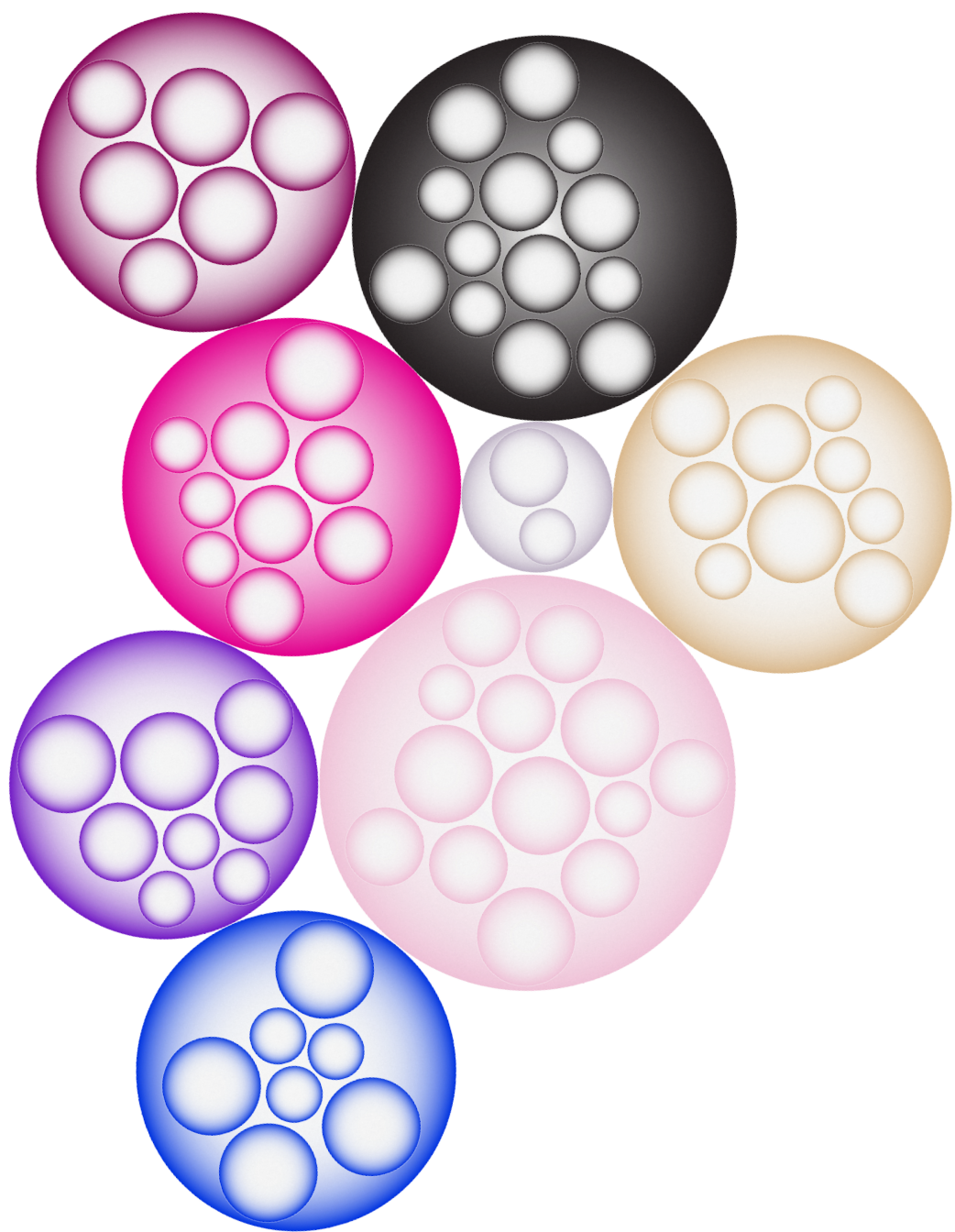




MANOSFÆREN I DANMARK



ONLINE VERSION

INFODUMP

INDHOLD

Introduktion 1

Metode: Hvordan har vi gjort? 2

 Anonymisering 2

Hvad er manosfæren? 3

Hvordan har den danske manosfære udviklet sig siden 00'erne? 4

 Den nye generation: Manfluencerne 5

 En ny fjende: Transpersonerne 5

Manosfæren anno 2025 6

Grupperinger i manosfæren 8

 Manderetsaktivister 8

 Fædretsaktivister 9

 Mytopoeter 10

 Anti-woke 11

 “Satire” 12

 Manfluencere 13

 Scorekunstnere 14

 Kvinderne i manosfæren 15

Vores betragtninger om modtale og modnarrativer 16

INTRODUKTION

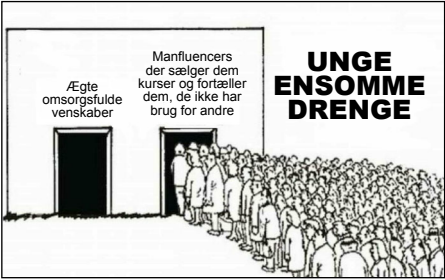
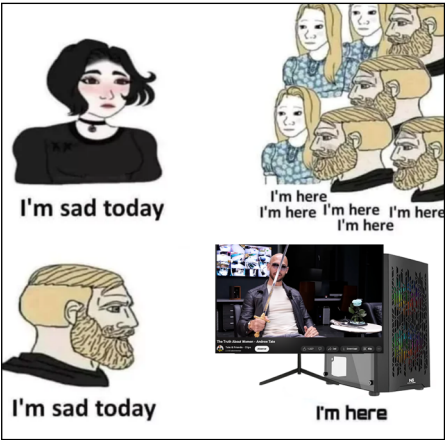
Der er i foråret 2025 kommet fornyet interesse for manosfæren i medier og blandt politikere takket være tv-serien *Adolescence*, der handler om *incels* – ufrivilligt cølibate mænd, der samles online om ekstremt kvindehad. Det er ikke første gang, der har været fokus på dem. Cybernauterne udgav vores første artikler om manosfæren i 2019¹, da medieinteressen for incels steg voldsomt, efter en selverklæret incel kørte en bil ind i en folkemængde i Toronto. Herefter er vi løbende blevet kontaktet af journalister, studerende, filmfolk, forfattere og fagfolk, der vil vide hvor mange incels, der findes i Danmark, og om de er farlige.

Manosfæren er dog langt mere end bare incels. Det er et løst knyttet meningsfællesskab bestående af en stor mængde forskellige grupperinger. Her findes, ud over de meget omtalte incels, også manderetsaktivister, fædretsaktivister, den seperatistiske Men Going Their Own Way bevægelse der afsværger kontakt med kvinder, scorekunstnere (Pick Up Artists), mænd, der afstår fra pornografi, og grupper der kæmper for maskulint overherredømme, og mange flere.²

Vi har endnu ikke haft et incel-angreb i Danmark, men det betyder ikke, at kvinder ikke risikerer vold og drab på grund af deres køn. En undersøgelse fra Eurostat viser, at partnervold, seksuelle overgreb og kvindedrab er langt mere udbredt i Danmark end gennemsnittet for EU-lande, selvom vi scorer i top på formelle ligestillingsparametre.³ Alene i 2025 er der allerede i skrivende stund – maj måned – sket 10 kvindedrab.⁴ Samme EU-undersøgelse viser, at Danmark er i top 3 over de EU-lande, hvor befolkningen ikke tror, vi har et problem med vold mod kvinder. Hver 5. danske mand under 50 mener faktisk, at ligestillingen er gået for langt.⁵

Disse tendenser må ses i et større perspektiv, for hvis man kun fokuserer på den mest ekstreme, spektakulære og voldsforherligende – men også mest anonyme og introverte gruppering i manosfæren – risikerer man at overse dens mere vel-etablerede, politisk indflydelsesrige eller kulturelt magtfulde grupper. Dem, der påvirker både mainstream-debat, politiske beslutninger og generelle holdninger til emner som kønsbaseret vold, ligeløn, barsel, kvinders stemmeret og deltagelse i politik.⁶

Derfor vil vi i dette infodump give et overblik over den dansksprogede manosfære og beskrive dens grupperinger, deres dagsordener, hvordan de bruger digitale plaforme og hvordan, den har udviklet sig siden 00'erne. Vores kortlægning kan ses som et oplæg til videre undersøgelser af den danske manosfære.



↑ Memes der tragikomisk illustrerer et samfund, hvor drenge og unge mænd kan fanges af manfluencers, når de ikke har andre at snakke med.

Et infodump er Cybernauternes korte vidensformat. Her dumper vi en masse viden om et digitalt eller teknologisk fænomen på meget lidt plads. Infodumps har derfor også masser af anbefalinger til yderligere læsning og lytning, som du kan fortsætte med, hvis du vil vide mere. Dette infodump er udarbejdet af sociolog Theis Molin, kriminolog Alessandra Porcedda, teknoantropolog Monir Mooghen, Cand.mag. i medievidenskab Maia Kahlke Lorentzen og grafisk designer Anne Katrine Raahede.

Dette infodump er lavet i forbindelse med Cybernauternes projekt *Kønskrigen – Fra TikTok til klasseværelset*. Projektet er støttet af FRi Puljen. Det er en del af Fundamental Rights Initiative, et samarbejde mellem Globalt Fokus og Nyt Europa og medfinansieret af EU.



 Cybernauterne

Cybernauterne er et netværk af eksperter i cybersikkerhed og digitale medier, som tilbyder kurser, rådgivning og foredrag.

Vi fandt sammen i 2018 for at forsøge at fylde det hul, vi så i mediebildet omkring formidling af internetkultur og -rettigheder. Siden da har vi afholdt hundredevis af workshops og foredrag for skoler, NGO'er, fagforeninger, SSP og politigrupper, rettighedsorganisationer og virksomheder.

Vi er specialiseret i at formidle til folk, der ikke er it-nørder eller har specielle tekniske færdigheder. Vi bruger inddragelse, kreative metoder og åbne workshop-formater til at indføre folk i alt fra falske nyheder, privatliv på nettet, algoritmernes magt, omgangsform på de sociale medier og sikkerhedstips til at beskytte sig mod hackere og it-kriminelle. Fælles for os er en kærlighed til teknologi kombineret med en kritisk tilgang til den digitale udvikling.

