

TITEL | SEXUALFORSCHUNG

JUNG, ATTRAKTIV –



GENERATION TOTE HOSE
Laut Forschern wächst
die Zahl sexuell absti-
nenter Paare in Deutsch-
land seit rund 20 Jahren.

ASEXUELL

Nie war Sex so allgegenwärtig wie heute. Dennoch verzichten immer mehr Menschen darauf – sogar in intakten Beziehungen. Warum uns in einer Welt ohne Tabus die Lust vergeht

VON PETER FIEDLER

Die Welt scheint sexy, grell, geil. Wohin das Auge blickt, überall begegnen uns erotische Bilder – in der Zeitung, im Fernsehen, beim Einkaufen, an der Bushaltestelle. Ihre Botschaft: Sex macht erfolgreich und glücklich. Sex ist konsumierbar. Sex ist alles.

Doch ist das so? Nach Einschätzung vieler Experten sinkt die sexuelle Aktivität der Deutschen seit den 1980er und 1990er Jahren stetig. Dafür sprechen die Ergebnisse einer Studie der Universität Göttingen von 2005, für die 13483 liierte Männer und Frauen befragt wurden: 17 Prozent hatten während des Untersuchungszeitraums von vier Wochen überhaupt keinen Sex. Die Mehrheit der Paare (57 Prozent) gab an, im fraglichen Monat einmal mit dem Partner geschlafen zu haben. Nur rund jeder Vierte hatte regelmäßig ein- bis zweimal pro Woche Sex.

Singles tun es noch seltener. Nach einer Untersuchung des Sexualwissenschaftlers Gunter Schmidt von 2002 an knapp 800 Hamburgern und Leipzigern sind 60-jährige Paare im Schnitt sogar sexuell aktiver als 30-jährige Singles.

Symptomatisch für die neue Abstinenz ist auch die Gründung der Internet-Community AVEN (Asexual Visibility and Education Network): 2001 eröffnete der damals 21-jährige US-Amerikaner David Jay das erste, mittlerweile weltweit verbreitete Forum für »Asexuelle« – Menschen, die kein Bedürfnis nach Sex haben.

Innerhalb von wenigen Jahren verzeichnete www.asexuality.org bereits über 10000 Mitglieder. In Deutschland tauschen sich rund 3200 Menschen regelmäßig darüber aus, wie es sich damit lebt, keine Lust auf Sex zu haben – ohne darunter zu leiden.

»Asexuell. Nichtsexuell. Antisexuell. Zölibitär. Egal, wie man es definiert, mein ›Zustand‹ kann am besten in einem Satz zusammengefasst werden: Ich will keinen Sex. So einfach ist das«, schreibt ein Mitglied von AVEN, das für die öffentliche Akzeptanz von fleischlicher Unlust wirbt. »Es ist nicht so, dass ich Sex aus dem Weg gehen würde, weil ich Angst davor habe, oder dass es das Resultat einer vermeintlichen moralischen Verpflichtung ist oder dass ich lieber kei-

ne Familie gründen würde. Ich habe einfach kein Interesse an Sex, und ich mag es so.«

Dabei verstehen sich AVEN-Anhänger keineswegs als psychisch oder körperlich krank, sondern als völlig gesunde Menschen, deren geschlechtliche Orientierung nicht hetero-, homo- oder bisexuell ist, sondern eben asexuell. Das öffentliche Aufsehen, das diese Initia-

NEUE SERIE
Sexualität im
21. Jahrhundert

- > Teil 1: Asexualität
- > Sex und Gehirn (G&G 5/2008)
- > Prostitution (G&G 6/2008)
- > Fetischismus (G&G 7-8/2008)
- > Internetpornografie und Sexsucht (G&G 9/2008)
- > Therapie sexueller Störungen (G&G 10/2008)

»Ich habe einfach kein Interesse an Sex, und ich mag es so«

(Eintrag im Internetforum asexuality.org)

tive erregt, zeigt: In einer Zeit, in der sexuelle Wünsche kaum noch gesellschaftlichen oder religiösen Zwängen unterliegen, scheint nur eines tabuisiert: keinen Sex zu wollen.

Dabei gab es schon immer eine große Spannweite sowohl in der Intensität des Lusterlebens als auch in den sexuellen Praktiken. Es fällt des-

*In einer Zeit, in der sexuelle Wünsche kaum noch gesellschaftlichen Zwängen unterliegen, scheint nur noch eines tabuisiert: **keinen Sex zu wollen***

halb schwer, eindeutige Grenzen zwischen »Normalität« und »Abweichung« zu ziehen. Grenzfälle lösen immer wieder öffentliche Diskussionen über die Angemessenheit und Unangemessenheit sexueller Gewohnheiten aus. Das war im mythenumrankten Altertum und im Mittelalter nicht viel anders als heute, wenn gleich derzeit offenbar eher der Verzicht auf sexuelle Praktiken auf Unverständnis stößt.

Den Begriff »Sexualität« gibt es allerdings erst seit knapp 200 Jahren. Zu Beginn des 19. Jahrhunderts wurde er vom Botaniker August Henschel in einer Studie über die Fortpflanzung von Pflanzen in die Wissenschaft eingeführt. »Sexualität« wurde schnell zum Forschungsgegenstand verschiedener Disziplinen. Nach den Biologen folgten die Mediziner, dann die Philosophen, und bereits Ende des 19. Jahrhunderts konnte sich die Sexualwissenschaft als eigenständige Disziplin etablieren.

Waren zuvor Kirche und Staat für die Durchsetzung einer gesellschaftlichen Sexualmoral zuständig gewesen, versuchten jetzt Humanwissenschaftler ihr eine empirisch gesicherte Grundlage zu geben. Leider trug die Erfindung des Begriffs Sexualität eher zu ihrer Tabuisierung als zu ihrer Befreiung bei. Wann immer seinerzeit darüber diskutiert und publiziert wurde, war zumeist von »Mangel«, »Abweichung«, von »Erkrankungen« oder »Perversionen« die Rede. Alles, was die Mediziner als Erkrankung definierten, fiel ab sofort in den Zuständigkeitsbereich der ebenfalls noch jungen Psychiatrie.

