



LUNDS
UNIVERSITET
Socialhögskolan

Inside The Blackpill

En tematisk analys av diskurser på ett incelforum

Ibtihaaj Noor Shakeel

Masteruppsats SOAM 21

VT 26

Handledare: Torbjörn Hjort

Abstract

Author: Ibtihaaj Noor Shakeel

Title: Inside The Blackpill - A Thematic Analysis of Discourses on an Incel Forum

Supervisor: Torbjörn Hjort

The aim of this study is to explore how users of an online incel forum, experience and interpret their relationships with women, sexuality, and romantic rejection. By examining how users describe their experiences, the study seeks to contribute to a deeper understanding of an online incel discourse, as well as the implications this may have for the field of social work. The theoretical framework combines phenomenology, Blumer's symbolic interactionism, and Connell's theory of masculinities. The study uses a qualitative research design using thematic analysis. The empirical material consists of publicly available posts collected from an online forum intended for individuals who identify as incels. Posts from multiple discussion threads were compiled, coded, and analysed to identify recurring patterns in how users discuss women, sexuality, and experiences of rejection. The analysis demonstrates that these discourses are not merely individual expressions but are socially constructed and reinforced through interaction within the forum. Shared language, ideological concepts, and collective interpretations provide members with a sense of belonging while simultaneously reinforcing negative self-perceptions and limiting alternative ways of understanding their experiences. The study highlights the importance of knowledge of online incel communities within social work. Professionals need more knowledge of these communities in order to identify vulnerable individuals, develop preventive interventions, and provide support.

Keyword: Incel Ideology, Involuntary Celibacy, Mental Health, Misogyny,

Nyckelord: Incel ideologi, Ofrivillig Celibat, Mental Hälsa, Kvinnoförakt

Förord

Jag vill först och främst rikta ett varmt tack till min handledare, Torbjörn Hjort, för hans värdefulla vägledning, engagemang och stöd under arbetet med denna uppsats. Jag är tacksam för den kunskap och de konstruktiva synpunkter som har bidragit till forskningsprocessen, men också för det stöd som erbjudits under arbetet med ett ämne som stundtals varit både komplext och känslomässigt krävande.

Jag vill även rikta ett stort tack till min familj och mina vänner, som har stöttat och uppmuntrat mig genom hela utbildningen och under arbetet med denna uppsats. Ett särskilt tack vill jag ge till min katt, Sammy, som med sitt sällskap har varit ett uppskattat moraliskt stöd under många långa skrivdagar. Det har varit viktigt för mig att denna studie inte bidrar till att stigmatisera eller demonisera den grupp som undersöks. Min ambition har istället varit att skapa en djupare förståelse för de erfarenheter och diskurser som präglar incelmiljöer. Genom ökad kunskap finns också bättre förutsättningar att utveckla ett professionellt bemötande och relevanta stödinsatser inom socialt arbete.

Med denna uppsats avslutar jag min akademiska resa vid Lunds universitet. De år som lett fram till detta arbete har varit både utmanande och utvecklande, och jag tar med mig värdefulla kunskaper och erfarenheter som kommer att följa mig vidare i både mitt yrkesliv och min fortsatta personliga utveckling.

Ibtihaaj Noor Shakeel, 2026

Innehållsförteckning

1. Inledning	4
1.1 Problemformulering	4
1.1.1 Digitalt identitetsskapande	4
1.1.2 Incelforum	4
1.1.3 Våld mot kvinnor	5
1.2 Uppsatsens bidrag och relevans för socialt arbete	6
1.3 Syfte och frågeställningar	7
1.4 Begreppsdefinition	8
2. Tidigare forskning	11
2.1 Incelkultur och ideologisk kontext	11
2.2 Kvinnosyn	12
2.3 Självbild och psykisk ohälsa	14
2.4 Diskussion kring tidigare forskning	18
3. Teoretiskt ramverk	20
3.1 Fenomenologi	20
3.2 Symbolisk interaktionism	21
3.3 Maskulinitetsteori	22
3.4 Diskussion kring teoretisk ramverk	24
4. Metod	26
4.1 Kvalitativ ansats	26
4.2 Metod: Dokumentanalys	26
4.3 Urval och datainsamling	27
4.4 Analysmetod: Tematisk analys	29
4.5 Etiska överväganden	30
4.6 Metodens tillförlitlighet	31
5. Resultat	34
5.1 Hur beskriver användare på incelforum sina erfarenheter av kvinnor och relationer?	34
5.1.1 Ideologisk internalisering	35
5.1.2 Negativ kvinnosyn	36
5.1.3 Sammanfattande analys	37
5.2 Hur beskriver användare på incelforum kvinnors sexualitet och kvinnors val?	39
5.2.1 Legitimering av extrema ståndpunkter.	39
5.2.2. Könad makt och manipulation	40
5.2.3 Sammanfattande analys	41
5.3 Hur beskriver användare på incelforum erfarenheter av avvisande i relation med kvinnor?	42
5.3.1 Deterministisk syn	43
5.3.2 Internaliserad stigmatisering	44
5.3.3 Sammanfattande analys	46
6. Diskussion	47
6.1 Paradoxal syn	47
6.2 Metoddiskussion	47

6.3 Forskarens roll och reflexivitet	49
6.4 Implikationer för socialt arbete och framtida forskning	51
7. Referenser	54
8. Material och kodningsschema	57

1. Inledning

1.1 Problemformulering

1.1.1 Digitalt identitetsskapande

Internet och digitala plattformar har under de senaste decennierna utvecklats till centrala sociala arenor för individer att skapa identitet, hitta gemenskap och mening i sin tillvaro. Nästan alla födda efter 60-talet uppger att de använder sig av internet och cirka 96% av människor födda efter 00-talet uppger att de använder sociala medier dagligen (Internetstiftelsen, 2025). I dessa miljöer ges individen möjlighet att uttrycka sig, förhandla och omforma sin självbild i interaktion med andra, ofta bortom de begränsningar som präglar fysiska och institutionella sammanhang. Denna betydelse blir särskilt framträdande för personer som lever i socialt utanförskap då digitala rum kan erbjuda alternativa former av tillhörighet, erkännande och deltagande. Individer som marginaliseras i sociala sammanhang kan med hjälp av internet hitta andra kompensatoriska arenor där sociala relationer, identitet och mening skapas och upprätthålls genom nya regler och normer.

Enligt Folkhälsomyndigheten (2026) kan innehåll som människor interagerar med i digitala miljöer ha en negativ påverkan på både tankemönster och känslomässiga tillstånd. Exponering av negativa erfarenheter såsom nätmobbning, olämpligt eller obehagligt material och bilder som förmedlar orealistisk kroppsideal, kan bidra till social jämförelse och känslor av otillräcklighet. Detta är något som ytterligare förstärkas genom algoritmstyrd marknadsföring och personaliserat innehåll där användare kontinuerligt exponeras för liknande material. I dessa fall kan det digitala innehållet få en direkt negativ inverkan genom att bidra till psykiskt lidande eller förstärka en redan negativ självbild (ibid). Ungefär 96% av alla svenskar födda efter 00-talet använder dagligen sociala medier (Internetstiftelsen, 2025).

1.1.2 Incelforum

Totalförsvarets forskningsinstitut (2020) belyser att flera länders säkerhetstjänster har uppmärksammat ett ökat hot som förknippas med den så kallade "incel" miljön, det är en internetbaserad subkultur där främst män utvecklar misogyna och "hämnad-liknande" attityder i samband med deras egna upplevda svårigheter att etablera romantiska relationer. Begreppet incel är en förkortning av involuntary celibacy eller på svenska; ofrivilligt celibat. Kulturen har haft en stor ökning under 2000-talet och har i allt större utsträckning kommit att

domineras av heterosexuella män, man har i vissa av dessa forum utvecklat starkt kvinnofientliga och våldsbejakande synsätt. Ett flertal dödliga attacker världen över har utförts av individer som i varierande grad varit påverkade av incelkulturen, detta har bidragit till att fenomenet uppmärksammats som ett potentiellt säkerhetshot (Ibid).

Den påverkan som digitalt innehåll kan ha på individens psykiska välmående behöver också förstås i relation till mer avgränsade digitala forum, där liknande erfarenheter och tolkningar delas och förstärks i social interaktion. I vissa online miljöer kan negativa känslor såsom frustration, utanförskap och upplevd otillräcklighet ges kollektiv mening genom gemensamma narrativ och normer. När sådana känslor kontinuerligt bekräftas och reproduceras i forum med hög grad av intern samstämmighet kan detta bidra till utveckling av mer polariserade självbilder och världsbilder. I detta sammanhang blir det relevant att uppmärksamma internetbaserade subkulturer där personliga erfarenheter av misslyckande eller marginalisering omtolkas till kollektiva förklaringsmodeller. Detta kan i vissa fall få konsekvenser som sträcker sig bortom individens psykiska hälsa och in i ett bredare samhälleligt sammanhang.

1.1.3 Våld mot kvinnor

"(...) Ibland tänker jag att det är ondska, kvinnor är onda helt enkelt. De tycker om att se män lida (...) Jag bär på så mycket hat och tänker så många sjuka tankar om kvinnor så att jag inte ens kan prata om det" (Krakowski, 2022, s. 11)

Detta citat kommer från en intervju där skribent och överläkare Stefan Krakowski intervjuar en man som definierar sig som incel. Mannen i fråga berättar att han däremot aldrig har skadat en kvinna eller låtit sina frustrationer ta sig i uttryck på andra individer. Krakowski (2022, s. 26 ff) skriver även om Elliot Rodgers, en 22 årig man som den 23 maj 2014 massmördade sex personer och skadade ytterligare 14 personer. Innan dådet laddade han upp en video på youtube där han beskrev sina planer och uppgav att detta grundas på avsaknaden av kvinnor i sitt liv. Han publicerade även ett manifest där han uttryckte sin kvinnosyn samt beskrev vilka "offer" han riktade sig mot, primärt attraktiva personer och par. Inom incelkulturen har Elliot Rodger kommit att bli en symbolfigur för vissa våldsbejakande incels. Däremot har hans roll inom kulturen mötts med mycket intern kritik och ifrågasättande då många incels menar att han var för "snygg" för att definieras som incel

medan andra helt tar avstånd från hans handlingar. Trots delade åsikter har begreppet “going ER” etablerats inom incelkulturen där Rodgers massmord har fungerat som en referenspunkt och inspirationskälla för andra gärningsmän (2022, s. 32). Mot bakgrund av hur digitala miljöer möjliggör både identitetsskapande och normalisering av gemensamma tolkningar blir incelforum en betydelsefull arena för hur erfarenheter av relationer, sexualitet och avvisande förstås och bearbetas. I dessa miljöer samspelar individuella upplevelser av ensamhet och marginalisering med kollektiva föreställningar om kön och makt, här får kvinnor ofta en central roll i diskussionerna. Det är därför av intresse att undersöka hur dessa erfarenheter formuleras, legitimeras och ges mening i interaktion med användare på incelforum.

1.2 Uppsatsens bidrag och relevans för socialt arbete

Inom det sociala arbetets fält finns många olika målgrupper och klientgrupper. Det sociala arbetet handlar om att möta och hantera sociala problem, därför förändras också yrket i takt med att samhället förändras. När nya samhällsutmaningar uppstår behöver det sociala arbetets innehåll och insatser anpassas för att möta dessa. Digitaliseringen har skapat nya sociala arenor där människor umgås, kommunicerar och påverkas. Samtidigt har den också lett till nya sociala problem och därmed nya klientgrupper med särskilda behov och svårigheter. Dessa klienter kan ofta ha samsjuklighet eller annan social problematik, vilket ställer nya krav på det sociala arbetet. För att kunna ge ett relevant stöd behöver socialarbetare därför kunna möta människor även i den digitala miljön. Eftersom socialarbetare ofta beskrivs som ”spindeln i nätet”, med ansvar för att samordna olika insatser och stöd, är det naturligt att deras uppdrag också omfattar det digitala klientel som har vuxit fram till följd av samhällets digitalisering.

Michael Hogan, skribent för The Guardian publicerade den 17 mars 2025 en artikel om Netflix serien *Adolescence*. Serien handlar om hur en 13 åring pojke mördar en flicka samt det efterföljande konsekvenserna. Det belyser även hur unga pojkar påverkas av misogyna nätmiljöer och hur detta har resulterat i dödligt våld mot flickor, Hogan (2025) menar att serien kommer vid en tid då flera uppmärksammade fall av våld mot kvinnor har kopplats till unga män som påverkats av idéer och innehåll på nätet. Artikeln belyser även hur unga pojkar radikaliserar genom digitala forum och den så kallade manosfären som uppmuntrar och förespråkar extra och kvinnofientliga åsikter. Skribenten förklarar att serien har fått mycket uppmärksamhet då den tydligt visar och undersöker hur en sådan utveckling kan ske samt de

konsekvenser detta kan få. Artikeln beskriver även vårdnadshavarens roll på sociala arenor då många vuxna inte har vetskap om vad deras barn interagerar med och bemöter på medier. Skribenten menar att serien kan bidra till att starta viktiga samtal i familjer och leda till att föräldrar kan agera mer förebyggande (ibid). För barn som växer upp och interagerar i en digital värld blir det digitala identitetsskapandet en central plats för identitetsskapande. Många unga spenderar stora delar av sitt liv online där de söker gemenskap, bekräftelse och förståelse, detta blir extra riskabelt när extrema forum och åsikter blir allt vanligare på sociala medier.

Enligt den nya Socialtjänstlagen (2025:400) ska det sociala arbetet jobba mer förebyggande och ge stöd tidigt. Man strävar efter att förebygga att sociala problem uppstår och minska risken att de förvärras. Detta innebär även att socialtjänsten ska vara tillgänglig genom att erbjuda stöd tidigare och sänka trösklarna så att man enklare kan söka hjälp innan situationen förvärras. Lagen betonar att verksamheter ska bedrivas av kunskapsbaserade arbetssätt där insatser grundas på forskning, beprövade erfarenheter samt systematisk uppföljning. Det är därför av stor vikt att studera och bemöta de sociala problemen i de digitala fältet där de förekommer. Om professionella saknar kunskap om hur incelmiljöer fungerar riskerar viktiga varningstecken att förbises och därför är det nödvändigt att stöd finns vid ett tidigare skede innan personen börjar utveckla extra åsikter och våldsbejakande attityd.

1.3 Syfte och frågeställningar

Syftet med studien är att undersöka hur användare på onlinebaserade “incel” forum erfarar och tolkar relationen till kvinnor, sexualitet och avvisande.

Syftet besvaras med hjälp av följande frågeställningar

1. Hur beskriver användare på incelforum sina erfarenheter av kvinnor och relationer?
2. Hur beskriver användare på incelforum kvinnors sexualitet och kvinnors val?
3. Hur beskriver användare på incelforum erfarenheter av avvisande i relationer med kvinnor?

1.4 Begreppsdefinition

I följande del presenteras begrepp/ synsätt som möjliggör en förståelse för de språkbruk som är vanligt förekommande på dessa forum.

Blackpill; Det är den primära ideologin inom incelfilosofin, den utgår från att en mans möjligheter att lyckas med dejting och relationer i första hand avgörs av medfödda egenskaper, framför allt fysisk attraktionskraft. Andra faktorer, såsom personlighet, social kompetens, ekonomi och status, anses ha en mer begränsad betydelse. Inom denna världsbild betraktas individens förutsättningar som till stor del genetiskt bestämda, vilket leder till en negativ syn där många upplever att det saknas realistiska möjligheter att förändra sin situation. En viktig del av ideologin är föreställningen att problemen är strukturella snarare än individuella. Förespråkare menar därför att personliga förändringar sällan kan förbättra situationen för de mest missgynnade männen (Incels Wiki 2026 a).

Bluepill; Det är den världsbild som inom incel och manosfärmiljöer anses representera samhällets dominerande syn på dejting, relationer och attraktion. Begreppet används för att beskriva personer som accepterar etablerade föreställningar om att personlighet, självförtroende och ett positivt förhållningssätt är de viktigaste faktorerna för att lyckas i romantiska relationer. Bluepill kännetecknas av en optimistisk syn på individens möjligheter att påverka sin livssituation. Personer som beskrivs som "bluepilled" anses tro att hårt arbete, social kompetens och en positiv inställning kan leda till framgång i dejting och relationer. Begreppet används också för att beskriva människor som accepterar samhällets normer och råd utan att ifrågasätta dem. Bluepill fungerar därför främst som en kontrast till Blackpill. Ur ett Blackpill perspektivet uppfattas detta som en naiv eller idealiserad syn på verkligheten (Incels Wiki 2026b).

Redpill; Denna ideologi bygger på föreställningen att samhället döljer den "verkliga" sanningen om relationer mellan män och kvinnor. Begreppet har sitt ursprung i filmen *The Matrix* och används för att beskriva ett uppvaknande där etablerade föreställningar om dejting och jämställdhet ifrågasätts. Inom manosfären betonas att män kan förbättra sina möjligheter till relationer genom självutveckling, ökat självförtroende och sociala strategier. Till skillnad från Blackpill utgår Redpill från att individen i viss utsträckning kan påverka sin situation genom egna handlingar, även om synsättet samtidigt bygger på föreställningar om

könsskillnader. Dessutom ses kvinnors val av partner som något biologiskt betingat (Incels Wiki, 2026c)

Foid/Femoid; Ett nedsättande begrepp för kvinnor inom incelmiljöer. Begreppet, som kommer från "female" och "humanoid", syftar till att avhumanisera kvinnor och framställa dem som biologiskt styrda och enbart intresserade av attraktiva män. Begreppet är en del av incelrörelsens särskilda språk och används för att förstärka dess kvinnofientliga världsbild (Incels Wiki, 2026d).

