

VINCENT-IMMANUEL HERR  
MARTIN SPEER

# WENN DIE LETZTE FRAU DEN RAUM VERLÄSST



**SPIEGEL  
Bestseller**

*Was Männer  
wirklich  
über Frauen denken*

ullstein 

Herr & Speer

Wenn die letzte Frau den Raum verlässt  
Was Männer wirklich über Frauen denken



Herr & Speer

# WENN DIE LETZTE FRAU DEN RAUM VERLÄSST

*Was Männer  
wirklich  
über Frauen denken*

Ullstein

Besuchen Sie uns im Internet:  
[www.ullstein.de](http://www.ullstein.de)

Ein Buch aus der Ullstein-Reihe *Wie wir leben wollen*,  
herausgegeben von Silvie Horch

Ullstein ist ein Verlag der  
Ullstein Buchverlage GmbH  
6., aktualisierte und ergänzte Auflage 2026  
ISBN 978-3-550-20306-0

© 2025 Ullstein Buchverlage GmbH, Friedrichstraße 126, 10117 Berlin

Covergestaltung: Simone Becher, bürosüd plus GmbH, München

Covermotiv: [www.buerosued.de](http://www.buerosued.de)

Alle Rechte vorbehalten

Wir behalten uns die Nutzung unserer Inhalte für Text und  
Data Mining im Sinne von § 44b UrhG ausdrücklich vor.

Bei Fragen zur Produktsicherheit wenden Sie sich bitte an  
[produktsicherheit@ullstein.de](mailto:produktsicherheit@ullstein.de)

Gesetzt aus der Minion Variable Concept und Myriad Variable Concept

Satz: LVD GmbH, Berlin

Druck und Bindearbeiten: CPI books GmbH, Leck

*Für Aili, Carl und Hendrik*

✿

*Antonia und Alice*



# INHALT

|  |           |
|--|-----------|
| <b>VORWORT</b>   | <b>9</b>  |
| <b>KAPITEL I</b>   |           |
| <b>Männer und Geschlechtergerechtigkeit:</b>             |           |
| <b>Keine einfache Beziehung</b>                          | <b>15</b> |
| Männer haben Redebedarf                                  | 18        |
| Die 1+3 Alibis der Männer                                | 21        |
| Männer übersehen die strukturelle Dimension von Sexismus | 23        |
| Das Zwei-Welten-Modell                                   | 25        |
| <b>KAPITEL II</b>  |           |
| <b>Wenn die letzte Frau den Raum verlässt</b>            | <b>35</b> |
| Unser typischer Safe Space                               | 35        |
| Leseanleitung für die Männersprüche                      | 38        |
| Willkommen im Raum voller Männer                         | 41        |
| Kategorie I: Der Alphamann                               | 42        |
| Kategorie II: Der verunsicherte Mann                     | 57        |
| Kategorie III: Der Statistiker                           | 72        |
| Kategorie IV: Der Sexist                                 | 87        |
| Kategorie V: Der Antifeminist                            | 100       |
| Kategorie VI: Der Pseudofeminist                         | 113       |
| Kategorie VII: Der Wolf im Feministenpelz                | 123       |
| Kategorie VIII: Der Privatmann                           | 127       |
| Kategorie IX: Der Durchschnittsmann                      | 132       |
| Kategorie X: Der stille Mann                             | 145       |

**KAPITEL III**

**Wie wir mehr Männer zu Verbündeten machen können 149**

Fazit 1: Männer haben massive Wissens- und  
Erfahrungslücken in puncto Gleichstellung 150

Fazit 2: Die Angst vor Gleichstellung ist größer als  
die tatsächlichen Nachteile für Männer 157

Fazit 3: Es fehlt Männern an positiven Vorbildern 163

Fazit 4: Männliche Verbündete reden nicht nur,  
sondern setzen konkrete Schritte um 169

