

Volkmar Sigusch
*Praktische
Sexualmedizin*
Eine Einführung.
Erweiterte
Neuausgabe

campus

Praktische Sexualmedizin

Volkmar Sigusch, Arzt und Soziologe, ist einer der angesehensten Sexualwissenschaftler der Gegenwart. Von 1973 bis 2006 war er Direktor des Instituts für Sexualwissenschaft der Universität Frankfurt am Main. Als jüngster Medizinprofessor auf den ersten selbstständigen Lehrstuhl für Sexualwissenschaft berufen, entfaltete er national und international eine außerordentliche Wirkung.

Volkmar Sigusch

Praktische Sexualmedizin

Eine Einführung

Durchgesehene Neuauflage mit einem
aktuellen Vorwort von Volkmar Sigusch

Campus Verlag
Frankfurt/New York

Die Originalausgabe erschien 2005 unter dem Titel
»Praktische Sexualmedizin. Eine Einführung« im Deutschen Ärzte-Verlag.

Durchgesehene und erweiterte Neuauflage 2020

ISBN 978-3-593-51312-6 Print
ISBN 978-3-593-44572-4 E-Book (PDF)
ISBN 978-3-593-44571-7 E-Book (EPUB)

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt.
Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig. Das gilt
insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen
und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.
Trotz sorgfältiger inhaltlicher Kontrolle übernehmen wir keine Haftung
für die Inhalte externer Links. Für den Inhalt der verlinkten Seiten
sind ausschließlich deren Betreiber verantwortlich.
Copyright © 2020. Alle Rechte bei Campus Verlag GmbH, Frankfurt am Main.
Umschlaggestaltung: Campus Verlag GmbH, Frankfurt am Main
Satz: DeinSatz Marburg | lf
Gesetzt aus: The Sans und Adobe Garamond Pro
Druck und Bindung: Beltz Grafische Betriebe GmbH, Bad Langensalza
Printed in Germany

www.campus.de

Inhalt

Vorwort	7
Sexualität im kulturellen Wandel	9
Veränderungen des Sexualebens in den letzten Jahrzehnten.....	9
Jugendsexualität	12
Pluralisierung der Intimbeziehungen	18
Sexualität in der Öffentlichkeit	23
Untersuchung und Diagnose	29
Sexuelle Störungen in einer sexualmedizinischen Ambulanz	29
Das Verschwinden der Sodomie	33
Leitsymptome sexueller Erlebens- und Funktionsstörungen	35
Kritische Bemerkungen zur Fachsprache	43
Ätiologische Dimensionen	47
Die körperliche Untersuchung	52
Die psychologische Untersuchung	57
Krankheitsbedingte sexuelle Störungen.....	61
Arzneimittelinduzierte sexuelle Dysfunktionen	66
Operationsbedingte sexuelle Dysfunktionen	73
Differenzialdiagnose sexueller Erlebens- und Funktionsstörungen	77
Beratung und Behandlung.....	83
Sexualberatung	83
Paartherapie	87

Sildenafil (Viagra®) und Verwandte	93
Schwellkörper-Autoinjektionstherapie (SKAT)	108
Andere medikamentöse Behandlungen	113
Mechanotherapien	122
Operative Verfahren	125
Hormontherapien	130
Sexualität als Gesundheitsgewinn	134
Prosexuelle Substanzen der Zukunft	137
Spezielle Probleme	145
Sexuelle Störungen im Kindes- und Jugendalter	145
Sexueller Missbrauch	154
Drogen und Sexualität	166
Süchtig-perverse Entwicklungen	170
Ausblick	183
Neosexualitäten am Beispiel der Bisexualität	183
Die Bedeutung der Liebe	188
Was heißt Sexualität?	193
Die Zukunft unserer Sexualität	201
Literatur	207

Vorwort

Vor 15 Jahren habe ich für den Deutschen Ärzte-Verlag in Köln eine Einführung in die »Praktische Sexualmedizin« verfasst. Mit meiner Emeritierung sind deren Rechte wieder an mich zurückgefallen, sodass ich mich jetzt mit Texten aus dieser Einführung auch an so genannte Laien wenden kann.

Dummerweise erhalten Ärzt*innen und Psychotherapeut*innen hierzulande nach wie vor in ihrem Studium keine entsprechende Ausbildung. Sexualmedizin und Sexualpsychologie werden an unseren Universitäten nach wie vor nicht nach dem Gesetz unterrichtet. Nur an einigen Universitäten gibt es für die Studierenden kleine Einsprengsel.