Chad; En benämning på den idealiserade mannen som anses vara mycket attraktiv och därför ha lätt att få uppmärksamhet från kvinnor. Chad beskrivs som lång, vältränad, socialt framgångsrik och har hög status. Inom incelideologin fungerar Chad som en motpol till inceln och används för att förklara varför vissa män anses lyckas i relationer medan andra inte gör det. Figuren är en central del av incelrörelsens syn på attraktion och dejting (Incels Wiki, 2026e)

Fakecel; En benämning på personer som identifierar sig som incels men som, enligt andra medlemmar, inte uppfyller gruppens kriterier för ofrivillig celibat. Begreppet används ofta om personer som tidigare haft sexuella eller romantiska relationer eller som anses ha tillräcklig attraktivitet eller social förmåga för att kunna få en partner. Fakecel är därför nära kopplat till den starka gränsdragning som finns inom incelmiljöer mellan "äktä" och "oäktä" incels. Klassificeringen används för att ifrågasätta individens tillhörighet och upprätthålla gruppens normer och identitet (Incels Wiki, 2026f)

Truecel; Används för att beskriva en person som anses vara en "verklig" incel, det vill säga någon som enligt incelideologin saknar möjlighet att få en partner på grund av medfödda och oföränderliga egenskaper. Dessa egenskaper beskrivs främst som extrem fysisk oattraktiv, men även neuropsykiatriska svårigheter, social ångest och andra faktorer lyfts fram. Begreppet används också för att skilja dessa personer från så kallade *fakecels*, som anses ha möjlighet att inleda relationer men ändå identifierar sig som incels (Wiki Incels, 2026g)

Going ER; Elliot Rodger är en central person i incelrörelsens historia. Han genomförde en massattack i Isla Vista under 2014 där sex personer dödades. Han tog sedan sitt eget liv och har sen dess fått stor uppmärksamhet inom och utanför incelmiljöer. Hans manifest och

videor beskriver känslor av ensamhet och frustration över uteblivna relationer, vilket gjort honom till en återkommande referens i diskussioner om incelideologin och dess radikalisering (Incels Wiki 2026h)

Looksmatch; Syftar på en person vars fysiska attraktivitet anses ligga på ungefär samma nivå som ens egen. Begreppet används inom incelmiljöer för att beskriva vilka personer som anses vara realistiska partner utifrån utseende. Det bygger på föreställningen att fysisk attraktionskraft är den avgörande faktorn vid partnerval (Incels Wiki, 2026i).

2. Tidigare forskning

Detta avsnitt avser att redogöra för tidigare forskning som berör incelkulturen. För att identifiera relevant vetenskaplig litteratur har sökningar genomförts med hjälp av följande sökord “incel ideology”, “involuntary celibacy”, “women”, “femininity”, “discourse”, “language”, “mental health” och “representation”. Dessa sökord har använts enskilt och även i olika kombinationer. Sökningarna har utförts genom Google Scholar samt Lunds universitets egna söktjänst, Finn. Avsnittet fokuserar på hur tidigare forskning analyserar incel-ideologier, kvinnosyn samt diskursiva uttryck på digitala plattformar med fokus på hur kvinnor konstrueras och representeras språkligt. Följande forskning synliggör och bidrar till förståelsen på vilka föreställningar som finns inom incelkulturen gällande kön, makt och våld.

2.1 Incelkultur och ideologisk kontext

I följande avsnitt behandlas forskning som rör incelmiljön som digital subkultur och de ideologiska sammanhang inom vilka identitet formas. Helm et al (2024, s. 4303 f) beskriver incelmiljön som en onlinebaserad subkultur som har vuxit fram i digitala forum där användare uttrycker misogyna och ibland våldsbejakande ideologier. De kategoriserar incelmiljön inom ramen för subkulturteori och hänvisar till hur subkulturer uppstår genom att individer med gemensamma sociala problem utvecklar delade normer, tolkningsramar och värderingar.

Helm et al (2024) menar att digitala forum blir särskilt gynnsamma för avvikande subkulturer då det möjliggör anonymitet, användare kan dela gemensamma frustrationer och upplevelser kring utanförskap. Det utvecklas även ett så kallat argot, ett särskilt språkbruk som fungerar som både avgränsning mot utomstående och som en markör för tillhörighet och status inom kulturen (2024, s. 4304 f). Begreppet incel myntades ursprungligen i ett stödjande sammanhang men har med åren utvecklats och associeras idag med mansdominerade onlinegrupper där är sexuell frustration ofta riktas mot kvinnor (Sparks et al, 2022a, s. 733 f).

En central aspekt inom ideologin är föreställningen om ett socialt hierarkiskt system som grundas i utseende, att attraktiva män och kvinnor placeras högst upp medan incels själva positionerar sig längst ner. Sparks et al (2022a, s. 734 f) förklarar att incels ofta tolkar

vetenskaplig forskning om attraktion på ett selektivt och deterministiskt sätt där aspekter såsom fysisk attraktivitet och ekonomisk status förstås som avgörande och permanenta. Kulturens egna alternativa tolkningar av vetenskap har bidragit till utvecklingen av “red pill” och “black pill” teorier, black pill representerar en nihilistisk övertygelse om att social och sexuell rörlighet är omöjlig. Green, Fowler och Palombi (2023, s. 1818 f) introducerar begreppet “blackpill pipeline” som en process där medlemmar rör sig genom olika ideologiska stadier i riktning mot allt mer extrema positioner, det skapas alltså en normaliseringsprocess där nya medlemmar gradvis accepterar mer deterministiska förklaringsmodeller som reducerar deras upplevda handlingsutrymme. Skribenterna noterar risken med denna pipeline då varje steg legitimerar en mer radikal världsbild och i slutänden även våldsbejakande attityder (2023, s. 1826 f).

Föreställningen om en fast social hierarki påverkar också hur incels förstår och tolkar orsakerna till sitt eget utanförskap samt vilka förklaringsmodeller som framstår som trovärdiga. Dessa föreställningar och erfarenheter utgör tillsammans en grund för hur incelidentiteten artikuleras och förstås inom gruppen. De Vettor et al (2025) menar att incelidentiteten i hög grad formas av könsrelaterad stress och upplevt misslyckande att leva upp till hegemoniska maskulinitetsideal. Misogyni förstås som ett sätt att rationalisera denna upplevda underordning där lidande och låg status används för att legitimera fientlighet mot kvinnor genom det som beskrivs som “weaponized subordination” (2025, s. 9 ff). Lidande framstår som den dominerande emotionella erfarenheten och fungerar både som en identitetsskapande faktor och även som en gemenskapsbindande faktor.

2.2 Kvinnosyn

I följande avsnitt presenteras forskning kring synen på kvinnor inom inceldiskursen. Zhang et al (2025, s. 35 ff) utgår från begreppet “hostility towards women” och definierar detta som en fördom som kan ta sig i uttryck i tal, skrift, beteende och gester, hostile sexism beskrivs som nära sammankopplad med misogyni och som en attityd som upprätthåller patriarkala strukturer. Genom att använda begreppet hostile sexism kan inceldiskursen förstås i relation till ett bredare forskningsfält om sexism och könsrelaterad fientlighet. Detta möjliggör en förståelse av incelkulturen som en del av större samhälleliga könsstrukturer än ett isolerat internetfenomen.

De Vettor et al (2025, s. 5 ff) beskriver hur kvinnor på incelforum konsekvent framställs som fundamentalt annorlunda, underlägsna och avhumaniserade genom benämningen "non persons". Kvinnor beskrivs som ytliga och att de endast attraheras av män som uppfyller kriterier gällande utseende, status och kapital. Män framställs som mer relationsorienterade samt känslomässigt genuina (2025, s. 5 ff). Det framkommer även starka föreställningar om ett gynocentriskt samhälle där kvinnor och attraktiva män anses vara strukturellt privilegerade, detta används även som ett argument emot kvinnors lidande som istället tolkas som falskt och opålitligt. De Vettor et al skriver vidare att kvinnor framställs som oförmögna att förstå manligt lidande och psykiskt svaga och lättpåverkade av svårigheter (2025, s. 6 f). Skribenterna konkretiserar hur den fientlighet som Zhang et al beskriver tar sig i uttryck i foruminlägg där avhumanisering och fientliga beskrivningar av kvinnor normaliseras.

Sparks et al (2022, s. 733) beskriver en liknande syn på kvinnor i sin studie, även här framställs kvinnor som ytliga, manipulativa och utövare av hypergami, detta innebär att kvinnor antas välja partners baserat på kapital, utseende och status samtidigt som kvinnor även anses vara ansvariga för att exkludera incels från sexuella och romantiska sammanhang (ibid). Kulturens föreställningar om kvinnors hypergami blir här en ideologisk förklaringsmodell som omtolkar individuella erfarenheter av avvisande till ett strukturellt och könsrelaterad maktförhållande. Green et al (2023, s. 1813) menar att kvinnor framställs som "grindvakter" med makten att bestämma över mäns status och värde, genom kontroll över sin sexualitet framställs kvinnan som bärare av social och politisk makt. Incelideologin menar alltså att männen upplever sig frångå sin "rättmätiga" position då kvinnor kan neka dem sexuellt umgänge (ibid). Inom denna tolkning och förståelse flyttas uppmärksamheten från individens egen erfarenhet av att bli avvisad till en upplevelse av att vara utsatt för en större, strukturell orättvisa. Kvinnors självbestämmande över sin sexuella autonomi tolkas som ett uttryck för makt över män.

Green et al (2023, s. 1823) förklarar vidare att incels som befinner sig i blackpill stadiet uttrycker våld mot kvinnor som en logisk respons på den upplevda orättvisan. Skribenterna noterar att våldet inte bara diskuteras hypotetiskt utan ofta förespråkas och legitimeras i ett flertal foruminlägg. Kvinnor konstrueras som fiender, detta resulterar i att gruppen legitimerar våldsbejakande attityder. Man bemöter det upplevda hotet från kvinnor med eget hat (ibid). Här framkommer en tydlig förskjutning från en språklig fientlighet till en mer

uttalad legitimering av våld. Misogyni fungerar inte bara som retorik, det blir också en möjlig rättfärdig handling.

Den kvinnoosyn som framträder i diskussioner på onlineforum har också kommit att påverka hur incelmiljön förstås i offentlig debatt och forskning, särskilt i relation till frågor om våld och radikaliserings. Sparks et al (2022) belyser att mediernas betoning av våldsamma attentat har bidragit till en ensidig representation av incels trots att våldsutövning endast kan kopplas till en mindre del av dem som identifierar sig som incels. Denna överrepresentation riskerar att osynliggöra gruppens egna erfarenheter av psykisk ohälsa, social isolering och kontinuerliga romantiska avvisanden (2022, s. 731 ff). Skribenterna menar att en liten minoritet av incels uttrycker stöd för eller begår våldshandlingar, däremot är det vanligt att man samtalar på ett väldigt aggressivt sätt men misogynt språkbruk. Existerande forskning pekar på att aspekter såsom sexuell frustration, ensamhet, upplevd orättvisa och misogyna attityder kan bidra till aggressiva fantasier men att dessa faktorer är så pass utbredda inom gruppen att de enskilt inte kan förklara varför vissa individer begår våld (2022, s. 735 f).

Helm et al (2024, s. 4312 ff) visar att incels ofta uttrycker sig på diskriminerande i relation till syn på könen och sexualitet, vissa användare på incelforum har legitimerat våldsbejakande attityder genom dessa övertygelser. Däremot visar deras studie att majoriteten av användare uppvisar ett relativt lågt och avtagande engagemang över tid, alltså att användare är mer aktiva i början när man introduceras till forumen. Endast en mindre grupp står för en stor andel av inläggen på sidan. Helm et al (2024) hänvisar till tidigare forskning som visar att engagemang i digitala forum kan förstärka acceptansen av en kriminell eller extremistisk identitet, trots att mer forskning behöver göras kring sambandet mellan individens online aktivitet och beteende offline (2024, s. 4314).

2.3 Självbild och psykisk ohälsa

I följande avsnitt presenteras tidigare forskning kring psykisk ohälsa inom incelkulturen. De Vettor et al (2025, s. 7 f) belyser hur användare på incelforum uttrycker sig kring psykisk ohälsa och ensamhet. Vanligt förekommande problematik kan beskrivas som upplevelser av djup ensamhet, bristande livsglädje och existentiellt misslyckande. Användare uttrycker tankar om omfattande psykisk ohälsa, depression, hopplöshet och social isolering. Dessa tankar kopplas ofta till livsberättelser om problematiska familjeförhållanden, våld i hemmet,

mobbing och känslomässig försummelse. I flera inlägg framkommer även självskadebeteende och suicidtankar (2025, s. 7 f).

Denna kvalitativa inblick i incelforumen synliggör hur psykisk ohälsa inte enbart framträder som individuella symtom. Det är en del av en kollektiv meningsstruktur där lidande delas, bekräftas och förstärks. För att fördjupa förståelsen kan dessa självrapporterade erfarenheter jämföras med kvantitativa studier av samma fenomen. Liknande resultat presenteras av Sparks et al (2022). Författarna menar att incels uppvisar mycket höga nivåer av depression, ångest, låg självkänsla, otrygg anknytning samt rädsla för att förbli ensamma. Självskadebeteende och suicidala tankar förekommer frekvent i både kvantitativa studier och kvalitativa analyser av foruminlägg. Inläggen präglas av hopplöshet och en bristande känsla av meningsfullhet. Social isolering framkommer som ett genomgående tema då många incels saknar nära vänner och socialt stöd, vilket bidrar till ökad psykisk ohälsa (2022, s. 735).

Tillsammans visar dessa studier en samstämmig bild av omfattande psykisk ohälsa. Däremot blir det aktuellt att undersöka hur incels skiljer sig från andra grupper, det vill säga om nivåerna av ohälsa är unika eller om det kan speglas bland män i övrigt. Delaney et al (2024, s. 1 f) undersöker den psykiska hälsan hos personer som identifierar sig som incels och jämför dem med en matchad kontrollgrupp. Studien visar att incels upplever signifikant högre nivåer av depression än kontrollgruppen. Däremot finns inga signifikanta skillnader mellan grupperna gällande ångest eller stress. Kontrollgruppen rapporterade något högre nivåer av ångest och stress, men skillnaderna var inte statistiskt signifikanta (2024, s. 3 f). Detta ger en mer detaljerad förståelse för incelgruppen där depression framstår som en särskilt framträdande faktor medan ångest och stress inte tycks vara lika särskiljande.

Sparks et al (2024, s. 399 f) undersöker hur ensamhet och upplevt socialt stöd relateras till psykisk och relationell hälsa hos incels och icke-incels. Resultaten visar tydliga skillnader, incels rapporterar betydligt högre nivåer av ensamhet och lägre nivåer av socialt stöd från både vänner och familj. De uppvisar också högre nivåer av depression och ångest, mer rädsla för att förbli singel, lägre självkänsla och mer otrygga anknytningsmönster, både undvikande och ängslig anknytning samt lägre nivåer av trygg anknytning (s. 400 f). Dessa relationella faktorer pekar mot att incelidentiteten inte enbart kan förstås genom individuella faktorer utan även genom anknytningsmönster och upplevelser av social exkludering.

När det gäller copingstrategier menar Sparks et al (ibid) att incels i mindre utsträckning använder adaptiva strategier såsom positiv omtolkning och emotionellt stöd. I stället används maladaptiva strategier såsom isolering och självanklagelse. Det rapporteras också högre nivåer av självkritiskt övertänkande, vilket förstärker en negativ bearbetning av avvisande och livssituation.

Dessa copingstrategier kan därmed förstås som en möjlig förstärkande mekanism där negativa självuppfattningar och social isolering reproduceras över tid. Sparks et al (2024) korrelationsanalys visade att ensamhet och socialt stöd hade starka samband med ångest, depression, självkänsla, rädsla för att förbli singel och anknytningsmönster. Därefter genomfördes en logistisk regressionsanalys där alla variabler analyserades samtidigt. Då var det endast undvikande anknytning och upplevt partnervärde som predicerade incelstatus. När dessa två analyserades separat var det enbart upplevt partnervärde som var signifikant. Samtidigt betonas att ensamhet och socialt stöd inte ska bortses från, då de kan förstärka andra psykologiska och sociala sårbarheter (2024, s. 401 ff). Det upplevda partnervärdet framstår som en central psykologisk aspekt av incelidentiteten, alltså att gruppen tolkar sin brist av romantiska erfarenheter som ett personligt misslyckande.

Den egna uppfattningen av lidande beskrivs av De Vettor et al (2025). Författarna menar att incels konstruerar sitt lidande som unikt och överlägset andras, särskilt kvinnors. Kvinnors uttryck för smärta eller ensamhet avvisas och bidrar till en tydlig vi-och-dem-dikotomi där endast incelgruppens erfarenheter erkänns som verkligt lidande (2025, s. 8 ff). Den kollektiva förståelse av lidande kan tolkas som en identitetsskapande process där upplevelser av lågt partnervärde och social exkludering omtolkas till en moralisk och existentiell position.

De Vettor et al (2025) menar vidare att det finns en stark övertygelse om att avsaknaden av romantiska och sexuella erfarenheter under ungdomsåren leder till permanenta skador i vuxenlivet. Ungdomen idealiseras som en avgörande period, och uteblivna erfarenheter beskrivs som hinder för framtida intimitet och lycka. Flera användare kopplar denna brist till att prostitution upplevs som det enda möjliga alternativet till sexuell närhet (2025, s. 8 ff). Gruppens föreställning om irreversibel skada förstärker en existentiell hopplöshet där individens förutsättningar för livet upplevs som redan bestämda. Detta kan bidra till att man cementerar båda depressiva symtom och en förstärkt gruppidentitet.

Boldt et al (2026, s. 4 ff) syftar till att följa en grupp unga män som identifierar sig som incels i sin artikeln "Life of an Incel": A Thematic Analysis of Narrative Interviews with Incels. Syftet är att dokumentera och förstå deltagarnas egna berättelser om livet, relationer och identitetsutveckling. Ett återkommande tema i intervjuerna är hur männen beskriver erfarenheter av mobbning, social isolering och romantiska avvisanden innan de kom i kontakt med incelforumen. De beskriver sig själva som outsiders med en tillvaro präglad av ensamhet och känslan av att vara annorlunda (2026, s. 10). Flera deltagare beskriver depression, arbetslöshet och existerande frustration som anledning till att de sökte sig till incelforumen (2026, s. 9).

Det första mötet med likasinnade beskrivs som lindrande, deltagarna upplevde en lättnad när de hittade en gemenskap där erfarenheter kan förstås av andra (2026, s. 11). Däremot visar analysen hur internaliseringen av black pill teorierna blir en mer permanent självklarhet för deltagarna, en deltagare beskrev det som att han blivit "completely locked in my position for the rest of my life". Deltagarnas deterministiska syn på sin egen situation begränsar möjligheten till alternativa framtidsvisioner (2026, s. 15 ff).

2.4 Diskussion kring tidigare forskning

Den tidigare forskningen visar en relativ samstämmig bild av incelmiljön som en digital subkultur som präglas av erfarenheter av utanförskap, låg självkänsla, misogyni samt psykisk ohälsa. Flera studier såsom Helm et al (2024), Sparks et al (2022), Green et al (2023) och Boldt et al (2026) betonar hur incelidentiteten formas i en digital kontext där gemensamma tolkningsramar, ett eget språkbruk och deterministiska föreställningar om attraktivitet och social hierarki skapar en intern logik. Föreställningar om “red pill” och “black pill” fungerar som ideologiska kontexter där personliga erfarenheter av avvisande omtolkas till strukturell orättvisa. Här råder en tydlig samsyn inom forskningen kring hur forumens struktur möjliggör förstärkning och normalisering av dessa idéer.

