

Ina-Maria Philipps

Lust auf Leben – Weibliche Sexualität zwischen Wissen und Tabu

Vortrag in Innsbruck für das Frauenreferat am 06.05.2000

Vor einiger Zeit habe ich im Rahmen einer sexualpädagogischen Veranstaltung an einer Kennenlernrunde teilgenommen, während derer wir den Satzanfang beenden sollten: „Ich bin eine Frau, weil ...“ bzw. „Ich bin ein Mann, weil, ...“. Obwohl ich nun schon seit 15 Jahren mit diesem Metier befasst bin, stellte ich mit Erstaunen meine eigene enorme Unsicherheit und Irritiertheit fest, als ich mich um ein Statement bemühte – und rund um mich rum kicherten die anderen anwesenden Männer und Frauen. All diese Profis taten sich schwer mit einer Antwort darauf, woran sie merken, dass sie eine Frau bzw. ein Mann sind – jedenfalls dann, wenn sie sich nicht auf die Benennung ihrer Geschlechtsmerkmale und die exklusive Fruchtbarkeit bzw. Zeugungsfähigkeit beschränkten. Sollten wir die alten Klischees benennen, etwa die stärkere Gefühlsbetontheit im Vergleich zur ausgeprägteren männlichen Rationalität oder dass Frauen Sex in Verbindung mit Liebe bevorzugen, während Männer beides oft gut voneinander trennen können? Immer fielen mir genügend Gegenbeispiele wie z.B. von sehr emotionalen und treuen Männern und umgekehrt von promiskuen Frauen ein, die derartige pauschalisierende Aussagen geradezu unmöglich machten.

Männer und Frauen unterscheiden sich – das ist wohl unbestritten. Aber wodurch denn nun genau?! Und was davon ist kulturell, was genetisch bedingt – mit anderen Worten: Ist unsere Weiblichkeit bzw. Männlichkeit Produkt von Sozialisation einer ganz bestimmten Epoche und Gesellschaft oder haben wir sozusagen schon im Blut, wie wir unsere Geschlechtsidentität ausgestalten? Nachdem in diesem Zusammenhang seit den siebziger Jahren die sozialwissenschaftliche Theoriebildung über zwei Jahrzehnte federführend war – manifestiert etwa in der feministischen Kritik am Patriarchat -, werden wir in den letzten Jahren verstärkt mit neobiologischen Thesen konfrontiert wie zuletzt im SPIEGEL¹, wonach weit weniger gesellschaftliche Strukturen und Machtverhältnisse sowie kulturelle Traditionen das (hetero-)sexuelle Verhalten samt Fühlen und Denken prägen als vielmehr archaische Grundmuster, die uns nicht mal wesentlich von den Menschenaffen oder gar, wie ich neu gelernt habe, von Skorpionsfliegen unterscheiden. Sehr verkürzt auf einen einfachen Nenner gebracht, hieße das: Frauen werden in ihrem Sexualverhalten von der Suche nach einem potenten und zuverlässigen Erzeuger ihrer Nachkommenschaft geleitet und wollen mit diesem dann möglichst monogam zusammenleben, um die Brutpflege zu gewährleisten, während Männer vor allem an der fruchtbaren und vielseitigen Nutzung ihrer Spermien interessiert sind und deswegen als „Jäger und Sammler“ der Vielweiberei frönen. Oder anders und noch platter formuliert: Frauen lieben die Qualität, Männer die Quantität. Als Beleg wird im SPIEGEL eine amerikanische Erhebung von 10.000 Frauen und Männern aus „37 Kulturen auf sechs Kontinenten und fünf Inseln“ angeführt. „Danach sehnen sich „Männer (...) nach vielen Partnerinnen; beim One-Night-Stand verhalten sie sich kaum wählerisch. Frauen indes achten weit mehr darauf, mit wem sie sich einlassen. Auf die Zahl der Gespielen kommt es ihnen nicht an. ‚Überall wird Sex als etwas verstanden, was die Frauen besitzen und die Männer von ihnen haben wollen‘, kommentiert ein Forscher. Feldstudien an amerikanischen Uni-

¹ Sex und Evolution. Das animalische Erbe des Menschen, Nr. 16/ 17.4.2000, S. 254 ff.

versitäten haben dieses Rollen-Klischee bestätigt: Attraktive Frauen und Männer boten sich als Sexualpartner an. Keine einzige Studentin war zum Sex mit einem Fremden bereit; doch 75 Prozent der jungen Kerle willigten sogleich ein.“²

Mir erscheint ein solch evolutionsbiologischer Erklärungsansatz zu einfach und reduziert, und ich möchte bei meiner nachfolgenden Beschäftigung mit einem Ausschnitt aus dem weiten Themenkomplex des Geschlechterverhältnisses, nämlich der Frage weiblicher Lust, einen multifaktoriellen Ansatz verfolgen, wie er von der kritischen Sexualwissenschaft und der emanzipatorischen Sexualpädagogik vertreten wird. Meine Hypothese lautet, dass weibliche Sexualität ebenso wie weibliche Lust in ihrer konkreten Gestalt als Empfindung wie als Praxis nur zu verstehen sind, wenn wir neben biologisch-physiologischen Grundlagen historische, kulturelle, schichtspezifische, familiär-sozialisatorische sowie individuell-biographisch-intrapsychische Aspekte gleichermaßen berücksichtigen, also, etwas einfacher ausgedrückt: Was hat die Art und Weise, wie eine Frau ihre sexuelle Lust wahrnimmt und auslebt, damit zu tun, dass sie beispielsweise im 19. Jahrhundert, in den 50er Jahren oder heute in die Pubertät kommt, in einer muslimischen oder einer säkularisierten westeuropäischen Familie, auf dem Land oder in einer Großstadt aufgewachsen ist, ihre Eltern zusammenlebten oder sie von der alleinlebenden Mutter erzogen wurde und wie sie die elterliche Botschaft, dass „man sich da unten besser nicht anfasst“ individuell verarbeitet hat, nämlich vielleicht mit Schuldgefühlen beim Masturbieren oder unbefangenen voller Neugier und Freude an der Selbstentdeckung und –befriedigung.

Das Thema meines Vortrags lautet: *Lust auf Leben – weibliche Sexualität zwischen Wissen und Tabu*. Der Titel hat mich zu folgenden Fragen angeregt, denen ich im folgenden nachgehen möchte:

1. Was macht Frauen Lust und lebendig?
2. Was ist das spezifisch Weibliche in sexuellem Verlangen und Agieren?
3. Was wissen wir heute?
4. Gibt es noch sexuelle Tabus (für Frauen)?
5. Welche Chancen für Entwicklung und Wachstum stecken im gegenwärtigen „Zwischen“-Stadium?

Ich werde mich gegen die Tradition im Folgenden wenig mit *Beziehung* und *Liebe* – den Aspekten, für die Frauen immer schon zuständig waren -, sondern mich ausdrücklich mit *Lust* beschäftigen, dem historisch vernachlässigten Teilbereich, und bin mir der Tatsache der Einseitigkeit voll bewusst, ohne damit leugnen zu wollen, dass Liebe, Lust und Beziehung für sehr viele Frauen auf Dauer gesehen einen wunderbaren ganzheitlichen Dreiklang bilden, der zumindest als Vision angestrebt wird.

1. Was macht Frauen Lust und lebendig?

Lust hat viele Gesichter, immer aber ist sie emotional positiv besetzt. Sie hat zu tun mit gesteigertem Lebensgefühl, mit Genuss, Leichtigkeit, Lachen, Lebendigkeit; sie verspricht Befriedigung von Bedürfnissen. Wenn ich Lust habe, spüre ich das, vor allem in meinem Körper: meine Sinne sind angesprochen und angeregt.

