YENZ 2026 September

Sexismus-Streaming
So erkennst du Frauenhass in Serien

Nach der anstrengenden Matheklausur nach Hause kommen, in den Pyjama schlüpfen, den Lieblingssnack schnappen und dann ab aufs Sofa … mit Netflix natürlich! Oder Amazon Prime? Egal, Hauptsache, für einige Stunden dem Alltag entfliehen und sich von Abenteuern und Romantik auf dem Bildschirm verzaubern lassen. Doch aufgepasst! Hast du schon einmal kritisch betrachtet, was für Bilder dir die Streaminganbieter einflößen? Denn inmitten der heilen, fiktiven Welt sind nicht selten veraltete Rollenvorstellungen zu entdecken – trotz moderner Einflüsse im Jahr 2026. Wie du Sexismus in Serien blitzschnell erkennst, erklärt dir Yenz-Autorin Alicia Eckhardt.



Gibt es auch Männer, die Männer lieben? Oder Frauen, die auf Frauen stehen? Bleib kritisch, wenn in Serien Heterosexualität als das einzig Wahre dargestellt wird.

Was ist eigentlich Sexismus?

„Niemand darf wegen seines Geschlechtes, seiner Abstammung, seiner Rasse, seiner Sprache, seiner Heimat und Herkunft, seines Glaubens, seiner religiösen oder politischen Anschauungen benachteiligt oder bevorzugt werden. Niemand darf wegen seiner Behinderung benachteiligt werden."

So steht es im Grundgesetz. Leider wird dieser wichtige Leitsatz jedoch noch immer nicht überall umgesetzt. Bei Sexismus handelt es sich um eine Form der Diskriminierung aufgrund des Geschlechts. Zum Beispiel werden Frauen abgewertet, benachteiligt oder unterdrückt. Sexistisches Denken bezieht sich zudem darauf, dass Geschlechter einer Rangordnung zugeteilt werden, wobei Frauen wesentlich niedriger als Männer angeordnet sind. Sexismus kann aber auch heißen, dass queere Menschen beleidigt werden. Zudem erhalten Frauen in der sexistischen Vorstellung häufig bestimmte „Aufgaben": Sie haben sich um die Kinder zu kümmern, müssen den familiären Haushalt führen oder werden verdinglicht, also zum Schönheits- oder Lustobjekt der Männer erkoren.

Versteckter Sexismus in Serien

In den Serien, die wir konsumieren, ist Sexismus oft versteckt und erst bei genauem Hinsehen zu finden. Viele Serien konfrontieren uns mit heteronormativen Ideen, die wir hinnehmen, ohne sie zu hinterfragen. Sei es Gewalt gegen weibliche Figuren, Bodyshaming oder nackte Frauen, die Verkörperung von Klischees – der sportliche Highschool Bad Boy beschützt die schüchterne, kluge Blondine – oder die simple Tatsache, dass im Durchschnitt auf eine weibliche Protagonistin über 50 Jahren gleich drei männliche Protagonisten kommen und somit ältere Frauen immer seltener in Serien zu finden sind (laut einer Studie der MaLisa Stiftung von 2020): All das fällt unter Sexismus.

Und was geht dich das an?

Viel! Denn während du dich entspannst, nimmst du kaum bewusst wahr, welche Vorurteile und Klischees auf dich einströmen. Eine Studie der OECD von 2025 zeigt: 15-Jährige in Deutschland verbringen am Tag sieben Stunden vor dem Bildschirm – na, erkennst du dich wieder? Nicht nur führt das zu Schlafproblemen oder einem ungesunden Körperbild, sondern auch die Streaming-Anbieter profitieren hiervon. Zudem prägen sich in diesen Stunden Geschlechterrollen ein, die uns mediale Formate wie Serien vermitteln und schwappen unbewusst in unseren Alltag über.

Top oder Flop? Serien auf den Zahn gefühlt!