Du kan støtte os via → patreon.com/cybernauterne

Du kan finde os her →

WEB	cybernauterne.dk
PODCAST	Cybernormer
IG	@cybernauterne
TIKTOK	@cybernauterne

¹ [Incels, Røde piller og mænd der hader kvinder](#), cybernauterne.dk, 2019

² [Hvad er MRAs, MGTOWs, Incels, PUAs? Guide til manosfærens arter](#), cybernauterne.dk, 2019

³ [EU gender-based violence survey – Key results](#), FRA – European Union Agency for Fundamental Rights, 2024

⁴ <https://femicidewatch.dk/>, data indhentet 26. maj 2025

⁵ [Hver femte mand under 50 mener, ligestillingen er gået for langt](#), mm.dk, 2023

⁶ Dette diskuterer vi med professor Debbie Ging i episode 3 af vores podcastserie *Manosfæren*, der har titlen [Manosfæren #3: Mere end incels](#).

METODE: HVORDAN HAR VI GJORT?

Manosfæren i Danmark er et broget netværk af aktører, der spænder over TikTok-influencere i start-20'erne til mandelejrorganisatorer midt i 50'erne. Der er ikke én digital analysemetode, der vil kunne kortlægge hele den danske manosfære, ligesom der ikke er én platform, man vil kunne analysere for at give et retvisende billede.

Vi har derfor valgt at kortlægge den dansksprogede manosfære ved at finde og analysere offentligt tilgængelige kilder på dansktalende influenter, debattører, grupperinger og organisationer, der hører ind under manosfærens ideologiske rammeværk, som beskrevet i afsnittet *Hvad er manosfæren* og konceptualiseret af bl.a. Professor Debbie Ging.

I kortlægningen af manosfæren har vi medtaget 67 aktører. De har tilstedeværelser på hjemmesider, i podcasts, på selv-drevne blogs, i åbne og lukkede Facebook-grupper, på TikTok, X, Twitch, YouTube, Instagram, Telegram og i nyhedsmediernes debatspalter. Vi har fundet frem til disse gennem OSINT-research, netværksanalyser, emnesøgninger og anbefalinger. Og nogle gange opsøger de os selv.⁷ Det er ikke alle i kortlægningen, der ville definere sig selv som en del af manosfæren. Vi har valgt at inkludere dem i kortlægningen på baggrund af deres offentlige udtalelser, som bærer tydelige præg af manosfærens diskursive træk: anti-feminisme, biologisk essentialisme og en selvfremsstilling som marginaliseret. Det er sandsynligt, der er yderligere aktører i den dansksprogede manosfære, som vi ikke har fundet i vores kortlægning.*

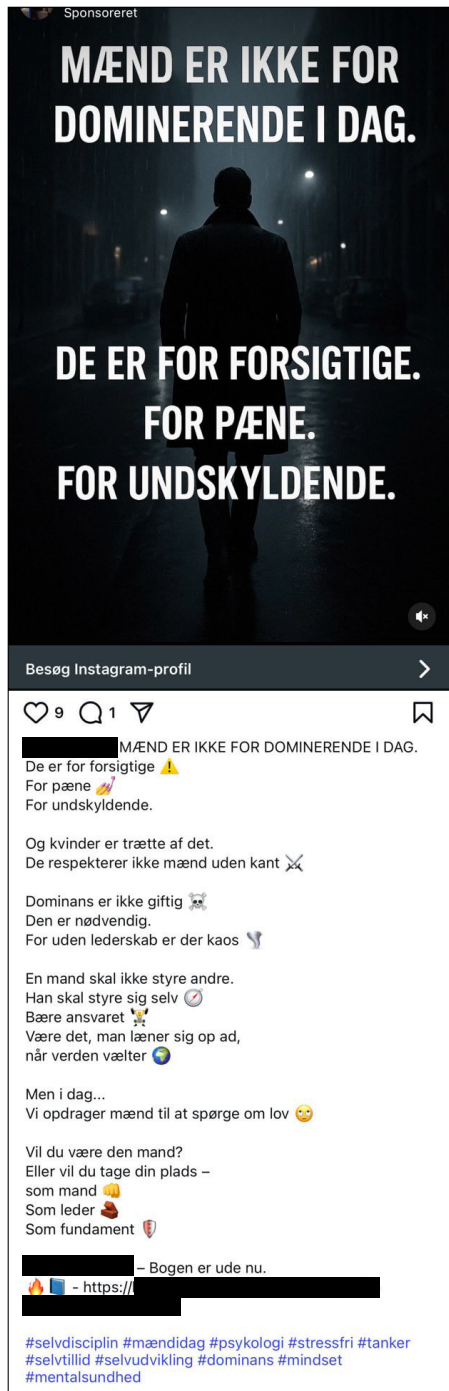
I afsnittet *Manosfærens udvikling siden 00'erne* beskriver vi vores hovedfindings og de overordnede udviklinger i den danske manosfære henover de seneste tre årtier. I afsnittet *Kort over manosfæren* har vi optegnet de forskellige grupper og deres aktører i anonymiseret form, med information om deres platforme og følgerskare på sociale medier.

Vores datasæt indeholder mange forskellige datapunkter: Nogle er lukkede Facebookgrupper, andre er debattører i aviserne, andre igen er en coaching-forretning, der drives på tværs af adskillige sociale medier. Vi kan derfor ikke sammenholde alle aktører kvantitativt. Derfor har vi indsamlet data på aktørers rækkevidde og engagement på deres respektive platforme i det omfang, det er tilgængeligt. På kortet har vi givet hver aktør en score fra 1 til 3. Scoren er vores kvalitative vurdering af deres indflydelse vurderet på antallet af følgere og engagement på deres sociale medier, om de optræder i medierne, om de har en forretningsmodel, og hvorvidt de har netværk i manosfæren. Det giver et indblik i formen og indflydelsesniveauet for de enkelte aktører i den dansksprogede manosfære.

Vi har analyseret aktørernes indhold og inddelt dem i otte forskellige grupper: manderetsaktivister, fædretsaktivister, mytopoeter, anti-woke, scorekunstnere, "satire", manfluencere og kvinderne i manosfæren. Vi beskriver deres karakteristika og dagsordener i afsnittet *Grupperinger i manosfæren*.

ANONYMISERING

Vores kortlægning er hovedsageligt baseret på offentlig tilgængelig information, og derfor medtager vi kun organisationer, debattører og influenter, der står offentligt frem på forskellige platforme. Der er få tilfælde, hvor vi har inddraget lukkede grupper, men her identificerer vi ikke medlemmerne, vi undersøger kun deres størrelser og diskurs. Kortlægningen er anonymiseret, da vores fokus ikke er de enkelte individer, men indholdet og omfanget. Der er ingen folkevalgte politikere med blandt de anonymiserede aktører.



↑ Reklame for bog om dominerende maskulinitet rettet mod mænd, set på Instagram i 2025.

* Alle aktører der er medtaget i kortlægningen har været aktive, det vil sige har ytrret sig offentligt eller delt indhold på deres sociale medier, i perioden januar 2023 til maj 2025..

⁷ Cybernauterne har beskæftiget sig kritisk med manosfæren i mange år. Derfor har vi opbygget en "omvendt fanskare" blandt nogle af dens aktører, der ofte kommenterer kritisk på vores arbejde. Vi har også oplevet, at de kontakter vores samarbejdspartnere, kunder eller journalister, der bruger os som kilder, med anklager om, at vi er utroværdige. Vi beklager på forhånd til alle, der skulle blive kontaktet af vores "fans" i tilfælde af, at de citerer dette infodump offentligt.

HVAD ER MANOSFÆREN?

I artiklen *Alphas, Betas and incels*⁸ definerer professor Debbie Ging manosfæren som en "løs samling af interessegrupper", der er blevet den største arena for diskussion af mænds rettigheder i vestlig kultur. Manosfærens grupperinger har forskellige udgangspunkter og strategier, og mange er direkte indbyrdes uenige. Hvis man følger Gings definition, er de dog også bundet sammen af nogle grundlæggende holdninger og analyser, særligt:

BIOLOGISK ESSENTIALISME: Manosfærens kerneforståelse af køn er, at der kun er to køn, mænd og kvinder, som hver især har iboende karaktertræk og præferencer, der står i modsætning til hinanden. Mænd er aggressive, kvinder er passive. Mænd er produktive, kvinder reproduktive, mænd leder, kvinder drager omsorg – og så fremdeles.

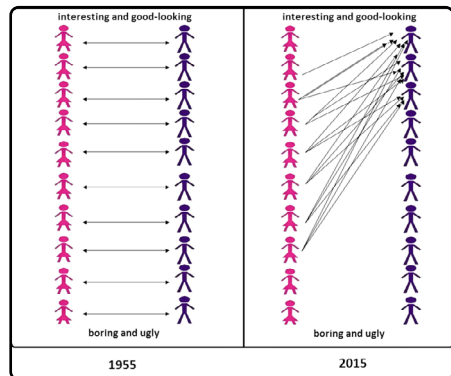
Grupperne i manosfæren bruger evolutionær psykologi som forklaringsmodel på kønnede forskelle og drager ofte paralleller mellem mennesker og diverse flokdyr med dominante hanner for at argumentere for deres syn på køn. Man mener, at mænd og kvinders indbyrdes relationer er styret af seksuelle og reproduktive drifter i det såkaldte *socioseksuelle hierarki*: Mænd kæmper som hanulve eller aber om at dominere andre og blive førehanner, også kaldet alfaer, eller må affinde sig med at underkaste sig som beta eller omega mænd.⁹ Kvinder betragtes som biologisk kodet til altid at stræbe efter at finde mænd højere oppe i hierarkiet, en praksis de kalder *hypergami*.¹⁰

ANTI-FEMINISME: Manosfærens meningsfællesskaber betragter feminisme som en ideologi, der er fjendtlig eller hadefuld over for mænd. Feminismen ses som et angreb på biologien og naturens orden, fordi den udfordrer den biologiske essentialismes antagelser om kønnenes 'naturlige roller'. Feminismens analyse om patriarkatet og systematisk undertrykkelse af kvinder betragtes som en løgn; det er kvinderne, der vælger mænd til og fra i hierarkiet. Feminismen har givet kvinder økonomisk uafhængighed, hvilket har eskaleret det generelle fravalg af mænd, som ikke har penge og status.