Wie die Kirche waren auch die meisten Nervenärzte des 19. Jahrhunderts der Auffassung, dass eine gesunde Persönlichkeitsentwicklung »naturgemäß« voraussetze, Sexualität nur in heterosexuellen Beziehungen auszuüben. Spiegelbildlich dazu kam es beim Übergang zum 20. Jahrhundert zu einer zunehmenden Psychiatisierung der Homosexualität.

Zwar hatten die ersten Sexualforscher wie Magnus Hirschfeld (1868–1935) und Sigmund Freud (1856–1939) noch davor gewarnt, die Homosexualität vorschnell als Geisteskrankheit einzustufen. Sie fanden jedoch kaum Gehör. Denn inzwischen orientierten sich die meisten Kliniker an der berühmten und weltweit viele Male neu aufgelegten Studie »Psychopathia sexualis« über »die Verirrungen des Sexuallebens« des Wiener Psychiaters Richard Freiherr von Krafft-Ebing von 1886.

Beginnend mit dieser Buchpublikation und noch weit in das 20. Jahrhundert hinein erklärten viele Psychiater fast alles, was vom »korrekten Koitus« abwich, als potenziellen Hinweis auf eine offen oder latent wirkende psychische Erkrankung.

Insbesondere die seitens der Kirche immer schon als Sünde betrachtete Homosexualität galt als Prototyp einer psychischen Störung, die geheilt werden müsse oder aber zumindest nicht praktiziert werden dürfe – denn Keuschheit galt seinerzeit (anders als für viele heute) nicht als unnatürliche Abweichung, sondern vielmehr als außergewöhnliche Tugend.

Damalige Auffassungen in der Psychiatrie legitimierten die gesellschaftliche Verurteilung von sexuellen Orientierungen und Praktiken wie etwa der Masturbation (siehe Kasten rechts), die angeblich von der Norm abwichen. Lange Zeit trugen sie bei zur Rechtfertigung von Gesetzen und juristischen Maßnahmen, mit denen Millionen von Menschen bis in die jüngste Vergangenheit hinein wegen ihres Sexualverhaltens verfolgt und gedemütigt wurden. In Deutschland galt dies – was die Homosexualität angeht – noch bis in die 1960er Jahre.

Freie Liebe für freie Bürger

Als junge Menschen im Zuge der Studentenrevolte damit begannen, sich gegen gesellschaftlich auferlegte Zwänge und »Unterdrückungsstrukturen« aufzubauen, wurde in diesen Prozess auch die »Befreiung der Sexualität« einbezogen. Bereits kurz nach dem Zweiten Weltkrieg hatten zwei große Studien zum Sexualverhalten der Nordamerikaner weltweites Aufsehen erregt.

Im 1947 gegründeten »Institute for Sex Research« (heute Kinsey Institute) an der University of Indiana in Bloomington (USA) hatten sich unter Federführung von Alfred Kinsey einige Forscher daran gemacht, bis 1953 18000 Amerikaner aller Altersstufen in persönlichen Interviews nach ihren sexuellen Vorlieben zu

AUF EINEN BLICK

Lust-Wandel

1 Trotz immenser öffentlicher Präsenz erotischer Reize schwindet die sexuelle Aktivität der Deutschen seit rund 20 Jahren sowohl bei Singles als auch in Partnerschaften.

2 Masturbation entwickelt sich zu einer eigenständigen Form gelebter Sexualität. Immer mehr Menschen verstehen die Selbstbefriedigung auch als Ergänzung zum Verkehr mit einem Partner.

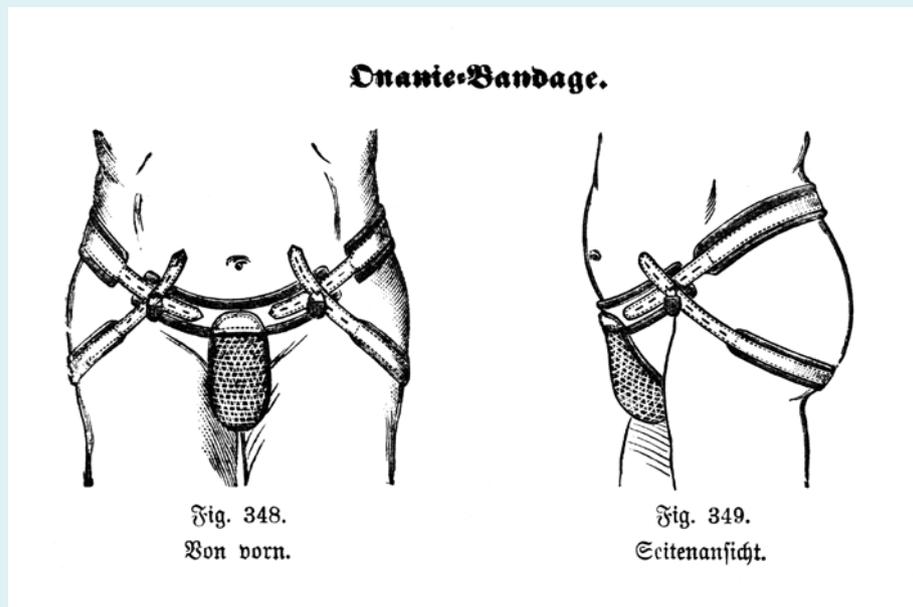
3 Gleichzeitig stehen traditionelle Werte wie Treue und Verbindlichkeit bei jungen Erwachsenen wieder höher im Kurs. Dennoch hielten in den letzten zehn Jahren geschlossene Ehen im Schnitt nur etwa fünf Jahre.

Die »Krankheit« Masturbation

Vor rund 200 Jahren galt die Selbstbefriedigung einigen Vätern der Psychiatrie, wie Benjamin Rush (1745–1813) in den USA und Henry Maudsley (1835–1918) in England, als eine der Hauptursachen für viele Geisteskrankheiten und körperliche Gebrechen. Man brauche die Patienten nur zu fragen, ob sie masturbierten, und schon sei die Wurzel des Übels erkannt.

