SPOT LIGHT
Antifeminismus
erkennen und begegnen

SPOT ON...
Tradwives

Zur Erinnerung: Antifeminismus ist…?

Antifeminismus ist eine Ideologie, die Geschlechtergerechtigkeit und vielfältige Lebensweisen ablehnt und sich häufig organisiert und aktiv gegen sie richtet. Er stützt sich stark auf traditionelle Rollenbilder und wertet bestehende Geschlechterhierarchien positiv. Antifeminismus vermittelt ein klares Bild davon, was als „richtig" und „falsch" gilt: Heterosexualität, Kleinfamilie (Vater, Mutter, Kind) und klassische Arbeitsteilung zwischen den Geschlechtern werden als „normal" und gefährdet dargestellt, während queere Lebensweisen, gleichberechtigte Partnerschaften und geteilte Sorgeverantwortung abgelehnt werden. Vorstellungen, die über eine rein biologische Sicht auf Geschlecht hinausgehen – wie das Konzept des sozialen Geschlechts (gender) – werden ebenso zurückgewiesen. Antifeminismus richtet sich gegen geschlechtliche, sexuelle und reproduktive Selbstbestimmung. Konkret zeigt sich dies beispielsweise in Kampagnen und Demonstrationen gegen das Recht auf Abtreibung oder gegen die Sichtbarkeit sexueller Vielfalt an Schulen. Gezielte Lobbyarbeit auf parlamentarischer Ebene ist ebenso Teil antifeministischer Politiken wie juristische Einschüchterungsversuche und persönliche Anfeindungen. Als politische Agenda zielt Antifeminismus darauf, Gleichstellung und Teilhabe einzuschränken.

Tradwives – kurz erklärt

Tradwives sind Social Media-Figuren, in deren Beiträgen meist junge Frauen einen (vermeintlich) traditionellen Lebensstil als Hausfrau und (potenzielle) Mutter inszenieren. Sie verkörpern einen Lifestyle, in dem sie ganz in der Rolle der Hausfrau aufgehen, während der Mann der Ernährer der Familie ist. Zumindest vordergründig unterwerfen sie sich ihrem Ehemann und stellen dies als freiwillige und selbstbestimmte Entscheidung dar.

Der Begriff der Tradwife setzt sich aus den zwei Wörtern „traditional" und „(house)wife" zusammen. Das Phänomen stammt ursprünglich aus den USA, wo der Begriff erstmals Mitte der 2010er Jahre als Selbstbezeichnung in Online-Foren auftauchte. Seit einigen Jahren gibt es immer wieder Schlagzeilen rund um das Phänomen, nicht zuletzt aufgrund personeller und/oder ideologischer Überschneidungen mit Akteur:innen[1] aus der extremen Rechten. Das Phänomen ist global verbreitet, wobei sich die Bezugnahmen auf das, was als „Tradition" gilt, je nach kulturellem Kontext unterscheiden.

1 Für eine geschlechtergerechte Sprache verwenden wir durchgehend den Doppelpunkt. Er wird ebenso bei extrem rechten und antifeministischen Akteur:innen verwendet, auch wenn deren Denkweisen nur ein binäres Geschlechtersystem von Mann und Frau zulassen.

Tradwife – Influencerinnen für „traditionelle" Weiblichkeit?

Die Figur der Tradwife liefert ein Identifikationsangebot für (junge) Frauen, die auf der Suche nach Orientierung sind. Tradwives präsentieren ihren Lebensstil als Gegenentwurf zum hektischen Alltag moderner Lebensformen – insbesondere der Anforderung an junge Frauen, Familie und Karriere zu vereinbaren. Die freiwillige Unterwerfung unter den Ehemann und die Rückkehr zur Tradition gelten als entlastend. Gleichzeitig wird Care-Arbeit wie Haushaltsführung und Kindererziehung über diese Figur sichtbar, positiv anerkannt und aufgewertet. Dies geschieht sowohl über die Darstellung der Inhalte als auch deren ästhetische Aufbereitung. Tradwives knüpfen dabei an verschiedene Social Media-Trends an, insbesondere im Bereich Self-Care und Ernährung. Sie geben Tipps, wie der Alltag bewältigt, verschönert oder „romantisiert" werden kann. Es finden sich Websites, die Coachings für ein Leben als perfekte Tradwife anbieten, oder Chatgruppen, in denen sich Frauen austauschen.