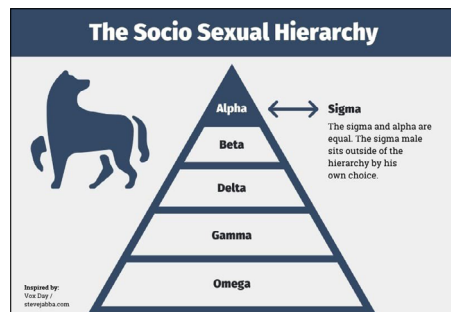
DEFENSIVT SELVBILLEDE: Manosfæren er en *defensiv offentlighed*¹¹; man opfatter mænd som en gruppe, der er marginaliseret af og har mistet status, kultur og indflydelse som følge af feminismen. Denne analyse tager ofte en konspiratorisk form, hvor eliten – feminister og andre kræfter nær magtens centrum – er gået sammen for at undertrykke mænd og skabe et samfund, der forfordeler kvinder. Feministisk kritik af mænds vold mod eller diskrimination af kvinder betragtes som et angreb på eller ligefrem forsøg på at undertrykke maskulinitet og mandekønnet.

Manosfærens kernefilosofi opsummeres ofte som at 'tage den røde pille'. Forhistorien er, at den amerikanske politiker Robert Fisher i 2011 oprettede et underforum på onlineplatformen Reddit, som blev et af manosfærens første store online samlingssteder. Han kaldte det *The red pill* efter en scene i filmen *The Matrix*, hvor hovedpersonen får valget mellem en rød pille, der vækker ham fra en simulation og en blå, der holder ham uvidende og sovende. Fisher mente, at metaforen om at vågne op fra en simuleret virkelighed kunne sammenlignes med hans egen 'opvågningen' fra den feministiske vrangforestilling om, at det er mænd, der har magten i samfundet. Når man 'tager den røde pille', vågner man op og indser den virkelige sandhed: Kvinderne har magten, og mænd og maskulinitet er under angreb.

Metaforen om at 'tage pillen', vågne op og se sandheden er efterfølgende rejst ind i højreradikale og konspirationsteoretiske fællesskaber, da de har både ideologiske og teknologiske berøringsflader med manosfæren.¹²



↑ Illustration af hypergami fra [incel.wiki](https://www.incel.wiki/).



↑ Det Socioseksuelle Hieraki fra manosfære-influenceren Steve Jabba.



↑ Meme fra Instagramprofilen [@djinn_kazama](https://www.instagram.com/djinn_kazama/), som satirisk beskriver en radikaliseringsproces og hvordan manosfærens mænd skyder skylden på kvinder.

⁸ [Alphas, Betas, and Incels: Theorizing the Masculinities of the Manosphere](https://www.psychologytoday.com/us/articles/2017/02/alphas-betas-and-incels), Debbie Ging, Men and Masculinities vol. 22, 2017

⁹ Ideen om at det er naturligt at leve i hierakier domineret af en alfahan, stammer fra et nu modbevist studie af ulveflokk i fangeskab. Ulve har ikke alfahaner når de lever vildt i naturen. Læs mere: [Is the Alpha Wolf Idea a Myth?](https://www.scientificamerican.com/article/is-the-alpha-wolf-idea-a-myth/), scientificamerican.com, 2023

¹⁰ Begrebet hypergami beskriver at "gifte sig op ad" i et klassesamfund, men i manosfæren betegner det også, at kvinder stræber efter mænd, der ser ud på eller opfører sig på bestemte måder.

¹¹ [Recentering power: conceptualizing counterpublics and defensive publics](https://www.psychologytoday.com/us/articles/2017/02/alphas-betas-and-incels), Sarah J. Jackson & Daniel Kreiss, Communication Theory vol. 33, 2023

¹² Hør mere i vores podcastafsnit ['Manosfæren #4: den røde pille.'](#)

Den biologiske essentialisme fortolkes i forskellige kvindesyn i manosfæren: Fra incels' fjendtlige sexism, hvor man dyrker voldsfantasier om kvinder, der ikke vil give én sex, til New Age-fællesskaber, der sætter kvinder op på en piedestal som 'guddommeligt feminine' væsner, mænd skal beskytte. Begge ender af dette spektrum¹³ dyrker et stereotypet billede af, hvad kvinder er og bør være, og skaber fjendebilleder af dem, der ikke indordner sig.

HVORDAN HAR DEN DANSKE MANOSFÆRE UDVIKLET SIG SIDEN 00'ERNE?

Cybernaut Maia Kahlke Lorentzen undersøgte i sit speciale 'Frihed, lighed og faderskab' fra 2007 det netværk, der udgjorde den tidlige danske manosfære. Specialet identificerede 23 hjemmesider, foraer og blogs, som enten beskæftigede sig med fædres manglende rettigheder eller med maskulinitet i krise. Interviewpersonerne, der stod bag nogle af de større sider på netværket, afviste dengang, at der var tale om en decideret bevægelse.¹⁴

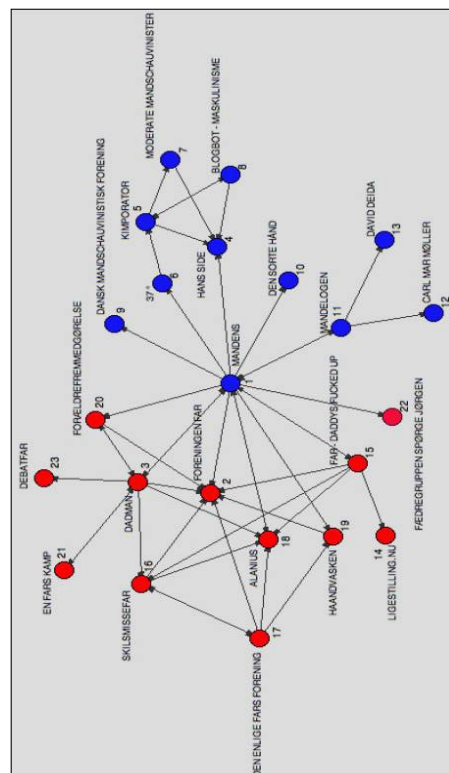
I de mellemliggende 18 år har fremvæksten af sociale medier og deres netværks-effekt betydet, at den danske manosfære har en langt større tilstedeværelse både online og offline. Manosfæren i Danmark har fået flere aktører og digitale fora samt flere formelle organiseringer, der sætter politiske og kulturelle dagsordener.

Tematikkerne omkring maskulinitet i krise på grund af ligestilling og fædres rettigheder under angreb fra feminister og den danske stat er dog stadig en central del af den danske manosfære. Dagsordenerne er også rejst ind i den danske mainstream-politiske debat, f.eks. i diskussioner om tabermænd, feminiserede folkeskoler og #MeToo, der er heksejagt.

Den danske manosfære bestod i 2007 primært af anonyme enkeltpersoner på hjemmesider og online fora. Med undtagelse af de lukkede Facebookgrupper i vores kortlægning, optræder manosfærens aktører i 2025 med navn og ansigt. Mange har også en forretningsmodel som coach eller influencer som en central del af deres digitale virke.

Der skete i midten af 2010'erne en sammenfletning af dele af den danske manosfære med den yderste højrefløj¹⁵, der blandt andet holdt fælles mande-arrangementer. Dette så man også i den engelsksprogede manosfære, hvor flere anti-feministiske indholdsskabere udviklede sig til centrale figurer på den yderste højrefløj. Vi så også den såkaldte alt-right-bevægelse benytte sig af modstand mod feminismen som en måde at nå ud til unge mænd på, for eksempel gennem kulturkrigsindhold som *gamergate* – en chikanekampagne rettet mod kvinder i computerspilsbranchen.¹⁶ I 2025 deler manosfæren i Danmark både netværk, dagsordener og indimellem direkte samarbejder med konservative kristne, konspirationsteoretikere, højreradikale og "anti-woke" kulturkrigere.

Den dansksprogede manosfære henter helt tydeligt inspiration fra den engelsksprogede manosfære, men den adskiller sig også på flere punkter. At man er en del af et velfærdssamfund, der tidligere har ligget relativt højt på ligestillingsindekset, præger både mærkesagerne og selvforståelsen. Der er mindre fokus på seksuel ret til kvinder, mere fokus på opfattelsen af mænds manglende juridiske rettigheder i et ligestillet samfund. Retorisk er udgangspunktet, at *ligestillingen er gået for langt*, ikke at den aldrig skulle have været foregået, og man tager kraftigt afstand fra ideen om, at man skulle være fjendtligt indstillet over for kvinder. Selvforståelsen er, at danske mænd er gode fyre, der har ladet kvinder få fuld ligestilling, og at der ikke er systemisk diskrimination af kvinder længere. Ofte roser man tidligere generationer af feminister, der kæmpede for f.eks. stemmeret, men kritiserer *nyfeministerne*, der er ude på at trykke mænd. Man mener, at den danske *moder-*



↑ Illustration af den danske manosfære anno 2007, fra specialet 'Frihed, Lighed og Faderskab'. Prikkerne udgør forskellige hjemmesider og fora. De røde prikker omhandler faderskab, de blå prikker omhandler maskulinitet mere generelt. Billedet af kan ses i højere opløsning på vores hjemmeside, ved at scanne QR-koden herunder.



"Baggrunden for projektet er den kraftige og tiltagende afmaskulinisering af den vestlige verden. En afmaskulinisering der på sigt, og visse steder ganske kort sigt, er livstruende for en moderne civilisation."

Manderetsaktivistisk blog, 2007

¹³ Begrebet *ambivalent sexism* er udviklet af Peter Glick og Susan Fiske og dækker over spektret fra *fjendtlig (violent)* til *godartet (benevolent)* sexism, hvor begge stadig har rødder i en opfattelse af, at kvinder er underlegne.

¹⁴ [Mandekamp på internettet](#), information.dk, 2007

¹⁵ [Antifeminister og antimuslimer slår pjalterne sammen](#), redox.dk, 2014

¹⁶ Hør mere i vores podcastafsnit '[Manosfæren #2: Gamergate](#)'.

stat og en lille feministisk elite nu indretter et velfærdssamfund, der demoniserer maskulinitet og systematisk underminerer mænds muligheder for alt fra karrierer til parforhold og børn.