Auch die Kirche verurteilte das Masturbieren als Sünde. Gepaart mit dieser Doktrin bescherte das insbesondere während der Pubertät natürliche Bedürfnis nach Selbstbefriedigung den Heranwachsenden kollektive Angst und Schuldgefühle. Wer im fortgeschrittenen Alter häufig masturbierte, galt sogar als unheilbar.

Mangels anderer Therapiemethoden galt es, »das Leiden« möglichst früh zu entdecken und zu verhindern. Eltern wurden angewiesen, ihren Kindern die Hände am Bett festzubinden oder ihnen Fausthandschuhe überzuziehen. Auch Bandagen und »Keuschheitsgürtel« sollten das Berühren der eigenen Geschlechtsorgane



verhindern. Wenn alles nicht half, wurden sogar chirurgische Eingriffe empfohlen, wie etwa das Einsetzen eines Metallringes zur Verhinderung der Erektion (Infibulation) oder das Entfernen der Klitoris.

Noch bis in die 1980er Jahre konnte man in medizinischen Lehrbüchern mitunter lesen, Masturbation sei eine unreife, im Erwachsenenalter sogar pathologische Form der Sexualität.

LUST-KILLER

Beispiel einer Onanie-Bandage aus »Das neue Naturheilverfahren« von S.E. Bilz, Leipzig 1901. Der Gürtel mit Drahtkorb sollte Jungen von der Selbstbefriedigung abhalten.

befragen. Die Ergebnisse wurden von Kinsey und Mitarbeitern 1948 zum »Sexualverhalten des Mannes« und 1953 zum »Sexualverhalten der Frau« veröffentlicht. Die Daten zeigen eine erstaunliche Vielfalt sexueller Verhaltensformen aller Altersgruppen und machten deutlich, dass die Sexualgesetzgebung (nicht nur) in den Vereinigten Staaten bis dahin völlig am Status quo der Realität vorbeiging.

So zeigten die Statistiken, dass etwa 50 Prozent aller Männer und 20 Prozent aller Frauen, schon bevor sie das mittlere Lebensalter erreichten, in irgendeiner Form sexuelle Erlebnisse mit gleichgeschlechtlichen Partnern gehabt hatten. Obwohl die konkreten Ergebnisse durch nachfolgende Forschungsarbeiten relativiert wurden, blieb die Kernbotschaft erhalten: Hinsichtlich der geschlechtlichen Orientierung besteht eine außerordentlich große Vielfalt an bisexuellen Zwischenstufen zwischen Hetero- und Homosexualität. Ähnliches galt für viele andere sexuelle Gewohnheiten und Vorlieben, wie etwa Masturbation oder Fetischismus.

Es waren vor allem die Studenten-, die Frauen- und die Homosexuellenbewegung, die als ein gemeinsames Ziel unter anderem auch die sexuelle Befreiung forderten: die Emanzipation breiter Bevölkerungsschichten von tradierten

Zwängen in Sachen Lust und Liebe durch die Abschaffung sexueller Tabus. Die Entwicklung der Antibabypille in den 1960er Jahren war eine wichtige Voraussetzung dafür, dass die neue sexuelle Freiheit überhaupt gelebt werden konnte. Ohne das Risiko einer Schwangerschaft ka-

Masturbation hat sich von einer »Ersatzbefriedigung« zur eigenständigen Sexualform gewandelt

men für Frauen nun auch Intimpartner in Frage, an die sie sich nicht fest binden wollten.

In den 1970er Jahren stellte sich die Homosexuellenbewegung öffentlich gegen Ärzte, Psychologen und Theologen und forderte ihren Platz in der Gesellschaft. Erstaunlicherweise fand die demonstrative Präsentation einer »Rolle des Andersseins« auch in der Folgezeit öffentliche Zustimmung, obwohl angesichts von HIV und Aids eher das Gegenteil zu erwarten gewesen wäre. Seither kämpfen die Homosexuellen erfolgreich um eine Integration und Enttabuisierung gleichgeschlechtlicher Lebensformen.

Doch hat die »sexuelle Befreiung« rückblickend tatsächlich die Erwartungen erfüllt? Im

Rund 50 % der Deutschen haben seltener als einmal pro Woche Geschlechtsverkehr.

Jugendsexualität heute

Das erste Mal

Den ersten Sex erleben Jugendliche hier zu Lande durchschnittlich mit 15 oder 16 Jahren. Mädchen verfügen in der Regel über mehr Erfahrungen als Jungen. Auch geht die Initiative zu sexuellen Handlungen zunehmend von jungen Frauen aus. Aus »Liebe zum Partner« stimmen allerdings nur rund 30 Prozent der Mädchen dem ersten Geschlechtsverkehr zu (in den 1960er Jahren waren es noch 90 Prozent). Heute steht der Spaß am Sex im Vordergrund.

Aufklärung

Die wichtigste Rolle bei der Sexualerziehung spielen die Eltern – 42 Prozent der Jungen und sogar 63 Prozent der Mädchen vertrauen sich in sexuellen Fragen der Mutter an. Der Vater ist vor allem für Jungen wichtig (34 Prozent, Mädchen: 11 Prozent). Heute empfinden wesentlich mehr Jugendliche ihre Eltern als wichtige Vertraute als in den 1980er Jahren.

Daneben sind auch Gleichaltrige und Lehrer wichtige Ansprechpartner. Das Wissen über Sex beziehen viele jedoch aus Zeitschriften, Fernsehen und dem Internet. Für Mädchen spielen auch Frauenärzte eine große Rolle.

Verhütung

15 Prozent der Jungen und 9 Prozent der Mädchen verhüten beim ersten Mal nicht. 1980 waren es noch fast doppelt so viele. Warum sich dennoch einige Jugendliche nicht schützen: Immer mehr – vor allem Jungen (37 Prozent) – geben an, vom ersten Mal überrascht worden zu sein.