An wen ich damals beim Schreiben vor allem gedacht habe? Zunächst an Allgemein- und Hausärzt*innen, die viele Lebensläufe erleben, die Geheimnisse erfahren oder erraten, die Weichen stellen und falsche Entscheidungen verhindern können. Ich habe aber auch an psychologische Psychotherapeut*innen gedacht, weil sie dem Buch entnehmen konnten, an welche körperlichen Ursachen und an welche körperlichen Behandlungsverfahren zu denken ist, wenn ein Patient ein sexuelles Problem hat. Die Ärzt*innen wollte ich im Interesse der Sache vor allem mit der psychischen Seite der Probleme konfrontieren, die Psycholog*innen mit der körperlichen und beide zusammen mit der kulturellen. Obgleich die genannten Dimensionen im Lebensprozess untrennbar ineinander liegen, werden sie bei uns durch die historische Entwicklung der wissenschaftlichen Sphäre bedauerlicherweise immer wieder disziplinar getrennt.

Nicht zuletzt aus diesem Grunde ist die medizinische und psychotherapeutische Versorgung von Patientinnen und Patienten mit sexuellen Problemen und Störungen in Deutschland nach wie erschütternd schlecht. Deshalb hoffe ich sehr, dass dieser Grundriss der Sexualmedizin meine lie-

ben Kolleginnen und Kollegen und natürlich belesene Menschen aller Geschlechter anregen wird, eine notwendige sexualmedizinische Behandlung durch Ärzt*innen verschiedener Disziplinen zu erringen. Sehr traurig ist, dass eine curriculare und zertifizierte Fortbildung in zwei Stufen (»Sexuologische Basiskompetenzen« und »Sexualtherapie«), die wir vor Jahren für die lieben Kolleginnen und Kollegen etabliert haben, wieder verschwindet.

Etliche der nachfolgenden Beiträge sind aus einer Fortbildungsreihe hervorgegangen, die ich vor Jahren für Allgemein- und Hausärzt*innen geschrieben habe. Da diese Artikel wegen ihrer Kürze und Schnörkellosigkeit großen Anklang bei den Kolleginnen und Kollegen fanden, habe ich sie als Muster für diese Einführung in die praktische Sexualmedizin benutzt.

Frankfurt am Main, im Juni 2020

Prof. Dr. med. Dr. habil. Volkmar Sigusch

Sexualität im kulturellen Wandel

Veränderungen des Sexuallebens in den letzten Jahrzehnten

Jeder Arzt, der das Sexualleben seiner Patienten ernst nimmt, weiß, dass die Wertvorstellungen, Sehnsüchte und Erfahrungen von Generation zu Generation erheblich differieren. Deshalb sind einige Bemerkungen zur allgemeinen Lage des Sexuellen in unserer Kultur notwendig, bevor einzelne Störungen und ihre Behandlung erörtert werden.

Da der Arzt bei allen medizinischen Fragen, die nicht mit Hilfe naturwissenschaftlich begründeter Untersuchungsverfahren zu beantworten sind, auf sich selbst als »Untersuchungsinstrument« angewiesen ist, sollte er reflektieren, welcher Generation er selbst angehört und welchen Vorstellungen vom gesunden und glücklichen Liebesleben er folglich verpflichtet ist.

Viele Ärztinnen und Ärzte, die heute praktizieren, gehören Generationen an, über die so genannte sexuelle Revolutionen hereingebrochen sind. Als sich die Werte und Normen, das Erleben und Verhalten zum Teil drastisch veränderten, befanden sie sich in jenem Alter, in dem noch nicht alle sexuellen Weichen gestellt sind. Sie wurden also, ob sie wollten oder nicht, von der sexuellen Revolution erfasst, selbst die, die sich dagegen stemmten. Denn auch der, der gegen den Strom schwimmt, schwimmt im Strom.

Reale und symbolische Sexualität

Zur Zeit der sexuellen Revolutionen wurde die Sexualität mit einer solchen Mächtigkeit ausgestattet, dass einige davon überzeugt waren, durch ihre Entfesselung sogar die ganze Gesellschaft stürzen zu können. Andere erklärten die Sexualität zur menschlichen Glücksmöglichkeit schlechthin. Generell sollte sie so früh, so oft, so vielfältig und so intensiv wie nur irgend möglich praktiziert werden. Generativität, Monogamie, Treue, Virginität und Askese waren Inbegriff und Ausfluss der zu bekämpfenden Repression. Dass mit der »Befreiung« erhebliche Fremd- und Selbstzwänge, neue Probleme und alte Ängste einhergingen, wollten die Propagandisten nicht wahrhaben. Sie verlangten zum Beispiel Geschlechtsverkehr in der Schule.