→ **Maxton Hall (Amazon Prime, 2024-2026)**

Wer kennt sie nicht, die neue, romantische Academy-Serie über die Figuren Ruby Bell und James Beaufort, die auf Mona Kastens Romanreihe „Save me/you/us" basiert. Ruby stellt dabei das Mädchen aus einfachen Verhältnissen dar, das ein Stipendium für die Maxton Hall-Privatschule erhält und sich nichts sehnlicher wünscht als ein Studium an der Oxford-Universität. James ist Millionärserbe und ein klassischer Bad Boy, der Rubys Schweigen als Zeugin eines Familiengeheimnisses erkaufen möchte – was ihm jedoch zunächst nicht gelingt. Letztendlich verlieben sich die beiden … so weit, so gut. Doch aufgepasst, denn Klischees kommen nicht zu kurz: Ruby ist klug und hübsch, James ist abgebrüht und muskulös. Dabei verkörpert Ruby den scheinbar idealen Mix aus „Girlboss" (sprich: Karrierefrau) und „Tradwife" (sprich: sie umsorgt ihren Dreamboy auf fast engelhafte Art) – besonders Letzteres ist kritisch. Dabei gilt sozusagen: Alles ist möglich, solange es ästhetisch aussieht. Männlicher Schmerz – als James' Mutter stirbt – wird zudem ganz typisch durch Verrat und Zerstörung gelöst (James küsst ein anderes Girl). Altbekannte Geschlechtermuster werden demzufolge großgeschrieben – und dies, obwohl eigentlich Körperdiversität und die Überwindung von Klassengrenzen in der Serie eine gute Umsetzung finden beziehungsweise finden sollten.

→ **Perfect Match (Netflix, 2023-2026)**

Die Unterhaltsamkeit von Dating Shows ist wohl kaum zu leugnen. Perfect Match ist dabei eine Netflix-Serie, die erst kürzlich mit einer neuen Staffel aufwartete. Das Konzept: In knappen Bikinis und Badeshorts sitzen junge Singles (die Frauen sind zumeist ein wenig jünger als die Männer) am Pool, am Strand, an der Bar oder in der Luxusvilla und nehmen an cosy Dates oder verrückten Spielen teil, um letztendlich ihr „Perfect Match" zu finden und eine Reise zu gewinnen. Schade ist, dass die Serie vor sich sexy rekelnden Frauen strotzt und auch nur Mann und Frau jeweils Paare bilden. Queerness und moderne Ideen? Fehlanzeige. Das gilt übrigens auch für die meisten anderen Dating-Formate von Netflix und Co.

→ **Emily in Paris (Netflix, 2020-2025)**

Emily ist eine junge Frau, die durch ihre Arbeit nach Paris gelangt und dort die französische Kultur sowie Romantik kennenlernt. Dabei ist positiv zu betrachten, dass Sylvie, die Chefin von Emilys Marketing-Agentur, eine ältere, toughe Frau darstellt. Emily selbst hat keine Scheu, mit unterschiedlichen Männern zu flirten und zu schlafen – ganz entgegen des Klischees, dass die starken Männer oft mit den naiven Frauen spielen. Man mag davon halten, was man möchte – doch dass Emily auch im Beruf ein echtes Powergirl ist, das ihr eigenes Ding macht und für sich selbst einsteht, ist nicht zu bestreiten: Schon in Staffel eins beschließt sie somit, in Paris zu bleiben und nicht nur aufgrund der Wünsche eines Typen nach Chicago zurückzukehren. Yes!



So werden Schauspielende und Seriendarstellende oft gezeigt: jung, schlank und in knapper Kleidung.

So erkennst du eine sexistische Serie

Erfüllt deine Serie eines der folgenden Kriterien? Dann gönn' dir vielleicht lieber eine andere… oder sei zumindest sehr, sehr wachsam!

- → Unterhalten sich Frauen nur über Männer/die Liebe – und kennen kein anderes Thema?
- → Stirbt die weilbliche Protagonistin – und der Mann überlebt?
- → Sind nur junge, schlanke Frauen dargestellt? Gibt es Bodyshaming? Werden Frauen in knapper Kleidung oder in sexy Posen porträtiert?
- → Ist die Frau ein „Hindernis" für den Mann? Dominiert der Mann die Frau? Wird Gewalt/Herabwürdigung als „normal" gezeigt?
- → Fehlt eine weibliche Identifikationsfigur? Sind Männerfiguren in der deutlichen Überzahl?
- → Liegen Klischees vor (Hausfrau / „Tradwife", Sexbombe, eifersüchtige Furie, …)?
- → Gilt Heterosexualität als das einzig Wahre?

Fazit: „Netflix an, Gehirn aus" ist kein guter Plan – nimm' dir lieber eine Minute, um kurz darüber nachzudenken, welche Serie und welche Rollenbilder du konsumierst. Damit leistest du, wenn auch im Kleinen, einen wertvollen Beitrag zu Autonomie, Freiheit und Feminismus.



Bei Datingshows und -serien scheint das Motto zu gelten: Freizügige Frauen, dazu noch jung und sehr schlank, sind die Norm.

VKZ-Jugendseite / E-Mail: yenz@vkz.de · Fotos: dpa