Die Mehrheit der Jugendlichen verhütet mit der Pille, an zweiter Stelle folgt das Kondom. Das Bewusstsein für das Aidsrisiko sank zwar verglichen mit den 1990er Jahren, nahm aber im Vergleich zu 2001 wieder zu.



ROJPHOTO/FOTOLIA

IN FESTEN HÄNDEN

Liebe und Partnerschaft sind vielen Jugendlichen wichtiger als purer Spaß.

Ängste

Für zwei von drei Mädchen und mehr als die Hälfte der Jungen zwischen 14 und 17 Jahren wäre eine Schwangerschaft »eine Katastrophe«. Damit stieg die Angst vor einer ungewollten Elternschaft bei beiden Geschlechtern in den letzten zwölf Jahren um 9 Prozentpunkte.

Träume

Jungen und Mädchen träumen gleichermaßen von einer festen Partnerschaft und erwarten unbedingte Treue. 68 Prozent der Mädchen wünschen sich später einmal Kinder, nur 7 Prozent wollen keine. Die Einstellung der Jungen ist geringfügig ablehnender (9 Prozent sagen »Nein«), aber weniger entschieden: 40 Prozent sind sich nicht sicher, ob sie einmal Vater werden wollen.

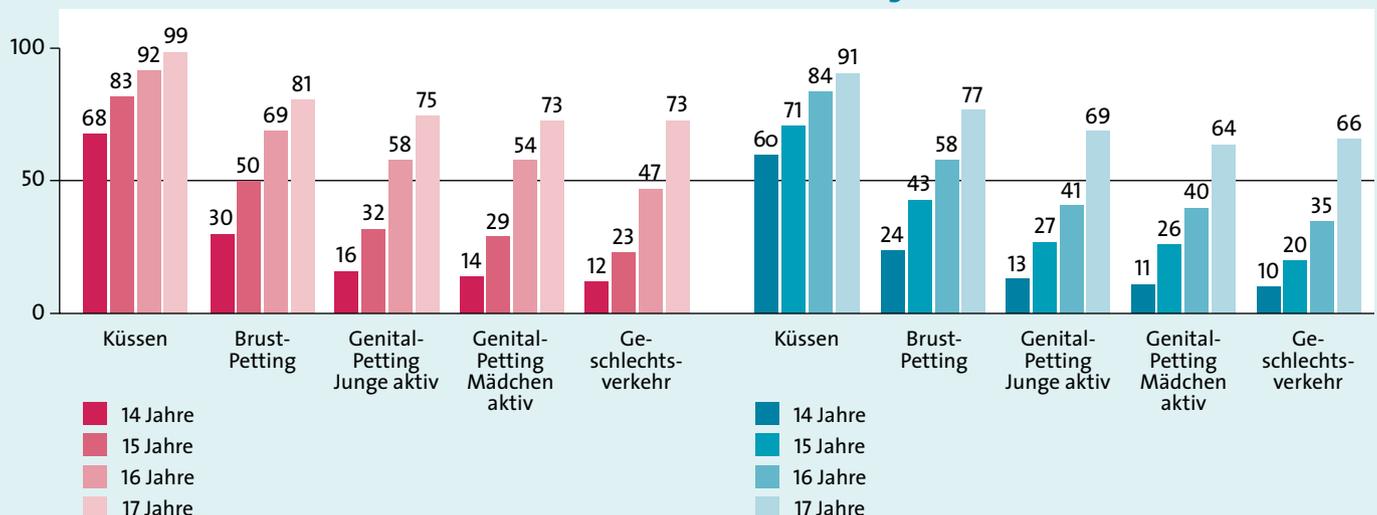
(Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Studien zur Jugendsexualität von 2001 und 2006.)

Sexuelle Erfahrungen ...

... von Mädchen ...

... und Jungen

Stand: 2006



deutschsprachigen Raum wurde das Sexualverhalten junger Menschen im Alter zwischen elf und 30 Jahren von Forschergruppen um Volkmar Sigusch, Ulrich Clement und Gunter Schmidt bis zur Jahrtausendwende regelmäßig untersucht.

Danach spielte zum Beispiel die Masturbation eine größere Rolle als in den Jahrzehnten zuvor. Sie wird zunehmend häufiger praktiziert und hat sich von einer »Ersatzbefriedigung« zur eigenständigen Sexualform gewandelt, der sich Erwachsene auch unabhängig von der Häufigkeit und Qualität in sexuellen Partnerschaften hingeben. Negative Auswirkungen durch Selbstbefriedigung haben sich bis heute nicht nachweisen lassen. Eher im Gegenteil: Menschen scheinen mit ihrer partnerschaftlich ausgeübten Sexualität zufriedener zu sein, wenn sie zuvor in ihrem Leben auch masturbieren hatten.

Frauenpower auf dem Vormarsch

Auch die zunehmende Offenheit, mit der Sexualität besprochen und gelebt wird, zeigt Auswirkungen: In den vergangenen 20 Jahren sank das Alter, in dem Jugendliche mit Verabredungen, Küssen, Petting und Sex beginnen, um durchschnittlich drei Jahre auf eine Zeit zwischen dem 15. und 16. Lebensjahr. Rund ein Drittel der deutschen Jugendlichen berichtet bereits mit 15 Jahren über Erfahrungen mit Geschlechtsverkehr. Außerdem scheint die Initiative zum Sex heute zunehmend von Frauen auszugehen. In dieser Hinsicht tragen die Bemühungen der Frauenbewegung für sexuelle Gleichberechtigung offensichtlich Früchte.

Gleichzeitig haben zentrale Wertvorstellungen wieder eine konservativere Richtung eingeschlagen: »Serielle Monogamie« lautet ein treffendes Schlagwort für das Paarungsverhalten im 21. Jahrhundert. Vor allem junge Erwachsene sehnen sich weniger nach hemmungsloser sexueller Freizügigkeit als vielmehr nach einer festen Beziehung mit gegenseitigem Treuegelöbnis – am liebsten, bis der Tod sie scheidet. Auf dem Weg dorthin werden jedoch meist mehrere intime Partnerschaften erprobt. Dabei scheint Sex stärker als eine Generation zuvor an Liebe und Treue gebunden zu sein. Männliche Jugendliche sind zwar nicht so romantisch wie junge Frauen, legen aber dennoch großen Wert auf gegenseitiges Verstehen und Vertrauen.