Heute ist davon keine Rede mehr. Das, was die Generationen einer sexuellen Revolution als Lust, Rausch und Ekstase erlebten oder ersehnten, problematisierten unsere jüngeren Patienten unter dem Aspekt der Geschlechterdifferenz, der sexuellen Übergriffigkeit, der Missbrauchserfahrung, der Gewaltanwendung und der Infektionsgefahr infolge des Einbruchs der Krankheit AIDS. Diese Vokabeln habe ich mir nicht ausgedacht. Sie bezeichnen die Topoi der wissenschaftlichen Diskussion seit den 1980er-Jahren und die Themen, die Jugendliche und junge Erwachsene seither beschäftigten.

Wurde früher die generative von der sexuellen Sphäre so sehr getrennt, dass man den Eindruck haben konnte, Fortpflanzung und Sexualität hätten gar nichts miteinander zu tun, erfolgten in den letzten Jahrzehnten andere Dissoziationen. Die wichtigste ist wohl die, deren Stichwort Geschlechterdifferenz heißt. Für viele Menschen, in und außerhalb der Wissenschaft, gibt es jetzt nicht nur eine Sexualität, die männliche als das Modell, deren Negativ die weibliche Sexualität ist, sondern zunächst einmal zwei deutlich unterschiedene Sexualitäten: die weibliche und die männliche. Dabei werden selbstredend die Differenzen übertrieben, wenn es heißt, Frauen seien generell friedfertig und immer Opfer, Männer dagegen seien prinzipiell gewalttätig, impotent und geil.

Chancen und Risiken

Jeder kulturelle Wandel birgt Chancen und Risiken. Die sexuellen Revolutionen bekämpften eine unerträgliche Heuchelei in allen Fragen des Geschlechtslebens, entpathologisierten Praktiken wie die Selbstbefriedigung, schnitten blödsinnige Zöpfe ab wie den Kuppelparagraphen, rangen um eine allgemein zugängliche, verträgliche und wirksame Kontrazeption, problematisierten das Verhältnis von Eltern und Kindern. Endlich wurden Dunkelfelder aufgehellert wie der sexuelle Missbrauch in der Familie, herrschte eine Pluralisierung der Lebensformen, von der frühere Generationen nicht einmal träumen konnten, wurde nicht mehr alles über den metaphysischen Kamm des ungeteilten Eros geschoren. Auf der Schattenseite aber tummeln sich nach wie vor die Übertreibungen und Verdächtigungen, die Vermarktungen und Banalisierungen.

Der Arzt, der berät und behandelt, kommt nicht umhin, den ständigen kulturellen Wandel zu bedenken, dem die scheinbar natürlich vorausgegebene Sexualität unterliegt. Für unsere jungen Patientinnen und Patienten regiert kein König Sex mehr. Er wurde durch die Geschlechterkampf- und Missbrauchsdiskurse und auch durch die kulturelle Installation eines AIDS-Komplexes in den 1980er-Jahren vom Thron gestoßen. Heute erleben junge Menschen ihre Sexualität nicht mehr so dranghaft und unaufschiebbar wie in den Generationen zuvor. Etliche erleben sie überhaupt nicht mehr bewusst. Kommen sie in die Sprechstunde, klagen sie über »Lustlosigkeit«, eine »Störung«, die wir seit der Jahrtausendwende zunehmend beobachten.

Während die einen lustlos sind, erfinden die anderen neue Obszönitäten, um sich zu erregen. Mit und ohne sexuelle Revolutionen versehen Menschen immer wieder das, was unveränderbar schien, mit anderen Bedeutungen, erleben verpönte sexuelle Praktiken wie den Oralverkehr »auf einmal« als ganz normal. Am Beginn des 20. Jahrhunderts nannte Sigmund Freud solche Praktiken »pervers«. In der Mitte des 20. Jahrhunderts wies Alfred Charles Kinsey nach, dass sie in der Normalbevölkerung weit verbreitet sind. Von diesem Schock konnten sich die USA lange nicht moralisch erholen.