Wie viele Accounts es gibt oder wie viele junge Frauen tatsächlich dem Tradwife-Trend folgen, lässt sich wie bei anderen Social Media-Phänomenen nur schwer beziffern. Zur Orientierung dient der Blick auf Hashtags und Followerzahlen: Unter dem Hashtag #Tradwife finden sich am 25.07.2025 rund 110.000 Beiträge auf Instagram, darunter auch viele kritische Auseinandersetzungen mit dem Thema (zum Vergleich: unter dem #cottagecore[2] finden sich 6,2 Millionen Beiträge).

Die international bekannte Tradwife @esteecwilliams hat auf TikTok etwa 198.900 Follower, der deutschsprachige Account tradwifefactory hat 19.500 Follower.

Nicht jede Frau, die keiner Lohnarbeit nachgeht, um sich um Haushalt und Kinder zu kümmern, ist gleich eine Tradwife. Tradwives sind in erster Linie ein Social Media-Phänomen. Die von ihnen erzeugten und verbreiteten Bilder stehen dabei in Wechselwirkung zur gesellschaftlichen Realität: Sie knüpfen einerseits an bestehende Bilder und Vorstellungen der „klassischen" Hausfrau an. Andererseits wirken sie auf die Gesellschaft zurück und prägen so Vorstellungen von „Tradition", Vergangenheit, Beziehungen und weiblichen Rollenbildern.

2 Cottagecore ist ein Modetrend, der einen idealisierten ländlichen und naturverbundenen Lebensstil ins Zentrum setzt. Die Tradwife-Ästhetik ist der des Cottagecore sehr ähnlich. Teils werden auch beide Hashtags unter einem Post verwendet.

Das Tradwife-Image im Realitätscheck

Im Tradwife-Kosmos bedeutet „Tradition" in erster Linie die Orientierung an einer bürgerlichen, heterosexuellen und binären Geschlechterordnung. Diese zeigt sich etwa in der klaren Rollenverteilung – der Mann als Brotverdiener und die Frau als Hausfrau – und in der Vorstellung, sämtliche Lebensbereiche ließen sich in „männlich" und „weiblich" unterteilen. So werden auch bestimmte Emotionen und Charaktereigenschaften geschlechtlich markiert: Frauen gelten als fürsorglich und liebevoll, während Männern ritterliche, kämpferische Qualitäten zugeschrieben werden. Das Ausfüllen der jeweiligen Geschlechterrolle gilt zudem als Zeichen von Tugendhaftigkeit. Diese Geschlechterordnung wird dabei auf unterschiedliche Weise legitimiert – sei es als gottgewollt, als vermeintlich biologische Tatsache oder mit dem Verweis auf Traditionen.

Das „traditionelle" Rollenbild, auf das Tradwives sich berufen, existierte so jedoch nie. Tradition ist immer eine Konstruktion. Rückblickend, aus der Gegenwart heraus, werden bestimmte Elemente der Vergangenheit ausgewählt und idealisiert. Die Bilder der Tradwives fügen sich ein in die Vorstellung eines vermeintlich besseren „Früher". Die Nachkriegszeit in der BRD etwa wird nur als Zeit von (Geschlechter-)Stabilität und Wirtschaftswachstum gesehen. Kriegstraumata und teils traumatische Kinderverschickungen werden ausgeblendet. Das durch Tradwives idealisierte „Homemaking" entstand jedoch häufig aus existenzieller Notwendigkeit. Die Rolle der nicht-erwerbstätigen Hausfrau war nur wenigen privilegierten Frauen vorbehalten. Auch die Schattenseiten weiblicher Unterordnung, der Abhängigkeit und struktureller Benachteiligung werden geflissentlich ignoriert.