Das Phänomen der seriellen Monogamie zeigt sich inzwischen auch in ehelichen Bin-

dungen. Die Scheidungsrate in Deutschland ist seit den 1970er Jahren kontinuierlich gestiegen. Nach Daten des Statistischen Bundesamts hält eine in den letzten zehn Jahren geschlossene Ehe inzwischen durchschnittlich nur noch fünf Jahre. Auch der Anteil der Spätscheidungen ist deutlich gewachsen. Zur Trennung kommt es häufig dann, wenn die Kinder erwachsen werden und das Elternhaus verlassen. Ohne Erzie-

Vor allem junge Erwachsene sehnen sich weniger nach hemmungsloser sexueller Freizügigkeit als vielmehr nach einer festen Beziehung mit gegenseitigem Treuegelöbnis

hungsaufgabe wissen viele Paare offenkundig nur noch wenig mit sich anzufangen.

Fast zeitgleich beobachten Sexualforscher eine zunehmende sexuelle Abstinenz – auch in bestehenden Partnerschaften. Langzeituntersuchungen dokumentieren gegenwärtig ein eher karges Sexualeben zwischen Männern und Frauen: Statistisch hat rund die Hälfte der in westlichen Gesellschaften Befragten inzwischen seltener als einmal in der Woche Geschlechtsverkehr.

Die Zahl sexuell inaktiver Personen ist heute beträchtlich. Der liberalisierte Umgang mit Sexualität hat also nicht zur Vermehrung von Begierde und Leidenschaft geführt – im Gegenteil: In dem Maß, wie die traditionelle Sexualmoral mit ihren Verboten, Sanktionen und Schuldgefühlen verschwand, machte sich scheinbar Langeweile breit. Offensichtlich besaßen gerade die unerfüllten, oft verbotenen oder tabuisierten sexuellen Wünsche und Bedürfnisse eine große Triebkraft. Die kulturell sanktionierte oder nur heimlich mögliche Sexualität trug erheblich zur wechselseitigen Anziehung bei und war nicht ohne Grund ein unverzichtbares Kernelement jeder guten schöngeistigen Literatur, Operette oder Oper.

Es sieht fast so aus, als seien gerade Tabus eine notwendige Voraussetzung für eine »Kultur der Lust«. Sich gemeinsam dem Unbekannten oder Verbotenen auszuliefern, bedingt gegenseitiges Vertrauen. Grenzen, die gemeinsam überschritten werden, dienen nicht nur der Sexualisierung, sondern auch der Bindung aneinander. Heute hingegen scheint in Sachen Sex fast alles möglich und toleriert zu werden. Die öffentlichen, teils banalen Dauerdarstellungen von und über Sexualität in den Medien tragen

32 Prozent der Frauen und 10 Prozent der Männer in Deutschland haben laut repräsentativer Umfragen wenig Interesse an Sex.

Bitte lesen Sie weiter auf S. 54



Die Lust verloren Sexmuffel im Hirnscanner

EROTISCHE REIZE

hemmen die Aktivität im linken Gyrus rectus – aber nur bei gesunden Männern. Dieser Proband leidet an einer sexuellen Appetenzstörung; bei ihm bleibt das entsprechende Areal stärker aktiv (gelb).

Kein sexuelles Verlangen mehr, keine erotischen Fantasien, keine Erregung: Plötzlich ist die Lust verfliegen. »Es« zu tun, erscheint uninteressant. Nicht einmal mehr der Gedanke daran kommt einem in den Sinn.

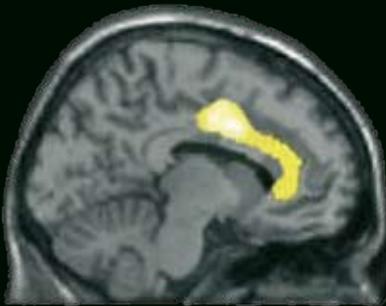
Wer einen Mangel oder einen vollständigen Verlust des geschlechtlichen Verlangens erlebt, ohne dass medizinische Ursachen erkennbar wären, leidet unter einer sexuellen Appetenzstörung. Rund fünf Prozent der deutschen Männer und bis zu zehn Prozent der deutschen Frauen sind davon betroffen. Manche Menschen kennen sich gar nicht anders, andere verlieren die Lust ganz unvermittelt. Die Symptome bestehen meist über Monate oder gar Jahre hinweg und haben schwer wiegende Folgen für intime Beziehungen, Partnerschaft und für den Selbstwert der Betroffenen. Etwa die Hälfte der Männer berichtet zusätzlich von Erektionsstörungen.

Liegt weder eine körperliche Erkrankung noch Medikamentenkonsum, Drogensucht oder eine andere psychische Störung wie etwa eine Depression vor, suchen die Betroffenen oft verzweifelt nach einer Erklärung. Als mögliche psychische Ursachen diskutieren die meisten Sexualforscher vor allem Beziehungsprobleme und Ängste vor sexuellen Kontakten, etwa aus Furcht vor Versagen oder auch infolge traumatischer Erfahrungen. Die Psychiaterin und Sexualtherapeutin Helen Kaplan von der State University of

New York glaubt dagegen, dass die Lustlosen unbewusst ihre Aufmerksamkeit auf negative körperliche Aspekte oder ungeliebte Charaktereigenschaften ihrer potenziellen Partner richten – und auf diese Weise ihr Verlangen selbst mindern. Doch möglicherweise steckt auch eine körperliche Ursache dahinter, wie Kaplan vermutet: Bei den Betroffenen könnten jene Prozesse im Gehirn gestört sein, die das Verlangen steuern.