Ich kann lustvoll flirten mit Augen und/ oder Worten, ich kann angezogen werden durch eine erotische Stimme, ich spüre das Kribbeln im Bauch bei einer flüchtigen Berührung oder die drängende Begierde nach leidenschaftlicher Verschmelzung mit der oder dem anderen.

² a.a.O., S. 258 f.

Ich kann plötzlich autoerotische Lust beim Tanzen empfinden oder das Bedürfnis nach Entspannung durch einen Orgasmus.

Es gibt die leise und die laute Lust, die zarte und die heftige, die mit mir allein und mit einem oder mehreren anderen; es gibt die veröffentlichte Lust und die intime – und jeweils fühlt sie sich anders an.

Lust hat viel mit Erlaubnis zu tun, die je nach Geschlecht, Alter, Kultur und gesellschaftlicher Epoche unterschiedlich erteilt wird. Am vergangenen Wochenende war ich auf einem stark besuchten Jazzfestival: Es herrschte aufgekratzte Frühlingsaufbruchstimmung beim Tanz in den Mai, die u.a. daraus ersichtlich wurde, dass viele junge und ältere Frauen der warmen Jahreszeit gemäß mit körpernahen, oft bauchfreien Tops, engen Hosen oder kurzen bzw. langgeschlitzten Röcken bekleidet waren – Brüste, Bauch, Po und Beine zeichneten sich häufig in ihren Konturen sehr deutlich ab und lenkten die Blicke auf sich. Ich habe mir ausgemalt, welche autoerotische Lust mit dem Einkauf und dem Überstreifen, dem Blick in den Spiegel und mit der Bewegung unter fremden Blicken für viele dieser Frauen verbunden sein mochte – und wie unvorstellbar eine solche gezeigte Lust zum Beispiel im sog. Viktorianischen Zeitalter am Ausgang des 19. Jahrhunderts gewesen wäre, wo bereits der Blick auf den unverhüllten Knöchel „shocking“ war und selbst das Klavierbein verhüllt wurde, um keine lüsternen Gedanken aufkommen zu lassen.

Auf besagtem Jazzfestival haben sich viele nach der Musik bewegt, sei es für sich allein oder als Paar. Diese Freiheit, sich den eigenen Bewegungsimpulsen gemäß verhalten zu dürfen statt steif und andächtig zuhören zu müssen, ist historisch relativ neu und beinhaltet ein weiteres Novum: Frauen dürfen sich mittlerweile aufreizend anziehen und bewegen, ohne – zumindest in der Regel - befürchten zu müssen, dass dies als Aufforderung zu verbaler oder körperlicher Anmache im übergriffigen Sinn missverstanden wird (wie auch die Verläufe der love parades in Berlin alljährlich sehr deutlich zeigen). Allerdings wird diese prinzipielle gesellschaftliche Erlaubnis von den Altersgruppen sehr unterschiedlich aufgegriffen, weil ältere Frauen unter völlig anderen Voraussetzungen und damit auch Normen groß geworden sind als etwa ihre Enkelinnen. Die familiären Vorgaben sitzen sehr tief und wirken lange nach: „Das tut man nicht!“, „So kannst du doch nicht rumlaufen!“, „Was sollen denn die Leute denken ...?!“ – Sie werden solche Sätze und direktiven Weisungen aus eigenem Erleben kennen, vermute ich.

Anderes machte Mädchen immer schon Lust und ist dennoch immer noch tendenziell verpönt. Untersuchungen zeigen, dass sich Mädchen und Jungen gleichermaßen gern wild, heftig und laut bewegen und dass beide Geschlechter gern im Dreck matschen, doch die Angebote für das weibliche Geschlecht, ihre Körperkraft, Ausdauer und Mut unter Beweis zu stellen und zu trainieren, sind vergleichsweise geringer. Vor allem nimmt deren Akzeptanz mit Beginn der Pubertät rapide ab: Sogenannte „wilde Mädchen“ geraten in einen heftigen Konflikt zwischen der Lust am Ausagieren von heftigen, aggressiven Impulsen und den Anforderungen an Weiblichkeit, die dem konträr gegenüberstehen.³ Die Unterdrückung von Heftigkeit und Lautsein bleibt m.E.

³ vgl. Sonja Düring: „In der Pubertät, wenn aus einem Mädchen eine Frau wird, finden diese Freiräume ein jähes Ende: Ihre intellektuellen und sportlichen Fähigkeiten werden auf einmal anders bewertet und scheinen unvereinbar mit einer gelungenen weiblichen Geschlechtsidentität“ (Düring 1993, S. 9) „Wilde Mädchen“ hatten über lange Zeit hinweg ein kumpelhaftes Verhältnis zu Jungen, waren ihresgleichen. In der Adoleszenz wird ihre Bewegungsfreiheit eingeschränkt, die Jungen grenzen sie aus; wofür sie früher Anerkennung erhielten, wird jetzt

nicht ohne Folgen für das sexuelle Verhalten von Frauen – wir wissen aus der Körpertherapie, welche energetisierenden Wirkungen starkes Atmen, kräftige Bewegungen und Töne für die Intensität sexuellen Erlebens haben bzw. welche Blockaden durch deren Reduzierung entstehen können, so dass viel weniger gefühlt wird.

In meiner therapeutischen Arbeit begegne ich wesentlich mehr Frauen als Männern, die in Kindheit und Jugend einer ausgeprägten Reinlichkeitserziehung unterworfen wurden und sich mit ihren Körpersekreten überhaupt nicht anfreunden können. Die kindliche Freude am Glitschigen, die uns in der Sexualität wieder begegnen kann und oft genug luststeigernd wirkt, wenn wir sie zulassen, hat sich unter einer körper- und sexualfeindlichen Erziehung oft in Ekel verwandelt, zumindest in ausgeprägte Zwänge, sich vor und nach dem Sex gründlich zu waschen. Viele Klientinnen äußern Angst, im Genitalbereich „schmutzig“ zu sein, zu riechen oder unangenehm zu schmecken mit der Konsequenz, dass viele, in der Phantasie als lustvoll vorgestellte Sexualpraktiken nicht zugelassen werden, ohne dass mit dem Partner oder der Partnerin abgeklärt wurde, ob sie bzw. er diese Einschätzung teilt. Mir sind zahlreiche Frauen begegnet, die partnerschaftliche Sexualität während ihrer Menstruation nicht deshalb ablehnen, weil sie selbst dazu keine Lust haben (viele erleben den Orgasmus vielmehr als entspannend und wohltuend), sondern weil die alten Mythen über „die unreine Frau“ weitergewirkt haben und sie sich intrapsychisch nicht davon lösen konnten. Diese Beobachtungen werden übrigens nicht dadurch relativiert, dass man bei Männern vergleichbare Schwierigkeiten feststellen kann wie beispielsweise aversive Gefühle gegenüber dem eigenen Sperma⁴. Nach den vorliegenden Daten ist die Ablehnung von Ausdünstungen, Geruch und Sekreten unter Frauen vor allem wesentlich verbreiteter und massiver.