När det gäller kvinnosynen visar Zhang et al (2025), De Vettor et al (2025), Sparks et al (2022) och Green et al (2023) liknande resultat. Kvinnor framställs som ytliga, hypergama och som bärare av social makt. Misogyna uttalanden och avhumanisering är också återkommande inslag, vissa studier visar en våldsam bild av incels. Samtidigt menar Sparks et al (2022) och Helm et al (2024) att även om aggressivt språk är vanligt förekommande, är det bara en mindre grupp som uttrycker eller legitimerar konkret våld. Här framträder en viktigt skillnad i forskningen, vissa studier fokuserar på radikaliseringsprocessen och våldsbejakande uttryck medan andra betonar gruppens heterogenitet och variation i engagemang.

De Vettor et al (2025) och Sparks et al (2022) beskriver en omfattande depression, ensamhet, hopplöshet och suicidala tankar. Delaney et al (2024) nyanserar denna bild genom att visa att det framför allt är depression som skiljer incel från icke-incels. Sparks et al (2024) visar dessutom att ett upplevt lågt partnervärde är den starkaste faktorn för incelstatus. Sammantaget tyder detta på att självbild och upplevt romantiskt misslyckande är centrala komponenter i incelidentiteten. Däremot finns det många luckor i kunskapsläget, en återkommande del inom forskningen är att det behövs mer forskning. Särskilt kring sambandet mellan onlineaktivitet och användarnas beteende offline i sina vardagliga liv. Mer forskning behöver även göras kring vilka faktorer som särskiljer de individer som utvecklar våldsbejakande attityder och de som tar avstånd från våld.

En metodologisk svårighet är att majoriteten av studien bygger på material från onlineforum eller enkäter via digitala plattformar. I Boldt et al (2026) studie intervjuar man 4 män. Detta innebär att forskningen främst undersöker en onlinebaserad identitet, det finns få studier som bygger på djupintervjuer och direktkontakt med personer som identifierar sig som incels, därmed riskerar forskningen att i hög grad spegla den performativa och diskursiva personligheten som tar form i forumens specifika miljö. Den digitala kontexten påverkas ofta av anonymitet, gruppdynamik och förstärkning av extrema uttryck, något som kan påverka hur individen formulerar sig. Det är även viktigt att undersöka i vilken utsträckning som foruminläggen motsvarar individens livsvärld, resultatet kan variera beroende på om man studerar offentliga diskussioner, anonyma enkätsvar eller individer i direkta samtal. En individ kan ha en mer polariserad och aggressiv personlighet på digitala forum än hur denne uttrycker sig i sociala sammanhang. Däremot är det just i den digitala miljön som incelidentiteten skapas och upprätthålls, detta gör forumen till ett relevant men metodologiskt svårt forskningsområde.

Sammanfattningsvis visar den tidigare forskningen en relativt liknande bild kring centrala teman såsom social isolering, misogyni, låg självkänsla och deterministiska föreställningar om attraktivitet. Skillnaden ligger främst i hur våld, psykisk ohälsa och radikaliserings betonas samt hur gruppens heterogenitet förstås. Kunskapsläget är dock fortfarande begränsat av att forskningen till stor del bygger på digitalt material och att många studier själva efterfrågar mer empirisk fördjupning. Detta belyser behovet av olika metodologiska utgångspunkter, speciellt studier som kombinerar digital diskursanalys med intervjuer och andra former av direkt empiri.

3. Teoretiskt ramverk

I följande del presenteras studiens teoretiska ramverk. I denna studie används fenomenologi, symbolisk interaktionism och maskulinitetsteori för att analysera hur användare på incelforum beskriver och tolkar sina erfarenheter. Studiens syfte är att undersöka hur användare på onlinebaserade incelforum erfarar och tolkar relationen till kvinnor, sexualitet och avvisande. För att kunna besvara studiens frågeställningar krävs ett teoretiskt ramverk som både fångar individens subjektiva upplevelser och de sociala strukturer som dessa upplevelser formas inom. De valda teorierna möjliggör en analys av hur mening skapas, hur denna mening formas i en social interaktion och hur den är kopplad till bredare normer kring kön och maskulinitet.

Fenomenologin används i studien för att förstå hur individer själva upplever och tolkar sina livssituationer, teorin möjliggör en analys av hur användare på incelforum beskriver sina erfarenheter av kvinnor, relationer och avvisande med fokus på den mening dessa erfarenheter har för dem. Symbolisk interaktionism bidrar med ett perspektiv på hur dessa betydelser skapas i sociala sammanhang, teorin belyser att mening inte är given, utan att den uppstår i interaktion med andra genom språk och kommunikation. Maskulinitetsteori används för att sätta dessa individuella och interaktionella processer i ett bredare samhällsligt sammanhang. Genom att kombinera dessa tre teoretiska perspektiv kan studien fånga individens subjektiva erfarenheter, de sociala processer genom vilka mening skapas samt de strukturella villkor som påverkar dessa tolkningar. Detta ger en mer nyanserad förståelse av hur användare på incelforum tolkar och beskriver relationer, sexualitet och avvisande i en digital kontext.

3.1 Fenomenologi

Fenomenologin är en teori som försöker förstå hur individer tolkar, upplever och skapar mening i sin värld. Den primära utgångspunkten är att verkligheten inte enbart kan förstås genom objektiva mätningar eller genom att studera yttre beteenden, man behöver undersöka hur individer själva uppfattar och erfar sina livssituationer (Bryman et al, 2025, s. 47 f). Fenomenologin utvecklades ursprungligen inom filosofin, främst genom Edmund Husserl.

Teorins centrala utgångspunkter förklarar hur det finns en grundläggande skillnad mellan naturvetenskapens och samhällsvetenskapens studieobjekt. Inom naturvetenskapen studerar man fenomen i den fysiska världen, såsom molekyler, något som inte själva tillskriver sina

handlingar någon mening. Samhällsvetenskapen studerar den sociala världen där människor tolkar sina erfarenheter och agerar utifrån den mening de själva tillskriver relationer, handlingar och situationer. Detta innebär att sociala handlingar alltid är meningsfulla för individen i fråga. För att förstå mänskligt beteende måste forskaren därför försöka förstå vilka betydelser individer själva kopplar till sina handlingar och hur de tolkar sin omvärld, det vill säga den verklighet de lever i. Fenomenologin utgår från att individers vardagliga tänkande spelar en stor roll i social verklighet skapas och upprätthålls, i det dagliga livet använder individer sunt förnuft för att tolka sin omvärld. Genom individens tidigare erfarenheter, sociala normer och kulturella föreställningar utvecklar individen olika sätt att förstå situationer och andra individers beteenden. Individens sociala verklighet kan därför förstås som något som kontinuerligt skapas genom individens egna tolkningar och handlingar (ibid).

Bryman et al (ibid) förklarar att forskaren därför behöver vara medveten om sina egna antaganden och förutfattade meningar för att inte låta dem styra tolkningen av det fenomen som studeras. Genom att reflektera över sina förförståelser kan forskaren i större utsträckning försöka förstå fenomenet utifrån deltagarnas egna upplevelser. Däremot kan forskaren inte helt frigöra sig från sina egna perspektiv men fenomenologin betonar vikten av att aktivt försöka sätta sina egna tolkningar inom parentes för att komma närmare individers egna erfarenheter.

3.2 Symbolisk interaktionism

Blumer (1986, s. 2 ff) formulerade antaganden om hur individer skapar och tolkar mening i sin sociala verklighet. Det första antagandet är att människor agerar utifrån den mening som olika saker och ting har för dem. Detta innebär att människors beteende formas av de subjektiva betydelser som de själva tillskriver andra människor, situationer och föremål. Det är alltså inte objekten eller situationen i sig som styr hur människor agerar, det är den egna tolkningen av den.

Blumers (1986) andra antagande handlar om hur dessa betydelser uppstår, mening skapas genom social interaktion med andra människor. De betydelser som man tillskriver olika fenomen är inte medfödda eller enbart individuella, det utvecklas i samspel med andra. Människor kan genom språk, kommunikation och socialt umgänge lära sig hur de ska förstå och tolka sin omvärld. Symboler, handlingar och ord får därför sin mening genom hur de används och uppfattas i sociala sammanhang (ibid)

Blumers (1986, s. 4 f) tredje antagande förklarar att betydelser inte är statiska, det är snarare att människor aktivt bearbetar och förändrar dem genom tolkning. Människor är inte passiva mottagare av sociala normer och betydelser, de deltar själva i processen att tolka och omforma dem. Denna tolkningsprocess sker i två steg och är dynamisk, detta innebär att den kan förändras beroende på individens erfarenheter och den situation som personen befinner sig i. Det första steget i denna tolkningsprocess är en form av självinteraktion, i denna process reflekterar personen över vad en situation, ett objekt eller en person har för betydelse. Detta innebär att man riktar uppmärksamheten mot sig själv och försöker förstå innebörden av det som sker. Genom sitt medvetande och sitt språk skapar personen en intern tolkning av situationen, denna indikering kan beskrivas som en form av självreflektion där personen överväger vad en viss händelse eller situation innebär i den aktuella kontexten. Det andra steget är en formativ process, efter att personen har identifierat och tolkat situationens betydelse fortsätter tolkningen att utvecklas. Personen kan då ompröva och justera sin förståelse utifrån ny information eller beroende på hur situationen förändras. Den slutliga handlingen formas därmed genom ett samspel mellan personens inre reflektion och de yttre omständigheter som påverkar situationen (1986, s. 5).

3.3 Maskulinitetsteori

Connell (2013, s. 114 f) skriver om hur olika former av maskulinitet existerar i relation till varandra inom en samhällelig genusordning. Maskulinitetsteorin utgår från att det inte bara finns en form av maskulinitet, det finns flera olika som formas genom sociala relationer och maktstrukturer. För att förstå maskulinitet räcker det inte bara genom att identifiera olika typer av män, det är också nödvändigt att analysera hur dessa maskuliniteter förhåller sig till varandra i ett hierarkiskt system. Connell (2013) betonar att maskuliniteter inte bör tolkas som fasta personligheter eller typ av livsstilar, det bör förstås som sociala praktiker som uppstår och förändras i relation till andra män och kvinnor inom en specifik historisk och social kontext (ibid).

Den första och mest centrala typen är hegemonisk maskulinitet, denna form syftar på den typ av manlighet som vid en viss tidpunkt uppfattas som den mest legitima och normgivande i samhället. Denna typ av maskulinitet fungerar som ett ideal som rättfärdigar mäns överordnade position i relation till kvinnor samtidigt som det etableras en hierarki mellan olika grupper av män. Hegemonisk maskulinitet representerar det kulturellt accepterade

svaret på hur patriarkala maktförhållanden kan upprätthållas. Det är däremot viktigt att förstå att hegemonisk maskulinitet inte nödvändigtvis representeras av de mäktigaste männen i samhället, det kan ibland uttryckas genom symboliska ideal såsom vissa kända personer eller kulturella förebilder och inte bara makthavare. Däremot finns det ofta en koppling mellan kulturella ideal och institutionell makt, till exempel genom politik, militär och näringsliv. Denna typ av maskulinitet kännetecknas främst av förmågan att etablera auktoritet och legitimitet, inte genom direkt användning av våld, dock kan även våld fungera som ett stöd för denna auktoritet (Connell, 2013, s. 115 f).

Connell (2013) skriver om den andra typen av maskulinitet, det är den underordnade maskuliniteten. Denna typ beskriver maskuliniteter som aktivt nedvärderas och placeras längre ner i den sociala hierarkin bland män. I en västerländsk kontext handlar detta främst om relationen mellan heterosexuella och homosexuella män, där homosexuella män ur ett historiskt perspektiv har placerats i en underordnad position. Själva underordningen tar sig i uttryck genom olika former av kulturell och social diskriminering såsom våld, politisk exkludering, social stigmatisering etc. Genom detta synsätt konstrueras homosexuella män som motsatsen till den hegemoniska maskuliniteten, det blir istället förknippade med egenskaper som uppfattas som feminina eller svaga, något som bidrar till att legitimera deras lägre status i maskulinitets-hierarkin. Connell (2013) poängterar också att denna process inte bara drabbar homosexuella män, det påverkar även heterosexuella män som inte lever upp till de normer som förknippas med hegemonisk maskulinitet. Denna process kan ske genom olika former av sociala etiketter och förolämpningar som syftar till att markera att en man avviker från det maskulina idealet (2013, s. 116 f).

Den tredje typen är delaktig maskulinitet, detta begrepp används för att beskriva den position som majoriteten av män befinner sig i. Många män uppfyller inte kraven för hegemonisk maskulinitet men de drar ändå fördel av det patriarkala systemet. De får del av de privilegier som följer av att män som grupp har en överordnad position i samhället, även om gruppen själva inte representerar den dominerande maskuliniteten. Detta leder till att många män indirekt stödjer den hegemoniska ordningen genom att acceptera och reproducera den struktur som gynnar män. Däremot kan dessa män i sitt vardagliga liv ha en komplex relation till kvinnor genom familjeliv eller arbete där samarbete och kompromisser är vanligare. Delaktig maskulinitet betyder alltså inte nödvändigtvis att man har en aktivt dominans över

kvinnor, det mer att man har en position som kan dra nytta av patriarkala strukturer utan att själva vara den mest framträdande representanten (Connell, 2013, s. 117 f).

Den fjärde typen är marginaliserad maskulinitet, denna kategori skapas i skärningspunkten mellan genus och sociala strukturer såsom klass och etnicitet. Vissa män kan därmed befinna sig i en marginaliserad position trots att de fortfarande är män. Denna typ av maskulinitet begränsas av sociala och ekonomiska faktorer som placeras utanför de privilegier som är associerade med hegemonisk maskulinitet. Connell (2023) belyser rasism som ett exempel, relationen mellan vita och svarta maskuliniteter. Även om vissa män från marginaliserade gruppen kan bli symboliska förebilder, till exempel genom framgång inom kultur eller sport, betyder detta inte nödvändigtvis att det förändrar den strukturella maktordningen. Den hegemoniska maskuliniteten är fortfarande knuten till den mest dominerande gruppens sociala och institutionella makt. Marginaliseringen innebär att vissa maskuliniteter existerar i relation till hegemonin men saknar tillgång till dess auktoritet och resurser (Connell, 2013, s. 118 ff).

3.4 Diskussion kring teoretisk ramverk

Genom att kombinera fenomenologi, symbolisk interaktionism och maskulinitetsteori skapas ett sammanhängande analytiskt ramverk som möjliggör en flerdimensionell förståelse av studiens syfte. De tre perspektiven kompletterar varandra genom att belysa olika nivåer av de fenomen som studeras, dessa är individens upplevelser, de sociala processer där mening formas samt de strukturella villkor som påverkar dessa processer.

Fenomenologin utgör grunden för att förstå den subjektiva dimensionen av användares erfarenheter, genom detta perspektiv kan studien analysera hur individer själva beskriver sina erfarenheter av kvinnor, relationer och avvisande samt vilken mening detta har för dem. Detta är särskilt relevant för studiens första frågeställning som handlar om hur användare beskriver sina erfarenheter av kvinnor och relationer. Fenomenologin utgör grunden för en djupare förståelse för att förstå användarnas egen syn på sin verklighet och deras perspektiv på sociala sammanhang. Med grund i detta är det därför viktigt att forskarens egen uppfattning av ämnet inte är i fokus, utan att endast försöka förstå fenomenet utifrån aktörernas perspektiv, vilket i detta fall är användarna på incelforumens syn. Fokuset ligger vid att tolka användarnas subjektiva erfarenheter och upplevelser i den mån detta är möjligt. Det är till viss del forskaren som samlar materialet och kan därmed påverka objektiviteten, det är därför

viktigt att det inte sker egna subjektiva tolkningar av användarnas erfarenheter utan att endast deras syn är i fokus.

Genom symbolisk interaktionism förstås det att mening är något som skapas och omförhandlas i social interaktion. I relation till studien gör detta det möjligt att analysera hur användare på incelforum gemensamt skapar och förhandlar betydelser kring kvinnor, sexualitet och avvisande. Detta är särskilt relevant för att förstå hur användare upplever kvinnors sexualitet och val och hur dessa tolkningar formas i ett kollektivt sammanhang. Symbolisk interaktionism kan även användas i syfte att förstå vilken syn användarna har gällande sig själva, det vill säga hur de förstår, tolkar och presenterar sig själva utifrån den respons och interaktioner som de deltar i. Maskulinitetsteorin bidrar därmed till att förklara varför dessa erfarenheter får en så central betydelse i användarnas meningsskapande. Den gör det möjligt att förstå hur tolkningar av kvinnors roll och sexualitet inte enbart handlar om individuella erfarenheter, utan också om hur användarna positionerar sig själva i relation till andra män och till hegemoniska ideal om manlighet.

4. Metod

4.1 Kvalitativ ansats

Bryman (2025, s. 426 ff) menar att kvalitativ forskning har som mål att skapa en fördjupad förståelse av olika fenomen och utgår ofta från en induktiv syn på samspelet mellan empiri och teori. Denna forskning påverkas i hög grad av ett tolkande perspektiv där fokus ligger på hur människor uppfattar och ger mening åt den sociala verklighet man lever i. Det är därför passande och lämpligt för studiens syfte och frågeställningar att utgå från en kvalitativ ansats. Silverman (2015, s. 60 f) skriver att intervjuer är den metod som oftast används för datainsamling inom kvalitativ forskning. Däremot innebär detta inte att andra metoder saknar relevans då dessa kan erbjuda andra perspektiv och därmed vara lika bra eller i vissa fall bättre. Forskare som förespråkar intervjuer menar att denna metod ger mer direkta och autentisk data, Silverman (ibid) problematiserar dock detta genom att ifrågasätta hur autentiska svar egentligen är när de ges i en situation där de kan komma att publiceras, det kan till exempel innebära att respondenter kan anpassa eller justera sina svar för att framstå som mer intressanta och därigenom få bekräftelse. Samtidigt gör forskaren ett urval av vilka personer som anses relevanta att inkludera och lyfta fram. Intervjuer bör därför förstås som situerade och villkorade berättelser, där svaren kan innehålla kulturella resurser som används för att uppnå specifika syften (Silverman, 2015, s. 173). Utifrån studiens ämne och de känslor som kan uppstå i samband med det anses det därför inte lämpligt att genomföra intervjuer.