Tradwives begründen ihren Lebensstil permanent als freiwillige und selbstbestimmte Entscheidung. Um dem Vorwurf der Unmündigkeit entgegenzutreten, betonen viele Tradwives ihre Belesenheit, Reflexion und Selbstbestimmung. Dabei blenden sie aus, dass ihre Wahl bestimmte soziale und ökonomische Voraussetzungen erfordert. Zugleich wird übersehen, dass die Möglichkeit für Frauen, überhaupt frei über ihr Leben zu entscheiden, erst das Ergebnis jahrzehntelanger Kämpfe feministischer Bewegungen ist und mit der realen Situation der 50er Jahre oder gar des Kaiserreichs nichts zu tun hat.

Einfach Hausfrau oder politisch motiviert?

Auffällig ist, dass rechte Akteur:innen, Gruppen und auch Parteien die Figur der Tradwife gezielt für sich nutzen. Sie greifen typische ästhetische Merkmale auf, etwa Flechtfrisuren oder das Bild der kochenden und backenden Mutter, und stilisieren diese zu einem erstrebenswerten Ideal. Dabei dient dies vor allem als Gegenbild zum modernen Feminismus. Die Tradwife wird der modernen, kinderlosen Feministin gegenübergestellt. Das gipfelt in dem Leitsatz „femininity not feminism".

Nicht alle Tradwives sind politisch aktiv. Einige bekannte rechte Akteurinnen nutzen die Tradwife-Ästhetik gezielt für ihre Inhalte, andere sprechen sich offen für rechte Parteien aus. Es gibt jedoch auch Personen, die eine traditionelle Rolle leben, ohne sich politisch zur (extremen) Rechten zu bekennen. Auffällig ist jedoch, dass bislang kein größerer Tradwife-Account bekannt ist, der sich aktiv gegen rechte Parteien oder Organisationen positioniert.

Die politischen Konsequenzen des Tradwife-Ideals

Die auf Instagram erfolgreichen Tradwives sind Unternehmerinnen. Sie vermarkten sich selbst und widersprechen damit dem von ihnen inszenierten Ideal. Jenseits sozialer Medien bedeutet ein Rückzug ins Hausfrauenideal jedoch einen Rückzug ins Private. Er ist Ausdruck gesellschaftlicher Vereinzelung. Die realen Herausforderungen, die Tradwives thematisieren, insbesondere die Überlastung von Frauen bei der Vereinbarkeit von Familie und Beruf, werden individualisiert. Dies erschwert solidarische und kollektive Lösungsansätze unter Frauen. Die bewusste Unterordnung unter den Mann und das Überlassen des öffentlichen und politischen Raumes stellen eine Form der Entmündigung dar. Denn den öffentlichen Raum mitzubeanspruchen, ist eine Frage von Teilhabe an einer demokratischen Gesellschaft.

Das Tradwife-Ideal ist als Identifikationsangebot für junge Frauen problematisch. In einer kapitalistisch organisierten Gesellschaft ist Erwerbsarbeit ein zentrales Element von Autonomie. Sozialwissenschaftliche Forschung zeigt, dass Frauen in finanzieller Abhängigkeit größere Schwierigkeiten haben, sich aus ungewollten Partnerschaften zu lösen. **(1)** Zudem formen die in sozialen Medien präsentierten Tradwife-Inszenierungen nicht nur Vorstellungen von Weiblichkeit, sondern prägen auch das Bild (junger) Männer von heterosexuellen Paarbeziehungen. Diese können sich selbst zunehmend als dominante Partner phantasieren, was klassische Geschlechterhierarchien weiter stabilisiert.

Das Tradwife-Ideal reiht sich somit nahtlos und widerspruchsfrei in stereotype Vorstellungen bürgerlicher Weiblichkeit ein. Die damit verbundenen Ansprüche sind so überhöht, dass sie für die meisten Menschen unerreichbar sind. Vielfalt und Widersprüchlichkeit werden in diesem Rollenbild ausgeblendet. Weiblichkeit und auch Männlichkeit werden auf eine starre, binäre Ordnung reduziert und Geschlechterhierarchien als „natürlich" angesehen. Damit werden alle ausgeschlossen, die sich außerhalb der zweigeschlechtlichen Norm verorten. Der Zwang zur strikten Erfüllung der Weiblichkeitsvorstellungen hängt darüber hinaus oft mit anderen autoritären Einstellungen und Verhaltensweisen zusammen**. (2)**

Tradwives - Brücke nach rechts?