Für unsere Arbeit ist wichtig, dass sich die realen und symbolischen Bedeutungen der Sexualität innerhalb eines Jahrzehnts drastisch verändern können. Neue Therapien treten dann auf den Plan, und alte werden verpönt. So können wir uns heute nicht mehr gestatten, einen alten Mann, der an seiner sexuellen Asthenie leidet, zwischen zwei blühende junge Frauen zu legen, auf dass deren Vitalität auf ihn überspringe – wie es unsere Vorfäter mit großem Erfolg praktiziert haben.

Jugendsexualität

Das Sexualeben der Heranwachsenden, das die Sexualwissenschaft seit Jahrzehnten empirisch erforscht, oszillierte in den letzten Jahrzehnten zwischen stiller Beziehungstreue und schrillen Selbstinszenierungen auf Liebesparaden.

Geht es um Jugendsexualität, ist die deutsche Sexualwissenschaft empirisch in einer recht glücklichen Lage. Denn über Jahrzehnte wurde vorrangig die Sexualität junger Leute studiert. So wurden beispielsweise elf bis 16-jährige Schülerinnen und Schüler, 16- und 17-jährige Jugendliche, 20- und 21-jährige Arbeiterinnen und Arbeiter, 19- bis 30-jährige Studierende sowie Homosexuelle und Paare mit sexuellen Problemen aus allen Altersgruppen interviewt. Da einige Studien in großen Abständen wiederholt worden sind, ist es möglich, gesicherte Aussagen zu den Veränderungen im Verlauf von Jahrzehnten zu machen.

Ende der 1960er-Jahre stellten wir fest, dass sich die damals 16- und 17-Jährigen sexuell so verhielten wie die 19- und 20-Jährigen zehn Jahre zuvor (Sigusch und Schmidt 1973). Das, was »sexuelle Revolution« genannt wurde, bestand also hinsichtlich des Verhaltens darin, etwa drei Jahre früher mit Verabredungen, Küssen, Petting und Geschlechtsverkehr zu beginnen. Die tradierten Wertvorstellungen wurden jedoch nicht in Frage gestellt. Liebe, Treue, Ehe und Familie bestimmten weiterhin die morali-

schen Vorstellungen der jungen Leute. Sie interpretierten sie aber nicht so eng und vor allem nicht so männerzentriert wie die Generationen davor. Statt einer festen Beziehung vor der Ehe plädierten sie für mehrere Liebesbeziehungen mit gegenseitiger Treue, sodass wir damals den Standard »passagere Monogamie vor der Ehe« diagnostizierten.

Wichtig ist, dass damals viele Jugendliche Sexualität als lustvoll und beglückend erlebten und nicht mehr so stark wie ihre Eltern unter Ängsten und Schuldgefühlen litten. Das war historisch etwas wirklich Neues, vor allem für Mädchen und junge Frauen. Neben der allgemeinen sexuellen Liberalisierung in der Gesellschaft hat sicher die Einführung der »Pille« zu dieser Entspannung beigetragen.

Enthemmt oder enthaltsam?

Wie sah es nun später aus? Einerseits sehr ähnlich, andererseits recht different (Schmidt 1993/2000). Ähnlich, weil Jugendliche später mit Dating, Küssen, Petting und Geschlechtsverkehr nicht früher begannen und auch keine umfangreicheren Erfahrungen machten als am Ende der 1960er-Jahre. Insofern hatte sich die »sexuelle Revolution« nicht fortgesetzt. Berichte in den Medien, nach denen die Jugend entweder sexuell enthemmt sei oder sich von der Sexualität ganz verabschiedet habe, gingen gleichermaßen an der Wirklichkeit vorbei. Nach wie vor hatten damals mit 16 oder 17 Jahren etwa drei Fünftel der Jungen und Mädchen schon einmal genitales Petting und etwa zwei Fünftel schon einmal Geschlechtsverkehr erlebt.

Auch die zentralen Wertvorstellungen hatten sich nicht wesentlich verändert. Junge Männer banden die Sexualität sogar noch stärker an eine feste Liebesbeziehung mit Treue als vor einer Generation. Sie waren zwar noch nicht so romantisch wie junge Frauen, legten aber deutlich größeren Wert auf gegenseitiges Verstehen und Vertrauen. Häufiger als früher standen sie ihrer Freundin Gefühle, vor allem die der Liebe. Große Angst hatten Jugendliche vor dem Verlassenwerden, vielleicht weil sie als Nachkommen der sexuellen »Revolutionäre« erfahren mussten, dass Ehen weder heilig sind noch ewig.