4.2 Metod: Dokumentanalys

Val av kvalitativ metod för studien är dokumentanalys, syftet är att analysera inlägg på ett flertal trådar på sidan incels.is. Bryman (2025, s. 626 ff) skriver att inlägg från chattrum, diskussionsforum och olika typer av onlinegemenskaper kan utgöra betydelsefulla datakällor inom forskning. Vid analys av data från internetbaserade diskussionsforum behöver forskaren ta ställning till om studien ska genomföras med aktivt deltagande eller genom en icke deltagande ansats. I de fall där materialet är offentligt kan det vara metodologiskt fördelaktigt att genomföra studien utan att beskriva eller förklara sin närvaro på sidan. Däremot kan ett sådant förhållningssätt medföra etiska problem i form av anklagelser om vilseledande eller intrång i individers personliga integritet, speciellt med hänvisning till avsaknaden av

informerat samtycke. Däremot menar vissa forskare att etablerade etiska principer är tillräckliga vid hantering av offentligt tillgänglig data från öppna digitala plattformar (ibid).

Studien kommer att fokusera på att analysera trådar och inlägg från forumet *incels.is*. Bryman (2025, s. 627) förklarar att i Sverige ska all hantering av personuppgifter följa dataskyddsförordningen (GDPR). Plattformen Incels.is har egna riktlinjer som användare förväntas ta del av innan de deltar, sidan förklarar vikten av anonymitet och att inte dela personliga uppgifter. Mot denna bakgrund bedöms risken för att enskilda individers identitet eller integritet ska kunna identifieras som relativt låg. Vid insamling och användning av material kommer samtliga inlägg att kodas, vilket innebär att inga användarnamn eller andra identifierande uppgifter inkluderas i studien. På så sätt säkerställs att det inte går att koppla citat eller innehåll till specifika individer. Nedan presenteras några av de regler som alla användare bör ta i hänsyn,

4.3 Urval och datainsamling

I studien används ett strategiskt målstyrt urval eftersom detta bedöms som relevant för att besvara frågeställningarna. Studien eftersträvar att materialet begränsas till en specifik typ av dokument som är av intresse för syftet då målet med studien inte är att kunna generalisera resultatet till en större population än just den specifika gruppen som undersöks (Bryman, 2025, s. 459 ff). Det är inte relevant att urvalet ska vara slumpmässigt eller sannolikhetsbaserat, istället har det tillämpats ett A priori-urval. Själva urvalskriterierna fastställs i förväg och blir därefter oförändrade under studiens process (Bryman, 2025, s. 463). Kriterierna för studien består av att hitta deltagare som identifierar sig som incels, detta är en grupp som kan vara svår att nå på grund av den känsliga ton som ofta tillkommer i frågan samt den eventuella integritetsöverskridande aspekten. Med detta i åtanke har materialinsamlingen skett genom att systematiskt läsa och samla in citat från forumet incel.is, detta forum är ett av de största globala forumen med aktiva medlemmar. Forumet där materialet har inhämtats är en global onlinebaserad sida där användare kan interagera med varandra, skapa trådar och diskutera diverse ämnen. Sidan presenteras enligt följande beskrivning:

“ Welcome! This is a forum for involuntary celibates: people who lack a significant other. Are you lonely and wish you had someone in your life? You're not alone! Join our forum and talk to people just like you” (incels.is - involuntary celibate, 2026)

Forumet har även en sida som beskriver de regler som finns samt frågor om en rad olika ämnen, dessa trådar kan endast redigeras av forumets moderatorer. Moderatorerna förtydligar vilka individer som får ingå i medlemskapet, dessa är män över 18 års ålder som eftersträvar en relation men som inte lyckas hitta det. Kvinnor och HBTQ personer är inte välkomna på sidan, även andra män som inte identifierar sig som incels är förbjudna att delta på sidan. Till sist beskrivs det att alla minderåriga inte är välkomna på sidan. Moderatorerna skriver att man ska vara en genuin följare av blackpillfilosofin för att erhålla medlemskap. Vidare finns även en lista gällande icke tillåtet beteende, där framhävs att användare inte ska förfölja, trakassera eller attackera varandra, man får inte “skryta” om sitt utseende och man får inte provocera eller göra meningslösa inlägg. Därefter framkommer instruktioner kring hur och vad man får göra inlägg om, inläggen ska inte handla om olagliga ämnen eller reklam. Man får dessutom inte skriva om blue pill teorin, man får inte diskutera homosexualitet eller andra hbtq frågor om det inte är i syfte att kritisera dessa. Till sist uppmanar moderatorerna att alla användare försöker vara helt anonyma, man får inte dela med sig av någon personlig information gällande sitt juridiska namn eller andra kontaktuppgifter (incels.is, 2026)

För att identifiera relevanta trådar har specifika sökord såsom “dating”, “rejection”, “women”, “sexuality”, “ghosted” samt “abortion” använts. Dessa begrepp valdes då de beskriver centrala delar av studiens frågeställning och kan därmed öka sannolikheten att hitta rätt material. Sökningen har avgränsats till trådar som publicerats mellan januari 2025 och fram till datainsamlingens avslut, det vill säga att materialet utgörs av inlägg från 2025 och 2026. Denna avgränsning syftar till att säkerställa att materialet är aktuellt och speglar samtida uttryck och erfarenheter inom gruppen då användarna på forumen är väldigt aktiva och publicerar flertal trådar varje dag. De utvalda trådarna och citaten har därefter anonymiserats i syfte att skydda användarnas identiteter, materialet har kodats enligt beteckningen “Fx, Ay”. I denna kodning representerar “Fx” den specifika frågeställningen som citatet relaterar till medan “Ay” avser den enskilda användaren som bidragit med inlägget. För att säkerställa total anonymitet har flertal citat använts som enskilda google sökningar och dessa har inte visat vilken tråd eller vilken sida som citaten ursprungligen kommer ifrån. Detta tillvägagångssätt möjliggör en tydlig och systematisk organisering av

materialet, samtidigt som det underlättar analysen genom att koppla empiri till respektive analytisk kategori. För varje frågeställning har mellan 28 till 31 citat samlats in, detta ger ett tillräckligt omfattande underlag för att identifiera återkommande mönster och variationer inom materialet.

Valet av dokumentanalys som metod grundas i ett flertal anledningar, en central faktor är att den aktuella målgruppen ofta uppvisar ett lågt intresse att delta i intervjustudier. Särskilt i sammanhang där forskaren uppfattas som utomstående eller där känsliga ämnen berörs, kan detta ytterligare förstärka situationen där forskaren är kvinna, något som i vissa fall kan påverka deltagarnas vilja att medverka. Genom att endast studera materialet från onlinebaserade forum skapas möjligheten att ta del av autentiska uttryck i en miljö där användarna själva valt att dela och där anonymitet råder. Denna anonymitet kan bidra till att individer uttrycker sig mer öppet och ofiltrerat än vad som annars hade varit fallet i en intervjustudie. Det är även viktigt att notera att inga interaktioner med inlägg, trådar eller andra användare har genomförts under studiens gång, materialet har endast samlats in genom observationer. Samtidigt medför denna anonymisering vissa begränsningar. Då deltagarnas identiteter inte kan verifieras är det inte möjligt att med full säkerhet fastställa att samtliga användare faktiskt identifierar sig som incels. Detta innebär att materialet måste tolkas med en medvetenhet om denna osäkerhet. Däremot bedöms forumen utgöra en viktig och värdefull källa till insikter i de diskurser, erfarenheter och uppfattningar som finns inom incelkontexten.

4.4 Analysmetod: Tematisk analys

För att få en bättre förståelse av materialet ska detta analyseras och bearbetas genom en tematisk analys. Bryman (2025, s. 657) skriver att tematisk analys i grunden handlar om att identifiera, organisera och tolka återkommande mönster, det vill säga teman. Det primära fokuset är att belysa strukturer som har en viktig mening i materialet istället för att utveckla teori eller styra datainsamlingen. I jämförelse med analytisk induktion eller grundad teori är tematisk analys endast en analysmetod och används inte som utgångspunkt för hur data samlas in. Det finns dock en viss variation i hur begreppet "tema" ska förstås, vissa forskare tolkar ett tema som i princip likvärdigt med en kod, andra menar att teman är mer övergripande och består av grupper av relaterade koder (ibid). I denna studie har materialet kodats efter två teman per frågeställning, dessa presenteras nedan:

1. Ideologisk internalisering
2. Negativ kvinnosyn
3. Legitimering av extrema ståndpunkter
4. Könad makt och manipulation
5. Deterministisk syn
6. Internaliserad stigmatisering

Dessa teman bestämdes efter kodning och analys av de mönster som framkom i det valda materialet. Dessa teman har därefter använts i samband med de valda teorierna för att slutligen analysera och besvara frågeställningarna. Braun och Clarke (2021, s. 35ff) beskriver sex viktiga delar av en tematisk analys. Det första steget är att man måste bekanta sig med datamaterialet, detta innebär att man läser sitt material flera gånger och gör korta anteckningar om analytiska idéer och insikter som uppstår. Detta kan gälla enskilda delar av materialet men även insikter om datamaterialet som helhet. I den andra fasen ska man börja kodningen, här bör man systematiskt och detaljerat analysera materialet. Det är viktigt att identifiera delar som verkar intressanta, relevanta eller meningsfulla i relation till studiens syfte. Därefter tilldelas korta men analytiskt meningsfulla beskrivningar, det vill säga koder, målet med varje kod är att beskriva en enskild betydelse eller ett koncept. Steg tre i denna process består av att identifiera mönster, man grupperar koder som delar centrala koncept och som kan bidra till att besvara frågeställningarna. Det fjärde steget handlar om att kontrollera om varje tema är relevant och meningsfullt i relation till materialet och de centrala aspekterna av studien. Steg fem handlar om att justera, definiera och tydligt namnge varje tema så att dessa är relevanta för koderna som tidigare har upprättats. Det sjätte och sista steget handlar om att göra en tematisk analys baserat på de koder, anteckningar och teman som fastställts under processens gång. Det är här viktigt att ge exempel på material för att presentera en tydlig och sammanhängande analys för att besvara studien (ibid).

4.5 Etiska överväganden

Inom humanistisk forskning är det viktigt att ta hänsyn till etiska principer. Dessa principer grundas på fyra krav som utgör en etablerad ram för etisk forskning, dessa är informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet. Informationskravet innebär att forskaren ska tydligt informera deltagarna om studiens syfte. Samtyckeskravet innebär att deltagandet ska vara frivilligt och att individen själv avgör om hen vill medverka. Konfidentialitetskravet handlar om att deltagarnas uppgifter ska behandlas

med omsorg och skyddas från obehörig spridning. Slutligen innebär nyttjandekravet att det insamlade materialet enbart får användas för forskningsändamål (Elden, 2021, s. 29–31).

Eftersom studien utgör en dokumentstudie är det svårt att fullt ut uppfylla samtliga etiska krav, då den inte involverar några direkta deltagare utan bygger på material från offentligt tillgängliga webbplatser. Mot denna bakgrund blir det särskilt utmanande att tillgodose informations- och samtyckeskraven. De individer som har publicerat inlägg och trådar kan dock anses ha gett ett indirekt samtycke till att innehållet är tillgängligt för allmänheten.

Samtidigt är det viktigt att på bästa sätt följa de etiska principer som är tillämpliga. Det innebär att det insamlade materialet enbart kommer att användas i forskningssyfte. Fullständig anonymitet och konfidentialitet kan inte garanteras men detta bedöms som mindre problematiskt eftersom materialet redan är offentligt och användarna själva har valt vilken information de vill dela. Det hade varit möjligt att uppfylla informationskravet genom att kontakta användarna och informera om studien, men ett sådant tillvägagångssätt riskerar att påverka deras uttryckssätt och beteende. Detta gäller särskilt i relation till känsliga ämnen, där individer kan bli mindre benägna att uttrycka sig öppet. Samtidigt innebär det faktum att informationen redan är publicerad att den är tillgänglig för analys, och det kan antas att användarna själva har valt vad de vill dela. Därmed minskar risken för att forskningen inkluderar uppgifter som kan vara olämpliga eller skadliga för individen. Att genomföra en dokumentstudie utan möjlighet att fullt ut uppfylla samtliga etiska krav innebär i sig ett etiskt ställningstagande. Det kan argumenteras för att intervjuer hade varit ett mer etiskt tillvägagångssätt, men med hänsyn till studiens känsliga ämnesområde bedöms det inte som lämpligt eller säkert att kontakta eller interagera direkt med användarna.

4.6 Metodens tillförlitlighet

Bryman (2025, s. 65 f) belyser begreppet reliabilitet, det syftar till att beskriva om en undersökning skulle ge samma resultat om studien upprepas under liknande förhållanden. Det används ofta inom samhällsvetenskaplig forskning för att bedöma om de mätmetoder som skapats för olika fenomen ger stabila och konsekventa resultat. Däremot är reliabilitet vanligare inom kvantitativ forskning då forskare mest troligt är intresserade av om mätmetoden är stabil eller inte. Ytterligare ett forskningskriterium är validitet, detta avser att beskriva att studien faktiskt undersöker det som är relevant för syftet (ibid). Inom kvalitativ

forskning finns det centrala aspekter av reliabilitet och validitet, dessa är extern reliabilitet, intern reliabilitet, extern validitet samt intern validitet. Extern validitet beskriver i vilken utsträckning som en studie kan replikeras av andra forskare. Denna aspekt kan vara svår att uppfylla då sociala miljöer inte är statiska och sociala betingelser som är aktuella vid just denna studiens tid kan förändras över tid. Intern reliabilitet beskriver i vilken utsträckning som alla deltagande forskare är överens om hur de ser och uppfattar fenomenet, det vill säga om alla hör och ser samma saker. Intern validitet beskriver hur väl forskarens observationer samstämmer med de teoretiska idéer som har utvecklats. Extern validitet beskriver generaliserbarheten, det vill säga i vilken utsträckning studiens resultat kan generaliseras till andra situationer och miljöer (Bryman, 2025, s. 442ff).

Reliabiliteten i studien kan vara svår att säkerställa fullt ut då materialet på forumen varierar i både innehåll och omfattning. Det finns många olika typer av inlägg och diskussioner vilket kan innebära att sökningar och observationer kan ge varierande resultat beroende på vilket material som analyseras vid olika tillfällen. Däremot framträder ett övergripande och återkommande mönster i materialet vilket bidrar till att studien ändå visar en viss grad av stabilitet. När det gäller validitet är det relevant att undersöka fenomenet utifrån användarnas egna perspektiv och i den miljö där fenomenet faktiskt tar sig i uttryck. Studien fokuserar därför på en plattform som specifikt riktar sig till personer som identifierar sig som incels. Detta bedöms därför vara mer lämpligt än att använda forum såsom Reddit eller X. På dessa sidor finns det många andra grupper och individer som deltar i diskussionerna, på dessa forum finns det därför en större risk att materialet blir blandat och svårare att avgränsa. Detta kan i sin tur leda till mindre tydliga resultat. Genom att undersöka ett forum som är avsett för den specifika målgruppen stärks därför studiens validitet då materialet blir mer relevant i relation till studiens syfte. Om man istället vill undersöka likheter och skillnader med andra målgrupper då skulle ett öppet forum vara mer lämpligt men detta är inte relevant för studiens syfte. Studien syftar specifikt till att undersöka en särskild målgrupp, det vill säga människor som identifierar sig som incels. Fokuset ligger därmed på att förstå denna gruppens egna uttryck och erfarenheter. Syftet är därmed inte att generalisera resultaten till andra grupper eller till allmänheten i stort. Av den anledningen är extern validitet inte av betydelse i denna studie, eftersom målet inte är att resultaten ska vara generaliserbara utan snarare skapa en djupare förståelse för den specifika populationen som undersöks.

Inom kvalitativ forskning råder det olika aspekter av tillförlitlighet. Den första är trovärdighet, denna aspekt behandlar den interna validiteten, det vill säga hur trovärdiga resultaten är i studien. Den andra är överförbarhet och detta kan tolkas som extern validitet, alltså om studiens resultat kan appliceras i andra kontexter. Den tredje är pålitlighet vilket liknar reliabilitet och behandlar om man får liknande resultat om studien genomförs vid ett annat tillfälle. Det sista är möjligheten att bekräfta vilket liknar objektivitet och handlar om att forskaren inte har applicerat sina egna värderingar och låtit dessa påverka studien (Bryman, 2025, s. 67). Det är klurigt att säkerställa en god trovärdighet då det alltid sker en tolkning av användarnas inlägg på forumet, det är däremot inte lämplig eller möjligt att komma i kontakt och redogöra för eventuella missförstånd då det kan vara ett känsligt ämne för individerna i fråga. Gällande överförbarhet är detta en begränsande aspekt då studien fokuserar på en viss tidsram och några utvalda trådar på forumet, dessutom behandlar studien användarnas subjektiva erfarenheter och dessa kan skilja sig från person till person och då fenomenets form kan skifta i omvärlden. Pålitligheten har säkerställts genom att noggrant beskriva den metod och analys som har använts i studien, även möjligheten att bekräfta har säkerställts av att studien skett i god tro, där inga externa åsikter eller tankar har implementerats i resultatet. Studiens trovärdighet säkerställs genom analys och bearbetning av resultat med högsta möjliga objektivitet för denna typ av studie.

5. Resultat

Denna resultatdel syftar till att undersöka hur användare på incelforum beskriver sina erfarenheter av kvinnor, relationer, sexualitet och avvisande. Analysen bygger på ett kvalitativt material bestående av foruminlägg där användarnas egna formuleringar står i centrum. Genom att tematiskt analysera hur användarna uttrycker sig går det att synliggöra hur mening skapas kring kön, relationer, avvisande och identitet inom incelmiljön. Materialet utgör grunden för frågeställningarna, dessa kommer att besvaras utifrån ett fenomenologiskt perspektiv då syftet är att belysa användarnas subjektiva erfarenheter. Fokuset ligger därför inte på om deras beskrivningar är objektivt sanna utan på vilken mening dessa erfarenheter har för användarna själva. Därefter kommer dessa att kopplas till Blumers (1986) teori om symbolisk interaktionism, denna teori används för att förstå hur dessa föreställningar skapas och reproduceras genom interaktion med andra användare på forumet. Genom språk, uttryck och gemensamma berättelser formas kollektiva definitioner av kvinnor, relationer, avvisande och identitet. Connells (2013) maskulinitetsteori används slutligen för att sätta dessa erfarenheter i relation till en bredare förståelse av samhällelig ideal om manlighet, status och sexualitet. Tillsammans möjliggör dessa perspektiv en djupare förståelse av hur användare beskriver och tolkar sin sociala verklighet. I det samlade materialet förekommer det många ord som är skapade på incelforum, dessa kommer att presenteras nedan för att underlätta förståelsen av insamlade citaten.