Tradwives positionieren sich häufig explizit gegen Feminismus und inszenieren sich als positiven Gegenentwurf dazu. Während antifeministische Strömungen eine vermeintlich natürliche, binäre Geschlechterordnung wiederherstellen wollen, verkörpern Tradwives deren Ideal: eine unpolitische Frau, deren Aufgabe allein in der Reproduktionsarbeit liegt. Sie stellen damit ein bewusst gesetztes Gegenbild zu emanzipatorischen Frauen- und Geschlechterbildern sowie zur Befreiung von Geschlechternormen dar.

Die Frage, ob Tradwives lediglich für ein konservatives Geschlechterbild stehen oder ob sie auch als Türöffner für extrem rechte Ideologien fungieren, lässt sich nicht eindeutig beantworten. Einerseits verkörpern sie ein antifeministisches Weiblichkeitsbild und fügen sich in ihren Darstellungen nahtlos in extrem rechte und insbesondere völkische Vorstellungen von Weiblichkeit ein. Antifeminismus ist zudem ein zentrales Element rechter Ideologie. So entstanden nach dem Aufkommen des Tradwife-Trends in den USA schnell ideologische und personelle Verbindungen zur Alt-Right-Bewegung und zu White Supremacists[3] – ähnliche Verflechtungen lassen sich auch im deutschsprachigen Raum beobachten.

Andererseits leben Frauen, die als Tradwives auftreten, zunächst nur ein konservatives Geschlechterbild und einen Lifestyle, der keine Bedrohung für das demokratische Zusammenleben darstellt. Doch durch ihre Reichweite auf Social Media werden einige von ihnen zu politischen Akteurinnen. Ihre Inszenierungen transportieren nicht nur ein Lebensmodell, sondern wirken auch auf einen kulturellen Wandel hin, der klar antifeministisch geprägt ist.

Unabhängig davon ist es verkürzt, rechte Weiblichkeit auf Tradwives zu reduzieren. Zunehmend finden sich auf Social Media junge Frauen, die sich gegen queere Sichtbarkeit etwa bei CSDs aussprechen, sich mit NS-Symbolik präsentieren und Gewalt gegen politische Gegner:innen legitimieren.

3 Der Begriff Alt-Right („Alternative Rechte") ist eine Selbstbezeichnung extremistischer rechter Akteur:innen in den USA, deren ideologisches Betätigungsfeld vor allem in sozialen Medien liegt. Als White Supremacists bezeichnen sich Anhänger:innen der Vorstellung, dass die „weiße Rasse" anderen überlegen sei. Beide Strömungen überschneiden sich personell wie inhaltlich und gehören zur extremen Rechten in den USA.

Was macht den Tradwife-Trend attraktiv?

Es wäre zu einfach, die Tradwives nur als naiv und rückschrittlich einzuordnen. Wenn Tradwives sagen, sie seien lieber abhängig von einem Ehemann, den sie kennen und dem sie vertrauen, als von einem Chef, dem sie egal sind, dann berührt das einen wunden Punkt. Denn trotz aller Autonomieideale sind wir alle eingebunden in ein Netz wechselseitiger Abhängigkeiten. Gerade Frauen spüren die Auswirkungen der Care-Krise besonders stark. In diesem Kontext erscheint es nachvollziehbar, wenn manche den Ausweg in einem Familienmodell mit klassischer Arbeitsteilung suchen und ihren Fokus auf das Private richten. Das ist insofern konsequent, als der Gleichheitsanspruch demokratischer Gesellschaften auf vielen Ebenen nicht eingelöst wird. Frauen sollen wirtschaftlich unabhängig sein und Karriere machen – doch die Realität zeigt, dass Männer selten in gleichem Maß Verantwortung im Privaten übernehmen (Gender-Care-Gap). **(3)** Die Erwartung und die gesellschaftliche Realität klaffen auseinander. Tradwives greifen genau diese Widersprüche und unerfüllten Hoffnungen auf.

