Trump** demonstrieren, dass es mehrheitsfähig ist, sich über Frauen lächerlich zu machen. In den sozialen Medien ist der Hass auf Frauen ein veritabler Trend geworden. Influencer der „Manosphere“, die eine männliche Überlegenheit predigen, erhalten ungeheuren Zuspruch auch auf österreichischen Schulhöfen.

Und dann sind da noch die tief sitzenden Abwehrreflexe, die das Vertrauen zwischen den Geschlechtern ebenfalls untergraben: Wenn ein Übergriff gemeldet - und den Frauen einfach nicht geglaubt wird. Wenn Taten relativiert oder mit „Dämonen“ entschuldigt werden - oder wenn Debatten über Übergriffe wieder einmal mit der Bemerkung enden, wie schnell eine Männerkarriere nun zerstört sei.

Mehr lesen



🔒 Gewalttätige Männer: „Die meisten sind nicht gestört, sondern ganz normal“



🔒 Vorwürfe gegen Christopher Seiler: Gewalt darf man nicht auf Dämonen schieben

Der Vertrauensgrundsatz: Wir müssen vertrauen dürfen, dass sich alle an die Regeln halten

Im Straßenverkehr gibt es den Vertrauensgrundsatz: Er besagt, dass jeder Verkehrsteilnehmer darauf vertrauen darf, dass sich auch die anderen an die Regeln halten. Dank dieses Prinzips können wir mit einem 50er durch die Stadt fahren, in der Annahme, dass auch die anderen an der Stopptafel halten oder nicht rücksichtslos aus Einfahrten schießen werden. Gewisse Verkehrsteilnehmer sind vom Vertrauensgrundsatz aufgenommen: Wer etwa rast oder Schlangenlinien fährt, wer sich also erratisch verhält, dem vertraut man nicht. Er zwingt uns, bremsbereit zu fahren.

»Ein gesellschaftliches Gefüge, in dem die eine Hälfte der anderen mit Grundskepsis begegnet, bremst uns alle ein.«

Das schränkt den Verkehr ein, aber solange sich genügend Menschen an die Regeln halten, hält das System. Nur: Wie viel Vertrauensverlust kann es vertragen? Wie viele Fahrer müssen sich erratisch verhalten (und damit durchkommen), bevor wir uns nur noch in Schrittgeschwindigkeit auf die Straße trauen? Bevor wir lieber zu jedem Auto einen Sicherheitsabstand lassen? Und kann überhaupt noch von einem Verkehrssystem die Rede sein, wenn irgendwann eine Hälfte der Teilnehmer der anderen Hälfte nicht mehr vertraut?

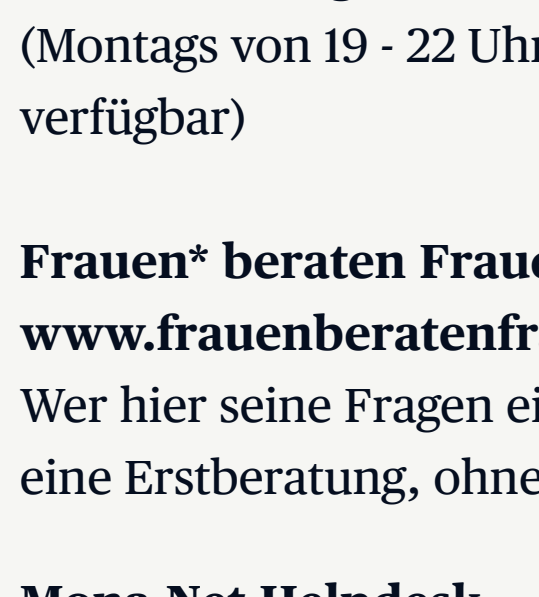
Das sollte auch den unbescholtenen Autofahrern nicht egal sein: Ein gesellschaftliches Gefüge, in dem die eine Hälfte der anderen mit Grundskepsis begegnet, bremst uns alle ein. Erschwert Beziehungen, macht das Zusammenleben anstrengend.

Es ist Zeit, Haltung zu zeigen

Es wäre also eine gute Zeit für vertrauensbildende Maßnahmen. Nur wenige Männer sind Täter. Aber sehr viele Männer halten sich betreten heraus. Es braucht diese Männer, damit das Vertrauensgefüge nicht kippt. Es braucht ihre Empathie, ihre Empörung, ihre Haltung. Diese Männer müssen Frauen zuhören und ihre Erfahrungen genauso ernst nehmen wie die anderer Männer. Sie müssen in der Lage sein, frauenerniedrigendes Verhalten im Alltag zu erkennen und zu benennen.

Und sie müssen diesen Respekt auch von allen anderen einfordern. Das wäre der Vertrauensbeweis, den unsere Gesellschaft gerade braucht.

Mehr lesen



🔒 Die rechtlichen Mittel gegen schädigende Deepfake-Profile



🔒 Die Politik hat versagt, uns im Internet zu schützen

Hilfe und Unterstützung für Frauen

Hier finden Sie eine gesammelte Übersicht der Telefonnummern, die Frauen in Gewaltsituationen helfen. Sie wurden vom Wirtschaftsministerium zusammengestellt. Der **Polizeinotruf ist 133**. Die **Rettung erreichen Sie unter 144**. Internationaler Notruf ist 112.