5.1 Hur beskriver användare på incelforum sina erfarenheter av kvinnor och relationer?

I materialet framträder en tydlig koppling mellan användarnas erfarenheter av relationer och den ideologiska gemenskapen som formas inom forumet. Användarna beskriver inte bara kvinnor utifrån individuella erfarenheter utan även genom deras förståelser som formas och reproduceras genom den kollektiva ideologi som finns på forumet. Två centrala teman har analyserats i materialet, dessa är ideologisk internalisering och negativ kvinnosyn. Dessa teman visar hur användarna successivt utvecklar en gemensam förståelse där relationer tolkas som falska och baserade på misstro, instabilitet och en upplevelse av permanent social exkludering. Utifrån ett fenomenologiskt perspektiv blir det tydligt att användarnas erfarenheter av ensamhet, romantiska misslyckanden och utanförskap tillskrivs en särskild

mening inom forumen. I materialet framkommer att användarna inte enbart beskriver sig själva som personer som saknar relationer, utan som individer vars hela sociala identitet formas kring denna erfarenhet. Deras upplevelser av kvinnor och relationer blir därmed centrala för hur de förstår sig själva och sin position i världen.

5.1.1 Ideologisk internalisering

Det första temat handlar om hur användare internaliserar forumets ideologi och gör detta till en central del av sin identitet. Blackpillideologin framställs inte som en tillfällig övertygelse utan som en objektiv sanning om världen och om hur relationer mellan män och kvinnor. Detta syns tydligt i en av trådarna där användarna diskuterar huruvida de skulle lämna forumet om de fick en partner, tråden publicerades den 18 september 2025. En användare skriver *“You would really have to be retarder to do that because the blackpill views on womens nature is just reality”* (F1 A5). I detta citat framställs blackpill inte som en åsikt utan som en absolut sanning, även om individen i fråga skulle få en relation anses detta inte förändra dennes syn på kvinnans *“sanna natur”*. Liknande resonemang uttrycks i citatet *“It would not negate the black pill truth. It would just mean that I was a fakecel all along”* (F1 A10). Att få en partner ses alltså inte som ett motbevis mot ideologin utan snarare som ett tecken på att individen aldrig varit en riktig incel. Detta kan förstås genom symbolisk interaktionism där Blumer (1986) menar att mening skapas genom social interaktion och detta reproduceras i kollektiva sammanhang. På incelforumen utvecklas ett gemensamt språk och gemensamma symboler som skapar en kollektiv förståelse av verkligheten. Blackpill fungerar här som en gemensam tolkningsram där användarnas erfarenheter omtolkas och ges mening. När användare beskriver Blackpill som *“sanningen”* skapas en social verklighet där ideologin framstår som självklar och objektiv. Detta kollektiva meningsskapande blir också tydligt i hur användarna beskriver relationen till forumet som en moralisk och ideologisk lojalitet. En användare skriver *“I have principles and concrete worldview. I am not a traitor”* (F1 A18). Att lämna forumet eller överge Blackpill beskrivs som ett förräderi mot gruppen, det handlar alltså inte bara om att dela vissa åsikter utan om att identiteten blir starkt kopplad till den ideologiska gemenskapen.

Denna tolkning framkommer även genom tidigare forskningen där Helm et al. (2024) beskriver incelmiljön som en digital subkultur där användare utvecklar gemensamma normer och tolkningsramar. Genom forumets språkbruk och kollektiva berättelser skapas en känsla av samhörighet där användare bekräftar varandras erfarenheter och världsbild. Green et al.

(2023) beskriver även Blackpill som en pipeline där användare gradvis internaliserar allt mer deterministiska och extrema förklaringsmodeller. Materialet visar tydligt hur denna process fungerar i praktiken.

Flera användare beskriver incelidentiteten som permanent, en användare skriver *“even if i ascended from inceldom, ill never be able to fully reintegrate into society and become a fully normal individual”* (F1 A8). Här framställs incelstatus som något irreversibelt, även om individen skulle få en relation ses skadan som permanent. Detta ligger i linje med De Vettor et al. (2025) där incels beskriver sina erfarenheter som irreversibel och livsavgörande. Connells (2013) maskulinitetsteori beskriver hur vissa män positioneras som underordnade i relation till hegemonisk maskulinitet. I materialet framstår användarna som män som upplever sig sakna de egenskaper som förknippas med den hegemoniska maskuliniteten, till exempel fysisk attraktivitet, status och erfarenhet av sexuella relationer. Detta leder till att användarna positionerar sig själva som permanenta outsiders i relation till både kvinnor och andra män.

5.1.2 Negativ kvinnosyn

Det andra centrala temat handlar om den negativa kvinnosyn som genomsyrar användarnas beskrivning av relationer. Kvinnor framställs återkommande som opålitliga, manipulativa och oförmögna till genuin kärlek. Flera användare beskriver relationer som något som alltid riskerar att sluta i svek. En användare skriver *“She will leave you at the first sign of attention from any chad. Foids are not loyal”* (F1 A26). Kvinnor framställs här som hypergama, alltså som individer som alltid söker män med högre status. Liknande resonemang uttrycks i citatet: *“the foid will always be looking for something better”* (F1 A27). Relationer förstås som fundamentalt instabila.

Fenomenologiskt kan detta tolkas som att användarnas tidigare erfarenheter av avvisande och ensamhet påverkar hur de tolkar framtida relationer. Erfarenheter av misslyckanden blir centrala för hur kvinnor förstås och kategoriseras. Kvinnor förstås inte som individer med egna känslor och intentioner utan som representanter för en kollektiv kategori med fasta egenskaper. Samtidigt förstärks dessa föreställningar genom den sociala interaktionen på forumet. Symbolisk interaktionism (1986) visar hur mening skapas och reproduceras genom språk. Begrepp som “foids” fungerar som avhumaniserande symbol som reducerar kvinnor

till stereotypa och negativa kategorier. Genom att användarna kontinuerligt bekräftar varandras uppfattningar skapas en gemensam förståelse där misstro mot kvinnor framstår som rationellt. Tidigare forskning visar liknande resultat där De Vettor et al. (2025) beskriver hur kvinnor på incelforum framställs som ytliga, manipulativa och endast intresserade av män med hög status och attraktivitet. Sparks et al. (2022) visar även att kvinnor inom inceldiskursen beskrivs som ansvariga för männens sexuella och romantiska exkludering.

Misstron mot kvinnor blir särskilt tydlig i diskussionerna om tillit. En användare skriver "*I'd be in a constant state of high alert*" (F1 A20). Tillit ersätts av vaksamhet och paranoia. En annan användare skriver "*Even if I did, I'd have to track her every move*" (F1 A34). Relationer förstås alltså som något som kräver kontroll och ständig misstänksamhet. Detta kan förstås genom Connells (2013) teori då användarna upplever sig sakna makt och status i relation till både kvinnor och andra män. Samtidigt uppfattas kvinnor som individer med makt att avgöra männens sociala värde. Detta skapar en upplevelse av hot och underordning där kvinnor framstår som aktörer med kontroll över männens livssituation.

Det framkommer även att användarna inte bara misstror kvinnor utan också samhället i stort. En användare skriver "*Trusting foids is what led the world into the state it's at right now*" (F1 A32). Här kopplas kvinnors påstådda opålitlighet till bredare samhällseliga förändringar. Kvinnor framställs som ansvariga för ett samhällseligt förfall där män förlorat makt och status. Den negativa kvinnoynen fyller därmed flera funktioner. Dels fungerar den som en förklaringsmodell för användarnas egna erfarenheter av avvisande och ensamhet, det bidrar även till att stärka gruppens kollektiva identitet. Genom att kvinnor framställs som opålitliga och manipulativa kan användarna förstå sina misslyckanden som konsekvenser av kvinnors natur snarare än individuella omständigheter.

5.1.3 Sammanfattande analys

Sammantaget visar materialet att användarnas erfarenheter av kvinnor och relationer präglas av en stark ideologisk internalisering och en genomgående negativ kvinnoyn. Genom forumets kollektiva meningsskapande utvecklas en världsbild där kvinnor förstås som hotfulla och opålitliga samtidigt som incelidentiteten framstår som permanent och ofrånkomlig. Det framkommer även att användarna ofta beskriver relationer som något som i grunden är villkorat och osäkert. Kärlek förstås inte som emotionell närhet eller ömsesidighet utan som ett socialt utbyte där kvinnan hela tiden antas utvärdera mannens status och attraktivitet. Detta blir tydligt i citatet "*Women like men who have had previous partners*

which will help later on” (F1 A1). Relationen förstås alltså som beroende av social status och tidigare sexuella erfarenheter snarare än känslomässig kompatibilitet. Användarna beskriver därmed relationer som en konkurrenssituation där män ständigt riskerar att ersättas av mer attraktiva män.

Utifrån fenomenologin kan detta förstås som att användarnas erfarenheter av osäkerhet och avvisande påverkar hur de upplever intimitet och närhet. Relationer framstår inte som trygga eller meningsfulla sammanhang utan som potentiella hot där individen riskerar ytterligare avvisande och förlust. Detta bidrar till att användarna utvecklar en vaksam och misstänksam förståelse för kvinnor. Samtidigt framträder forumet som en plats där dessa upplevelser får social bekräftelse. När användarna delar berättelser om avvisande och misstro får de stöd från andra användare som tolkar erfarenheterna genom samma ideologiska ramverk. Genom den sociala interaktionen lär sig användarna hur de ska tolka kvinnors handlingar och hur de ska förstå sina egna erfarenheter. Detta blir särskilt tydligt i hur användarna talar om kvinnor som homogena och förutsägbara. Många användare uttrycker att kvinnors beteenden styrs av biologiska eller naturliga drivkrafter. Exempelvis skriver en användare att kvinnor *“always seek out the best men out there”* (F1 A35). Här framställs kvinnors handlingar som biologiskt determinerade snarare än individuella eller situationsbundna. Detta bidrar till att kvinnors handlingar avpersonifieras och reduceras till ett kollektivt beteendemönster.

Flera användare beskriver attraktiva män, ofta kallade “Chads”, som överordnade och privilegierade. Kvinnor antas naturligt föredra dessa män framför incels. Detta skapar en tydlig hierarki där användarna upplever sig själva stå längst ner. Connells teori om hegemonisk maskulinitet blir därför relevant då användarna beskriver sig själva som män som misslyckats med att leva upp till samhällets maskulina ideal. Denna upplevelse av underordning leder också till att användarna utvecklar en stark vi-och-dem-känsla. Kvinnor och attraktiva män förstås som grupper med makt och privilegier medan incels framställs som marginaliserade och missförstådda. Forumet fungerar därmed som en plats där användarna kan omtolka sina erfarenheter och skapa en alternativ förståelse av sin sociala position.

Tidigare forskning av De Vettor et al. (2025) visar att incels ofta beskriver sitt lidande som unikt och överlägset andras lidande. Detta återkommer i materialet där användarna beskriver sig själva som individer som förstått “sanningen” om världen medan andra människor lever i okunskap. Blackpill fungerar därför inte bara som en teori om relationer utan också som en

identitetsskapande världsbild. Flera användare uttrycker också en upplevelse av att vara permanent förändrade av sina erfarenheter. En användare beskriver att han aldrig kommer kunna bli "*a fully normal individual*" (F1 A8). Detta visar hur incelidentiteten blir en del av individens självförståelse. Erfarenheterna av ensamhet och avvisande beskrivs som något som förändrat individen på djupet.

5.2 Hur beskriver användare på incelforum kvinnors sexualitet och kvinnors val?

I materialet framträder en tydlig konstruktion av kvinnors sexualitet som något manipulativt, maktutövande och moraliskt fel. Användarna beskriver kvinnors sexuella autonomi som ett uttryck för kontroll och dominans över män. Samtidigt sker en moralisk omstrukturering där extrema ståndpunkter legitimeras genom forumets kollektiva ideologi. Två centrala teman framträder i materialet, dessa är legitimering av extrema ståndpunkter samt könad makt och manipulation. Deras erfarenheter av ensamhet, avvisande och sexuell frustration omtolkas genom incelideologin till en världsbild där kvinnor uppfattas som ansvariga för männens lidande. Kvinnors sexualitet framstår därför inte som individuell autonomi utan som en social maktposition riktad mot män.

5.2.1 Legitimering av extrema ståndpunkter.

Ett centralt tema i materialet är hur användarna legitimerar extrema och våldsamma ståndpunkter genom att omdefiniera etablerade moraliska normer. Diskussionen om abort och våldtäkt visar tydligt hur användarna relativiserar sexuellt våld samtidigt som abort framställs som ett större moraliskt brott. En användare skriver "*rape, it's just sex*" (F2 A1). En annan skriver "*rape is no worse than battery assault*" (F2 A3). Dessa citat visar hur våldtäkt trivialiseras och reduceras till en fysisk handling utan hänsyn till samtycke eller trauma. Samtidigt framställs abort som absolut omoraliskt, en användare skriver "*abortion is murder*" (F2 A1). Här tillskrivs abort en moralisk status som överträffar sexuellt våld. Denna omkastning av etablerade moraliska normer visar hur incelideologin omstrukturerar förståelsen av kön, sexualitet och makt. Symbolisk interaktionism hjälper till att förstå hur dessa betydelser skapas kollektivt. På forumet utvecklas gemensamma definitioner av moral där användarna genom språk och interaktion bekräftar varandras uppfattningar. Begrepp och

uttryck som normaliserar våld eller demoniserar kvinnor reproduceras och förstärks genom den sociala gemenskapen.

Tidigare forskning av Green et al. (2023) visar att Blackpillideologin gradvis kan legitimera allt mer extrema ståndpunkter. Materialet visar hur detta sker genom att användarna omtolkar våld och kvinnors rättigheter som uttryck för en samhällelig orättvisa riktad mot män.

Flera användare uttrycker också direkt våldsamma och misogynia fantasier. Ett exempel är citatet *“Fuck foids they should all get tortured”* (F2 A11). Här sker en tydlig avhumanisering där kvinnor framställs som legitima mål för våld. Detta överensstämmer med tidigare forskning där Green et al. (ibid) beskriver hur kvinnor inom inceldiskursen konstrueras som fiender och där våld mot kvinnor legitimeras som en respons på upplevd orättvisa. Maskulinitetsteori (2013) bidrar här med förståelse för varför kvinnors sexuella autonomi uppfattas som hotfull. Inom hegemoniska maskulinitetsideal kopplas manlighet till kontroll, status och sexuell framgång, när användarna upplever sig sakna dessa egenskaper utvecklas en känsla av underordning och marginalisering. Kvinnors möjlighet att välja partner uppfattas då som ett hot mot männens status och identitet.

Det blir också tydligt att användarna upplever att män och kvinnor bedöms olika moraliskt. En användare skriver att kvinnor kan *“sell their selfish desires as moral imperatives”* (F2 A27). Kvinnor framställs alltså som individer som lyckas omvandla egna intressen till moraliskt accepterade rättigheter, detta visar hur användarna upplever att samhället favoriserar kvinnor och ignorerar mäns lidande. Tidigare forskning av De Vettor et al (2025) visar att incels ofta beskriver samhället som gynocentriskt, där kvinnor och attraktiva män anses ha strukturella privilegier. Detta återkommer tydligt i materialet där kvinnors rättigheter och sexualitet tolkas som uttryck för makt snarare än självbestämmande.

5.2.2. Könad makt och manipulation

Det andra centrala temat handlar om hur kvinnors sexualitet förstås som ett verktyg för manipulation och maktutövning, kvinnor beskrivs återkommande som strategiska aktörer som använder sitt utseende, sina känslor och sin sexualitet för att kontrollera män.

En användare skriver *“they can cry on command. It’s a weapon, not an actual emotion”* (F2 A9). Kvinnors känslor framställs alltså inte som genuina utan som strategiskt i syfte att manipulera. En annan användare skriver att kvinnor *“know men will look”* och att de genom

sitt utseende kan *“destroy them with a single complaint”* (F2 A22). Fenomenologiskt kan detta förstås som att användarnas erfarenheter av osäkerhet och avvisande påverkar hur de tolkar kvinnors handlingar. Kvinnors beteenden ges en särskild mening där även vardagliga handlingar uppfattas som uttryck för manipulation och kontroll. Genom symbolisk interaktionism blir det tydligt hur dessa tolkningar förstärks kollektivt. På forumet utvecklas ett språk där kvinnor konsekvent beskrivs som manipulerande och moraliskt opålitliga. Denna gemensamma förståelse gör att användarna tolkar kvinnors sexualitet som ett uttryck för maktutövning.

Flera användare beskriver även kvinnor som moraliskt inkonsekventa. Ett exempel är citatet *“women manage to sell their selfish desires as moral imperatives”* (F2 A27). Här framställs kvinnor som individer som använder moral och känslor strategiskt för att gynna sig själva. Det framkommer också att användarna kopplar kvinnors sexualitet till bredare samhälleliga förändringar. Kvinnors rättigheter och sexuella frihet förstås som orsaker till samhälleligt förfall och mäns lidande. Detta blir tydligt i citat som *“Giving foids the vote was a mistake”* (F2 A26). Här kopplas kvinnors makt och självbestämmande till en upplevelse av att män förlorat sin *“rättmätiga”* position i samhället.

Tidigare forskning av Zhang et al. (2025) beskriver hur inceldiskursen präglas av *“hostility towards women”* och hur misogyni används för att upprätthålla patriarkala föreställningar. Materialet visar tydligt hur kvinnors sexualitet och autonomi konstrueras som hot mot mäns makt och identitet.

5.2.3 Sammanfattande analys

Sammantaget visar materialet att användarna beskriver kvinnors sexualitet och val genom en ideologisk förståelse där kvinnor framställs som manipulativa, maktsökande och moraliskt problematiska. Genom forumets kollektiva meningsskapande legitimeras extrema ståndpunkter samtidigt som kvinnors självbestämmande tolkas som ett uttryck för makt över män. Materialet visar dessutom hur kvinnors sexualitet konstrueras som något som både hotar och definierar mäns identitet då kvinnors möjlighet att välja partner uppfattas som ett direkt uttryck för makt över mäns sociala värde. När användarna beskriver kvinnor som individer som väljer *“Chads”* framför incels framställs sexualitet som ett hierarkiskt system där vissa män inkluderas och andra exkluderas.