Was aber hat sich damals geändert? Wie in der Gesellschaft insgesamt hatte auch für junge Leute die symbolische Bedeutung der Sexualität abgenommen. Sie ist heute selbstverständlicher, ja banaler, wird nicht mehr so stark mystisch überhöht. Weil sie nicht mehr die große Überschreitung ist, kann sie auch unterbleiben. Junge Männer, die sexuell abstinent leben, können sich heute eher dazu bekennen, ohne von ihren Freunden automatisch verhöhnt zu werden. Junge Frauen geben heute seltener an, dass ihre sexuellen Erlebnisse lustvoll und befriedigend waren. Jungen erleben die Pubertät nicht mehr wie früher als den unbeherrschbaren Einbruch des Sexualtriebes. Auch später erleben sie ihre Sexualität nicht mehr als so dranghaft und unaufschiebbar.

Dazu passt, dass sie heute weniger Sexualpartnerinnen haben als vor einer Generation. Von Promiskuität kann sowieso keine Rede sein. Nur Minderheiten haben im Jugendalter mehr als einen bis maximal drei Sexualpartner. Gleichzeitig sind Selbstbefriedigung und gleichgeschlechtliche Erlebnisse nicht mehr so bedeutungsvoll. Während der Rückgang der Onanie nur gering ist, sind homosexuelle Kontakte inzwischen eine Rarität. Früher machte beinahe jeder fünfte Junge derartige Erfahrungen, heute sind es nur noch zwei Prozent.

Verhältnis der Geschlechter

Für diese Veränderungen gibt es viele Gründe. Genannt habe ich bereits die kulturelle Entmystifizierung der Sexualität. Sie ging in den letzten Jahrzehnten mit dem Abbau von Sexualverboten und der Egalisierung der Geschlechter einher. Heute wachsen Mädchen und Jungen von der Kindheit an zusammen auf, wie sich an der allgemein durchgesetzten Koedukation ablesen lässt. Sexuelle Betätigung im Jugendalter, allein oder zu zweit, wird heute von vielen Eltern akzeptiert oder sogar befürwortet. Geschlechtsverkehr findet ganz überwiegend nicht mehr heimlich an konspirativen Orten statt, sondern zu Hause inmitten der Familie. Diese »Familiarisierung« der Jugendsexualität bringt natürlich neue Probleme im Sinne einer fürsorglichen Belagerung mit sich.

Der Wegfall der Verbote und die Annäherung der Geschlechter haben der homophilen Jugendphase, die einst von den Dichtern besungen worden ist, den Garaus gemacht. Seitdem die Homosexualität als eine eigene Sexualform öffentlich verhandelt wird, steht die Befürchtung der Jungen im Vordergrund, als »Schwuler« angesehen zu werden. Dass die Homosexualität auch noch mit der Krankheit AIDS auf besonders enge Weise verbunden ist, schreckt gewiss zusätzlich ab.

Insgesamt ist die Bedeutung von AIDS für die sexuelle Entwicklung junger Leute nicht ganz leicht einzuschätzen. Nach dem, was sie bewusst im Kopf haben, scheint der Einfluss relativ gering zu sein. So kennen die meisten Jugendlichen die Übertragungswege des Erregers, und die allermeisten verhalten sich so, dass es gar nicht zu einer Infektion kommen könnte. Wie es jedoch im Unbewussten aussieht, welche irrationalen Ängste Heranwachsende haben, wissen wir viel zu wenig.

Doch zurück zum Verhältnis der Geschlechter, das heute im Zentrum des Geschehens steht. Ging es vor ein bis zwei Generationen um den Trieb des Mannes und den Orgasmus bzw. die Anorgasmie der Frau, geht es heute darum, wie junge Frauen und Männer am besten miteinander zurechtkommen. Wichtiger als der sexuelle Akt ist eine feste Beziehung, in der sich die Partner angenommen und aufgehoben fühlen. Pointiert gesagt, ist das der historische Weg von der Wollust zur Wohllust. Beschritten werden konnte er nur, weil Tabus und Geschlechterdifferenzen abgebaut worden sind und sich Jungen allmählich trauen, Gefühle zu zeigen und darüber mit ihrer Freundin zu sprechen, obgleich sie immer noch eher als Mädchen dazu erzogen werden, stark und hart zu sein.

