

Nicht nur in einsamen Corona-Zeiten werden Partner unter BDSMlern gesucht, manchmal vermeintlich gefunden und manchmal trotz Zweifeln ge- bzw. behalten. Manchmal auch, obwohl irgendwo ein "komisches Gefühl" dabei ist. Aber man sehnt sich ja nach Unterwerfung...und er/sie sagt, das gehört sich dabei eben so.

Die nachfolgenden Zeilen sind nicht wertend. Insbesondere nicht bezüglich Eurer Beziehung. Da wollen und werden wir niemandem dreinreden oder verurteilen- wir üben uns in Toleranz!

Jedoch sollten die nachfolgenden Beschreibungen jeden Einzelnen vielleicht motivieren, sich selbst und seine Rolle in diesem ganzen wirren Durcheinander zu hinterfragen, ob man das wirklich genau so will.

Gaslighting

Im Jahr 1938 veröffentlichte der Dramatiker [Patrick Hamilton](#) sein Theaterstück „Gaslight“, das sich mit psychischer Gewalt in zwischenmenschlichen Beziehungen auseinandersetzt. Das also nicht neue Phänomen beschreibt die extreme emotionale Manipulationstaktik, die das Selbstbewusstsein und die gesamte Identität des Manipulationsopfers durchaus infrage stellen kann. Später wurde das Theaterstück verfilmt.

Die massive Dominanz hat das Ziel, Macht über den anderen zu erlangen, ihn z.B. einerseits abhängig zu machen und andererseits emotional zu kontrollieren.

Dabei können alle Beziehungen potentiell gefährdet sein. Jedoch besonders die, in denen Loyalität und Hierarchie herrscht oder herrschen soll. Je unsicherer eine Person ist und je mehr sie dazu neigt, andere zu idealisieren und je abhängiger sie ohnehin von der Person schon ist, desto größer ist die Gefahr Opfer zu werden.

Dabei kann die Manipulation bei entstehenden Beziehungen systematisch „eingefädelt“ werden oder sich in bereits bestehenden Beziehungen entwickeln. Wichtig ist zu erkennen, dass es in erster Linie um 2 Menschen geht, die Persönlichkeitsstörungen bzw. Defizite aneinander ausleben, die zwar einvernehmlich wirken mögen bzw. ggf. sogar von den Beteiligten als

einvernehmlich gerechtfertigt werden können, aber die nicht „spielerisch“ miteinander BDSM bzw. mit dem Augenmerk auf Ds leben. Auch ein Mensch mit intaktem Selbstwertgefühl kann in diese Dynamik rutschen, wenn nicht in allen Fällen auf ein in sich selbst verankertes gutes „Bauchgefühl“, rationales Denken und der Fähigkeit zum Vollzug von notwendigen Konsequenzen vertraut werden kann.

Typische Manipulationstaktiken sind (Aufzählung nicht abschließend):

- Der/die Gaslighter hat stets Lügen und Ausreden oder Beschwichtigungen in petto
- Alle anderen lügen oder haben den/die Gaslighter nur falsch verstanden
- Die Diskrepanzen zwischen Aussagen und Aktionen des/der Gaslighter stiften beim Opfer Verwirrung und Unsicherheit.
- Attacken auf die Persönlichkeit um das Selbstwert und Urteilsvermögen zu untergraben können beim Opfer bis zur Zerstörung des Charakters führen. Es werden Werte, Moral, Gefühle, Einschätzungen bzw. Sichtweisen und/oder Erlebnisse des Opfers systematisch in Frage gestellt bzw. abgetan. Durch den Vorwurf z.B. „übersensibel“ oder ungebildet zu sein, wird das Opfer in seiner Persönlichkeit untergraben. Gerne werden Formulierungen verwendet wie „das weiß doch jeder, außer dir...“ oder „du hast dich vor 3 Jahren schon mal geirrt, also jetzt auch.“ Gerne greift der Gaslighter auch zu haltlosen Unterstellungen, die er/sie durch sein bizarres Weltbild rechtfertigt (z.B. alle Frauen, die kurze Röcke tragen, vögeln auch mit allen... oder spezifisch auf BDSM: jeder der BDSM lebt, muss automatisch mit jedem Sex haben wollen oder hat eine Bereitschaft für Gewalt, Erniedrigung etc.)
- Stillhalten und erdulden: Das Opfer von Freunden, Familie, Sportvereinen und Co. isolieren.
- Gaslighter sind gekonnte Selbstdarsteller, meist erscheint das Opfer außenstehenden Menschen aber auch eigenen Freunden oder Familie als „falsch gewickelt“ oder überempfindlich. Das Opfer wird nicht ernst genommen.
- Die Energie des Opfers verschwindet, das Opfer sitzt im Kreislauf fest und findet sich damit ab.