Um diese Annahme zu überprüfen, verglichen wir am staatlichen medizinischen Institut »Inserm« in Paris sieben Betroffene mit acht gesunden Probanden – durchweg heterosexuelle Männer im Alter von 20 bis 50 Jahren, die weder Medikamente noch Drogen einnahmen und unter keiner (weiteren) psychischen Störung litten. Mit Hilfe der Positronen-Emissionstomografie (PET), die physiologische Prozesse im Gehirn mittels einer schwach radioaktiv markierten Substanz sichtbar macht, untersuchten wir, was sich in den Köpfen der Versuchspersonen abspielt. Würden ihre Gehirne tatsächlich unterschiedlich auf sexuelle Reize reagieren?

Jedem Teilnehmer spielten wir nacheinander drei Videoaufnahmen vor: Mann und Frau beim Liebesakt, eine neutrale Alltagssituation und eine humoristische Szene. In einem weiteren Durchgang zeigten wir ihnen drei Arten von Fotografien: Frauen im Business-Look, normal bekleidete Models und (fast) nackte junge Frauen.



SICHTBARES VERLANGEN

Beim Betrachten sexuell aufreizender Bilder nimmt die Aktivität im Gyrus cinguli bei gesunden männlichen Probanden zu.

Weibliche Libido: eine Frage der Kultur

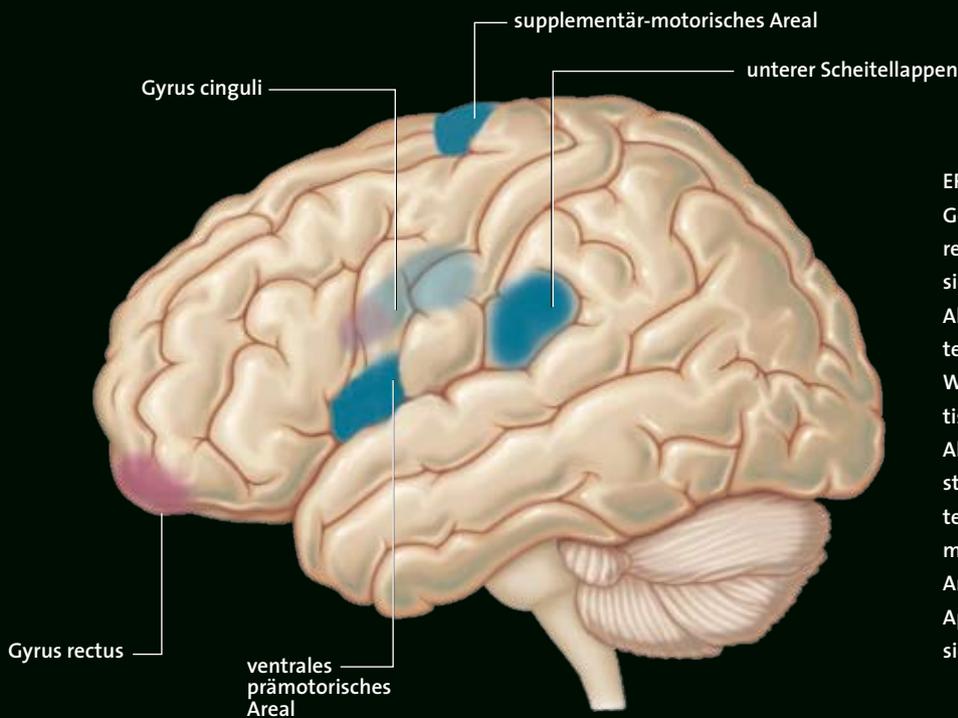
Viele Frauen verlieren mit zunehmendem Alter die Lust auf Sex – zugleich belastet sie das erotische Desinteresse aber auch weniger als in jungen Jahren. Das ergab 2007 eine Studie des Psychiaters Richard D. Hayes von der University of Melbourne in Australien, dessen Team rund 3500 Frauen zwischen 20 und 70 Jahren befragte.

In Europa steigt der Anteil der Frauen mit geringer sexueller Appetenz kontinuierlich von elf Prozent zwischen 20 und 29 Jahren bis zu 53 Prozent zwischen 60 und 70 Jahren. In den USA beginnt diese Entwicklung auf einem höheren Ausgangsniveau: In der jüngsten Gruppe sind 22 Prozent, in der ältesten

aber nur 32 Prozent betroffen. Rund zwei Drittel der betroffenen jungen Frauen leiden auch unter ihrer Lustlosigkeit – auf beiden Kontinenten. Zwischen 60 und 70 Jahren empfindet jedoch nur gut jede fünfte Frau in Europa und kaum mehr als jede dritte in den USA ihr geringes sexuelles Interesse als Belastung.

Als eine mögliche Ursache für das stärkere Verlangen der US-amerikanischen Seniorinnen diskutieren die Autoren die Hormonersatztherapie. In den USA ist diese medikamentöse Behandlung von körperlichen Beschwerden wie Hitzewallungen bei Frauen in den Wechseljahren auch als Lifestyle-Produkt verbreitet.

Fertility and Sterility 87(1), 2007, S. 107–112.



ERREGUNGSMUSTER

Gesunde und sexuell desinterezierte Probanden lassen sich im Hirnscan anhand der Aktivität in den eingezeichneten Gebieten unterscheiden: Wenn gesunde Männer erotische Bilder sehen, nimmt die Aktivität im Gyrus rectus ab, steigt aber im unteren Scheitellappen sowie in den supplementär- und prämotorischen Arealen. Bei Probanden mit Appetenzstörung verhält es sich umgekehrt.

Gleichzeitig registrierten wir die Aktivität im Gehirn und erhoben die körperliche Erregung mit Hilfe eines Penisplethysmografen – einem elastischen Ring, der den Grad der Erektion anhand des Penisumfangs misst. Darüber hinaus schätzten die Probanden nach jeder Darbietung selbst ein, wie stark sie die Filme oder Bilder sexuell erregt hatten.

Ergebnis: Wenn die gesunden Männer ein Video oder Foto mit sexuellem Inhalt betrachteten, nahm die Durchblutung in einem Teil des linken Stirnlappens, direkt über der Augenhöhle, ab (ein Bereich der orbitofrontalen Hirnrinde, siehe Abbildung links oben). Bei den Probanden mit Appetenzstörung war das nicht der Fall. Die betreffende Region, der Gyrus rectus, könnte demnach bei Aktivierung daran beteiligt sein, Verlangen und Erregung zu zügeln.