Demgegenüber haben Mädchen und Frauen mit anderen Aspekten von Lust wesentlich geringere Hemmungen und Schwierigkeiten als Jungen und Männer, weil sie in der Regel von klein auf Sinnlichkeit und Genussfähigkeit entwickeln dürfen. Wenn wir Kinder beobachten, dann liegen Mädchen beieinander, halten Händchen, streicheln sich mit Federn oder Blättern über Arm oder Rücken, machen Ratespiele auf dem Rücken, üben Küssen oder kuscheln in einem Bett. Demgegenüber werden Jungen von Kindesbeinen an mehrheitlich anderer als genitaler Sinneserfahrungen beraubt. Sie berühren sich beim Raufen oder nach dem Sieg ihrer Fußballmannschaft, aber wenn sich zwei sechsjährige Freunde küssen oder Hand in Hand gehen, hören sie bereits, sie seien wohl schwul. Zärtliche Berührungen zwischen Mutter und Sohn oder Vater und Sohn werden früher als zur Tochter aufgegeben, entweder weil die Eltern eine „Verhätschelung“ befürchten oder weil sich der Junge aus Angst vor kritischen Kommentaren seitens der Gleichaltrigengruppe zurückzieht. Die Folge ist häufig, dass erwachsene Männer kaum Zugang zu Gefühlen und Bedürfnissen haben, die außerhalb direkter Sexualität liegen bzw. dass „Streicheln, Schmusen, Kuscheln“ nur im Kontext von „Vorspiel“ von ihnen zugelassen wird statt als wertvolle eigenständige Praxis eines Paares seinen Platz zu finden. Mädchen lernen früh, sowohl zu streicheln als auch gestreichelt zu werden, während es Männern aufgrund ihrer Sozialisation oft schwer fällt, den passiven Part zu übernehmen. Sie wissen sehr wohl, wie gut ihnen eine Massage tut, was ja auch die hohen Besucherzahlen bei Geishas

zum Makel; nicht selten wenden sich auch die Väter abrupt von ihnen ab. Das Frauwerden erscheint als eine Kette von Verlusten.“ (ebd., S. 80)

⁴ vgl. Schnack/ Neutzling 1993, S. 327 ff und ihr Motto zum Kapitel über Sperma: „Sie: ‚Deine Sexualität ist schmutzig.‘ Er: ‚Na und?‘“

belegen, aber derartige Wünsche gegenüber der Partnerin zu äußern, scheint etwas anderes und Schwieriges zu sein.

Genau umgekehrt verhält sich der Umgang der beiden Geschlechter mit genitaler Lust. Wie eine neue Studie⁵ nochmals bestätigt (was wir ja schon seit Freud wissen), haben bereits Säuglinge und Kleinkinder großes Vergnügen daran, Glied, Scheide und Kitzler zu berühren und dabei ausgeprägte Lust zu empfinden. Viele Mädchen und Jungen fummeln in der Kindergartenzeit unverdrossen und selbstvergessen: zum Genuss, aus Langeweile, zur Beruhigung beim Einschlafen. Und bei den berühmt-berüchtigten Doktorspielen herrscht genitale Neugier vor – also auch Kinder ahnen etwas von dieser reizvollen Lustquelle!

Allerdings bestehen hier offensichtliche geschlechtstypische Unterschiede, die zum einen und vordergründig anatomisch zu erklären sind: Der Penis ist sichtbar und wird bei der Körperpflege automatisch berührt. Er erhält von den Bezugspersonen einen, meist gleich mehrere Namen. Und damit sind wir auch schon bei den untergründig wirksamen, kulturell bedingten Ursachen für den verschiedenen Umgang mit der Lust bei Mädchen und bei Jungen. Das Genital des Jungen ist faktisch wie bewusstseinsmäßig, quasi naturhaft präsent. Dass Buben mit ihrem Pimmel spielen, ihn in einer bestimmten Altersphase stolz präsentieren, dass sie einen Ständer haben und als Jugendliche onanieren, ist für einen Großteil der Erwachsenen heutzutage selbstverständlich und wird oft genug liebevoll, vielleicht auch anerkennend kommentiert, jedenfalls solange der Junge nicht ununterbrochen fummelt oder das gerade dann macht, wenn Oma zu Besuch kommt und „in Ruhe“ Kaffee trinken will!

Doch wie ist das bei kleinen Mädchen? Immer noch haben weibliche Kinder gar keinen oder nur einen Begriff für ihr Geschlechtsteile – in Deutschland meistens die „Scheide“-, der wesentlich weniger gefühlsmäßig besetzt ist als die vielen Bezeichnungen für den Penis. Andere Begriffe wie „Muschi“ werden schnell als pornographisch abgelehnt. Besonders auffällig und aus meiner Sicht ausgesprochen bedauerlich ist, dass die Klitoris bei einem Großteil der Mädchen nicht zur körpernahen Aufklärung im Kleinkindalter gehört. Vor zwei Monaten habe ich vor 80 Kindergartenmüttern einen Vortrag über Sexualerziehung im Elternhaus gehalten und danach gefragt, welche Frau ihre Tochter bereits über ihr zentrales Lustorgan aufgeklärt hat: Es waren keine 10%, und das im Jahr 2000! Immer noch löst die Vorstellung, den Kitzler zu benennen und vielleicht sogar dem Mädchen zu zeigen, ihn so zu berühren, wie der Penis Hunderte von Malen berührt wird, peinliche Gefühle aus. Und so ist es nicht weiter verwunderlich, dass Mütter bei häufiger Masturbation der Tochter schneller unruhig werden als bei Söhnen und deshalb beim Kinderarzt vorstellig werden⁶. Auch Erzieherinnen reagieren eher alarmiert und vermuten angesichts dieses angeblich sexualisierten Verhaltens nicht selten Missbrauch. Eine solch aufgeregte Reaktion verweist auf eine offensichtlich weiterhin vorherrschende Vorstellung, dass Mädchen „eigentlich“ von sich aus kein sexuelles Verlangen haben, sondern dies allenfalls im partnerschaftlichen Kontakt geweckt wird, es sei denn, es liegt eine Störung der vermeintlich natürlichen Entwicklung durch sexuelle Übergriffe vor.

Bei der neuesten Studie über jugendliches Sexualverhalten gaben denn auch nur 41% der 16- bis 17jährigen Mädchen Erfahrungen mit Selbstbefriedigung an gegen-

⁵ vgl. Schuhrke 1991 und 1998

⁶ vgl. Klein 1993; Friedrich 1993

über 87% der Jungen⁷. Diese Zahlen sagen natürlich nichts aus über die reale Praxis, doch sowohl die sexualpädagogische Arbeit mit Mädchengruppen als auch die therapeutische Arbeit mit Frauen legen die Annahme nahe, dass tatsächlich viele Mädchen und Frauen weder gedanklich noch körperlich positiven Zugang zu ihren Lustzentren gefunden haben und Selbststimulierung ablehnen. Das Loblied von Betty Dodson, einer amerikanischen Sexualtherapeutin, teilt diese Gruppe nicht:

„Die Verleugnung der Masturbation in unserer Gesellschaft belegt die fortdauernde sexuelle Unterdrückung. Von der Kindheit an haben wir Schuldgefühle wegen unserer Masturbation und schämen uns. Ohne eine sexuelle Beziehung zu uns selbst können wir besser manipuliert werden und akzeptieren den *status quo* leichter. Ich glaube, die Masturbation stellt den Schlüssel zur Aufhebung der sexuellen Unterdrückung dar, besonders für Frauen, die sich für frigide halten oder nicht sicher sind, ob sie beim Partnersex einen Orgasmus erleben. (...) Masturbation ist für uns alle ein Weg, um etwas über sexuelle Reaktionen zu erfahren. Sie bietet Gelegenheit, unsere Körper und Seelen nach jenen sexuellen Geheimnissen zu durchforschen, die wir sogar vor uns selbst zu verbergen gelernt haben. (...) Die Masturbation ist unsere erste sexuelle Aktivität. Auf diese Weise entdecken wir unsere erotischen Gefühle, lernen, unsere Genitalien zu mögen und sexuelle Selbstachtung aufzubauen. Es ist der beste Weg, sexuelles Wissen zu erlangen und die alten Ängste und Hemmungen abzubauen. Besonders Frauen können so ihr Selbstbewußtsein stärken, um mit ihren Liebhabern kommunizieren zu können. Befragt, was sich gut anfühlt, brauchen wir nicht mehr mit der Lüge aufzuwarten: ‚Oh, alles, was du machst, ist gut für mich.‘“⁸

Immer wieder gibt es in diesem Zusammenhang die Frage und den Streit um vaginalen oder klitoralen Orgasmus und den G-Punkt. Wenn man weiß, dass der größere Teil der Klitoris inwendig liegt und mehr umfasst als die sicht- und spürbare Perle, insofern also beim Koitus sehr häufig durch die Bewegungen eine indirekte Stimulierung des Kitzlers erfolgt, ist die Klärung eher unerheblich. Entscheidend scheint mir vor allem zu sein, sich von dem patriarchalen Ammenmärchen Sigmund Freuds zu lösen, wonach eine erwachsene Frau einen „reifen Orgasmus“ durch Koitus zu erreichen bestrebt sein muss, während eine Stimulierung der Klitoris von ihm als „unreif“ entwertet wurde. Für die Männer ist es anstrengender, wenn sie sich um die ausreichende Erregung ihrer Partnerin kümmern und ihre eigene Lust mit der der Frau abstimmen müssen, aber dafür erhalten sie auch gemeinsame und oft gesteigerte Freude am sexuellen Zusammensein.