Bei akuten Gewaltsituationen (kostenlos und 24/7 erreichbar)

Frauenhelpline: 0800/222 555
Hier sind Expertinnen rund um die Uhr erreichbar und bieten Ersthilfe und Krisenberatung. Bei akuter Gefahr wird rasch für Hilfe gesorgt.

Opfernotruf: 0800/112 112
Hier gibt es für von Gewalt Betroffene anonyme Hilfe durch Psychologen und professionell ausgebildete Helfer. Zudem wird Rechtsberatung angeboten.

Anlaufstellen und Beratung Gewaltschutzzentren Österreich

Tel: 0800 / 700 217

www.gewaltschutzzentrum.at

Frauen und Kinder, die Gewalt in der Familie erleiden, können hier kostenlos und vertraulich mit Beratern sprechen.

Frauenhäuser

- www.frauen-familien-jugend.bka.gv.at/frauen/anlaufstellen-und-frauenberatung/frauenhaeuser (Übersicht des Frauenministeriums)
- www.aeof.at (Autonome Österreichische Frauenhäuser)
- www.frauenhaeuser-zoef.at (Zusammenschluss österreichischer Frauenhäuser)

Frauenhäuser bieten Frauen, die Gewalt in der Familie erleiden, und ihren Kindern eine sichere Wohnmöglichkeit. Insgesamt gibt es rund 30 Frauenhäuser in Österreich, die in zwei Verbänden vernetzt sind (siehe Links). Die Häuser stehen allen von Gewalt betroffenen Frauen offen. Einkommen, Nationalität oder Religion spielen keine Rolle.

Notruf Beratung für vergewaltigte Frauen und Mädchen: 01/523 22 22

www.frauenberatung.at

Diese Wiener Beratungsstelle steht Mädchen und Frauen offen, die von sexueller Gewalt betroffen sind. Sie richtet sich auch an Familienangehörige, Kollegen, Lehrer oder Freunde Betroffener, die Rat brauchen. Auch rechtliche Schritte können besprochen werden.

Weißer Ring

www.weisser-ring.at

Die Verbrechensofferhilfe Weißer Ring bietet kostenfreie Rechtsberatung, schwerpunktmäßig bei Verstößen gegen das Opferrechts-, Opferrechte- und zum Verbrechensoffergesetz.

Interventionsstelle für Betroffene des Frauenhandels

www.lefoe.at

Diese Hilfestelle steht Frauen offen, die zur Prostitution gezwungen werden oder als Ehefrau oder Hausangestellte nach Österreich „geloct“ wurden.

Orientexpress

www.orientexpress-wien.com

Diese Frauenberatungsstelle richtet sich ebenso an von Zwangsheirat betroffene Frauen und Mädchen.

Das Ministerium bietet den sogenannten Familienhärteausgleich an, der dazu dient, finanzielle Überbrückung zu gewähren, wenn etwa eine Notsituation geboten ist. Details: www.frauen-familien-jugend.bka.gv.at/familie/finanzielle-unterstuetzungen/familienhaerteausgleich

Österreichische Rechtsanwaltskammern

www.rechtsanwaelte.at

Eine erste Beratung („Erste anwaltliche Auskunft“) im Bundesland ist gratis.

Online-Hilfe

Online-Beratung ist vor allem dann hilfreich, wenn Betroffene selber keine Beratungsstelle aufsuchen können. Auch, wer lieber schreibt als spricht, kann sich an Beraterinnen im Internet wenden. Die Portale bieten anonyme Beratung an.

Helpchat

www.haltdergewalt.at
(Montags von 19 - 22 Uhr; auf Deutsch, Englisch und Türkisch verfügbar)

Frauen* beraten Frauen*

www.frauenberatenfrauen.at
Wer hier seine Fragen eingibt, erhält innerhalb von 48 Stunden eine Erstberatung, ohne Angabe einer E-Mail-Adresse.

Mona-Net-Helpdesk

www.mona-net.at

Das „Mädchen online Austria“-Netzwerk bietet Beratung für Mädchen bei allen Problemen und Fragen an.

Gewaltinfo.at

www.gewaltinfo.at

Anlaufstellen für Männer

Männerberatung Wien

www.maenner.at, +43 1 603 28 28

Männerinfo

www.maennerinfo.at, 0720 / 70 44 00

Männerberatung bei Gewalt in der Familie, Krisenintervention, Deeskalation, Konfliktberatung. In allen Bundesländern.

12:33 · Artikel anhören Mehr dazu Artikel verschenken 30

Lesen Sie mehr zu diesen Themen:

- Österreich
- Economist
- Chronik

Wird geladen...

Ihre Empfehlungen

Meiner Sternacht...
„...ingen...sen“

Misogynie
🔒 Gewalttätige Männer: „Die meisten sind nicht gestört, sondern ganz normal“

Künstler-Häuser
🔒 Ernst-Fuchs Was „Esther“ eigentlich bew...

Im Trend

Wahl...
ei,

Diplomatie
🔒 Abgeordnete machen in USA Stimmung für Kreml

Morgenglosse
So blamiert si...
angebliche „K...