Oft wird einem vom Gaslighter eine vermeintliche Hilfestellung suggeriert. Es wird am Opfer ein vermeintlicher Makel festgestellt und durch eine Handlung, Situation, Aufgabe oder ähnliches soll dieser behoben werden. Das stellt den Gaslighter in eine „Helfer-Position“ und es wird gerechtfertigt, dass dieser ja nur bei der persönlichen Weiterentwicklung und Selbstoptimierung unterstützen möchte.

Ob man auf einen Gaslighter reinfällt, es sich um eine Verhaltensweise eines Narzissten/Psychopaten handelt oder es einfach nur ein „Dampfplauderer“ ist, vermag kein Laie im Detail zu ergründen, vor allem nicht wir.

Es sei auch klargestellt, dass es sich hier nicht nur um den/die „böse*n Dom“ handelt, sondern auch ein/e „liebe/r Dom“ an eine*n Sub geraten kann, der/die solche Dynamiken in ihm/ihr wecken möchte oder als Ergänzung der Hinweis, dass es auch sog.

"Schlüssel-Schloss-Prinzipien" gibt, wie z.B. Narzisst \Leftrightarrow Borderline-Störung.

Flapsig gesagt: BDSM ist „lustvoll im Rahmen der Beziehung“ zu leiden, und nicht unter der Beziehung. Und das gilt für alle Beteiligten.

[Gaslight \(1960\) mit D. Borsche und M. Trooger - YouTube](#)

[Das beherrschte Geschlecht: Warum sie will, was er will: Konrad, Sandra: Amazon.de](#)

[Vorsicht vor Gaslighting: Der gefährlichste Gehirnwäsche-Trick der Narzissten und anderer Manipulatoren. So schaffen es Menschen unbemerkt, das Selbstbewusstsein ihrer Opfer zu zerstören: Green, Emory: Amazon.de](#)

Incels

Wie funktioniert Radikalisierung? Grob umrissen:

1.1.) Schlechte Erfahrung(en) gemacht und daraus resultierende

2.2.) Verallgemeinerung erklärt sich mit

3.3.) Unterschiede fokussieren (oft Opfer-Täter-Bild)

a. erzeugt Fremdheit

b. macht Missachtung möglich bis hin zum

c. Objekt, das Feindbild ist nicht mal mehr ein Mensch

4.4.) Gleichgesinnte suchen

a. Anschluss zu Menschen, die das vermeintliche Weltbild/Frauenbild teilen, auch Stichwort „Pick up Artist“

b. BDMS wird immer „gesellschaftsfähiger“. Leider sind die Darstellungen (Pornos, pseudo-Dokus) recht lückenhaft und „Werbe- und Einschaltquoten“ orientiert. Damit kann sich ein Mensch in seiner Sichtweise bestärkt und im Recht fühlen.