Was also macht Frauen Lust und lebendig? Primär möchte ich hier die Vielfalt der Sinne nennen, die angesprochen werden möchte. Nicht unbedingt immer ganzheitlich, dass alle Sinne und dann möglichst noch in Verbindung mit dem Herzen einbezogen sein müssen, aber eben auch nicht einseitig oder stumpfsinnig immer derselbe. Sinnlichkeit, Spiel, Spontaneität, fehlende Zielgerichtetheit, Flexibilität und personale Bezogenheit im Kontakt scheinen mir Elemente zu sein, die Frauen bevorzugen – was im übrigen nicht bedeutet, dass Männer diese nicht auch mögen können.

2. Was ist das spezifisch Weibliche in sexuellem Verlangen und Agieren?

Lange Zeit war die weibliche Sexualität ein unentdeckter Kontinent. Allenfalls ließ sich über sie sagen, dass sie nicht identisch ist mit der männlichen. Diese weitgehende *tabula rasa* ist Resultat der jahrhundelangen Verleugnung weiblichen Begeh-

⁷ Schmidt 1993, S. 35, Tab. 3.1 (3)

⁸ Dodson 1989, S. 10

rens und politisch-religiöser Unterdrückung vor allem mithilfe der Hexenverfolgungen. In dem für mich außerordentlich erhellenden Buch von Herrad Schenk: „Die Befreiung des weiblichen Begehrens“⁹ wird der mehrfache Wandel in der gesellschaftlichen Einschätzung weiblicher Sexualität dokumentiert und in Verbindung gebracht mit den jeweiligen politischen und sozialen Strukturen. Es ist uns kaum bekannt, dass im Mittelalter das positive Bild von der lüsternen Frau vorherrschte – ein Begriff, der eine Frau heute immer noch tendenziell in Verruf bringt: Sie darf vielleicht *lustvoll*, aber sicherlich nicht *lüstern* sein! Neben anderen nennt Schenk als Beispiel ein Gedicht von Neidhardt von Reuenthal (13. Jh.), in dem die Mutter ihrer Tochter kein Minnerecht zugestehen will. ‚Du bist noch zu jung‘, erklärt sie der Sechzehnjährigen, die ihren Körper längst ‚gerecht zu den Werken der Liebe‘ hält. Da erinnert die Tochter ihre Mutter: ‚Ihr ward ja erst zwölf Jahre, da Ihr Eurer Jungfernschaft ledig wurdet!‘ Die Mutter lenkt ein: ‚Nun, so nimm meinewegen Liebhaber, so viel du willst.‘ ‚Das thät ich ja auch gern‘, ereifert sich die Tochter, ‚wenn Ihr mir die Männer nicht immer vor der Nase wegfischtet. Pfui doch, hol Euch der Teufel. Habt doch schon einen Mann, was braucht Ihr noch andere?‘ Jetzt gibt die Mutter klein bei: ‚Psst, schweig still, Töchterlein. Minne wenig oder viel, ich will nichts dagegen haben, und solltest du auch ein Kindlein wiegen müssen. Sei aber verschwiegen, wenn du mich der Liebe nachgehen siehst.‘“

Schenk resümiert über das Frauenbild dieser Epoche, dass „die Frauen als sexuelle Wesen wahrgenommen wurden, ausgestattet mit handfesten Bedürfnissen und einem nicht selten gewaltigen Appetit.“¹⁰ Dieses wurde abgelöst zunächst von der „verderbten Hexe“, die durch „ins Ungeheure gesteigerte sexuelle Triebhaftigkeit“ gekennzeichnet ist und den Mann schlimmstenfalls in den Tod treibt, wenn er sich verführen lässt und damit die Kontrolle über seinen Trieb verliert.

„In der Hexe wurde die Sexualität der Frau verfolgt und unterdrückt, und die weibliche Sexualität stand stellvertretend für die Sexualität überhaupt, auch die des Mannes, der seine eigenen Bedürfnisse abspaltete und leugnete. Frauen hatten ein intimeres Verhältnis zur Natur, zu all dem, was mit Sexualität und Fortpflanzung zusammenhing, und gerade solche Frauen waren bevorzugte Opfer des Hexenhasses, die auf vertrautem Fuß mit den Geheimnissen der Empfängnis, der Abtreibung und der Geburt standen. Indem sie den Frauen die Sexualität austrieben, versuchten die Vorreiter des neuen rationalen Weltbildes, auch sich selbst und ihre Triebe zu kontrollieren, denn dies war eine Voraussetzung dafür, die Natur um sich her mit naturwissenschaftlich-technischen Methoden in den Griff zu bekommen.“

Anfang des 20. Jahrhunderts ist von der sexuell aktiven und genussfähigen Frau nichts mehr übrig geblieben, vielmehr findet das weibliche Geschlecht seine Erfüllung ausschließlich in der Mutterschaft. Die Trennung von Hure und Heiliger war mit Ausgang des 19. Jahrhunderts perfekt: Eine gute Ehefrau beglückt ihren Mann, ohne selbst irgendetwas dabei zu empfinden. In den 20er Jahren weichen diese Vorstellungen mit Theodor van de Veldes „Die vollkommene Ehe“ ein wenig auf, verspricht er doch, dass der Mann seine Gattin zur Liebe erziehen und damit ihre angeborene sexuelle Gefühlskälte überwinden könne. Seit Ende der 60er/ Anfang der 70er Jahre, der sogenannten sexuellen Revolution hat sich ein neues Bild der Frau herauskristallisiert, das stärker als im Mittelalter von den Frauen selbst gestaltet wurde. Ob etwa Nancy Friday mit ihrer Sammlung weiblicher sexueller Phantasien und Shere Hite mit ihrem Sexualreport in den USA oder Alice Schwarzers „kleiner Unterschied“, Verena

⁹ Schenk 1991

¹⁰ ebd., S. 70

Stefan mit „Häutungen“ oder Anja Meulenbelts „Die Scham ist vorbei“ im deutschsprachigen Raum: Frauen meldeten sich, ermutigt durch die Frauenbewegung, mit sehr persönlichen Stellungnahmen zu erlittener und erwünschter Sexualität zu Wort und schufen damit eine erste Plattform, auf der dann andere Frauen miteinander und mit Männern über heterosexuelle und lesbische Sexualität ins Gespräch kommen konnten. Die grundsätzliche Infragestellung, ob genitale Penetration für Frauen tatsächlich so beglückend und befriedigend ist, wie sie Männern und sich selbst weismachen wollten, wirkte wie ein Befreiungsschlag aus den bisherigen Anpassungsstrategien, denen sich das Gros der Sexualpartnerinnen unterworfen hatte. Endlich durfte darüber gesprochen werden, dass Frauen ausreichende kitorale Stimulierung brauchen, und damit Freud mit seinem „unreifen Orgasmus“ widersprochen werden. Endlich hoben Frauen das selbstauferlegte Denk- und Redeverbot auf, ob ihr Tempo, ihre sexuellen Vorlieben und Phantasien womöglich das gleiche Anrecht auf Berücksichtigung haben könnten wie männliche Wünsche. Verena Stefan brachte Vorwurf und Selbstanklage 1975 in folgende Form:

„Der eine küsste leidenschaftlich und wild, so dass ich zähne spürte, nichts als zähne – Und ich küsste leidenschaftlich und wild.