DEN NYE GENERATION: MANFLUENCERNE

Manfluencere er en gruppe, der har vokset sig stor og indflydelsesrig i den internationale manosfære i løbet af de seneste år, og som også har gjort sit indtog i Danmark.

Manfluencere er en del af en international tendens, der er beskrevet som *neo-manosfæren* i rapporten *Recommending Toxicity*¹⁷ fra Dublin City University's anti-mobning-center. Rapporten beskriver, hvordan en yngre generation af politiske influencere i manosfæren bruger de digitale praksisser fra influencer-kulturen til både at tjene penge og sprede deres ideologiske tankegods til et massepublikum gennem anbefalingsalgoritmer. Flere af de danske manfluencere, vi har identificeret, lægger sig tydeligt op ad deres internationale forbilleder som de engelsksprogede influencere Myron Gaines, Sneako og Andrew Tate, der er kendt for deres åbent kvindefjendske indhold. Deres indhold spænder fra videoer med provokerende statements til at sælge coaching eller investeringskurser.

Neo-manosfærens aktører er modsat f.eks. manderetsaktivister mindre optagede af, hvordan mænd er undertrykte og marginaliserede af feminister og moderstaten, og mere fokuserede på at fremstille sig selv som nogen, der vinder i livet gennem *grindset* og *hustle*; altså et arbejdsomt mindset og smarte *hacks* til at få det gode luksuriøse liv *hurtigt*. Der er fokus på at udstråle overlegenhed, ikke på at fremstille mænd i en offerrolle.

Manfluencerne i Danmark er generelt yngre og mere digitalt kompetente i deres indhold og markedsføringsmetoder end resten af den danske manosfære. De overlapper eller interagerer da heller ikke med dem i nogen særlig grad, men bevæger sig primært i deres eget økosystem og laver indhold til en yngre, mere online målgruppe. Hvis man kigger på følgertal alene, er manfluencerne den største gruppe i den danske manosfære. Vi beskriver den typiske danske manfluencer senere.

EN NY FJENDE: TRANSPERSONERNE

Over de seneste 10 år har manosfærens grupperinger fået en ny fjende. På tværs af de forskellige grupperinger har vi identificeret indhold, der er negativt over for transpersoner. Tendensen ses bl.a. i form af transfobiske jokes om thailandske sexarbejdere, TikTok-udsendelser om, at transkønnede er psykisk syge, insisteren på, at der kun er to køn, og konspiratoriske forestillinger om en *transideologi*, der indoktrinerer børn.

Ideen om, at man kan skifte køn er grundlæggende i konflikt med manosfærens verdensopfattelse. Køn betragtes som et medfødt biologisk faktum. Man er enten mand eller kvinde, og dermed følger bestemte evner, tilbøjeligheder og præferencer. Feminister er fjender i manosfæren, fordi de udfordrer konklusionerne på den biologiske essentialisme og mener, at mænd og kvinders forskellige roller i samfundet er et resultat af samfundsskabte magtdynamikker. Transpersoner er blevet fjender, fordi selve deres eksistens udfordrer den biologiske essentialisme, manosfæren bygger sin verdensforståelse på.

Donald Trump sagde i en tale i 2023 at "*Det er utroligt så mange følelser folk har om det her. Når jeg taler om skattelettelser gør folk sådan her*" – **han mimer et uentusiastisk klap** – "*Når jeg taler om transkøn, bliver alle helt vilde. Hvem skulle have troet det? For fem år siden vidste man ikke engang, hvad fanden det var.*"¹⁸ Den samme tendens ser vi i danske medier, hos debattører og politikere, hvor debatter om transkvinder i sport, omklædningsrum og fængsler, unge transpersoners adgang til hormoner og spørgsmålet om, hvad en kvinde er, er blevet varme emner – også uden for manosfæren.¹⁹

DANSKE MANFLUENCERE I TAL

Danske manfluencere er primært aktive på Instagram, TikTok og YouTube.

På YouTube har de mellem **158 og 167.000 følgere.**

De tre mest fulgte manfluencers mest populære YouTube-videoer har mellem **1.856 og 5 mio. views** og **54 og 49.000 likes.**

På TikTok har manfluencerne mellem **37 og 130.000 følgere.**

De mest populære TikTok-videoer får mellem **4.011 og 1,5 mio. views** og **106 og 142.700 likes.**

↑ Tallene er indsamlet i maj 2025.



↑ Meme som kommenterer på, hvordan manfluencers sælger deres kurser til unge mænd.

¹⁷ [Recommending Toxicity: The role of algorithmic recommender functions on YouTube Shorts and TikTok in promoting male supremacist influencers](#), Dr Catherine Baker, Prof Debbie Ging and Dr Maja Brandt Andreasen, DCU Anti-Bullying Centre Dublin City University, 2024

¹⁸ [Trump Checks Crowd Over 'Crazy' Ovation: You 'Didn't Know' About This 5 Years Ago](#), huffpost.com, 2023

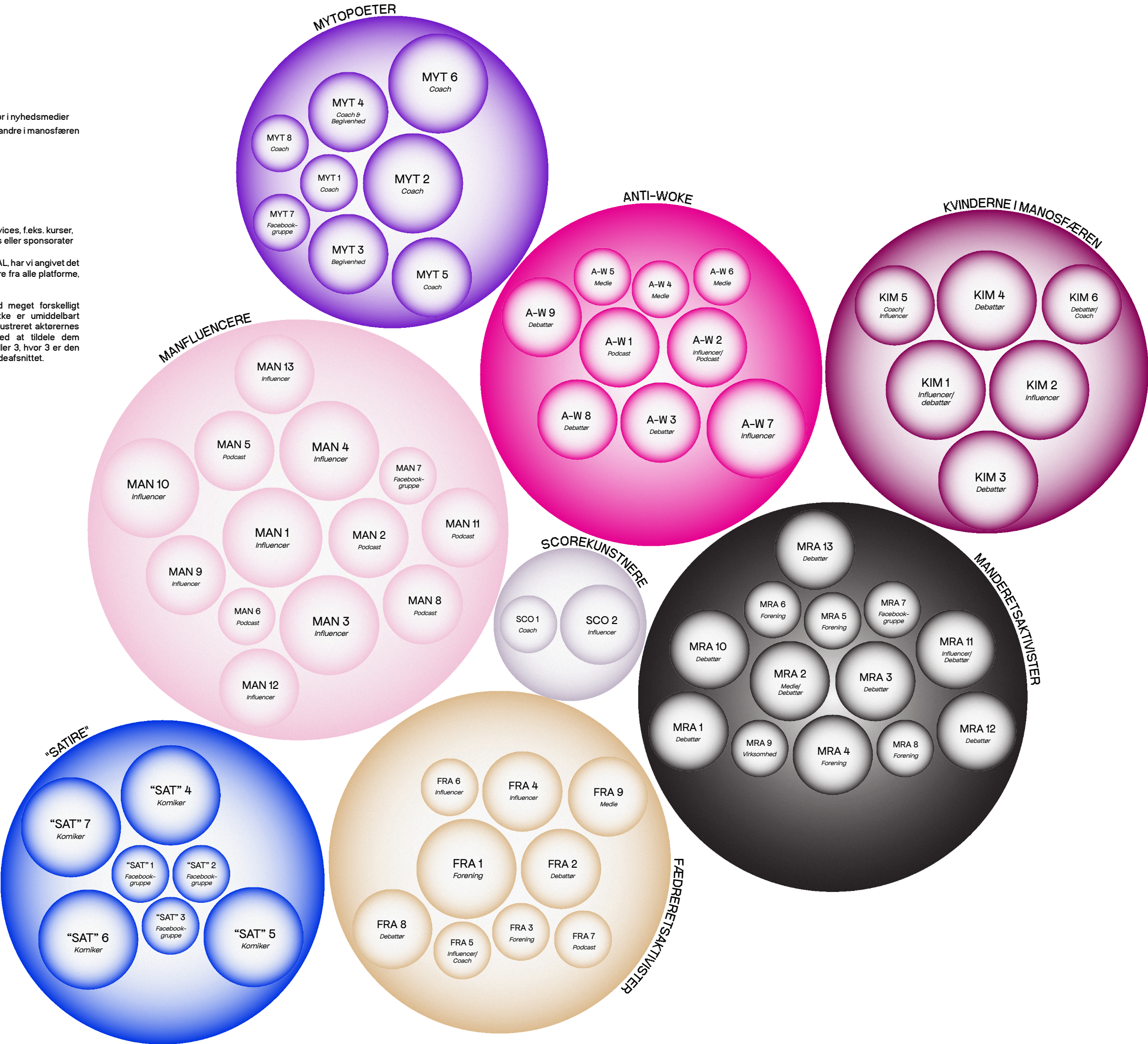
¹⁹ Vi har undersøgt, hvordan en del af den feministiske bevægelse også er aktive i anti-transbevægelsen i vores podcastserie [Konskrigerne](#).