Gleichzeitig ist es keineswegs so, dass alle jungen Frauen „zurück an den Herd" wollen. **(4)** Umso bemerkenswerter ist die mediale Aufmerksamkeit, die das Phänomen erhält. Viele Artikel warnen vor dem vermeintlich harmlosen Trend, der antifeministische und rechtsextreme Ideologien über Social Media subtil an Jugendliche heranträgt. Die Figur der Tradwife passt in das Bild einer „traditionsbewussten" und konservativen Jugend, in der jungen Frauen eine gewisse Emanzipationsmüdigkeit zugeschrieben wird. Sie ist damit ein Symbol für breitere gesellschaftliche Tendenzen: Rechtsruck, offener und latenter Antifeminismus, globalisierungskritische und antimoderne Haltungen sowie die Rückbesinnung auf Traditionen.

Darüber hinaus ist die Figur der Tradwife anschlussfähig auch an progressive Milieus. Themen wie Homemaking, Einkochen oder Entschleunigung sprechen Sehnsüchte nach Einfachheit, Nachhaltigkeit und Selbstwirksamkeit an. Die visuelle Ästhetik fügt sich nahtlos in die Sehgewohnheiten auf Instagram ein. Gerade diese ästhetische Attraktivität führt zu Irritationen, wenn scheinbar harmlose Inhalte mit antifeministischen Haltungen verknüpft werden.

Viktoria Rösch

ist Soziologin und arbeitet aus verschiedenen Perspektiven zum Wechselverhältnis von Geschlecht und der extremen Rechten. Der Schwerpunkt ihrer Arbeit liegt auf den Bildpolitiken rechter Influencerinnen. Sie ist zudem Mitglied im Netzwerk feministische Perspektiven und Interventionen gegen die extreme Rechte (femPi).

Literaturnachweise

(1 Aizer (2010), «The Gender Wage Gap and Domestic Violence.» American Economic Review, 100 (4), S. 1847-1859.

(2) Frenkel-Brunswik (1996), Sozialpsychologie und Politik, in: Studien zur autoritären Persönlichkeit. Ausgewählte Schriften, Graz/Wien: Nausner & Nausner, S. 207–253.

(3) BMFSFJ (2021), Neunter Familienbericht. Eltern sein in Deutschland.

(4) Bib.Bund (2025), Tradwives – mehr Hype als Realität?

Weiterführendes zum Thema

- Bauer (2024), „Echte Männer" und „wahre Weiblichkeit"? Antifeminismus im Unterricht begegnen auf der Seite der Bundeszentrale für politische Bildung.
- Bauer/Rösch (2023), Self-Care, Mental Health und Antifeminismus – visuelle Strategien antifeministischer Influencerinnen auf TikTok und Instagram. Wissen schafft Demokratie, 14, S. 60-77.
- Podcast von Das Wissen/SWR, „Traditionelles Frauenbild im Netz – Tradwife und Stayathomegirlfriend".

Eine Handreichung von **Spotlight – Antifeminismus erkennen und begegnen.**

Näheres zum Projekt auf unserer Homepage: **www.spotlight-antifeminismus.de**

IMPRESSUM

Autorin:
Viktoria Rösch

Lektorat:
Carolin Hesidenz

Grafikdesign:
AVINformate

Herausgegeben von:

SPOTLIGHT Antifeminismus

Wuppertaler Initiative
für Demokratie und Toleranz e.V.
Bendahler Straße 29
42285 Wuppertal

Gefördert durch:

lks.nrw
Landeskoordinierungsstelle gegen Rechtsextremismus und Rassismus

Ministerium für Kultur und Wissenschaft des Landes Nordrhein-Westfalen

Ministerium für Kinder, Jugend, Familie, Gleichstellung, Flucht und Integration des Landes Nordrhein-Westfalen