Wenn die gesunden Männer ein erotisches Bild vor Augen hatten, verringerte der linke Gyrus rectus also seine Aktivität – eine »Enthemmung« im wahrsten Sinn des Wortes. Wird diese Region etwa infolge eines Hirntraumas beschädigt, dann verlieren die Betroffenen Zurückhaltung sowie Scham- und Moralempfinden und gehen exzessiv Vergnügungen – vor allem sexueller Art – nach. Ist dieses Gebiet dagegen überaktiv, wird die Hemmung so stark, dass das sexuelle Verlangen verschwindet.

In vier weiteren Regionen verhält es sich genau umgekehrt: Hier zeigen die Hirnscans der gesunden Kontrollpersonen mehr Aktivität. Von dreien dieser Gebiete, den so genannten prämotorischen Arealen wie etwa dem Gyrus cinguli,

weiß man, dass sie Bewegungen vorbereiten (siehe Abbildungen auf dieser Seite und auf S. 50 unten). Die vierte Region, im unteren linken Scheitellappen gelegen, ist aktiv, wenn wir uns eine Handlung vorstellen, ohne sie auszuführen – etwa bei einer sexuellen Fantasie. Tatsächlich berichteten die Probanden mit Appetenzstörung, dass sie während der dargebotenen erotischen Reize nicht an ihren eigenen Körper oder sexuelle Handlungen dachten.

Daraus leiten wir zwei Fehlfunktionen im Gehirn ab, die offenbar mit dem Mangel an sexuellem Verlangen zusammenhängen: einerseits eine übermäßige Hemmung, ausgehend vom unteren Frontalhirn, andererseits einen Mangel an erotischer Vorstellungskraft, abzulesen an der verminderten Aktivität im unteren Scheitellappen und in den prämotorischen Arealen.

Das bedeutet allerdings nicht unbedingt, dass diese Fehlfunktionen den Mangel an sexuellem Verlangen verursacht haben, und genauso wenig, dass sich die Störung nur medikamentös behandeln ließe, denn mit einer Psychotherapie gehen ebenfalls Veränderungen im Gehirn einher. Auch auf dem Gebiet der Sexualität sind Körper und Psyche als zwei Seiten derselben Medaille zu verstehen. ~

Der Psychiater Serge Stoléru forscht am staatlichen medizinischen Institut Inserm in Paris. Jérôme Redouté ist Neurowissenschaftler und arbeitet am öffentlichen Forschungszentrum »Centre d'étude et de recherche multimodale et pluridisciplinaire« in Bron bei Lyon.

LITERATURTIPPS

Stoléru, S. et al.: Brain Processing of Visual Sexual Stimuli in Men with Hypoactive Sexual Desire Disorder. In: *Psychiatry Research: Neuroimaging* 124, 2003, S. 67–86.

Kaplan, H.S.: *The Sexual Desire Disorders. Dysfunctional Regulation of Sexual Motivation.* London: Brunner/Mazel 1995.



BRIDGEMAN BERLIN



AKG BERLIN



AKG BERLIN

60-jährige Ehegatten sind im Schnitt sexuell aktiver als 30-jährige Singles.

ihr Übriges dazu bei, dass ein wichtiges Element sexueller Lust und Begierde verloren geht.

Anders gesagt: Die Sexualität hat in dem Maß, wie sie zu einer dauerpräsenten Form des Umgangs zwischen Menschen wurde, viel von ihrer subversiven Kraft eingebüßt. Kein Wunder, dass sie sich selbst immer wieder neue Fantasiewelten, Orte der Heimlichkeit und vermeintliche Tabuzonen sucht. So boomen heute anonymisierte Formen des Sexuellen, bei denen ausdrücklich auf intimen Körperkontakt verzichtet wird – Peepshows, Videokabinen, Telefon-, Internet- und Cybersex sind einschlägige Beispiele dafür.

Der Mangel an sexuellen Verbotszonen dürfte auch dazu beigetragen haben, dass destruktive Formen der Sexualität bis heute nicht besiegt wurden: Frauen verachtende Pornografie, sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz, alltäglicher Sexismus, Inzest, sexueller Missbrauch und sexuelle Gewalt. Schockierte der Anblick eines nackten Damenknöchels die öffentliche Moral vor 200 Jahren, sorgte in den 1960er Jahren noch ein nackter Busen im Kino für einen Skandal – um die Zuschauer von heute bei der Stange zu halten, dringen die Medien immer tiefer in die Tabuzonen vor: So schafft es kaum mehr ein Krimi ohne die Darstellung destruktiver sexueller Empfindungen und Praktiken ins Vorabendprogramm.

Natürlich ist der moralische Schleier, der einstmals die Sexualität verhüllte, nicht völlig gelüftet. Auf den ersten Blick scheint es so, als sei die Sexualität nur individualisiert worden. Mit der sexuellen Emanzipation wurde die Entscheidungsgewalt in die einzelnen Personen hineinverlagert, die nun allein bestimmen dürfen und müssen, was sie tun sollen oder wollen.

Das ist aber nur eine Seite der Medaille. Denn die neue individuelle Sexualmoral besteht nicht unabhängig von Bildern und Vorstellungen, die in der Öffentlichkeit vertreten werden – auch was die Ansprüche an eine positiv gelebte Sexualität angeht. Heutzutage wird Sexualität als Ausdruck eines gesunden Selbstwertgefühls und hoher Leistungsfähigkeit regelrecht zur Schau gestellt. Oder wie es der Zukunftsforscher Matthias Horx vor Kurzem in seiner Studie »Sexstyles 2010« für den Erotikkonzern Beate Uhse formulierte: Für eine gute Partnerschaft ist guter Sex heute ein Muss! Inszenierung und stolze Präsentation der eigenen Fähigkeiten werden zu den wichtigsten Komponenten des Liebeslebens.