NAVN	AKTIVITETER	FØLGERE TOTAL
"SAT" 1	FB	1.054
"SAT" 2	FB	12.800
"SAT" 3	FB	3.200
"SAT" 4	◄, FB, IG, TT, YT	9.500
"SAT" 5	FB, IG, LI, TT, YT	26.569
"SAT" 6	◄, FB, IG, LI, TT, YT	37.683
"SAT" 7	FB, IG, LI, \$	583.849
A-W 1	YT	1.564
A-W 2	FB, IG, LI, YT, \$	6.693
A-W 3	IG, YT	2.687
A-W 4	◄, FB	1.869
A-W 5	◄, FB, IG, YT	8.760
A-W 6	◄, FB, IG, TT, YT, \$	11.065
A-W 7	◄, \$, FB, IG, TT, YT, \$	5.247
A-W 8	◄, FB, IG, LI, TT	76.100
A-W 9	◄, \$, IG, LI	7.417
FRA 1	◄, ◄, \$, FB, IG, YT	5.725
FRA 2	FB, IG	23.830
FRA 3	FB, YT	2.971
FRA 4	IG, TT	1.192
FRA 5	◄, FB, IG, LI, TT, YT, \$	31.359
FRA 6	FB, IG, TT	43.880
FRA 7	◄, FB, IG, YT, LI	5.656
FRA 8	◄, \$, FB, IG	552
FRA 9	◄, ◄, FB	3.851
KIM 1	◄, FB, IG, YT, \$	-
KIM 2	FB, IG, TT, YT, \$	151.154
KIM 3	◄, \$, LI	310.100
KIM 4	◄, \$, FB	90
KIM 5	◄, FB, IG, LI, TT, YT, \$	4.300
KIM 6	◄, \$, FB, IG, LI, \$	56.395
MAN 1	IG, TT, YT, \$	1.370
MAN 2	◄, FB, IG, LI, TT, YT	102.990
MAN 3	◄, IG, TT, YT, Tw, \$	41.523
MAN 4	FB, IG, TT, YT, Tw, \$	545.400
MAN 5	◄, IG, TT, YT	663.810
MAN 6	◄, ◄, FB, IG, TT, YT, \$	1.670
MAN 7	YT, TT	6.104
MAN 8	IG, LI, TT	235
MAN 9	IG, TT, YT	39.340
MAN 10	IG, TT, YT	29.297
MAN 11	IG, TT, YT, \$	112.460
MAN 12	◄, FB, IG, LI, TT, YT, \$	73.690
MAN 13	FB, IG, TT, Tw, YT, \$	42.850
MRA 1	FB, IG	4.625
MRA 2	◄, ◄, \$	134
MRA 3	◄, ◄, \$	-
MRA 4	◄, ◄, \$, FB, IG, TT, YT,	-
MRA 5	◄, \$	2.366
MRA 6	FB	-
MRA 7	FB	837
MRA 8	FB	886
MRA 9	◄, \$, \$	706
MRA 10	◄, \$, FB, LI	-
MRA 11	IG, TT, YT	1.734
MRA 12	◄, \$, YT	22.242
MRA 13	◄, \$, FB, IG, LI	106
MYT 1	◄, FB, \$	23.081
MYT 2	◄, ◄, \$	713
MYT 3	◄, \$	380
MYT 4	◄, ◄, \$, IG, YT, \$	-
MYT 5	◄, FB, \$	9.881
MYT 6	◄, FB, IG, TT, YT, \$	2.100
MYT 7	FB	102.900
MYT 8	◄, FB, IG, YT, \$	423
SCO 1	◄, FB, IG, TT, YT, \$	24.598
SCO 2	IG, TT, Tw, YT, \$	31.310

- NØGLE
- 🏠 Hjemmeside
 - 🎧 Podcast
 - 📄 Er kilde eller debatter i nyhedsmedier
 - 🔗 Er organiseret med andre i manosfæren
 - FB Facebook
 - IG Instagram
 - LI LinkedIn
 - TT TikTok
 - Tw Twitch
 - YT YouTube
 - \$ Tilbyder betalte services, f.eks. kurser, coaching, webshops eller sponsorater

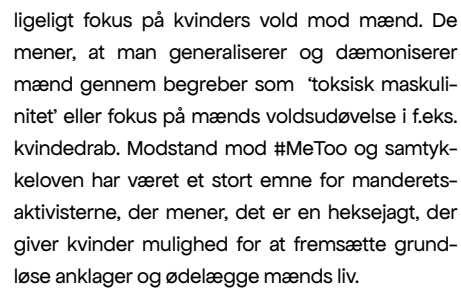
I kolonnen FØLGERE TOTAL, har vi angivet det sammenlagte antal følgere fra alle platforme, aktøren er til stede på.

Da vi har arbejdet med meget forskellig kvantitativ data, som ikke er umiddelbart sammenligneligt, har vi illustreret aktørernes indflydelse kvalitativt ved at tildele dem en relativ størrelse 1, 2 eller 3, hvor 3 er den største. Læs mere i metodeafsnittet.



MANDERETSAKTIVISTER

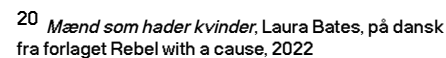
Manderetsaktivisterne er den gruppe, der er mest politisk organiseret igennem flere uafhængige medier, netværk og organisationer. Flere manderetsaktivister har været partipolitisk aktive i de borgerlige partier, men der er også repræsentanter for grupperingen i centrum-venstre-partier. Aktiviteten foregår primært online, i høj grad på Facebook, i kommentarspor og på X. Flere af aktørerne i denne gruppe skriver fast til store dagblade eller er debattører i TV og radio.



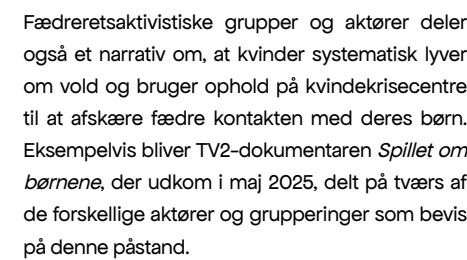
for en traditionel kønsrollefordeling, hvor kvinderne 'naturligt' tager barslen, og fædrene står for opdragelsen, når de bliver ældre.



Dansk manderetsaktivist, offentlig video, 2025



Fædretsaktivister ligger tæt op af manderetsaktivister, og mange manderetsaktivister ser også fædretsrettigheder som en fundamental del af den mandeaktivistiske kamp. Fædretsaktivister har dog et mere ensidigt fokus på fædres rettigheder. Fokus ligger især på Familieretshuset, hvor mange fædre har en oplevelse af at blive diskrimineret i forbindelse med skilsmisser. Det påstås, at Familieretshuset systematisk favoriserer kvinder og frarøver mænd samvær med deres børn. I Fædretsmiljøet deles der fortællinger om, hvilke strategier kvinder bruger til at vende børn mod deres fædre, et begreb kaldet 'forældrefremmedgørelse'. I denne sammenhæng refereres der ofte til *Mors Manual*²¹, en hjemmeside lavet af en fraskilt mand, der fremstår som en guide til kvinder til at 'vinde' skilsmisser ved, på falsk grundlag, at skabe og eskalere konflikter samt manipulere børn.

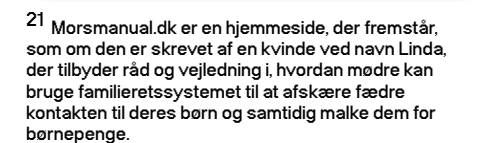


Det er vigtigt at understrege, at det ikke er alle mænd, der kæmper for mere plads til fædre-



Kommentar postet med link til artiklen 'Fædre sættes
skakmat af velkendt supervåben', 2025

Fædreretsaktivist, vlog, 2024



I september 2020 afslørede BT i artiklen ([Opdateret med rettelse](#)) [Fra stod bag mors manual: Mener mødre bruger praksis til at 'udstøde faren'](#), at det var en mand, der selv lå i en konfliktfyldt skilsmisse, der havde lavet siden. Kort efter, at afsløringen blev lagt op på BT, tilføjede han dette faktum til hjemmesiden og udtalte, at den var hans forsøg på at gøre opmærksom på det, han mener, er mødrenes praksis. Hjemmesiden fremstår dog stadig i samme form: Som om den er afsendt af en mor, med råd og vejledning og med en e-mailadresse, der bærer navnet Linda. I vores research har vi fundet den refereret i debatter på både Facebook og Reddit, hvor den bruges som argument for, at mødre anvender denne praksis i højkonfliktskilsmisses.

MYTOPOETER

Den mytopoetiske mandebevægelse er en af de ældste grene af manoscæren, og opstod længe inden internettet blev allemandseje. Bevægelsen tog form i USA i 1980'erne og 1990'erne som en aflægger af New Age-miljøet. Den tilbød mænd hjælp til at finde deres 'tabte' maskulinitet gennem jungiansk inspireret psykoterapi, selvhjælpskurser og retreats med svedhytter, trommerejser og bålchants. Særligt digteren Robert Bly's bog *Iron John* betragtes som en af de grundlæggende tekster for bevægelsen, der er navngivet af psykologen Shepherd Bliss, efter han havde observeret en række mandelejre i 1980'erne.²²



Mytopoeternes fortælling er en reaktion på det fremmedgørende senmoderne samfund, hvor maskuline idealer opleves som udviskede. Feminisme, #MeToo og moderne ligestillingspolitik betragtes som noget, der rykker samfundet ud af balance, kønnene ud af balance og som årsagerne til et tab af traditionelle mandlige roller. Bevægelsen lover mænd, at hvis de finder ind til deres 'kernemaskulinitet', vil de også få sunde og afbalancerede relationer med 'naturlige kvinder'.

Bevægelsen ser mænd og kvinder som hinandens naturlige modsætninger: som polariteter, der skaber balance, hvis hvert køn forbliver i sin 'naturlige' energi – henholdsvis maskulin og feminin. Mange af aktørerne er coaches eller terapeuter, som arbejder med jungianske arketyper. Her fremstilles det normative heteroseksuelle parforhold som det sted, hvor balancen mellem kønnene kan genoprettes. Mytopoeterne er generelt skeptiske over for teknologi, kritiske over for pornografi og tager afstand fra hyperpromiskuitet og det kvindesyn, der promoveres i f.eks. scorekunstnermiljøer, som beskrives nedenfor.

Mytopoeterne låner frit symbolik og ritualer fra

andre kulturer; buddhistiske gonger, indianske fjer, tantraguides og shamanistiske praksisser, og man taler i høj grad om energier og det 'guddommelige feminine/maskuline'. Mytopoeterne overlapper også med den bredere New Age-spirituelle bevægelse. Det er dog vigtigt at understrege, at det ikke er alle udbydere af terapiforløb, mandegrupper og retreats, der falder inden for dette spektrum.

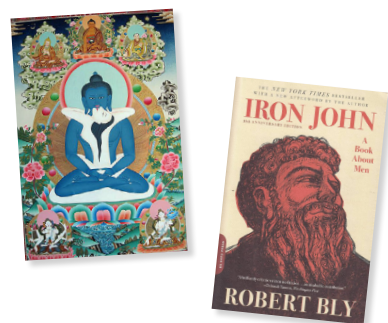
Den danske mytopoetiske mandebevægelse er et netværk af terapeuter, mandeguruer, forfattere og organisatorer, som primært bruger digitale rum til at række ud til mænd, der er interesserede i deres kurser, terapiforløb og coaching. Det er den mest fysisk organiserede gruppe i manoscæren; de mødes på årlige retreats, i mandecirkler og laver basisgrupper. Fokus ligger på indre selvudvikling og de maskuline fællesskaber inden for miljøet. Man sigter efter en 'spirituel revolution' frem for at arbejde for forandring inden for det politiske system. Dog er flere af de centrale figurer ofte i medierne som meningsdannere, debattører eller deltagere i underholdningsformater.