Der andere küsste sanft und fand alles andere unreif und unerwachsen - Und ich küsste sanft und erwachsen.

Der eine mochte die beine geschlossen, der andere offen und flach, der nächste offen und um seinen rücken – Und ich hielt die beine geschlossen oder offen und flach oder offen und um seinen rücken (...)

Wenn ich einen mann liebte, tat ich es von vornherein verzweifelt. ich wünschte mir, von ihm für gut befunden zu werden. tat er es, glaubte ich ihm nicht. ich selber liebte mich weniger als früher.“¹¹

Das in dieser sexuellen Befreiungsbewegung zum Ausdruck kommende erstarkte Selbstbewusstsein resultiert aus den gravierenden ökonomisch-sozialen Strukturveränderungen, die den Frauen zur materiellen Unabhängigkeit durch eigene Erwerbsarbeit und Gleichberechtigung in Politik (Frauenwahlrecht), Gesellschaft (z.B. Gleichstellungsbeauftragte) und Partnerschaft (Liebesehe statt Zweckgemeinschaft, z.B. Abschaffung von *ehelichen Pflichten*, *Haushaltsvorstand* oder dem Recht auf Vergewaltigung) verhalf, womit ich weiterhin bestehende patriarchale Relikte, die Frauen benachteiligen wie ungleicher Lohn bei gleicher Arbeit, keineswegs leugnen möchte.

Die im Zuge des Feminismus erhobenen Forderungen an die Männer schafften auf Seiten der Männer erhebliche Verunsicherungen, die der amerikanische Sexualtherapeut Bernie Zilbergeld folgendermaßen darstellt:

„Sicher, ein Mann soll immer noch stark sein, doch er muss dies auf eine sensible und zurückhaltende Art und Weise zeigen. Zuviel Stärke gilt heute paradoxerweise als ein Defekt, als Anzeichen einer Neurose. Der Ausdruck *Macho* wird heute oft sowohl in einem abwertenden wie bewundernden Sinne benutzt. Und ein Mann muss auch mit seiner Sensibilität vorsichtig sein. Hat er zuviel davon, wie viel auch immer das sein mag, nennt man ihn einen Schwächling oder Softie. Noch immer soll ein Mann erfolgreich in seinem Beruf sein, aber irgendwie sollte er auch mehr Zeit für seine Partnerschaft aufbringen und sich gleichermaßen an der Kindererziehung und der Hausarbeit beteiligen.(...) Natürlich soll ein Mann auch immer noch ein feuriger Liebhaber sein. Schließlich will keine Frau einen Schwächling im Bett. Aber er sollte gleichzeitig ebenso zärt-

¹¹ Stefan 1975, S. 42 f.

lich wie rücksichtsvoll sein, die Wünsche und Bedürfnisse seiner Partnerin verstehen, selbst wenn sie ihm diese nicht mitteilt, und er soll bereit sein, alles zu tun, was für ihre Befriedigung notwendig ist. Weiterhin soll ein Mann beim Sex die Initiative ergreifen und beharrlich bleiben, selbst wenn er auf leichten oder möglicherweise vorgetäuschten Widerstand stößt. Dabei muss er wiederum imstande sein, einen möglicherweise vorgetäuschten Widerstand von einer echten Zurückweisung zu unterscheiden und er muss vorsichtig mit seinem sexuellen Angebot sein, damit es nicht als sexuelle Belästigung aufgefasst wird.¹²

Diese ansatzweise karikierende Zusammenstellung „widersprüchlicher Anforderungen“ seitens der Frauen an die Männer findet ihr Pendant auf weiblicher Seite: Männer wollten mehr Sex – und nun, wo sie ihn freiwillig von ihren Partnerinnen bekommen können, reagieren sie oft mit Lustlosigkeit. Männer wünschten sich lustvolle, selbstbewusste Frauen, die auch mal von sich aus die Initiative ergreifen, damit nicht immer sie, die Männer, sich einen Korb einfangen – und nun, wo die Männer tatsächlich mal von Frauen angemacht und direkt mit sexuellen Wünschen konfrontiert werden, ergreifen sie nur allzu oft die Flucht und suchen sich doch lieber wieder ein Häuschen, weil sie andernfalls mit Erfahrungen von Impotenz konfrontiert würden, wie emanzipierte Frauen vielfach berichten.

Wie sieht sie heute aus, die autonome und von der männlichen unterschiedene Lust und Begierde der Frauen, die nicht mehr nur auf das reagiert, was Männer sich von Frauen wünschen und dadurch den Frauen wiederum Selbstbestätigung verschafft, „gut im Bett zu sein“? Ein einheitliches Bild ergibt sich nicht – das wäre in Zeiten zunehmender Individualisierung und Pluralisierung allgemein und der Verschiedenheit sexueller Bedürfnisse und Gefühle innerhalb des weiblichen Geschlechtes sowie in der jeweiligen Paarkonstellation sogar äußerst merkwürdig.

Zunächst: Weibliche Sexualität definiert sich endgültig nicht mehr aus der *Fruchtbarkeit*, die Jahrhunderte lang den Kern sexueller Identität ausgemacht hat, sondern bildet nur noch eine von mehreren Facetten. Dies hat mit modernen Verhütungsmethoden ebenso zu tun wie mit den Wahlmöglichkeiten von Frauen zwischen Erwerbsarbeit und Familienarbeit oder deren Mischform. Die in der Sexualwissenschaft zentralen drei weiteren Sinnaspekte von Sexualität haben für Frauen mittlerweile einen gleich hohen Stellenwert, nämlich *Identität*, *Beziehung* und *Lust*, wobei diese Aspekte in ihrer Priorität situativ oder je nach Entwicklungsphase der Frau und der Beziehung variieren können. So ist es mal wichtig, mich über Sexualität zu vergewissern, dass ich für den anderen oder die andere noch attraktiv bin (\Rightarrow Identität), dann wieder drücke ich über körperliche Nähe meine Zuneigung aus (\Rightarrow Beziehung), in einer anderen Situation geht es mir einfach darum, mich wohl zu fühlen, Spaß zu haben und mich zu entspannen (\Rightarrow Lust). Tendenziell neigen Frauen allerdings eher dazu, Beziehung und Lust stärker miteinander zu verknüpfen als dies Männer tun, wobei nicht auszuschließen ist, dass dies wesentlich kulturell-moralisch bedingt und deshalb angesichts des Verschwindens fester sexueller Moralvorstellungen derzeit unwiederbringlich in Auflösung begriffen ist. Immerhin haben mittlerweile auch sehr viele Frauen neben ihren festen Beziehungen „lover“, Affairen und one-night-stands, in denen guter Sex eindeutig im Vordergrund steht, und fachsimpeln sie untereinander, inwiefern der Liebhaber ausreichend gute Qualität besitzt oder doch gegen einen anderen ausgetauscht werden sollte. Die lange Zeit gültige Doppelmoral gilt für viele gesellschaftliche Gruppen nicht mehr, auch wenn aus meiner Sicht weiterhin das

¹² Zilbergeld 1994, S. 8 f.

ideologische Erbe nachwirkt, indem sexuell aktive Mädchen und Frauen immer noch weit eher um ihren Ruf fürchten müssen als die männlichen Geschlechtsgenossen. „Flittchen“, „Schlampe“ oder „Herumtreiberin“ findet auf männlicher Seite kein wirkliches Äquivalent: Der Don Juan erntet doch eher Bewunderung als Verachtung!