Utifrån fenomenologin kan detta förstås som att användarnas subjektiva erfarenheter av ensamhet och sexuellt utanförskap påverkar hur de tolkar kvinnors handlingar. Kvinnors sexuella val förstås inte som personliga preferenser utan som bevis för en större social struktur där incels systematiskt utesluts. Sexualitet får därför en symbolisk betydelse som handlar om makt, erkännande och mänskligt värde.

Det framkommer även att kvinnors sexualitet framställs som farlig och destruktiv. Flera användare beskriver kvinnor som individer som förstör mäns liv genom lögn, otrohet eller manipulation. Detta blir tydligt i citat där kvinnor beskrivs som "*evil creatures*" (F2 A7) eller där deras känslor framställs som strategiska verktyg. Denna typ av språkbruk bidrar till en avhumanisering där kvinnor inte längre framstår som komplexa individer utan som representanter för ett hotfullt kollektiv. Genom återkommande uttryck och gemensamma berättelser utvecklas en kollektiv förståelse där kvinnor definieras genom negativa egenskaper såsom manipulation, egoism och maktbegär. Språket fungerar därmed som ett verktyg för att skapa en gemensam verklighetsuppfattning.

Flera användare uttrycker även en upplevelse av dubbelmoral i samhället. De beskriver att kvinnors lidande tas på större allvar än mäns samtidigt som män förväntas acceptera ensamhet och sexuellt utanförskap utan sympati. Detta framkommer tydligt i diskussionerna kring abort där användarna argumenterar för att kvinnor kräver rättigheter utan att ta ansvar för konsekvenserna av sina handlingar.

Det framkommer även att forumet fungerar som en plats där extrema idéer normaliseras. När användare uttrycker misogyna eller våldsamma åsikter får de ofta stöd eller bekräftelse från andra användare. Detta bidrar till att flytta gränserna för vad som uppfattas som acceptabelt att uttrycka. Tidigare forskning av Helm et al. visar att digitala forum kan förstärka extremistiska identiteter genom att användare kontinuerligt exponeras för liknande idéer och världsuppfattningar. Materialet visar hur detta sker i praktiken genom att misogyna föreställningar inte bara uttrycks utan också legitimeras och förstärks kollektivt.

5.3 Hur beskriver användare på incelforum erfarenheter av avvisande i relation med kvinnor?

I materialet beskrivs avvisande som en central och återkommande erfarenhet som påverkar användarnas självbild, framtidssyn och relation till kvinnor. Avvisande förstås inte som

enskilda negativa erfarenheter utan som bevis för en permanent och oföränderlig social position. Två centrala teman framträder i materialet, dessa är deterministisk syn och internaliserad stigmatisering. Utifrån fenomenologin kan användarnas utsagor förstås som uttryck för hur de själva erfar och tolkar sina livssituationer. Erfarenheter av romantiskt avvisande får en djup existentiell betydelse där användarna upplever att deras värde som människor ifrågasätts. Avvisandet blir inte en tillfällig händelse utan en del av deras identitet och förståelse av världen.

5.3.1 Deterministisk syn

Det första centrala temat handlar om hur användarna beskriver avvisande som ett permanent och ofrånkomligt livsvillkor. Många användare uttrycker en stark upplevelse av hopplöshet där framtida relationer framstår som omöjliga.

En användare skriver "*It DOESN'T get better. Never.*" (T3 A3). En annan användare skriver "*Expect every woman you ask out to reject you*" (T3 A5). Dessa uttryck visar hur avvisande förstås som något förutbestämt och universellt. Fenomenologiskt kan detta förstås som att tidigare erfarenheter av avvisande formar användarnas framtidsförväntningar. Erfarenheterna tolkas som bevis för att förändring inte är möjlig. Avvisande blir därmed en central del av individens livsvärld.

Tidigare forskning i form av Green et al. (2023) beskriver hur Blackpillideologin bygger på deterministiska föreställningar där individens sociala och sexuella position förstås som permanent. Boldt et al. (2026) visar även att många incels beskriver sig själva som "locked" i sin situation utan möjlighet till förändring. Symbolisk interaktionism (1986) hjälper till att förstå hur denna deterministiska världsbild förstärks genom forumets sociala interaktion. När användare delar berättelser om avvisande och får bekräftelse från andra, reproduceras föreställningen om att relationer är omöjliga för incels. Blackpill fungerar som en kollektiv tolkningsram där individuella erfarenheter omvandlas till bevis för en större social sanning.

En användare skriver att "*blackpill always collects!*" (T3 A20). Här förstås avvisande som ett bevis för ideologins riktighet. Individens erfarenhet används för att legitimera den kollektiva världsbilden. Maskulinitetsteorin är central för att förstå varför dessa erfarenheter får så stor betydelse. Connell (2013) beskriver hur män som inte uppfyller hegemoniska maskulinitetsideal riskerar att marginaliseras och stigmatiseras. I materialet framstår användarna som män som upplever att de saknar de egenskaper som krävs för att uppnå

status och attraktivitet. En användare beskriver hur han tidigare trodde på romantisk kärlek men att upprepade avvisanden förändrade honom *“my heart was ripped out of my chest repeatedly and stomped on... it was from that gaping, bleeding wound that the cold, detached, hateful individual you see now emerged”* (T3 A7). Här beskrivs avvisande som en identitetsskapande erfarenhet. Den egna personligheten och världsbilden framställs som formad av upprepade romantiska misslyckanden. Flera användare externaliserar också ansvaret för sina erfarenheter. En användare skriver *“No, you’re not the problem, the world is”* (T3 A9). Ansvar flyttas från individen till samhället och kvinnor. Detta gör att användarna kan förstå sina erfarenheter som resultat av strukturell orättvisa snarare än individuella omständigheter.

5.3.2 Internaliserad stigmatisering

Det andra centrala temat handlar om hur användarna internaliserar negativa föreställningar om sig själva. Många beskriver sig själva i starkt negativa och avhumaniserande termer. En användare skriver: *“I have very low trust looks, I am ethnic and look ogre also I am extremely asymmetrical”* (T3 A13). En annan beskriver sig själv som *“some uncanny being or an alien”* (T3 A18).

Fenomenologiskt visar detta hur användarnas självuppfattning formas av deras erfarenheter av social exkludering och avvisande. De beskriver inte bara att de blivit avvisade utan att de upplever sig själva som fundamentalt avvikande och mindre värda. Symbolisk interaktionism är särskilt relevant här. Blumer (1986) betonar att människors självbild formas genom social interaktion och genom hur de uppfattar andras reaktioner. I materialet framkommer att användarna tolkar kvinnors blickar och beteenden som bevis på deras egen underlägsenhet.

En användare skriver *“i always get disgusted looks as if im a monster or something”* (T3 A10). En annan skriver *“They sometimes look at me like I’m the devil himself”* (T3 A16). Här formas identiteten genom upplevelsen av hur andra ser på dem. Tidigare forskning av Sparks et al. (2022) visar att incels ofta upplever låg självkänsla, ensamhet och social isolering. Detta återkommer tydligt i materialet där användarna beskriver sig själva som oattraktiva, misslyckade och socialt avvikande.

Maskulinitetsteori (2013) bidrar med förståelse för hur denna självstigmatisering hänger samman med hegemoniska maskulinitetsideal. Eftersom fysisk attraktivitet, sexuell erfarenhet och social status kopplas till manligt värde upplever användarna att de misslyckas

med att leva upp till idealen för “riktig” manlighet. Detta leder till att negativa samhälleliga normer internaliseras och riktas mot det egna jaget. Användarna beskriver sig själva genom termer som “subhuman”, “monster” och “alien”. De upplever sig stå utanför både relationer och normal social tillhörighet.

Tidigare forskning av Boldt et al. (2026) visar att många incels beskriver sig själva som outsiders redan innan de kom i kontakt med incelforum. Materialet visar hur forumen sedan erbjuder en gemenskap där dessa negativa erfarenheter bekräftas och ges mening. Samtidigt fungerar forumen som platser där självstigmatiseringen reproduceras och förstärks. När användarna delar negativa erfarenheter och får bekräftelse från andra utvecklas en kollektiv identitet kring lidande, utanförskap och upplevd underlägsenhet.

Fenomenologiskt blir detta särskilt relevant eftersom användarnas erfarenheter formar hela deras livsvärld. När individer gång på gång tolkar sina erfarenheter som bevis för att de är oönskade utvecklas en förståelse där framtida relationer framstår som omöjliga. Deras upplevelser av ensamhet och avvisande påverkar hur de ser på sig själva, kvinnor och samhället. Flera användare beskriver att de redan från början förväntar sig avvisande. Ett exempel är en användare som skriver *“I always knew I'd be getting rejected anyways”* (T3 A1). Här framstår avvisandet som en självklar och förväntad del av livet. Detta visar hur blackpill-ideologin påverkar användarnas tolkningar av sociala situationer redan innan avvisandet faktiskt sker.

Det blir också tydligt att användarna ofta beskriver sina erfarenheter genom biologiska och deterministiska förklaringsmodeller. Kvinnor antas vara biologiskt programmerade att avvisa vissa män medan incels framställs som genetiskt dömda till ensamhet. Detta framkommer i citat som: *“Foids are biologically wired to be disgusted and repulsed by sub 5 men”* (T3 A11). Här kopplas sociala erfarenheter direkt till biologiska förklaringar.

Flera användare beskriver sig själva genom starkt negativa termer. En användare skriver att kvinnor ser på honom *“as if im a monster”* (T3 A10). En annan beskriver sig själv som *“extremely asymmetrical”* (T3 A13). Dessa beskrivningar visar hur negativa samhälleliga ideal om attraktivitet internaliseras och riktas mot det egna jaget. Fenomenologiskt kan detta förstås som att användarnas kroppar och utseenden blir centrala för hur de upplever världen. Deras kroppsliga självuppfattning präglas av skam och underlägsenhet. När användarna tolkar andras blickar som uttryck för avsky förstärks denna negativa självbild ytterligare.

5.3.3 Sammanfattande analys

Sammantaget visar materialet att användarna beskriver avvisande som ett permanent livsvillkor som formar deras identitet och självbild. Genom forumets kollektiva meningsskapande utvecklas en deterministisk förståelse där avvisande ses som ofrånkomligt samtidigt som negativa samhälleliga föreställningar internaliseras och riktas mot det egna jaget. Det framkommer tydligt att användarna inte enbart beskriver avvisande som smärtsamma upplevelser utan som erfarenheter som förändrar deras identitet och syn på världen. Många användare beskriver att upprepade avvisanden lett till hopplöshet, bitterhet och social isolering. Avvisandet förstås därför inte som enskilda händelser utan som bevis för att de befinner sig utanför det normala sociala livet.

Det blir också tydligt att användarna upplever en stark social isolering. Flera beskriver att de undviker social kontakt eller sällan lämnar hemmet. Social isolering framstår alltså både som en konsekvens av avvisande och som en strategi för att undvika ytterligare negativa erfarenheter.

Tidigare forskning av Sparks et al. (2022) visar att ensamhet och bristande socialt stöd är mycket vanligt bland incels. Materialet visar hur användarna utvecklar copingstrategier som bygger på isolering, självanklagelse och uppgivenhet. Forumet fungerar samtidigt som en plats där användarna kan få bekräftelse och gemenskap. Trots att forumet reproducerar negativa föreställningar erbjuder det också ett sammanhang där användarna upplever att andra förstår deras erfarenheter. När användarna uppmuntrar varandra att se avvisande som permanent minskar möjligheten att utveckla alternativa förståelser av sina erfarenheter. Blackpill fungerar därför både som en förklaringsmodell och som en begränsning av framtida möjligheter. Det framkommer även att användarna ofta tolkar neutrala eller otydliga sociala signaler som negativa. Blickar, kroppsspråk och avståndstagande ges stor betydelse och förstås som uttryck för avsky eller förakt.

6. Diskussion

6.1 Paradoxal syn

Studiens syfte var att undersöka hur användare på onlinebaserade incelforum erfarar och tolkar relationen till kvinnor, sexualitet och avvisande. Resultatet visar att dessa erfarenheter väldigt sällan beskrivs som enskilda eller individuella händelser, utan snarare som uttryck för en större samhällelig ordning där kvinnors agerande ges en avgörande betydelse.

Kvinnor beskrivs återkommande som ansvariga för männens upplevda utanförskap och tillskrivs en maktposition där de antas kontrollera både den romantiska och sexuella marknaden. Samtidigt framkommer att kvinnor också beskrivs som privilegierade i ett bredare samhälleligt perspektiv, där de antas ha större möjligheter och bättre förutsättningar än män. Det intressanta blir då att dessa föreställningar skapar ett motsägelsefullt förhållningssätt till kvinnor, å ena sidan framställs kvinnor som orsaken till männens lidande och som en grupp som aktivt bidrar till deras utanförskap. Men samtidigt tillskrivs kvinnor egenskaper och möjligheter som användarna själva beskriver att de saknar. Denna dubbelhet blev särskilt tydlig under analysen. Flera användare uttrycker en föreställning om att kvinnor lever enklare liv, har större frihet att välja partner och möts av ett mer positivt bemötande från omgivningen. Samtidigt uttrycks ett starkt förakt mot samma grupp, resultatet pekar därmed mot ett paradoxalt förhållningssätt. Däremot är det viktigt att belysa att materialet inte är helt homogent. Vissa inlägg präglas främst av beskrivningar av ensamhet och upplevt utanförskap, medan andra innehåller betydligt mer extrema uttryck.

6.2 Metoddiskussion

Denna studie bygger på en kvalitativ tematisk analys av inlägg från ett onlinebaserade incelforum. Metoden valdes eftersom studiens syfte var att undersöka hur användare uttrycker sig kring kvinnor, sexualitet och avvisande i en digital miljö. Genom att tematiskt analysera redan publicerade inlägg har det varit möjligt att studera materialet som skapats utan forskningen och forskarens påverkan. Detta innebär att diskussionerna inte formats av intervjufrågor eller forskarens närvaro. Detta kan betraktas som en styrka då materialet sannolikt speglar hur användarna uttrycker sig i den miljö där incelkulturen faktiskt existerar. Dock fanns det även vissa begränsningar, analysen bygger uteslutande på skriven

kommunikation, vilket innebär att det inte har varit möjligt att ställa följdfrågor eller be deltagarna utveckla sina resonemang. Det har därför inte gått att undersöka vad användarna faktiskt avsett med ett specifikt inlägg eller om vissa uttryck varit ironiska, överdrivna eller skrivna i affekt. Resultatet bygger således på hur användarna formulerar sig i text och inte på deras bakomliggande intentioner. Samtidigt kan denna begränsning också betraktas som en styrka i relation till studiens syfte. Syftet har inte varit att undersöka vad incels "egentligen menar", utan hur de uttrycker sig i forumdiskussioner. Eftersom studien fokuserar på språk, meningsskapande och kvinnoyn blir de skrivna inläggen den mest relevanta datakällan. Det är alltså själva diskursen som analyseras, snarare än individernas privata uppfattningar. Ett alternativ hade varit att genomföra intervjuer med personer som identifierar sig som incels. En sådan metod hade sannolikt kunnat bidra med mer djupgående beskrivningar av hur individer själva uppfattar sina erfarenheter, hur de ser på sin kvinnoyn och hur de resonerar kring de inlägg som publiceras på forumen. Intervjuer hade även möjliggjort följdfrågor och förtydliganden, vilket hade kunnat bidra till en mer nyanserad förståelse av deltagarnas resonemang. Trots dessa fördelar bedömdes intervjuer inte vara den mest lämpliga metoden för denna studie. Inom incelmiljön finns hög grad av anonymitet och flera av de artiklar som inkluderats i den tidigare forskningen beskriver en utbredd misstro mot personer utanför den egna gruppen. Detta hade sannolikt försvårat rekryteringen av deltagare och gjort det svårt att skapa den tillit som krävs för att genomföra djupgående intervjuer. Det finns även anledning att anta att intervjusituationen i sig hade kunnat påverka materialet. En intervju skiljer sig från ett anonymt internetforum genom att deltagaren förväntas redogöra för sina uppfattningar inför en annan person. Detta kan innebära att vissa deltagare väljer att tona ned eller omformulera sina åsikter, medan andra istället förstärker dem. Det är därför svårt att veta om intervjumaterialet hade speglat samma uttryck som finns i forum diskussionerna.

Då studien genomförts av en kvinnlig forskare väcktes även frågor kring hur forskarens kön hade kunnat påverka en eventuell intervjustudie. Mot bakgrund av den kvinnoyn som framträder i både tidigare forskning och det analyserade materialet finns det en möjlighet att vissa personer inte hade velat delta i en intervju med en kvinnlig forskare. Det är också möjligt att deltagarna hade valt att uttrycka sig annorlunda än de gör i samtal med andra incels på internet. Även om detta inte går att fastställa illustrerar det de metodologiska utmaningar som kan uppstå vid forskning om grupper där misstro mot kvinnor utgör en del av den ideologiska världsbilden. Samtidigt hade en manlig forskare inte nödvändigtvis haft enklare tillgång till gruppen. Resultatet visar att incels inte automatiskt identifierar sig med

andra män, utan snarare med personer som delar deras erfarenheter och världsbild. En manlig forskare hade därför också kunnat betraktas som en representant för samhället eller akademien snarare än som en person som tillhör den egna gruppen. Detta visar att forskarens kön sannolikt är en av flera faktorer som påverkar möjligheten att genomföra intervjuer.

En annan metodologisk aspekt handlar om urvalet av material. Studien bygger på ett begränsat antal forum och inlägg, vilket innebär att resultaten inte kan generaliseras till samtliga personer som identifierar sig som incels. Syftet har dock inte varit att generalisera resultaten utan att skapa en djupare förståelse för diskursen om kvinnoyn, sexualitet och avvisande uttrycks inom de forum som analyserats. Sammantaget bedöms den valda metoden ha varit väl lämpad för studiens syfte. Trots de begränsningar som följer av att analysera textbaserat material har metoden möjliggjort en fördjupad förståelse av hur användare formulerar sina erfarenheter och föreställningar i en miljö där de kommunicerar på egna villkor. Valet av forumanalys har därmed skapat förutsättningar för att studera inceldiskursen i dess naturliga sammanhang, samtidigt som det varit viktigt att kontinuerligt reflektera över metodens begränsningar vid tolkningen av resultaten.