"Kvinder føder drenge, men mænd bliver til gennem rejse med andre mænd. Stærke maskuline venskaber leder naturligt til modenhed"

"Det er ikke svært at se at mødre har en unik og kraftfuld personlig tilknytning til deres barn, som fædre ikke har. Den tilknytning er en stærk del af hvorfor mødre naturligt prioriterer deres familielever over karriere og stillinger af samfundsmæssig autoritet."

Mytopoetisk mandegrupes manifest, 2025



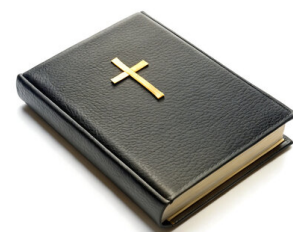
²² [Revisioning Masculinity – A report on the growing men's movement](#), Shepherd Bliss, In Context: Gender – Fresh visions and ancient roots, 1987

ANTI-WOKE

De grupperinger, vi har beskrevet indtil videre, har kønspolitik og maskulinitet som deres primære omdrejningspunkt, men der findes også aktører, der deler manoscærens anti-feminisme og kønsessentialisme, men arbejder med et bredere fjendebillede end bare feministerne. I Danmark ser vi både aktører fra den yderste højrefløj, konspirationsteoretikere og kristne konservative i denne kategori, som vi har givet samlebetegnelsen *anti-woke*, fordi deres modstand mod den såkaldte 'wokeisme' er det, der samler dem trods deres forskelligheder. 'Wokeismen' kan i denne optik være alt fra bestyrelseskvoter for kvinder, at man bruger inkluderende sprog om transkønnede eller observerer ramadan på en arbejdsplads. Fælles for de anti-woke er en konspiratorisk forståelse af, at disse problematikker er orkestreret af 'wokeister', en udefinerbar 'elite'. Det er særligt i denne analyse, at de ofte er enige med aktører i manoscæren, der ser feministen som en del af denne elite.



"transagendaen"



Jyllands-Posten

Berlingske



"woke er gået for vidt!"



brokker sig stadig over COVID-19



De anti-woke er tydeligt inspireret af den amerikanske højrefløj og referer til en bredere kulturkrig, som bruger enkeltsager og kulturelle debatter til at skabe en fortælling om, at den vestlige civilisation er i forfald. De taler om erodering af vores ytringsfrihed, opløsning af kønnene og familien eller masseindvandring fra muslimske lande. For nogle tager dette form af reelle konspirationsteorier som 'den store udskiftning', hvor man tror, at en hemmelig elite tillader masseindvandring for at udskifte den hvide befolkning i Europa med muslimer.²³

Flere af manoscærens aktører har taget en rejse fra at have været centristiske eller moderate manderetsaktivister eller en del af den mytopoetiske bevægelse, til at have bevæget sig ind i højre-

radikale eller konspirationsteoretiske netværk på grund af delte fjendebilleder og overlap i digitale platforme.

Det er værd at bemærke, at denne rejse for flere aktører er sket som følge af offentlig kritik af deres udtalelser om kvinder eller ligestilling. For andre er det sket efter at have fået kontakt med vaccineskeptiske netværk under COVID-19. En kernefortælling, der samler anti-woke-gruppen, er ideen om at være sandsigende, opvakte dissidenter i et samfund styret af en frihedshadende elite, der prøver at undertrykke, hvad de siger. Mange, der oplever sig selv som ofre for 'cancelkultur', vil møde et forstående og åbent miljø hos de forskellige anti-woke grupperinger.



"Er dine tanker og holdninger reelt dine egne, eller er de et produkt af en eller anden udefra kommende stimulans? Fordi først komplementerede mænd og kvinder jo hinanden, og så skulle deres forskelle pludselig udviskes. Først handlede ligestilling om lige muligheder, og så blev resultatet et krav. Først var køn noget biologisk, og pludselig blev det så til en social konstruktion af noget følelsesbaseret. Først var mundbinde livsnødvendige, og så havde de pludselig kun minimal effekt. Først stoppede vaccinen smitte, og så reducerede den sjovt nok kun symptomerne. [...] Først var masseindvandring en gevinst, og så skulle vi pludselig lære at leve med parallelsamfund."

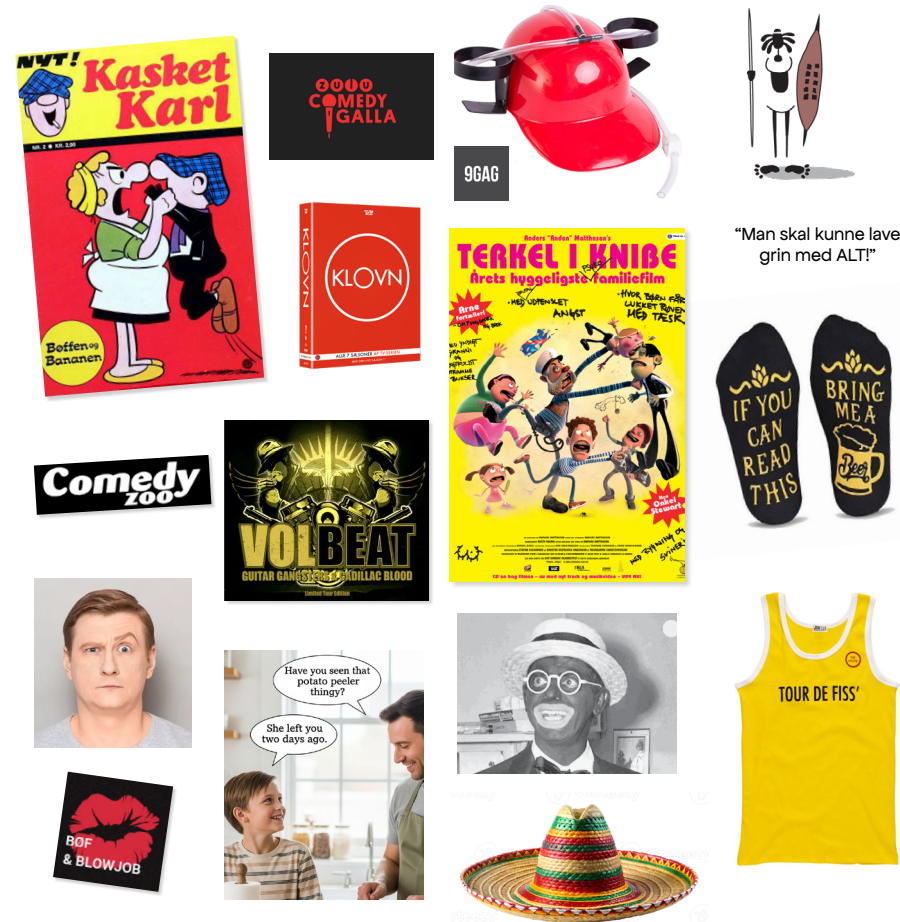
Dansk anti-woke influencer, offentlig video, 2025



²³ [Konspirationsteori om muslimsk befolkningsudskiftning kan udløse vold og had](#), tjekdet.dk, 2021

"SATIRE"

"Satire"-gruppen består af en bred palette af indholdsskabere. Fælles for disse indholdsskabere er brugen af humor til at formidle kritik af feminisme, kvinder og forskellige former for minoriteter.



Nogle er privatpersoner i Facebook-grupper, som deler hyggesexistiske memes og jokes om sure koner, liderlige gamle mænd og sex med asiatiske transkvinder på charterferier. Gruppemedlemmerne er typisk i aldersgruppen 30-60. Det ofte racistiske og sexistiske indhold retfærdiggøres ved, at det bare er jokes og en speciel form for 'mandehumor', som karakteriseres af at være særlig grov og i opposition til den såkaldte 'krænkelsekultur'. Krænkelsekulturen kendetegnes ved, at der i nyere tid er blevet et større fokus på, hvordan sexistiske og racistiske jokes bidrager til at fastholde og normalisere racisme og sexism i dagligdagen, men også på et mere strukturelt niveau.²⁴ I Facebook-gruppernes kontekst bruges 'krænkelsekultur', 'krænkelseparathed' og 'krænkelser' dog generelt til at afskrive kritik, som gruppen ikke dømmer legitim: *Joken var jo bare ment for sjov, så hvorfor skulle den betyde andet end det?*

Det er dog ikke kun i lukkede Facebook-grupper, at "satire"-indholdsskaberne findes. En lille, men betydningsfuld, gruppering af danske komikere hører også under denne kategori. De deler små videosketches, producerer lange podcastafsnit og dukker fra tid til anden op i nyhedsmediernes, hvor de laver 'satirisk' indhold, som grundlæggende minder om den type, der

deles i Facebook-grupperne.

Fra tid til anden ytrer disse komikere sig også direkte politisk med kritikker af 'wokeismen', førnævnte krænkelsekultur og feminisme generelt. På grund af deres kendisstatus har disse indholdsskabere tit anseelige følgerskarer, hvoraf de mest kendte har over 250.000 følgere på deres Facebook-sider og opsætter udsolgte shows rundt om i landet, men samtidig skriver en at han *"hader ordet samtykke"* i en video på et socialt medie. En anden skriver at *"feminismen er overtaget af forkælede, hysteriske børn"*.

Vi forstår "satire"-grupperingen som en *defensiv offentlighed*.²⁵ Fælles for komikerne og medlemmerne af Facebook-grupperne er nemlig en oplevelse af, at individernes personlige humor og levevis er under angreb. Indholdet, som deles, forstås i denne kontekst som en måde at udøve modstand til denne oplevede diskrimination og censur, også selv om indholdsskaberne i nogle tilfælde er succesfulde og privilegerede individer med et stort online følge. Vi har set lignende tendenser internationalt med veteranomikere som Ricky Gervais, Graham Linehan eller Dave Chapelle, der er blevet kritiseret for transfobiske udtalelser og italesætter sig selv som ofre for såkaldt 'cancelkultur'.