In der fernöstlichen Kultur wird zwischen Yang – der männlichen Sexualität – und Yin unterschieden. „Yang ist wie Feuer: schnell entfacht, heftig auflodernd, aber rasch verbraucht. Yin ist wie Wasser: ruhiger, träger, aber ausdauernder.“¹³ Angesichts fiktionaler wie autobiographischer Dokumente zu weiblicher Sexualität bin ich mir nicht mehr sicher, ob diese Unterscheidung durchgängig zutrifft. Bei immer mehr Paaren begegne ich Frauen, die schnell sexuell erregt sind und „das ewige Streicheln“ ihrer Männer eher lästig finden, und Männern, die wenig Lust auf den berühmten „schnellen Fick“, sondern vielmehr an einer Kultivierung der Erregung Freude haben. Dennoch scheint mir dies ein physiologisch begründeter und mehrheitlich gültiger feststehender Geschlechtsunterschied zu sein: dass Frauen langsamer erregt werden als Männer und mehrfach hintereinander zum Orgasmus kommen können, während Männer nach der Ejakulation eine gewisse, im Alter deutlich zunehmende Erholungspause, die sog. Refraktärzeit, brauchen. Weiterhin ist ziemlich unumstritten, dass Männer das häufigste sexuelle Verlangen und ihre stärkste Potenz zwischen 16 Jahren und Mitte 20 haben, während Frauen erst Anfang 40 zur vollen Blüte gelangen. Diese Ungleichzeitigkeit schafft für viele heterosexuelle Paare erhebliche Probleme, denn mit den differenten Bedürfnissen gehen oft Druck, Versagensangst, Unzufriedenheit und Streit einher.

Wie bereits zuvor ausgeführt, lieben Frauen vielfältige sexuelle Aktivitäten und räumen dem Koitus oft nicht die Bedeutung zur Befriedigung ihrer eigenen Lust ein wie der Mann. Das bedeutet jedoch keineswegs, dass nicht sehr viele Frauen den Geschlechtsakt mögen, weil sie die Nähe zum Partner genießen oder ihm gerne einen Orgasmus schenken wollen oder die Macht lustvoll wahrnehmen, die sie mit ihren Körper über den Mann haben. Wenn man berücksichtigt, dass ein erheblicher Teil der sexuell aktiven Frauen niemals zum Orgasmus kommt und auch gar nicht weiß, wie dies gelingen könnte (die Schätzungen belaufen sich auf etwa ein Drittel der geschlechtsreifen Frauen), ist es nicht weiter erstaunlich, dass ein Koitus für diese Gruppe nicht so erstrebenswert ist wie für diejenigen, für die Geschlechtsverkehr mit der Befriedigung einer sexueller Lust verbunden ist.

Frauen verknüpfen heterosexuelle genitale Sexualität wesentlich stärker mit der Gefahr von ungewollter Schwangerschaft, Geschlechtskrankheiten und gewaltförmiger Unterwerfung als Männer, und deshalb sind Lust, Angst und Abwehr in höherem Maße bei vielen Frauen direkt miteinander kombiniert, insbesondere dann, wenn Erfahrungen mit Übergriffen vorliegen. Doch nicht nur reale Gewalterfahrungen, sondern auch die oft eindrücklichen Warnungen von Mutter und Vater spätestens zu Beginn der Pubertät, die Tochter möge aufpassen, signalisieren dem Mädchen, dass Sexualität und Lust vor allen Dingen etwas Bedrohliches und Gefahrvolles sind. Jungen bekommen demgegenüber eher die Vorfriede auf das Schöne mit auf den Weg und spüren weit weniger die Last der Verantwortung, die bei Mädchen mit der Geschlechtsreife einhergeht.

¹³ Schenk 1991, S. 247

Nicht biologisch, sondern bedingt durch Erziehung und kulturelle Vorgaben fällt es Frauen nach meiner Beobachtung deutlich schwerer, sich „egoistisch“ um die eigene Lust zu kümmern, indem sie ihre Partner um entsprechend lange und richtige Stimulierung bitten oder indem sie auf der Befriedigung ihrer Lust bestehen, auch wenn er mal keine hat oder bereits zum Höhepunkt gekommen ist. Immer wieder höre ich von Klientinnen, welche Sorge sie haben, sie könnten „zu lange brauchen“, das Kümmern um die Frau könne den Mann nerven und sexuell abtörnen, und er könnte negativ von ihr denken, wenn sie nicht wie auf Knopfdruck mit sexueller Erregung anspringt oder diese trotz schönsten Streichelns plötzlich wegbricht. Weibliche Erregung ist häufig leicht störrisch, wofür sich viele Frauen schämen. So machen sich Frauen eher Gedanken darüber, ob der Mann sich ausreichend als guter Liebhaber bestätigt fühlt, als darüber, wie sie zu einem befriedigenden Sexualleben kommen. Wie viele Frauen haben in ihrem Leben nicht nur einmal genau aus diesem Grund einen Orgasmus vorgetäuscht?!

3. Was wissen wir?

Die zuletzt beschriebene Vortäuschung falscher Tatsachen hat allerdings auch noch einen anderen Grund, der mit der seit etwa zehn Jahren massiv zunehmenden medialen Beschäftigung mit Sexualität zu tun hat. Alle diejenigen von Ihnen, die unter Bedingungen ausgeprägter sexueller Tabuisierung aufgewachsen sind, wissen, wie viele wertvolle Informationen, etwa über Empfängnisverhütung, ihnen vorenthalten worden sind, die ihnen eine Menge Angst und vielleicht auch Leid erspart hätten. Aufklärung schafft immer eine zusätzliche Freiheit, über mehr Wissen auch mehr Verhaltensmöglichkeiten zu kennen, Anregungen zu erhalten und ggf. auch ermutigt zu werden, Dinge auszuprobieren oder zu tun: Wenn ich weiß, dass auch andere zum Beispiel Oralsex mögen und praktizieren, genieße ich mich womöglich weniger und traue mich, dies meinem Partner vorzuschlagen, als wenn ich befürchten muss, ich hätte ein total pervernes Gelüst.

Doch wie immer bei jeder gesellschaftlichen Entwicklung gibt es auch die Kehrseite der Liberalisierung. Sie kann neuen Druck erzeugen, wenn das, was es gibt, etwa an sexuellen Spielarten, dann auch für „normal“ gehalten und schließlich zur neuen Norm erhoben wird. Wer sich einmal intensiver mit der Darstellung von Sexualität in den verschiedenen Fernsehsendern beschäftigt hat, wird den Eindruck nicht los, als würde ein völlig verzerrtes Bild durchschnittlich gelebter Sexualität gezeichnet, ohne dass erkennbar wird, wie sehr damit nur Schlüsselbedürfnisse und der Zwang hoher Einschaltquoten befriedigt werden.

Nach meinem Eindruck und dem einiger KollegInnen leuchtet in den Talkshows und Sex-Magazinen keine befreite, selbstbestimmte weibliche (oder auch männliche) Sexualität auf. Im Gewand von Lockerheit und moralischer Unkonventionalität kommt die alte Verklemmtheit daher: Wer so tut, als kenne er keine Scham, habe keine Grenzen, wünsche keinerlei Intimität, brauche immer neue Kicks und erlebe niemals Sprachlosigkeit, weil die Intensität der Gefühle keinen verbalen Ausdruck findet, ist nach meiner Kenntnis von Liebe, Lust und Leidenschaft nicht wirklich im Kontakt mit sich, sondern lässt sich eher von Motiven wie Suche nach Selbstbestätigung, Anerkennung oder exhibitionistischer Lust leiten. Und auf Seiten der ZuschauerInnen lässt sich angesichts des erstaunlich verbreiteten Voyeurismus erahnen, wie wenig ausgefüllt Männer und Frauen mit ihrem Liebesleben sind, denn die permanente Beschäftigung mit den sexuellen Praktiken, Phantasien und oft ziemlich abgedrehten Gelüsten anderer Leute langweilt auf die Dauer eher!