Incels sind im Internet bereits vernetzt, sie haben eigene Internetportale und eine Community, in der sie sich gegenseitig in ihrem Weltbild bestätigen. In dieser Subkultur geht es vorwiegend um Frauenhass, der sich aber auch auf Schwule, Lesben oder Transgender bzw. Queerhass ausweitet. Der Name leitet sich übersetzt von „unfreiwilliger Zölibat“ ab. Es geht hier um eine Ideologie die der sog. „Red-Pill“-Bewegung angehört und auch fremdenfeindliche und antisemitische Denkanalysen beinhaltet. Getragen wird die Incels-Community von Frauenhass, Selbsthass und Opferdenken. Wir gehen hier aber nur auf die Teile die BDSM-relevant sein können ein. Das würde sonst den Rahmen sprengen.

Vereinfacht dargestellt, geht es darum, dass Incels sich im Patriarchat von den Alpha-Männern, den sog. Chads vor allem in Optik, aber auch in allen anderen Bereichen des Lebens ausgestochen fühlen. In den Incels-Foren posten diese Männer Fotos und lassen sich von anderen Incels be- bzw. abwerten. Es werden häufig auch kosmetische Operationen diskutiert. Auffällig ist, dass diese Männer jedoch im Durchschnitt wie der Durchschnitt aussehen. Es wird dabei völlig ausgeblendet, dass der Incel vielleicht wegen seines Frauenbildes oder seiner eigenen (erlernten oder auf Traumata zurückgehenden) Unfähigkeit mit Frauen umzugehen, keine Beziehung zu einer Frau herstellen kann.

Incels haben Minderwertigkeitskomplexe durch ihre „Unattraktivität“, sind in der Regel von depressiv (verstimmt) bis zu suizidal und können an (ggf. nicht diagnostizierten) Angststörungen/Sozialphobien leiden und wirken oft erstmals eher „nur“ verbittert. Die Industrie zeigt ihnen männliche Schönheitsideale in der Werbung, die Erotikportale suggerieren schnelle sexuelle Erfolge die für jedermann zugänglich sind, nur nicht für sie. Sie sehen darin die systematische Unterdrückung und ultimative Kränkung, da der Incel sehr stark vom Äußerlichen abhängig ist und durch sein patriarchalisches Denken meint, dass er ein Grundrecht auf Sex hat, welches ihm verweigert wird.

Der verhasste Chad (das Sinnbild eines Mannes, der fleischgewordenen Alpha-Mann mit weißer Hautfarbe) ist stark überzogen. Oft handelt es sich hier auch nur um „Muskel-Männer“ oder Männer, die wegen ihrer Stellung in der Gesellschaft bevorzugt sind.

Das Frauenbild ist ebenfalls stark überspitzt. Frauen sind manipulativ, triebgesteuert, „das Böse“, nur auf Alphas fixiert. Viel Sex würde die Vagina ausleiern. Die Frau wird als „es“, als Toilette/Loch etc. bezeichnet, also versachlicht. Die Frau wird völlig Entmenschlicht, was dem Incel auch die Gewalt gegen die Frau ermöglichen soll, da er die Gewalt gegen die Frau dadurch, dass es sich ja um ein Objekt handelt, für sich rechtfertigt. Frauen hätten generell völlig überzogene und unerreichbare Ansprüche und sind alles oberflächliche Schlampe, die nur darauf warten auf einen hoffentlich Chad-Penis zu fallen.

Wenn die Frau für Chads nicht mehr interessant ist, da sie vom Chad verbraucht ist, lässt sie sich dann doch auf geringwertigere Männer ein und findet sich mit dieser „Mangelware Mann“ ab, wobei sie insgeheim immer noch für jeden Chad sofort alles aufgeben würde. Dabei ist das ideale Incels-Frauenbild an strenge Anforderungen geknüpft: Sie ist möglichst Jungfrau, für alle sexuellen Handlungen zu gebrauchen, submassiv, erträgt Gewalt und definiert sich als „Sexsklavin“. Was eben den fehlinterpretierten Bezug zu BDSM herstellt. Für den Incel wird eine Frau ab 30 oft schon vom Chad aussortiert. Die Ideale Frau für einen Incel ist daher oft auch sehr mädchenhaft.