6.3 Forskarens roll och reflexivitet

En viktig del av arbetet har varit att kontinuerligt reflektera över den egna rollen som forskare. Inom kvalitativ forskning betraktas forskaren inte som en helt neutral observatör, utan som en del av forskningsprocessen. Detta blir särskilt betydelsefullt i studier som behandlar kontroversiella och "laddade" ämnen, där forskarens egna erfarenheter och föreställningar kan påverka hur materialet förstås och analyseras. Som kvinna har denna reflexivitet varit särskilt betydelsefull. Studiens empiriska material består av foruminlägg där kvinnor återkommande beskrivs i negativa, stereotypa och i vissa fall avhumaniserande ord. Att under en längre tid läsa och analysera ett material som präglas av ett uttalat kvinnofientligt språkbruk har inneburit ett kontinuerligt behov av att skilja mellan personliga reaktioner och den vetenskapliga analysen. Under hela forskningsprocessen har det därför varit viktigt att återvända till studiens syfte och forskningsfrågor för att säkerställa att analysen grundats i materialet snarare än i egna värderingar. Detta har även inneburit en balans mellan närhet och distans, å ena sidan har det varit nödvändigt att sätta sig in i och förstå deltagarnas sätt att resonera för att förstå hur de själva skapar mening. Samtidigt har det varit lika viktigt att inte själv börja tolka materialet utifrån samma världsbild som uttrycks

i forumen. Analysen har därför präglats av ett kontinuerligt reflexivt arbete där den egna förförståelsen regelbundet granskats. Som kvinna tillhör jag den grupp som i stora delar av materialet beskrivs som orsaken till männens lidande, samtidigt som kvinnor återkommande framställs som mindre värda, manipulativa eller ansvariga för samhällets utveckling. Det är därför rimligt att anta att vissa formuleringar väckt starkare känslomässiga reaktioner hos mig än de eventuellt hade gjort hos en forskare med andra erfarenheter.

Medvetenheten om detta har varit viktig genom hela analysprocessen och har inneburit att slutsatser kontinuerligt har prövats mot materialet för att minska risken att personliga reaktioner påverkat tolkningarna. Samtidigt är det viktigt att betona att målsättningen med studien inte har varit att ta ställning till deltagarnas åsikter eller att moraliskt värdera deras uppfattningar. Syftet har istället varit att skapa en förståelse för den diskursen som finns bland deltagarna i teman som kvinnoyn, sexualitet och avvisande. Att försöka förstå ett fenomen innebär dock inte att acceptera eller legitimera det. Tvärtom bygger kvalitativ forskning på att forskaren försöker förstå hur människor skapar mening i sina erfarenheter, även när dessa erfarenheter eller värderingar skiljer sig från forskarens egna.

Reflexiviteten har därför inte enbart handlat om att identifiera den egna förförståelsen, utan också om att aktivt arbeta för att den inte skulle styra analysen. Ett återkommande arbetssätt har varit att kontinuerligt återvända till det empiriska materialet och säkerställa att de teman och slutsatser som identifierats faktiskt kunde härledas till användarnas egna formuleringar. Detta har varit särskilt viktigt eftersom ämnet i sig lätt kan väcka starka känslor och riskera att påverka tolkningen. Det är samtidigt rimligt att anta att olika forskare hade kunnat uppmärksamma olika aspekter av samma material. En forskare med andra erfarenheter eller en annan social position hade sannolikt gjort delvis andra tolkningar eller fäst större vikt vid andra delar av diskussionerna. En manlig forskare hade möjligen uppmärksammat andra nyanser i materialet eller tolkat vissa uttryck på ett annat sätt men detta innebär detta inte att en manlig forskare automatiskt hade varit mer objektiv. Även manliga forskare bär med sig egna erfarenheter, normer och föreställningar om kön, relationer och maskulinitet. Objektivitet handlar därför inte om att forskaren saknar ett perspektiv, utan om att vara medveten om sitt perspektiv och öppet reflektera över hur det kan påverka forskningsprocessen. Under analysen blev det därför tydligt att reflexivitet inte är något som genomförs vid ett enskilt tillfälle, utan en process som behöver finnas genom hela forskningsarbetet. Varje gång ett tema identifierades eller ett mönster uppmärksammades

behövde frågan ställas om slutsatsen grundades i materialet eller i den egna förståelsen av ämnet. Denna kontinuerliga självkritiska hållning har varit en viktig del av studiens trovärdighet. Däremot är det av stor vikt att forskning bedrivs kring komplicerade målgrupper eller känsliga ämnen, om forskning enbart genomförs om grupper som uppfattas som okomplicerade eller lättillgängliga riskerar kunskapen om mer komplexa och kontroversiella fenomen att förbli begränsad.

6.4 Implikationer för socialt arbete och framtida forskning

Resultatet aktualiserar flera frågor som är relevanta för socialt arbete. Flera av de studier som inkluderats i uppsatsen beskriver att många incels upplever psykisk ohälsa, ensamhet och social isolering långt innan de identifierar sig med incelmiljön. Samtidigt visar resultaten i denna studie att dessa erfarenheter ofta förstås och tolkas genom den ideologiska världsbild som reproduceras i forumen. Detta väcker frågor kring hur professionella kan möta individer som både beskriver ett behov av gemenskap och samtidigt uttrycker en stark misstro mot omvärlden. En central reflektion under arbetets gång har varit att socialt arbete bygger på relation, tillit och förändringsarbete. Samtidigt tyder resultaten på att incelmiljön i stor utsträckning präglas av ett "vi och dem" perspektiv, där personer utanför den egna gruppen ofta betraktas som oförstående eller direkt fientliga. Detta kan innebära att professionella redan från början möter ett motstånd som inte nödvändigtvis handlar om den enskilda socialarbetaren, utan om den världsbild som individen redan utvecklat.

Resultatet belyser därför frågan om hur en professionell relation kan etableras när klienten i förväg misstror de institutioner och personer som förväntas erbjuda stöd. För socialt arbete innebär detta en särskild utmaning eftersom relationen mellan klient och professionell ofta utgör grunden för allt förändringsarbete.

En annan reflektion gäller hur kön kan påverka mötet mellan professionell och klient. Som kvinnlig forskare har denna fråga blivit särskilt tydlig under arbetets gång. Mot bakgrund av den kvinnosyn som uttrycks i forumen väcks frågan om hur personer som identifierar sig starkt med incelideologin skulle förhålla sig till en kvinnlig socialarbetare, behandlare eller terapeut. Studien kan inte besvara denna fråga, men resultaten visar att kvinnors kompetens och intentioner ofta ifrågasätts inom diskussionerna. Detta skulle kunna påverka möjligheten att skapa en fungerande professionell relation. Samtidigt innebär detta inte att manliga socialarbetare automatiskt skulle möta mindre motstånd. Resultatet visar snarare att incels

inte identifierar sig med andra män enbart utifrån kön. Tvärtom framträder en tydlig uppdelning där även andra män beskrivs som motståndare om de inte delar gruppens världsbild eller erfarenheter. Det är därför möjligt att professionellas roll och funktion har större betydelse än deras kön, även om detta skulle behöva undersökas närmare i framtida forskning.

Under arbetets gång väcktes även frågor kring vilka typer av insatser som kan vara mest relevanta för denna målgrupp. En möjlig strategi skulle kunna vara att försöka begränsa eller stänga ned de forum där inceldiskursen reproduceras. Samtidigt visar både tidigare forskning och den historiska utvecklingen av incelmiljön att forum kontinuerligt har flyttats mellan olika plattformar när tidigare forum stängts ned. Detta talar för att problemet sannolikt inte kan lösas enbart genom att begränsa de digitala arenorna, då gemenskapen och ideologin har visat sig kunna etableras på nya plattformar. Resultatet belyser därför frågan om fokus istället bör riktas mot de bakomliggande erfarenheter som återkommer i både denna studie och den tidigare forskningen. Ensamhet, social isolering, psykisk ohälsa och upplevelser av romantiskt avvisande framträder som återkommande teman långt innan individer identifierar sig som incels. Detta skulle kunna innebära att förebyggande insatser behöver riktas mot dessa erfarenheter snarare än enbart mot forumen där de senare uttrycks.

Resultaten visar att många användare beskriver forumen som platser där de för första gången upplever sig förstådda. Detta innebär att forumen sannolikt fyller fler funktioner än att enbart sprida misogyna föreställningar. De erbjuder även en gemenskap för personer som upplever sig socialt exkluderade. Ett förebyggande arbete behöver därför sannolikt ta hänsyn till båda dessa aspekter. Om forumen enbart betraktas som problematiska riskerar man att förbise den funktion de fyller för individer som upplever ensamhet och brist på social tillhörighet. Det innebär däremot inte att de föreställningar som reproduceras i forumen bör normaliseras eller accepteras. Istället belyser resultaten behovet av stödinsatser för de personer som själva uttrycker en vilja att förändra sin situation. Flera av de studier som ingått i den tidigare forskningen visar att psykisk ohälsa och social isolering är vanligt förekommande inom gruppen. Detta väcker frågan om hur socialt arbete, psykologisk behandling och andra stödinsatser kan utformas på ett sätt som både bemöter individens lidande och samtidigt utmanar de misogyna föreställningar som kan finnas. Studien ger inga svar på hur detta arbete bör bedrivas men pekar på att området är viktigt att undersöka vidare.

När det gäller framtida forskning framträder flera kunskapsluckor. Denna studie har fokuserat på hur användare uttrycker sig i forumdiskussioner, men säger mindre om hur professionella faktiskt möter personer som identifierar sig som incels. Framtida forskning skulle därför kunna undersöka hur socialarbetare, behandlare och psykologer upplever mötet med denna målgrupp samt vilka strategier de använder för att etablera tillit och arbeta med förändring. Det finns även behov av forskning som fokuserar på personer som lämnat incelmiljön. Kunskap om vilka faktorer som bidragit till att individer tagit avstånd från forumen eller förändrat sina föreställningar skulle kunna ge värdefulla insikter för både förebyggande arbete och behandlingsinsatser.

En annan möjlig fråga är att undersöka hur professionella kan arbeta med individer som befinner sig i ett tidigt skede av identifikation med incelmiljön. Eftersom flera studier visar att ensamhet och social exkludering ofta föregår forum deltagandet kan tidiga stödinsatser möjligen minska behovet av att söka gemenskap i miljöer där misogynia föreställningar reproduceras. Även detta är frågor som behöver undersökas empiriskt. Avslutningsvis visar denna studie att incelforum inte enbart fungerar som digitala plattformar utan även som sociala miljöer där användare tillsammans skapar mening kring sina erfarenheter av relationer, sexualitet och avvisande. För socialt arbete innebär detta att förståelsen av fenomenet behöver omfatta både individens erfarenheter och den sociala kontext där dessa erfarenheter formas. Genom att öka kunskapen om hur dessa processer ser ut kan professionella i framtiden få bättre förutsättningar att möta individer som identifierar sig med incelmiljön. Dessutom kan samhället utveckla mer kunskapsbaserade, förebyggande och stödjande insatser.

7. Referenser

Webbsidor

Folkhälsomyndigheten (2026). *Digitala medier, skärmtid och psykisk ohälsa*. Hämtad [2026-01-10]
<https://dinpsykiskahalsa.se/artiklar/vad-paverkar-var-psykiska-halsa/digitala-medier-skarmtid-och-psykisk-halsa/>

Hogan, Michael (2025) *Unnervingly on-the-nose': why Adolescence is such powerful TV that it could save lives*. The Guardian. Hämtad [2026-06-27]
<https://www.theguardian.com/tv-and-radio/2025/mar/17/adolescence-netflix-powerful-tv-could-save-lives>

Incels Wiki (2026) *Blackpill*. Hämtad [2026-04-22] <https://incels.wiki/w/Blackpill> (2026a)

Incels Wiki (2025) *Bluepill*. Hämtad [2026-04-22] <https://incels.wiki/w/Bluepill> (2026b)

Incels Wiki (2025) *Chad*. Hämtad [2026-04-23] <https://incels.wiki/w/Chad> (2026e)

Incels Wiki (2025) *Femoid*. Hämtad [2026-04-23] <https://incels.wiki/w/Femoid> (2026d)

Incels Wiki (2025) *Redpill*. Hämtad [2026-04-23] <https://incels.wiki/w/Redpill> (2026c)

Incels Wiki (2026) *Truecel*. Hämtad [2026-04-26] <https://incels.wiki/w/Truecel> (2026g)

Incels - Involuntary celibate (2026) *Involuntary Celibate Forum*. Hämtad [2026-02-10 till 2026-05-25] <https://incels.is/>

Svenskarna och internet - Internetstiftelsen (2025). *Sociala medier i Sverige*. Hämtad [2026-01-05] <https://svenskarnaochinternet.se/utvalt/sociala-medier/>

Totalförsvarets forskningsinstitut (2020). *Kvinnohat och våldshyllningar i digitala incelmiljöer*. Hämtad [2026-01-05]
<https://www.foi.se/nyheter-och-press/nyheter/2020-03-04-kvinnohat-och-valdshyllningar-i-digitala-incelmiljoer.html>

Artiklar

Boldt, N. N., Burgdorff, N., & Lund, P. C. (2026). 'Life of An Incel': A thematic Analysis of Narrative Interviews With Incels. *Culture & Psychology*, 0(0).

<https://doi.org/10.1177/1354067X251411494>

Delaney, TW, Pollet, TV & Cook, C 2024, 'The mental well-being of Involuntary Celibates', *Personality and Individual Differences*, vol. 218, 112474.

<https://doi.org/10.1016/j.paid.2023.112474>

De Vettor, Marco, Gabriele Lo Buglio, Alice Barsanti, Giacomo Ciocca, Alessandro Gennaro, Renan Goksal, Vittorio Lingardi, Guido Giovanardi, and Tommaso Boldrini (2025).

"Involuntary Celibacy (Incel) Identity: A Thematic Analysis of an Online Community's Beliefs and Emotional Experiences" *Societies* 15, no. 2: 44. <https://doi.org/10.3390/soc15020044>

Green, R., Fowler, K., & Palombi, A. (2023). *The Black pill pipeline: A process-tracing analysis of the Incel's continuum of violent radicalization*. *Sexualities*, 28(5-6), 1811-1831.

<https://doi.org/10.1177/13634607231169509>

Helm, B., Holt, T. J., Scrivens, R., Wojciechowski, T. W., & Frank, R. (2024). *Examining the Online Posting Behaviors and Trajectories of Incel Forum Members*. *Crime & Delinquency*, 71(13-14), 4302-4322. <https://doi.org/10.1177/00111287241301009>

Sparks, Brandon, Zidenberg, Alexandra M. & Olver, Mark E. (2022). *Involuntary Celibacy: A Review of Incel Ideology and Experiences with Dating, Rejection, and Associated Mental Health and Emotional Sequelae*. *Curr Psychiatry Rep* 24, 731–740 .

<https://doi.org/10.1007/s11920-022-01382-9>

Sparks, Brandon, Zidenberg, Alexandra M. & Olver, Mark E (2024). *One is the loneliest number: Involuntary celibacy (incel), mental health, and loneliness*. *Curr Psychol* 43, 392–406 <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04275-z>

Zhang, J., Mollandsøy, A. B., Nornes, C., Erevik, E. K. & Pallesen, S. (2025). *Predicting hostility towards women: incel-related factors in a general sample of men*. *Scandinavian Journal of Psychology*, 66,35–46. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/sjop.13062>

Litteratur

Braun, Virginia, och Victoria Clarke. 2021. *Thematic Analysis : A Practical Guide*. SAGE.

Blumer, Herbert (1986), *Symbolic Interactionism. Perspective and Method*. Berkeley, Los Angeles, London: Univ. of California Press

Bryman, Alan, Björn Nilsson, Tom Clark, Liam Foster, och Luke Sloan. (2025). *Brymans Samhällsvetenskapliga Metoder*. Stockholm: Liber

Connell, Robert, och Åsa Lindén (2013) *Maskuliniteter*. Göteborg: Daidalos

Eldén, Sara (2021) *Forskningsetik. Vägval i samhällsvetenskapliga studier*. Lund: Studentlitteratur

Krakowski, Stefan (2022). *Incel: om ofrivilligt celibat och en mansroll i kris*. Bazar Förlag

Silverman, David (2015) *En mycket kortfattad, ganska intressant och någorlunda billig bok om kvalitativ forskning*. Lund: Studentlitteratur

Lagar

SFS 2025:400. Socialtjänstlag (2025:400)

8. Material och kodningsschema

1. Hur beskriver användare på incelforum sina erfarenheter av kvinnor och relationer?

Teman:

- Ideologisk internalisering
- Negativ kvinnosyn

18 September 2025	Would you turn your back on the forum if you got a gf?	
F1 A1:	You got a gf, but would you abandon the teachings of the blackpill, the incel struggle and the incel rebellion? Would you ghost all your incel friends and try to reintegrate into society. I believe once you get a gf, even if your relationship is short, you will receive the essential knowledge on how to get more women. Women like men who have had previous partners which will help later on.	
F1 A2:	I'd have to leave anyway. No need to be here as a fakecel gf haver	
F1 A3:	A lot of men would turn their backs on their so called "friends" for a crumb of pussy	
F1 A4:	Nah, I'd just continue to post and keep it to myself like nothing happened.	
F1 A5:	You would really have to be retarded to do that because the blackpill views on womens nature is just reality. And yes it would even apply to your own gf. You would be choosing to be ignorant at that point	
F1 A6:	Yes i will pretend my tenure on Incels.is never happened and I will disavow the blackpill. Cut off any blackpilled friends and become a normcuck	
F1 A7:	i would peacefully disappear without making those disgusting ascending threads	
F1 A8:	even if i ascended from inceldom, ill never be	

	able to fully reintegrate into society and become a fully normal individual	
F1 A9:	No, but the forum would turn its back on me.	
F1 A10:	It would not negate the black pill truth. It would just mean that I was a fakecel all along.	
F1 A11:	I'd stay on the forum until caught and banned. But I'd preach blackpill to her, women believe whatever you tell them anyways if they're attracted to you.	
F1 A12:	Guys will say no but in practice they always drop out of society once they get a gf. And rightfully so, loneliness is what keeps us in this forum.	
F1 A13:	I would continue to believe in the blackpill because even if you somehow managed a girlfriend you're still not chad so you're liable to be dumped the moment you get mogged. Most ascenders don't last longer than a year before they fall back into incelldom	
F1 A14	i'd just disappear without a word rather than piss on my fellow incels. besides i guarantee you if an incel found someone, most will be left alone again as the foid will not accept them.	
F1 A15:	i wont leave the forum because ik my relationship wouldnt last If i even miraculously happen to enter one (it would lit take a revelation to make it last)	
F1 A16	Well, as soon as I had a relationship with which progressed to sex, I would have to leave the forum anyway, but I doubt it would happen anytime soon or ever. Whether I would change my beliefs would depend on the circumstances	
F1 A17:	Yes. Non-incels are not allowed here	
F1 A18:	No, I have principles and concrete worldview. I am not a traitor like some nigger scums here,	
F1 A19:	True, though I imagine it's hard to turn your back on the blackpill itself. You'd have to do some crazy mental gymnastics.	