Die ständige sensationslüsterne Schau auf das faktisch Anormale (denn das Normale lockt niemanden hinter dem Ofen hervor!) bleibt jedoch nicht ohne Wirkung auf die Menschen, und damit bin ich wieder bei einer der Ursachen für das sog. *Faking*, also das Vormachen von sexuellen Gefühlen: Es braucht ein ausgeprägtes Selbstbewusstsein, um sich dem Wahn von Machbarkeit und Konsumierbarkeit von Sexualität zu entziehen. Ein Großteil der Menschen ist zumindest partiell geneigt, sich mit den Frauen bzw. Männern in Fernseh- und Kinofilmen, Illustriertenberichten oder Magazinen zu vergleichen und dann oft unter Leistungsdruck zu geraten, weil er bzw. sie nicht so heftig begehrt, nicht so schnell in Ekstase gerät oder nicht so variantenreich liebt, einiges fies und manches vielleicht zu akrobatisch und damit anstrengend findet. Bei diesem Vergleich erfährt das eigene Sexualleben leicht Abwertungen als zu langweilig und die eigene Person als zu gehemmt oder nicht ausreichend sexy. Statt sich einander zu zeigen, wie man wirklich ist, ist es dann für das eigene Selbstwertgefühl verlockend, so zu tun als ob man ganz begeistert oder „total geil“ wäre – und so nimmt manchmal der verhängnisvolle Teufelskreis seinen Anfang, weil einer oder beide immer schwerer zu den eigentlichen Bedürfnissen und Gefühlen zurückkehren können

4. Gibt es noch sexuelle Tabus (für Frauen)?

Wir leben in einer Zeit, in der öffentlich suggeriert wird, dass alles erlaubt ist, was gefällt, und dass es keiner Rechtfertigung bedarf, wenn man außergewöhnliche sexuelle Vorlieben hat, sofern man damit niemanden anderen schädigt. Nach all den Erfahrungen von Unterdrückung und Beschämung, Angst, Unwissenheit und Leiden, die repressive Sexualmoral und Erziehung bei vielen Frauen und Männern erzeugt haben, ist dies zunächst ein großer Gewinn, das eigene Leben in die persönliche Verantwortung zu nehmen und entsprechend den eigenen Vorstellungen, Werthaltungen und Präferenzen zu gestalten.

Je länger diese neue Freiheit währt, umso deutlicher wird allerdings auch, wie schwierig Orientierung und Entscheidung sind, wie häufig wir mit inneren Grenzen konfrontiert werden, die nicht zu den außen vorgestellten Möglichkeiten und Freiheiten passen, wie anstrengend Wählen und Verantworten im Vergleich zur Befolgung von Vorschriften oder Anpassung an fremde Erwartungen sind. Hier könnten meiner Einschätzung nach neue Tabus liegen: In der Arbeit mit Paaren wie mit Einzelnen fällt mir auf, wie schwer es vielen fällt, klar die eigenen Positionen und Grenzen bezüglich Liebe, Beziehungsgestaltung, Treue, Eigenständigkeit und Abhängigkeit zu benennen, sich also klar zu dem zu bekennen, was jemand braucht, nicht mag und keinesfalls zu tolerieren bereit ist, weil es oft auch Verständnis für anderslautende Positionen gibt oder weil es Erfahrungen mit eigenen Abweichungen von den Grundsätzen gibt, etwa wenn eine Frau sich Treue von ihrem Partner wünscht, aber erlebt hat, dass Seitensprünge gang und gäbe sind. Darf sie trotzdem darauf bestehen, dass er mit keiner anderen schläft oder auch nur schmust oder beweist sie damit, dass sie altmodische Moralvorstellungen hat?

Ein anderes Tabu besteht aus meiner Beobachtung darin, dass die vielgepriesene Offenheit und Toleranz von vielen Menschen nicht wirklich empfunden wird, sie ihre Ablehnung, Unverständnis oder Desinteresse nicht offen aussprechen können. Beispielsweise ist es in einigen gesellschaftlichen Kreisen anstößig, sich über Schwule abschätzig zu äußern. Statt dessen dokumentiert jeder seiner Akzeptanz in Form von „Das muss jeder selbst wissen...“ Darunter, so stelle ich oft fest, verbergen sich bei-

spielsweise aversive Gefühle gegen anonymen Sex auf Klappen oder in dark rooms oder gegen das manchmal tuntenhafte Verhalten bestimmter Homosexueller. Es wird so getan, als machte uns nahezu nichts mehr etwas aus und sei ja nichts dabei statt sich auf einen Streit darüber einzulassen, welche Toleranzgrenzen ich habe und wie die andere darüber denkt.

Anders als männliche ist weibliche Homosexualität in unserer Gesellschaft immer noch kaum wahrnehmbar und hat meistens nur in Großstädten eine Subkultur. Mädchen, die sich unsicher sind, ob sie Frauen oder Männer oder beide Geschlechter lieben, finden selten lebendige Modelle lesbischen Lebens, wie es auch kaum Vorstellungen in den Köpfen der Bevölkerung darüber gibt, wie Lesben ihre Sexualität und ihre Beziehungen gestalten. Der Preis für die geringere Diskriminierung von frauenliebenden Frauen ist deren Unsichtbarkeit!

Die Sexualität von älteren und alten Frauen kommt nur in Fachkreisen und in wenigen Veröffentlichungen zur Sprache und ins Bewusstsein, und Angebote für diese Personengruppe in kirchlichen Kreisen, Altentagesstätten, Seniorenheimen oder in Anbindung an Arztpraxen gibt es leider so gut wie gar nicht, wie auch das entsprechende Betreuungs- und Pflegepersonal nur äußerst unzureichend für diesen Sektor qualifiziert ist. Das Buch von Renate Daimler „*Die verschwiegene Lust. Frauen über 60 erzählen von Liebe und Sexualität*“¹⁴ hat mich vor Jahren sehr beeindruckt und mir Mut gemacht, dass ich für ein befriedigendes Sexualleben ja noch jede Menge Zeit habe, viele Veränderungen möglich sind, jedenfalls sofern mir ein Sexualpartner erhalten bleibt. Wenn ich vor Frauenrunden daraus vorgelesen habe, kamen sehr offene und anregende Gespräche unter den Betroffenen zustande und wurde angesichts dieser positiven Erfahrung über das Schweigen geklagt, das auf weiblicher Sexualität und sexueller Identität im Alter lastet – was ja ein deutlicher Hinweis auf das Tabu ist.

Und schließlich erscheinen mir die Ängste, wirklich offen in Partnerschaften und unter engen FreundInnen über sexuelle Empfindungen, Unsicherheiten, Hemmungen, Ängste, Fragen und Neugier zu sprechen, immer noch tabuisiert. Es ist heute verpönt zuzugeben, wie peinlich mir es ist, darüber zu reden oder dass mir die geeigneten Worte fehlen oder dass ich mich bestimmter Gefühle schäme. Wie oft erlebe ich in der Sexualtherapie, wie langjährige Paare hier erstmals miteinander über ihr sexuelles Miteinander sprechen, und zwar in der schwierigen Verbindung, konkrete Aspekte mit Gefühlen zu verbinden: Manche können gut darüber reden, wie begehrenswert sie den anderen finden oder wie sehr sie ihn lieben, aber beißen sich eher auf die Zunge, wenn es darum geht, ihm zu sagen oder zu zeigen, wie er sie anders streicheln soll. Andere Paare wiederum haben recht gut gelernt, sich wechselseitig technische Wünsche mitzuteilen, aber über die dabei entstehenden Gefühle schweigen sie sich aus. – Wie viele von uns werden manchmal rot oder geraten ins Stottern oder bekommen einen Schweißausbruch, wenn es um wirklich Intimes geht – und vermeiden deshalb eine Aussprache statt diese Offenbarung zu wagen!