Lesben warten nur auf den richtigen Chad, der sie endlich umdreht. Schwule sind verkappte Incels, die sich einer „Notlösung“ bedienen und transsexuelle Menschen sind nur psychisch instabil.

Dabei ist der weibliche Orgasmus lediglich Betrug, der nur sexuelle weibliche Freiheit vortäuscht. Der Mann hätte das Recht der sexuellen Verfügung über die Frau, da schon bei

Wirbeltieren die Sexualität über Dominanz und Submissivität klar definiert ist. Sie fühlen sich durch Feminismus bedroht, da Frauen nun „herumhuren“ und Feminismus den Mann erniedrigt. Das natürliche Begehren des Weibes wird durch die Übermännlichkeit des Chads geweckt und bringt die natürliche Devotheit der Frau an den Tag, weswegen es auch keine Vergewaltigung geben kann. Neben einer Befreiung von Empathie scheut sich das System nicht vor in sich stattfindenden Logikfehlern. Eigentlich könnten sie vom Chad profitieren, wenn dieser schon alle Damen unterwürfig und sexuell willig macht. Der Incel sieht darin jedoch die Bestätigung seiner systematischen Unterdrückung mit seinem unfreiwilligen Zölibat.

Letztlich ist er aber in einem System gefangen:

Incel begehrt Frauen => ist nicht autonom bzw. abhängig von Frauen => Frauen müssen unterdrückt werden, bis hin zum Femicid als Befreiung => unfreiwilliger Zölibat bedeutet Frauen zu begehren. Und so schließt sich der Kreis.

Die Erlösung aus dem Elend soll durch die Frau geschehen, was aber ein Widerspruch ist. Der Incel führt seinen Krieg gegen die Frau im Alltag, in dem er sich z.B. vor eine Frau drängelt oder falsche Wegbeschreibungen gibt und es ihr damit so richtig gezeigt hat... dumm, aber nicht weiter schädlich, wenn man nicht gerade zu einem wichtigen Termin zu spät kommt...

Manche Incels machen sich einen „Scherz“ daraus in tinder und Co ein Chad-Profil anzulegen um die Damen auf die Alpha-Fehlspur zu leiten und zu einem Date nicht zu erscheinen. Das nennt sich „Chadfishing“.

Incels können aber auch Frauen beschimpfen, erfragen (Nackt-)bilder und veröffentlichen dies dann im Internet.

Durch die depressive Stimmung bzw. Angststörung mag es sich vermeintlich um eine Subkultur handeln, die vorwiegend im Internet organisiert ist. Aber reale Gewaltverbrechen gehörten bereits zu dieser Subkultur dazu, oft in Verbindung mit Amokläufen (nähere Ausführungen z.B. zum Amokläufer von Halle findet ihr im Buch).

["Pick-Up-Artists" und ihre weiblichen Opfer | Frauen im Visier | quer vom BR - YouTube](#)

[Frauenhass und Terror: Was die „Incel“-Szene so gefährlich macht - YouTube](#)

[Rechte Terroristen: Hass auf Frauen | Panorama | NDR - YouTube](#)

[Vortrag: Incels - Männliche rechte Gewalt im Netz und Offline und ihre realen Folgen - YouTube](#)

[Incels: Geschichte, Sprache und Ideologie eines Online-Kults testcard zwergobst: Amazon.de: Veronika Kracher: Bücher](#)

https://incels.wiki/w/Main_Page

Wir als Orga können ein Thema nur informativ auf Grundlage von Informationen aufbereiten und auch nicht "helfen", da wir kein ausgebildetes Fachpersonal sind und dies auch nicht die Motivation dieser Informationsmail war. Wir möchten noch kurz auf [maydaySM e.V.](#) hinweisen – der „SM-Seelsorge“ als eigetragener Verein (bitte die Angaben auf der Internetseite beachten).

Anmerkung: Wir respektieren alle Geschlechter. Bitte habt Verständnis, wenn Formulierungen im gesamten Text ggf. nicht für alle Geschlechter umgesetzt wurden. Das ist kein persönlicher Angriff.