**NACHWORT 179**

von Jutta Allmendinger

**DANK 183**

**LITERATUREMPFEHLUNGEN 187**

**QUELLEN 191**

## VORWORT

»Dieser ganze Genderkram geht mir dermaßen auf den Keks«, platzte es aus einem der Männer vor uns im Raum heraus. Andere lächelten zustimmend. Veranstaltungen dieser Art sind seit Jahren zentraler Bestandteil unserer Arbeit: Wir begleiten und besuchen Organisationen oder Unternehmen, um in gemischten oder rein männlichen Gesprächsrunden über Geschlechtergerechtigkeit zu sprechen. In diesem Fall handelte es sich um eine Fokusgruppe (also eine moderierte Befragung zur Datenerhebung), bestehend aus zwölf Männern mit dem Ziel, herauszuarbeiten, wie es um männliche Einstellungen gegenüber Gleichstellungsmaßnahmen in der Organisation bestellt sei. Der Satz oben machte deutlich: kompliziert. Genau genommen hatte der Mann nicht »Keks« gesagt, sondern ein vulgärereres Wort verwendet. Unabhängig von der Wortwahl drückt der Ausspruch eine Haltung aus, die unter Männern keine Seltenheit ist. Wir beobachten seit ein paar Jahren, wie sich der Konflikt über eines der wichtigsten Themen unserer Zeit zuspitzt: Geschlechtergerechtigkeit.

Auf der einen Seite erhalten Fragen rund um Gleichberechtigung und Diversität mehr und mehr Aufmerksamkeit. Unternehmen feiern in den sozialen Medien die Vielfalt ihrer Belegschaft, rein männlich besetzte Panels und Expertenrunden werden seltener. Sexistische Sprüche, die Frauen aufgrund ihres Geschlechts diskriminieren oder herabwürdigen, oder gar Übergriffe werden weniger häufig ignoriert, sondern ziehen immer öfter Konsequenzen nach sich, Medienschaffende beleuchten das Thema regelmäßig, der Anteil von Frauen in Spitzenpositionen steigt (wenn auch im Schnecken tempo).

Auf der anderen Seite wächst der Widerstand vieler Männer gegen Themen, die mit Frauen, Geschlechtergerechtigkeit oder Gleichstellung zu tun haben. Antifeministen und Pick-up-Artists ziehen Hunderttau-

sende junger Männer in ihren Bann, Landesfürsten verbieten geschlechtergerechte Sprache, Präsidenten werden sexistischen Ausfällen und Schlimmerem zum Trotz wiedergewählt, Firmenchefs kürzen Frauen- und Diversitätsbudgets, Spitzenpolitiker werten Frauen und ihre Anliegen ab, Männern geht der Feminismus zu weit. Selbst die Stilleren unter ihnen sorgen sich um ihre Karriere oder Männlichkeit in einer gefühlten Welt von Quoten, Gleichstellungsbeauftragten und woken Internetmemes.

Diese beiden gegenläufigen Entwicklungen – die Zunahme von feministischen Themen im öffentlichen Diskurs und die Zunahme von (sichtbarem und viel häufiger noch: unsichtbarem) männlichem Widerstand – laufen zeitgleich ab. Ohne Schwarzmalerei zu betreiben: Die Spannungen werden in den nächsten Jahren vermutlich noch zunehmen. In unserer Arbeit, die mittlerweile beide Seiten des Atlantiks umspannt, sehen wir regelmäßig: Der Kessel der Debatte rund um Geschlechtergerechtigkeit steht gehörig unter Druck. Es liegt in unser aller Interesse, die Temperatur zu senken, bevor er uns um die Ohren fliegt. Um das tun zu können, müssen wir zunächst verstehen, worin der Widerstand vieler Männer begründet liegt, was dahintersteckt und wie wir mit passenden Argumenten und Methoden Männer sogar als Verbündete für Geschlechtergerechtigkeit an Bord holen können. Genau darum geht es in diesem Buch.

Wir schreiben als zwei weiße, deutsche Männer, die sich zwar umfassend mit dem Thema auseinandersetzen, gleichzeitig aber zwei weiße deutsche Männer sind – mit allen Prägungen, Privilegien und Limitierungen im Gepäck, die dieser biografische Hintergrund mit sich bringt. Wir wissen aus eigener Erfahrung, dass es uns Männern häufig schwerfällt, das Problem Sexismus überhaupt zu verstehen, geschweige denn die strukturelle sowie alltägliche Dimension wirklich zu erfassen. Ebenso wissen wir, dass sexistische Denk- und Handlungsmuster zur DNA unseres kulturellen Männlichkeitsbilds gehören: über Rollenzuschreibungen in Kinderbüchern, sexistische Werbung oder Repräsentation von Frauen und Männern in den Medien bis hin zu sozialen Codes, die