Von »Cool Cat« bis »Sex Gourmet«

Und so prophezeit der Beate-Uhse-Forscher denn auch, wie der ideale Lover jeden Alters im 21. Jahrhundert aussieht: Da sind zunächst die »Experimentierfreudigen« zwischen 20 und 30 Jahren, die Sex nebenbei und ohne weitere Verpflichtung genießen und ihre Beziehung(en) durch sexuelle Grenzerfahrungen aufheizen. Daneben angeln sich die »Cool Cats« unter den Frauen bis Mitte der dreißiger selbstbewusst nicht nur den einen, sondern jeden Mann, den sie haben wollen. Weiter pflegen die »Zwanglosen« zwischen 30 und 50 Jahren, die Wert auf perfektes Aussehen und Jugendlichkeit legen, neben dem Fitnessstudio ihr zweites regelmäßiges Hobby: guten Sex. Und die »extravagante Dame« jenseits der 40 genießt als gut situierte Karrierefrau auch in puncto Erotik alle Freiheiten – jüngere Liebhaber nicht ausgeschlossen. Nicht zu vergessen schließlich die »Sex Gourmets« ab 50 Jahren, deren Reife und Er-



EROTIK IM WANDEL DER ZEIT

Das Fresko ganz links entstand im 1. Jahrhundert v. Chr. Es dekorierte das Privathaus eines römischen Zenturios in Pompeji. Der Liebesgarten (zweites Bild) stammt aus einem italienischen Buch von 1480 – beliebtes Motiv erotischer Malerei im Mittelalter. Die nackten Beine der Gräfin di Castiglione wurden in den 1860er Jahren von einem Fotografen erotisch in Szene gesetzt. Ganz rechts: Eine Aufnahme aus dem Dokumentarfilm »Woodstock – Three Days of Love and Music« über das Kult-Musikfestival von 1969.

fahrung das Liebespiel gelassen und abwechslungsreich werden lässt.

Solchermaßen propagierte Ideale erzeugen Erwartungsdruck sich selbst und dem Partner gegenüber. Sieht die Realität dann anders aus, stellt sich das Gefühl ein, versagt zu haben. Nicht von ungefähr hat im Zuge der Liberalisierung die Zahl der sexuellen Funktionsstörungen (siehe den Beitrag S. 52/53) zugenommen.

In einer der größten repräsentativen Erhebungen der vergangenen Jahre von Edward Laumann und Mitarbeitern von der University of Chicago beklagten 32 Prozent der Frauen ein mangelndes Interesse an Sex, 26 Prozent berichteten über Orgasmusstörungen und 21 Prozent über Lubrikationsschwierigkeiten, wobei 16 Prozent zugleich Schmerzen beim Verkehr hatten. Bei Männern fallen sexuelle Beschwerden nur geringfügig niedriger aus. Am häufigsten wurden Schwierigkeiten mit einem vorzeitigen Samenerguss genannt (31 Prozent), eng gefolgt von Versagensängsten und Erektionsstörungen beim Sexualakt. Über eine verminderte sexuelle Lust berichten knapp zehn Prozent der befragten Männer. Auf den Punkt gebracht: Gut ein Drittel der Bevölkerung scheint unter Problemen mit ihrem Sexualleben zu leiden.

Kommen Paare wegen zunehmender Konflikte in der Partnerschaft zu einem Psychotherapeuten, werden inzwischen in drei Vierteln aller Fälle Probleme mit der Sexualität als belastendstes Konfliktthema angegeben – das ermittelte der Partnerschaftsforscher Kurt Hahlweg von der Technischen Universität Braunschweig. Aber auch bei Paaren, die keine Experten konsultieren, sind solche Probleme Konfliktthema Nummer eins. So scheinen mittlerweile zwar viele äußere Zwänge ver-

Es sieht so aus, als seien gerade Tabus eine notwendige Voraussetzung für eine »Kultur der Lüste«

schwunden zu sein, doch gilt dies keineswegs für die inneren Zwänge, die von den Menschen im Privaten aufgebaut werden.

Kann man trotz dieser Zahlen auch positive Entwicklungen der sexuellen Liberalisierung ausmachen? Ihr ist zu verdanken, dass Menschen heute nicht mehr auf Grund ihrer sexuellen Orientierung verachtet werden. Ein weiterer Verdienst ist sicher, dass zerrüttete Ehen nicht mehr bis zum bitteren Ende gelebt werden müssen. Auch dass die sexuelle Initiative heute gleichberechtigter als noch vor wenigen Jahrzehnten von beiden Geschlechtern ergriffen wird, geht auf das Konto der sexuellen Liberalisierung. Viele Frauen genießen neue Freiheiten und bestimmen mit, wie sich intime sexuelle Beziehungen gestalten. Die meisten Männer scheinen das verstanden zu haben, denn repräsentative Umfragen zeigen: Die Mehrzahl der Frauen fühlt sich heute von Männern respektiert.

Bleibt festzuhalten, dass die mit rund zwei Dritteln größte Gruppe der Bevölkerung bei Befragungen nicht über sexuelle Probleme berichtet. Die meisten scheinen mit ihrem Sexualleben weit gehend bis sogar sehr zufrieden zu sein – ob sie es nun zwei-, ein- oder keinmal pro Woche tun. ~

Peter Fiedler ist Psychologe und Sexualwissenschaftler und lehrt Klinische Psychologie und Psychotherapie an der Universität Heidelberg.

🔊 www.gehirn-und-geist.de/audio

LITERATURTIPPS

Fiedler, P.: Sexuelle Orientierung und sexuelle Abweichung. Weinheim: Beltz 2005.

Horx, M.: Sexstyles 2010. Zukunftsstudie im Auftrag der Beate Uhse AG, 2007.

Schmidt, G. et al.: Spätmoderne Beziehungswelten. Report über Partnerschaft und Sexualität in drei Generationen. Wiesbaden: VS Verlag 2006.

Sigusch, V.: Jugendsexualität – Veränderungen in den letzten Jahrzehnten. Deutsches Ärzteblatt 95(20), 1998, S. A-1240 – A-1243.

WEBLINK

www.asexuality.org

Forum für Menschen ohne Bedürfnis nach Sex