31 Januari 2026	If you had a girlfriend, could you trust her?	
-----------------	--	--

F1 A20:	Let's say you get a girlfriend who's your looksmatch. She's obviously not with you because she finds you attractive, so her "love" isn't unconditional. My question is: could you trust her after taking the blackpill and knowing the true nature of women? Because if I had a girlfriend, I'd be in a constant state of high alert, knowing how they behave.	
F1 A21:	Most likely not	
F1 A22:	No, they all lie. Honestly I would lose it due to paranoia	
F1 A23	No no if without those two things I could never trust her. She will try most definitely to see if she go higher and just leave me here	
F1 A24:	I probably would trust her but I would explode when such trust is broken	
F1 A25:	I would trust her, but be prepared to leave her any moment she cheates on me.	
F1 A26	No, she will leave you at the first sign of attention from any chad. Foids are not loyal, they will leave you if they have the chance to be pumped and dumped by chad.	
F1 A27:	no. there is no such thing as true ascension for a man. the foid will always be looking for something better.	
F1 A28	Not at all, foids are evil beings and therefore should not be trusted	
F1 A29:	At first no but if she proves being loyal, yes but wouldn't be easy to get my trust.	
F1 A30:	If you trust any foid, you are a blue pilld cuck and quite frankly need to do your homework.	
F1 A31:	You can't consider yourself as a blackpilld individual and sincerely trust another human being. Male or female.	
F1 A32:	Trusting foids is what led the world into the state it's at right now. Inceldom exists because some simp trusted that foids had the individuality and rational choice making. Which led to the 19th amendment and now	

	here we are. So, no. I would not trust a foid even if that foid was tasked with keeping my secrets classified. Never trust a foid. Foids are in a perpetual state of attention and drama farming.	
F1 A33:	Probably not. She would have to prove me wrong. If they give me any girl boss energy or try to emasculate me I feel it will just prove me right.	
F1 A34	Never trust a foid. They are all opportunistic liars. Even if I did, I'd have to track her every move	
F1 A35:	Nah they should never be trusted , you should always expect her to either cheat on you or leave you for some other men that are better than you in some ways why? because they are all hypergamous beings who always seek out the best men out there they could get even if they were in a relationship with you for decades, how many times do we have to see it all over again that men who were in relationship for decades with a woman just for her to leave him for a younger better guy and wreck him and destroy their family , their kids and in some cases their grandkids	

2. Hur upplever användare på incelforum kvinnors sexualitet och kvinnors val?

Teman:

- Legitimering av extrema ståndpunkter
- Könad makt och manipulation

30 January 2026	Abortion is a bigger crime than rape.	Tema och teori
F2 A1:	Let me get this stright, the female is killing a human before it even gets the chance to take it's first breath. Imagine being a baby in your mama's rotten womb suddenly someone pulls you out, twists your neck aand kills you. You don't even get to experience anything. Meanwhile rape, it's just sex sometimes you don't even need to fuck the whore for it to be considered rape. They just claim rape at	

	anything. Then the obvious truth. Chad can rape a foid and the female will be happy about it. The whore will now blame every man for what he did. Meanwhile chad will be forgiven and the female will aks the Chad to rape her more often. As we all know it's only a crime when a sub human tries to do it. The sub human only needs to look in the direction of the foid, it will be considered as rape. They will say that he rapes the female with his eyes. So abortion is murder, not even murder of a newborn baby but someone younger than that. But as we all know even if a foid commits this crime she will either be spared or at worst gets a slap on the wrist. But a rapist will get beaten up and thrown into prison for the rest of his life.	
F2 A2:	true, women fantasize about rape, they read books about it, the killing of ones spawn is awful and immoral	
F2 A3:	Logically rape is no worse than battery assault. Other than the risk of pregnancy which is non existent in first world, most rape victims are less harmed than the victims of physical assault/mugging.	
F2 A4:	Dismembering and murdering an innocent small baby x inserting yet another penis into some used hole that has seen many before. You tell me which should be taken more seriously.	
F2 A5:	I wanna see how the faggots find a way to justify the killing of an unborn baby and say that rape which is just some sex is worse than it.	
T2 A6:	I support abortion of all ethnic foids and foids who do race mixing	
26 Januari 2026	I hate how innocent foids act	
F2 A7:	I just hate how people act like foids are innocent and they don't do anything wrong. They are the most evil creatures and they fool everybody into thinking they're so good and perfect and innocent. Foids really live life on easy mode. All they do is complain abt shit and be whores. They literally have life easier	

	than men and these bitches still complain. What annoys me so much is everyone acts like foids are just so innocent and perfect but us incels know their true nature and how fucking bad, stupid and pathetic and useless those dumbass whores are. I don't even like foids in my presence I instantly get upset and go into a silent rage.	
F2 A8:	After being blackpilled you see past their innocent act and realise they're callous little whores unfortunately most men never end up realising this about foids.	
F2 A9:	And they can cry on command. It's a weapon, not an actual emotion.	
F2 A10:	People treat them like they are perfect trad wives who always listen and can do no wrong	
F2 A11:	Foids were made weak by nature (thanks God) and when they were given power they showed their true colors. Fuck foids they should all get tortured	
F2 A12:	Thousands of men fall into that trap, then recoil into themselves thinking they're the problem—hence why the suicide rates are so astronomically high in men compared to women, and relationships being a leading cause. A basic Blackpill, but simple truth of it being the way forward.	
F2 A13:	Evil witches, incels are the truly innocent. Depraved whores have fifteen billion entities attached to them from fucking fifteen trillion men and aborting 79 gazillion babies.	
F2 A14:	They do it because it works. A foid might just have done the most evil manipulative cold shit in the universe, it doesn't matter because she knows that throwing men an "oops" silly smile or pouting like a little girl will disarm the vast majority of men. It works even in courts to get ridiculously shorter sentences compared to ugly men.	
F2 A15:	Foids are treated like goddesses. You can't criticize them because they're innocent wittle babies but you also have to respect them because they're equal adults	
11 Juli 2025	The Abortion Issue proves that many women	

	are hypocrites when it comes to sex and incels	
T2 A17:	A reason often listed for why abortions are needed is the absolutely cruel idea that because a woman and her partner cannot afford to raise a child that child is better off dead, When the alternative of foster care and adoption is brought up foids will often imply that living as a foster child is worse then being dead which is an absolutely cruel argument to make because it implies that people living in poverty or any that struggles economic should just kill themselves. This reason however ignores one crucial fact, That women can avoid having to economically support a child but simply not having sex. Which brings us to the hypocrisy of pro-abortion women who have a dislike for incels, Every single issue when it comes to abortion can be avoided by not having sex in the first place, These women often tell Incels how they can live a fulfilling life without ever having sex, they are told that sex is not important and that the idea of it being psychological need is absurd. Tell these women that if they don't want to be pregnant for 9 months they should simply not have sex and they will absolutely lose their minds. As if sexual relations are something that is important for human being to have to be psychologically healthy. Turns out the moment you tell these women they can no longer have sex without risking the "consequences" of a pregnancy they show their true feelings on the issue of sexual relations.	
T2 A18:	I've been told that it's unrealistic to expect women to abstain from sex if they don't want to get pregnant. These same people will tell incels that sex isn't a need and that there's far more to life than having sex. :lul:	

T2 A19:	Very high iq post. What's baffling to me is that women treat abortions like birth control when they could get something like an IUD or other contraceptives instead.	
T2 A20:	I appreciate your comprehensive takes, but i think as long as the hegemony of this soyciety (elites the you know who's) persist women	

	will keep getting crass and conceited, psy ops like blm LGBTQ will also sustain, my brothers we should all be ware of who and what we follow coz those elites are everywhere, media,politics govt, art, music ,culture the entire exoteric ethos is controlled by the small hats. They shall be obliterated only then shall mankind can have any hope for redemption.	
T2 A21:	Sex and love are not human rights and so isn't abortion	
T2 A22:	I don't think it's about sexuality. It's about power. Literall dominion over life and death. Why do women wear revealing clothing? power. They know men will look, they feel validated. They know ugly men will look, the can destroy them with a single complaint. Literally ruin their livelihood. Why do they want custody for the children they don't even like in divorces? Power. Power over the kids, power over the man with live-in hostages. Woman are not, contra all the talk, stupid children. They are adept and accomplished manipulators.	
T2 A23:	If abortion is a human right so is sex. Her body my choice	
T2 A24:	Women only care about themselves. They are willing to kill a whole human being if it meant they can continue their hedonism.	
T2 A25	Abortion should get banned if they're not gonna prostitute themselves for incels.	
T2 A26	Giving foids the vote was a mistake.	
T2 A27	What you can really take away from this is how women manage to sell their selfish desires as moral imperatives. Desire for most women is just sleeping around without suffering any consequences. But all the focus will be put on rape victims and other extreme cases. If society allowed abortions under those special circumstances only, women would still push for abortion to the very same degree. And they would still find another way	

	to market it as a moral cause rather than one purely motivated by personal self-interest. Men can't play that game. We usually aren't seen as attractive targets for sympathy and care, which is why villains in movies kick dogs or hit women or scare kids. If they harmed a regular dude, the audience would judge the man being harmed at least as much as the villain doing the harming, probably more. How dare he be so weak and let himself get hurt? What a pathetic loser! Being abused as a man is perceived as a personal flaw, not a virtue. So when we suffer, we have to hide it. When we want something for ourselves, we have to justify that desire by finding a way it benefits others. The political game is stacked against us from the outset. I wish men as a collective were pushing for paper abortions as hard as women push for abortion. Paper abortion meaning "the ability of a man to, before a child is born, absolve himself of both the privileges and demands of fatherhood". It's so absurdly hypocritical that women want to face zero consequences for getting pregnant, and then also want men to face life-long consequences for getting them pregnant. Don't understand why this is not talked about more in this context. Not like we need any more examples of women being hypocrites. If female double standards were water, the land would vanish, leaving nothing beneath the open sky.	
T2 A28	They can't make up their minds about when human life begins. They say abortion isn't killing because life starts at birth. Then if they have a miscarriage they consider that a death so life does start at conception? Also if they are pregnant and want the baby they show off all the photo scans of the baby. But I thought life only started at birth?	
T2 A29	This is what happens when foids keep getting more rights, it will just going to get worse.	

Hur beskriver användare på incelforum sina erfarenheter av avvisande i relationer med kvinnor?

Temat:

- Deterministisk syn
- Internaliserad stigmatisering

25 november 2025	Confessed for the first time and got rejected, does it ever get better?	
T3 A1:	not sure I used the right category cause im still learning how this thing works but its all in the title. I asked out this girl in my uni class and she straight up froze, apologized and left. I've known her for about 2 years and we were getting closer, she's not that good looking either so I don't understand why it didn't work. i never confessed in the past when I had crushes because I always knew I'd be getting rejected anyways, but the one time I was sure it'd work it didn't. did anyone have a similar experience? I'm trying to think it was just bad luck but I've never been more than friends with a woman and I'm already 19 so im starting to think maybe im the problem?	
T3 A2:	The first thing you should do is stop orbiting these whores. You're just giving them free attention and contributing to Juggernaut theory.	
T3 A3:	It DOESN'T get better. Never. Even if you cope the hardest you can, things will always get worse and worse every day that passes.	
T3 A4:	Getting rejected is part of an incel's life She made you understand she didn't want to be with you and she won't change her mind, there's no point in forcing things and asking her out again. You got rejected so try to forget about her asap before she lives rent free in your brain forever	
T3 A5:	Expect every woman you ask out to reject you	
T3 A6:	It only gets worse, because not only are you likely to get rejected in the future, but you are	

	also likely to get accused of "sexual harassment" on top of rejection and have white knights, HR, and possibly even the cops after you as a result.	
T3 A7:	My friend—since you are still young, allow me to offer you some well-intentioned advice: The sooner you realize there is no "right one" and that there never will be, the sooner you can finally be at peace with yourself. Once upon a time ago, I used to be as you are now. I was a naïve romantic at heart and believed that maybe, just maybe if I met a nice, lonely girl with nerdy interests, she might see actually something in me. Do you know what happened? My was ripped out of my chest repeatedly and stomped on as if it were a newborn puppy gifted to someone who never wanted it. Over. And over. And over. It was from that gaping, bleeding wound that the cold, detached, hateful individual you see now emerged—baptized by the tears of grief and despair and reborn anew. For your own sake, stop pursuing women. Why would any of them choose YOU when they have thousands of higher value men tripping over them? Do you honestly believe that there is even a SINGLE female organism on the planet who is currently thinking "Why can't I meet an ugly, possibly neurodivergent subhuman to date and eventually marry?" This is not a fairy-tale. This is reality—and reality is nothing but cruel and unfair. There is no happy ending for the likes of us.	
T3 A8:	I remember my first time asking a female out. Rejected and ridiculed for weeks at a time by the same female. It only gets worse.	
T3 A9:	No, you're not the problem, the world is. And to answer your question: No, it doesn't get better (not by human hand at least), the sooner you understand it, the fewer wounds you save yourself. (Despite all this, you will get strong negative feelings when you realize that you never got teenage love.)	

27 april 2026	do foids look at u in disgust	
T3 A:10	if foids just ignored u and didnt give u disgusted looks when u glance their way u are a normie not a incel. i always get disgusted looks as if im a monster or something	
T3 A11:	This is the quintessential incel trait. Foids are biologically wired to be disgusted and repulsed by sub 5 men	
T3 A12:	yup if u never got disgusted looks u are probably just a failed normie mtn. we dont want that here	
T3 A13:	I have very low trust looks, I am ethnic and look ogre also I am extremely assymetrical	
T3 A14:	Not often, but then again I don't leave the house.	
T3 A15:	I think better be faceless than this shit	
T3 A16:	They sometimes look at me like I'm the devil himself. Horrible horn effect.	
T3 A17:	They typically avert their gaze the moment they notice me (if they do).	
T3 A18:	they just look at me like im some uncanny being or an alien,just blank weird look not disgust not normal,like they saw an actual extraterrestrial specie	

5 Juli 2025	Just been ghosted again after face reveal award	
T3 A19:	Congratulations, You have once again proved to yourself that you are indeed an incel, Too many GrAYfags these day don't even bother to try getting into relationship with a woman and eventually they end up finding a girl and they start lecturing us and on supposedly how wrong we are about dating but in reality that GrAYfag was a fakecel the whole time.	
T3 A20:	U just proved that blackpill always collects!	
	Just Got rejected by a 46 year old homeless woman.	

T3 A21:	I was going for a walk and ran into a homeless woman yesterday talked to her for a bit. Fast forward to today. I thought she liked me, then I talked to her about maybe moving in with me and being my girlfriend. She clamed up and said no and got super uptight. Fuck my life. It truly is ovER for me.	
T3 A22:	She is useless	
T3 A23:	Damn,i get how you feel. We would do anything for connection and intimacy ,going for low status women with a bunch of red flags just because of an average face. Its just how nature designed us .	
T3 A24:	she is homeless, she OWES you pussy. seriously she is of negative value to society. what a fucked up world we live in.	
T3 A25:	Sell her to human organs traffickers since she's a useless hobo	
T3 A26:	Brutal rejection , but you can try again , the homeless girlfriends maxxng can work, it's just hard to find a homeless woman who isn't rotten by drugs and alcohol	

Kodningsschema för frågeställning 1

Kod	Tema	F1	Citat	Anteckning
Gruppförräderi	Ideologisk internalisering	1	“would you abandon the blackpill...”	Att lämna forumet ses som svek
Ideologisk lojalitet	Ideologisk internalisering	1	“I have principles... not a traitor”	Blackpill som moralisk plikt

Permanent incel-identitet	Ideologisk internalisering	1	“never be able to reintegrate”	Identiteten upplevs som permanent
Förväntad otrohet	negativ kvinnosyn	1	“she will leave you...”	Relationer förstås som instabila
Paranoia i relationer	negativ kvinnosyn	1	“constant state of high alert”	Tillit ersätts av vaksamhet
Förväntad otrohet	negativ kvinnosyn	1	“foids are not loyal”	Kvinnor ses som strategiska

Kodningsschema för frågeställning 2

Kod	Tema	F2	Citat	Anteckning
Normalisering av våldtäkt	Legitimering av extrema ståndpunkter	2	“rape is just sex”	Våld trivialiseras
Demonisering av abort	Legitimering av extrema ståndpunkter	2	“abortion is murder”	Abort ges absolut moralisk status
Moralisk relativisering	Legitimering av extrema ståndpunkter	2	“rape no worse than assault”	Etablerade normer omdefinieras
Kvinnlig manipulation	Könad makt och manipulation	2	“cry on command... weapon”	Emotioner ses som strategi
Kvinnlig manipulation	Könad makt och manipulation	2	“they know men will look”	Sexualitet kopplas till kontroll
Kvinnlig manipulation	Könad makt och manipulation	2	“women manage to sell...”	Kvinnor framställs som moraliskt inkonsekventa

Kodningsschema för frågeställning 3

Kod	Tema	F3	Citat	Anteckning
-----	------	----	-------	------------

Evigt avvisande	Deterministisk syn	3	“It DOESN'T get better. Never.”	Avvisande ses som permanent
Legitimering av Blackpill	Deterministisk syn	3	“expect every woman... reject you”	Framtiden upplevs som förutbestämd
Externalisering av skuld	Deterministisk syn	3	“the world is [the problem]”	Ansvar flyttas från individen
Legitimering av Blackpill	Deterministisk syn	3	“blackpill always collects”	Ideologi bekräftas av erfarenhet
Självstigma	Internaliserad stigmatisering	3	“extremely asymmetrical”	Självbild kopplas till utseende
Självstigma	Internaliserad stigmatisering	3	“like an alien... monster”	Självvet upplevs som icke-mänskligt
Självstigma	Internaliserad stigmatisering	3	“disgusted looks”	Identitet formas genom andras reaktioner
Självstigma	Internaliserad stigmatisering	3	“I'm the problem?”	Negativ självförståelse