5. Welche Chancen für Entwicklung und Wachstum stecken im gegenwärtigen „Zwischen“-Stadium?

¹⁴ Daimler 1991

Wir Frauen zwischen Wissen und Tabu – wohin wird unser Weg zu selbstbewusster Sexualität uns führen? Ich bin gleichermaßen zuversichtlich wie geduldig. In Kenntnis der Jahrhunderte langen Unterdrückung weiblicher Sexualität und der Verunsicherung im Geschlechterverhältnis, das neu austariert werden muss, wenn Frauen auf der Befriedigung ihrer spezifischen Bedürfnisse bestehen, gehe ich davon aus, dass wir nur langsam umlernen und uns verändern können. Das größte und wichtigste Sexualorgan ist bekanntlich unser Kopf, und der steht Frauen im Weg, weil Mythen, Normen und Fehlinformationen eine lustvolle sexuelle Praxis be- oder gar verhindern. Immer wieder gilt es, Frauen und Männer aufzuklären über sexuelle Reaktionen und deren Störungsmöglichkeiten, über realistische und überzogene Vorstellungen, über die Wirkung von Leistungsdruck und falsch verstandener Rücksichtnahme, über den Teufelskreislauf von Erwartungsangst und Lustlosigkeit usw. Es braucht Foren wie dieses hier oder auch ganz kleine intime Frauengruppen, um Gespräche untereinander zu fördern, die der einzelnen dazu verhelfen, kritisch, neugierig und experimentierfreudig ihre bisherige sexuelle Praxis zu überprüfen und neue Erfahrungen mit ihrer Lust zuzulassen. Meine Erfahrung ist, dass Frauen sich hierbei wunderbar gegenseitig ermutigen und anregen können.

Ich hoffe darauf, dass zunehmend mehr Mütter im Kontakt mit ihrer eigenen Lust ihre Töchter und Söhne angemessen aufklären und unterstützen und dass das parallel wachsende Selbstbewusstsein von Mädchen diesen dazu verhilft, entsprechend achtsam mit den eigenen Bedürfnissen umzugehen statt sich an Normen der Gesellschaft oder der männlichen Sexualpartner zu orientieren. Dass hier bereits einiges in Bewegung ist, lässt die bereits zitierte Hamburger Jugendstudie erkennen: Die Jugendlichen warten mit dem sog. ersten Mal, bis sie jemanden treffen, den sie lieben und dem sie vertrauen statt Sex aus Neugier oder unter dem Druck, den anderen sonst zu verlieren, zu haben. Je gründlicher sie aufgeklärt wurden und je mehr in ihrem Elternhaus über Sexualität gesprochen wurde, umso eigenverantwortlicher gehen sie mit Verhütung und dem Aushandeln von Bedürfnissen um.

Schließen möchte ich mit der klugen Antwort von Herrad Schenk auf die Frage, ob die Frauen denn nun nach sexueller Revolution, Lockerung der Sexualmoral, Aufweichung der traditionellen Geschlechterrollen, der alten Klischees von Weiblichkeit und Männlichkeit und der Vielzahl von Wahlmöglichkeiten mit ihrer sexuellen Freiheit glücklicher als zuvor seien:

„Ich werde mich hüten, diese Frage zu beantworten. Man kann sie nämlich nicht beantworten, und meines Erachtens ist es auch wenig ergiebig, sie zu stellen. Vielleicht ist es das größte Missverständnis der Moderne, seit der Erklärung der Menschenrechte, anzunehmen, mit der Entwicklung zum mündigen, selbstverantwortlichen, das eigene Leben aktiv gestaltenden Individuums sei ein Aufbruch ins Glück gemeint. Im Gegenteil: Alles spricht dafür, dass es äußerst schmerzhaft und mit viel Leid verbunden ist, zwischen verschiedenen Lebensmöglichkeiten wählen zu können. Denn all unsere Entscheidungen haben Konsequenzen, die wir vielleicht gar nicht mitwählen wollten, die wir dennoch zu tragen haben. Wir mögen das Recht haben zu suchen, was wir für unser individuelles Glück halten – aber wir haben kein Recht auf Glück, und es ist töricht anzunehmen, dass Freiheit Glück bedeutet. Es sei denn, wir verstehen unter Glück die Möglichkeit, unsere eigenen Erfahrungen zu machen und aus ihnen Schlüsse zu ziehen, für uns und unser Leben.“¹⁵

¹⁵ Schenk 1991, S. 259

Literaturverzeichnis

- Barbach**, Lonnie 1977: For Yourself. Die Erfüllung weiblicher Sexualität. Berlin: Ullstein
- Berger**, Alexandra/ **Ketterer**, Andrea 1997: Warum nur davon träumen? Was Frauen über Sex wissen wollen. München: Deutscher Taschenbuch Verlag
- Daimler**, Renate 1991: Verschwiegene Lust. Frauen über 60 erzählen von Liebe und Sexualität. Köln: Kiepenheuer & Witsch
- Dodson**, Betty 1989: Sex for one. Die Lust am eigenen Körper. München: Goldmann
- Düring**, Sonja 1993: Wilde und andere Mädchen (Die Pubertät). Freiburg im Breisgau: Kore
- Friday**, Nancy 1980: Die sexuellen Phantasien der Frauen. Reinbek: Rowohlt
- Friedrich**, Monika 1993: Mädchen und AIDS. Endbericht. Baden-Baden: Nomos-Verlagsgesellschaft
- Hite**, Shere: Frauen & Liebe. Der neue Hite-Report. München: Bertelsmann 1980
- Kaplan**, Helen Singer 1981: Hemmungen der Lust. Neue Konzepte der Sexualtherapie. Stuttgart: Enke 1981
- Klein**, Marlis 1993: Masturbation im Kindesalter. In: Bach/ Stumpe/ Weller: Kindheit und Sexualität. Braunschweig: Holtzmeier-Verlag
- Meulenbelt**, Anja 1978: Die Scham ist vorbei. Eine persönliche Erzählung. München: Verlag Frauenoffensive
- Schenk**, Herrad 1991: Die Befreiung des weiblichen Begehrens. Köln: Kiepenheuer & Witsch
- Schmidt**, Gunter (Hg.) 1993: Jugendsexualität. Sozialer Wandel, Gruppenunterschiede, Konfliktfelder. Stuttgart: Enke
- Schnack**, Dieter/ **Neutzling**, Rainer 1993: Die Prinzenrolle. Über die männliche Sexualität. Reinbek: Rowohlt
- Schurke**, Bettina 1991: Körperentdecken und psychosexuelle Entwicklung: theoretische Überlegungen und eine Längsschnittuntersuchung an Kindern im zweiten Lebensjahr. Regensburg: Roderer
- Schurke**, Bettina 1998: Kindliche Körperscham und familiäre Schamregeln. Bd. 11 der Reihe "Forschung und Praxis der Sexualaufklärung und Familienplanung. Köln: BzgA
- Stefan**, Verena 1975: Häutungen. München: Verlag Frauenoffensive

Sydow, Kirsten von 1993: Lebenslust. Weibliche Sexualität von der frühen Kindheit bis ins hohe Alter. Bern: Hans Huber

Vogt, Irmgard/ **Bormann**, Monika 1992: Frauen-Körper. Lust und Last. Tübingen: DGVT

Zilbergeld, Bernie 1994: Die neue Sexualität der Männer. Was Sie schon immer über Männer, Sex und Lust wissen wollten. Tübingen: DGVT