²⁴ *Dangerous Jokes: How Racism and Sexism Weaponize Humor*, Claire Horisk, 2024

²⁵ *Recentring power: conceptualizing counterpublics and defensive publics*, Sarah J. Jackson & Daniel Kreiss, Communication Theory vol. 33, 2023



1: "Det er også en crime against nature, at en hvid heteroseksuel mand kan tage hele vejen til Thailand uden at få noget fjas"

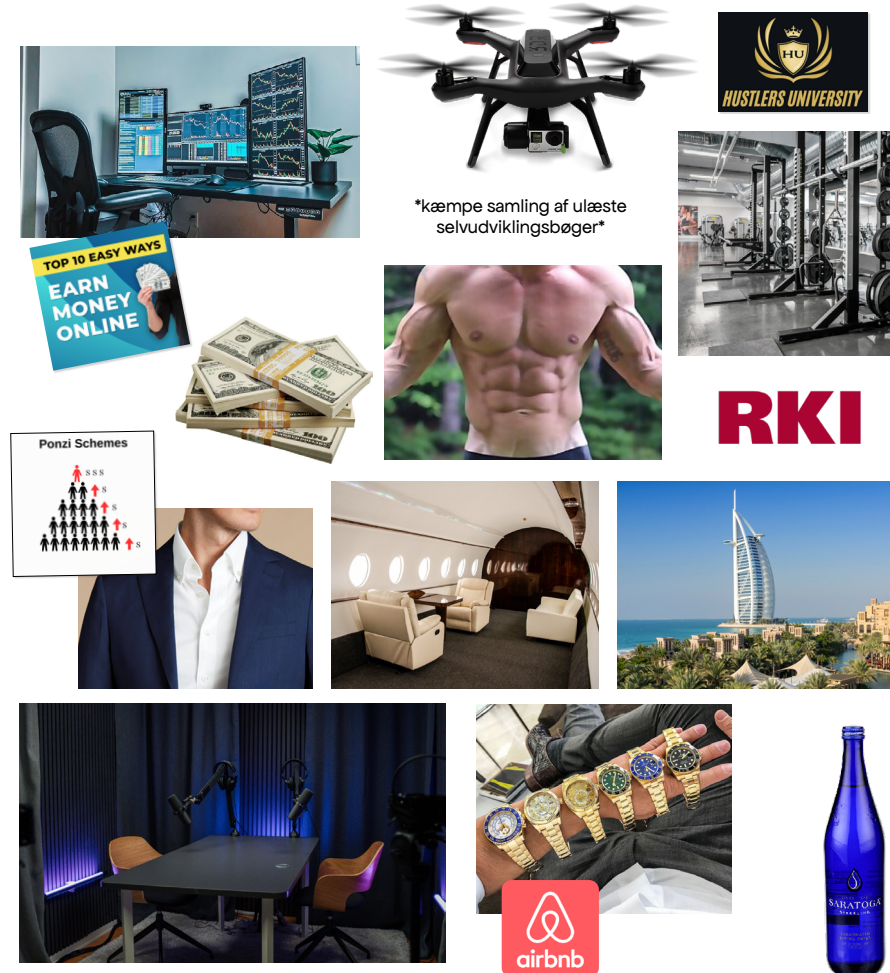
2: "Ja, det er det sgu. Der kan man godt sidde og være lidt misundelig, når man ser sådan en tysker på 75 år bare vælte hjem med kællinger den ene dag efter den anden"

"Satire", klip fra podcast, 2025



MANFLUENCERE

Manfluencerne er typisk yngre mænd, som fremstiller sig selv som en succes på sociale medier og prøver at sælge opskriften til andre unge mænd gennem f.eks. kurser og coaching. Deres indhold består som regel af videoer, hvor de viser et liv i økonomisk overflod med dyre biler, ure, luksusboliger eller privatfly. Andre gange giver de indblik i deres rigide diæter og træningsregimer blandet med motivations-taler om 'succes-mindset', ofte optaget i fitnesscentre eller noget, der ligner et podcast-studie.

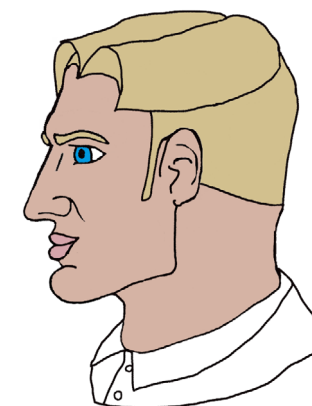


Manfluencere adskiller sig dog fra mere mainstream-influencere ved, at deres indhold har en kønspolitisk og ideologisk kant.²⁶ De udbreder et konservativt syn på mænd og kvinders roller til deres publikum af unge mænd. Anti-feministiske narrativer og reaktionære ideer om kvinder og LGBT+-personer er en del af deres indhold, og drejer sig ofte om hvordan kvinder bør se ud og opføre sig. Det kan være gennem tjeklister over, hvor slanke de skal være, hvor store bryster de skal have, og at de skal være ærbare og omsorgsgivende. Manfluencerne taler meget om kvindelig promiskuitet, f.eks. hvad der er kvinders acceptable 'bodycount' (antal sexpartnere), refererer til dem som 'sædcontainere' eller 'objekter', og siger, at kvinder skal 'adlyde ordrer' og opvarte deres mandlige partnere. Manfluencere dyrker idealer om fysisk veltrænede, stoiske og økonomisk uafhængige mænd, og taler hånligt om 'bløde mænd', der kaldes *sims* eller *soyboys*.²⁷

Mange manfluencers er tydeligt inspirerede af den trafficking-anklagede britiske influencer Andrew Tate og hans onlinekurser på det såkaldte

Hustler's University, der i praksis er mere et pyramidespil²⁸, hvor man tjener penge på at hverve, snarere end gennem de kompetencer, kurserne reklamerer for. I kategorien er også populære indholdsskabere fra f.eks. gaming-verdenen, der tjener penge på merchandise, sponsoraftaler og donationer.

De udnytter ofte den polariserede kønsdebat gennem provokerende indhold med 'upopulære holdninger' til at gå viralt på sociale medier. Denne strategiske provokation kaldes *rage bait*, altså *vredes-lokkemad*. Rage bait er meget udbredt, da forargelse skaber debat og dermed engagement, som favoriseres af sociale mediers anbefalelses-algoritmer og derfor udbreder indholdet endnu mere. Manfluencere og deres fanskare forsvare sig ofte med, at det *"bare er for sjov"*, når de møder kritik for deres udtalelser. Uanset om der er tale om reelle holdninger eller provokationer, bidrager de til normalisering af diskriminerende adfærd og udtalelser blandt unge drenge og mænd.²⁹



"Du kan ikke finde en fucking kvinde med et bodycount på under 25, det er så ulækkert"

To manfluencere diskuterer hvor mange sexpartnere kvinder bør have, offentlig video, 2025

"Folk, der er homoseksuelle og skifter køn og så videre, jeg synes nakkeskud på stedet... eller dødsstraf."

Fra liveudsendelse mellem to manfluencere, 2024

"»En mand har ikke brug for en kvinde i sit liv« er noget af det værste jeg nogensinde har hørt. For uanset om det er din dame eller din mor, så er kvinden det, der er med til at skabe et formål med det du beskæftiger dig med hver dag."

To manfluencere taler om kvinder, offentlig video, 2025



²⁶ I rapporten *Recommending Toxicity* af Ging et al. refererer man til dem som ideological entrepreneurs. Vi definerer denne type influencer som 'politiske influencere' i vores rapport *Under Indflydelse* fra 2020.

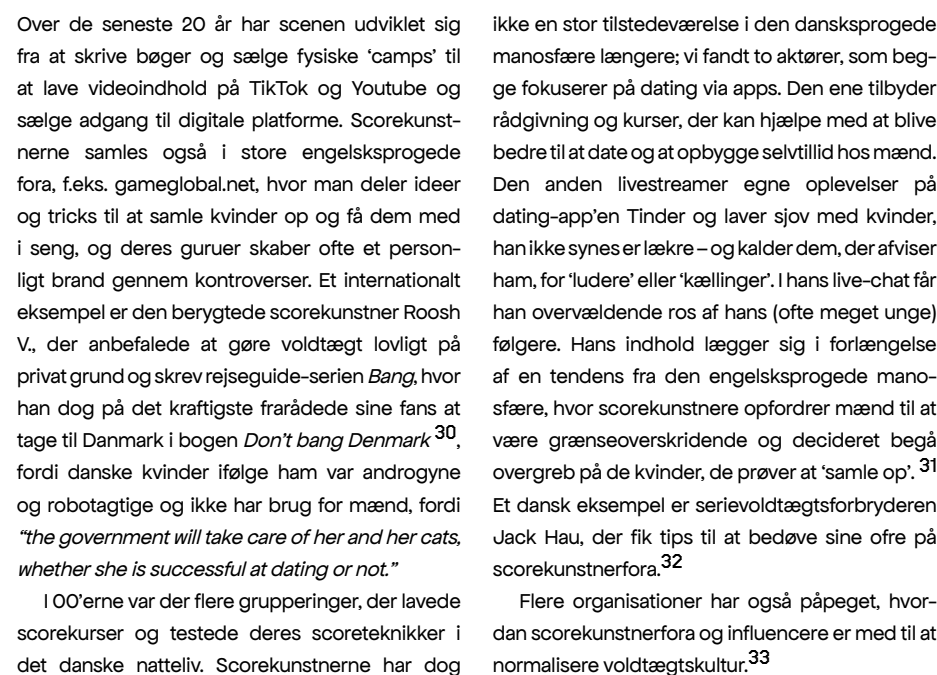


²⁷ Se mere om manosfærens forhold til maskulinitet og mad på vores blog: [Mad og maskulinitet: Soyboys, salatspisere og speltmænd](#), cybernauterne.dk, 2019

²⁸ *Leaving The Real World: How I Escaped Andrew Tate's Get Rich Quick 'Cult'*, vice.com, 2024

²⁹ *Andrew Tates sexism flyder fra internettet og ud i skoleklasserne*, dr.dk, 2024

Pickup artists var i 00'erne en af de mest berygtede grupper i manoscføren. Bogen *The Game* af Neil Strauss og realityprogrammet *The Pickup Artist* fra 2007 gjorde denne subkultur af manoscføren mainstream-kendt. Scorekunstnerne kalder sig selv the 'seduction community'. Den består af guruer og coaches, der lærer mænd forskellige teknikker til at lokke, manipulere eller tvinge kvinder til at have sex. Man betragter generelt kvinder som statusobjekter og inddeler dem fra 1 til 10 baseret på, hvor attraktive de er. Man mener, at kvinder skal vindes og forføres gennem adfærd, kaldet 'game', der spænder fra at være flirtende til at være grænseoverskridende og direkte aggressiv.



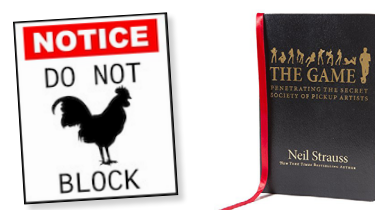
“Interesser... de tre F'er som jeg kalder det: Fitness, feminisme, fortnite, det gør damerne helt våde det ved alle.”

Råd til hvad man kan skrive som interesser på sin datingprofil for *godt game*, offentlig video. 2025

“Freja her, jeg kan allerede se, Freja, hun er for the streets. Matter of fact, Freja her, hun er for the whole fucking city. Gutter, kan vi lige få en prayer for hende hers far? Kan vi lige få en prayer for hende hers far? Freja, du er en lud*biip*.”

“Der er no way, det er hende her der fucking ghoster mig, like hvem er DU Silke? HVEM ER DU til at ghoste mig? Så jeg sagde til hende “du ligner highkey en blob-fisk”... det er bare facts.”

Videoer med kommentarer til datingprofiler, 2024



³⁰ [Cockblocked by Redistribution: A Pick-up Artist in Denmark](http://CockblockedbyRedistribution:A-Pick-up-Artistin-Denmark.dissentmagazine.org), dissentmagazine.org, 2013

³¹ [Let's ensure no happy returns to Japan for this vile 'dating coach', japantimes.co.jp](http://www.japantimes.co.jp), 2014

³² [Jeg fandt de digitale spor fra lægen, der er dømt for to voldtægter. Her er historien om en internetkultur, der blev alt for virkelig, zetland.dk, 2019](#)

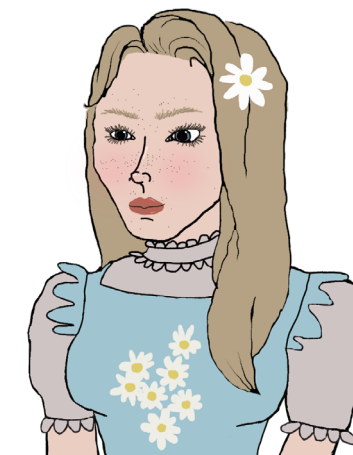
³³ [Single men boast about rapes on Game Global, the social network for 'pick-up artists'. thetimes.com. 2021](#)

Tæt på manofsæren findes der også enkelte kvinder, som oplever en del positiv opmærksomhed fra aktører i manofs  ren, men også i nyhedsmedier og den bredere samfundsdebat, fordi de er kvinder, der 't  r' sige feminismen imod.

Fælles for kvinderne i manosphereen er en fortælling om, at feminism er en skadelig ideologi, som i virkeligheden undertrykker kønnene, eller at kvinder er lykkeligere og mere i balance i traditionelle kønsroller. Den britiske avis *The Guardian* havde en artikel om tendensen i april 2025, hvor de betegnede kvinderne som *the womanosphere*.³⁴ Vi kan dele kvinderne i den danske manosphere op i tre hovedkategorier: Tradwifen, anti-feministen og femmefluencereren.



TRADWIFEN, sammentrækning af 'traditional' og 'wife', er tilhænger af de traditionelle og konservervative kønsnormer, hvor kvinder er den primære omsorgsperson for hjemmet og børnene. Her er familien en traditionel, heteroseksuel kernefamilie. Manden er på jobmarkedet, mens kvinden er hjemme med børnene. I praksis arbejder tradwives i manoscenen også som indholdsskabere, der promoverer en livsstil, hvor kvinder er hjemmegående og bruger deres tid på moderskab.



“Der er en grund til at vi er det sociale køn. Så vi ikke keder os ihjel når vi bruger dagene på at tale med vores babyer. Der er en grund til alt; hvordan vi er. Hvordan vores traditioner var. Omsorg ligger i vores natur.”

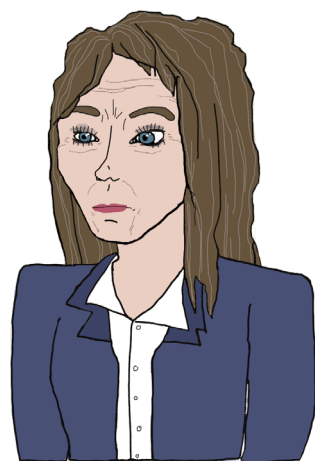
Dansk tradwife influencer, offentlig video, 2022



³⁴ [The 'womanosphere' is the latest cultural propaganda assault on young womanhood. Will it work?, theguardian.com, 2025](https://www.theguardian.com/culture/2025/apr/11/the-womanosphere-is-the-latest-cultural-propaganda-assault-on-young-womanhood-will-it-work-the-guardian-com)

35 [De bliver kaldt 'trad wives', og afviser livet som moderne kvinde. Er det feminisme eller undertrykkelse?, dr.dk, 2024](#)

ofte, hvad de ser som feministisk hykleri, f.eks. at danske feminister ikke bruger mere tid på at kritisere islam, at de ikke går op i at stoppe vold mod mænd, eller at den feministiske bevægelse er blevet 'woke', fordi de nu inkluderer transkønnede. De anti-feministiske kvinder er ofte organiseret med mænd fra manosfæren eller optræder på deres platforme, men arbejder generelt ikke med andre kvinder.



Anti-feminist, opslag på socialt medie, 2021



“Hver eneste dag i mit forhold finder jeg en måde at aktivere hans maskulinitet, fordi det er sundt for ham, og det er mit job som en kvinde i det her forhold.”

Femmefluencer, tidsbegrænset video, 2023

Dette infodump er lavet i forbindelse med Cybernauternes projekt *Kønskrigen – Fra TikTok til klasseværelset*. Projektet er støttet af FRI Puljen, som er en del af Fundamental Rights Initiative, et samarbejde mellem Globalt Fokus og Nyt Europa og medfinansieret af EU.

Vi har eksperimenteret med forskellige formater og udgivet 48 videoer i projektperioden fra tidlig 2024 til midten af 2025. Videoerne handler om manosfærens narrativer, mis- og disinformation og scams, som f.eks. cryptohandel. Det blev hurtigt tydeligt, at nogle formater fungerede bedre end andre. De videoer, hvor vi fortalte om manosfæren og andre digitale fænomener i en sober informativ tone, fik næsten ingen seere. De videoer, hvor i en mere flabet tone debunkede eller kritiserede danske TikTok-manfluencere, gik langt mere viralt. De tre mest setede videoer ligger på mellem 79.000 og 103.000 views, og alle tre omhandler en kendt influencer fra manosfæren. 50% af vores 513.000 totale seere det seneste år er under 25 år, så det er en strategi der rammer målgruppen.³⁷

Ligesom manfluencerne udnytter anbefalelsesalgoritmens tilbøjelighed til at prioritere provokerende indhold, der starter debat, er det altså muligt at bruge den samme opskrift til at sprede modnarrativer, nuancere debatten eller tage de grupper der angribes i forsvar. I vores arbejde med modtale på TikTok, har vi flere gange oplevet, at de yngre manfluencere har trukket i land, slettet videoer eller undskyldt, efter at vi har lavet indhold om dem. Det *har* altså en effekt at lave modtaleindhold i denne form, og vi kan se, at det når målgruppen. Men det afføder også ofte et grimt kommentarspor, som det ikke er alle der kan holde til. At den provokerende form er nødvendig for at nå igennem den algoritmiske mur er også en ambivalent erfaring, når vi husker Audrey Lordes ord:

"For the master's tools will never dismantle the master's house. They may allow us temporarily to beat him at his own game, but they will never enable us to bring about genuine change."

Vi håber at *Infodump 2: Manosfæren i Danmark* har givet dybere viden og stof til eftertanke, og kan inspirere informerede samtaler, flere studier og større viden om manosfærens påvirkning af vores samfund.

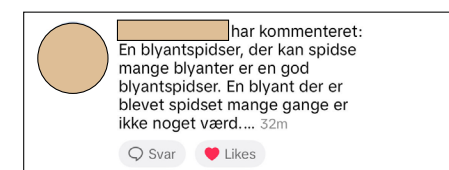
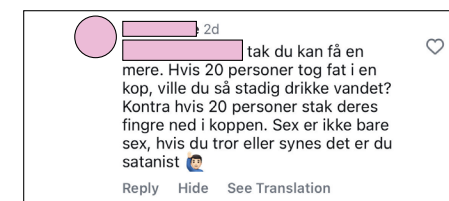
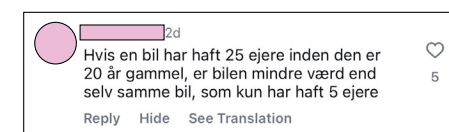
Med venlig hilsen
Cybernauterne



deres maskuline energier, og at man selv bruger sin femininitet på en styrkende, men ikke dominerende måde for at være i balance i en heteroseksuel konstellation. Noget af deres indhold mimer scorekunstnere, men for kvinder handler det om, hvordan man bruger ideer om traditionel maskulinitet til at skaffe sig en 'mand af høj værdi' (high value man). Kvinderne her har som regel forretningsmodeller, hvor de sælger krystaller, kosttilskud eller kurser og coaching.



↑ Screenshot fra en video, hvor Cybernaut Maia Kahlke Lorentzen laver modtale mod en TikTok-trend, hvor manfluencere lavede lister over hvilke 'krav' de havde til kvinder, de skulle date og diskuterede dem med andre manfluencere og seere på TikTok-live.



↑ Kommentarsporet under vores videoer indbød også seerne til at deltage i mødalen. Kommentarerne her er på en video, der kritiserer begrebet 'bodycount' og det gamle argument om at *'en master key (penis) kan åbne alle døre, men det er kun en dårlig lås (vagina), der kan åbnes af alle nøgler.'* Der er mange udgaver af denne sammenligning, men som man kan se på den sidste kommentar, kan sammenligningerne altså også laves den anden vej.

³⁶ Læs mere om modtale som svar på hadtale her: www.dangerousspeech.org/libraries/counterspeech-toolkit

³⁷ Brugere under 18 år kan ikke måles i sociale medie statistikker grundet GDPR.