Das Heft aber haben die jungen Männer heute nicht mehr unwidersprochen in der Hand. Hier schlägt sich sehr konkret der Jahrzehnte lange Kampf vieler Frauen um Selbstbestimmung nieder. Dafür ein Beispiel: Sehr viel häufiger als früher bestimmen heute junge Frauen, was in einer Beziehung geschieht und wie weit sexuell gegangen wird. Die sexuelle Initiative geht heute deutlich seltener vom Jungen und deutlich häufiger vom Mädchen aus. Das gilt auch für den ersten Geschlechtsverkehr. Ende der 1960er-Jahre willigten beinahe 90 Prozent der Mädchen »dem Jungen zuliebe« ein. Heute sind es nicht einmal 30 Prozent.

Ängste und Sorgen

Recht vernünftig ist auch das Verhütungsverhalten der jungen Leute. Beim ersten Geschlechtsverkehr wenden heute rund 80 Prozent ein sicheres Mittel an, etwa doppelt so viele wie vor einer Generation. Später kümmern sich beinahe alle um die Verhütung. Als Mittel nennen gut 70 Prozent der Mädchen und gut 50 Prozent der Jungen die »Pille«, fast 40 Prozent der Mädchen und fast 60 Prozent der Jungen das Kondom. Zur Akzeptanz des Kondoms bei Jugendlichen haben sicher die AIDS-Präventionskampagnen beigetragen, die dessen Anwendung als erwachsen und verantwortungsbewusst darstellten. Auch die Kontrazeption ist heute eine Angelegenheit beider Geschlechter. Neben die Empfängnisverhütung der Frauen ist die Zeugungsverhütung der Männer getreten.

Obleich das Verhütungsverhalten heute rational und wirksam ist, gehört die Angst vor einer ungewollten Schwangerschaft nach wie vor zu den großen Belastungen der Jugendzeit. Über 70 Prozent der jungen Frauen haben schon einmal Angst gehabt, schwanger zu sein. Demgegenüber hat weniger als ein Zehntel der Jugendlichen schon einmal befürchtet, sich auf sexuellem Weg mit dem HI-Virus infiziert zu haben.

Neben der Angst vor dem Ende einer Beziehung und vor einer ungewollten Schwangerschaft belasten sexuelle Übergriffe das Liebesleben der Heranwachsenden und damit das Verhältnis der Geschlechter zu einander. Zwei Drittel der Mädchen im Alter von 16 oder 17 Jahren geben an, mindestens einmal sexuell attackiert worden zu sein. Bei den Jungen ist es jeder vierte. Knapp ein Zehntel der Mädchen wurde Opfer eines schweren Übergriffs wie eines erzwungenen Geschlechtsverkehrs. Mädchen werden ausschließlich von Männern attackiert, Jungen ganz überwiegend.

Im Gegensatz zu früheren Zeiten sind junge Menschen heute für das Problem des sexuellen Missbrauchs durch den öffentlichen Diskurs stark sensibilisiert. Jedenfalls ist das im Westen Deutschlands so. Im Osten ist vieles – noch? – anders. Beispielsweise kommt es deutlich seltener zu sexuellen Übergriffen, sind Mädchen aus dem Osten häufiger koituserfahren als Mädchen aus dem Westen, leben Jungen aus dem Westen häufiger enthalten als Jungen aus dem Osten.

Paraden der Selbstliebe

Doch wie geht es nach der Jugendphase weiter? Statistisch gesehen, werden die jungen Frauen bei der Heirat 27 oder 28, die Männer fast 30 Jahre alt sein. Beinahe jede dritte Ehe wird geschieden werden. Immer mehr Männer und Frauen werden unverheiratet zusammenleben oder allein bleiben. Im Durchschnitt wird eine Frau ein bis zwei Kinder bekommen, statistisch: eineinhalb. Jede dritte Frau wird kinderlos bleiben. Der Tendenz nach bewegen wir uns auf eine Single-Gesellschaft zu, in der alle zusehen müssen, wie sie alleine durchkommen. In den Großstädten zählen die Blutsbande schon heute nicht mehr sehr viel. Umso wichtiger ist es, sich durch einen bestimmten Lifestyle subkulturell zu vernetzen.

Die oft »ungeile« Beziehungsliebe wird immer deutlicher von Selbstliebe und »geilen« Events flankiert. Die Beziehungsdisziplin wird durch allerlei Aufputzungen und Selbstdrapierungen erträglich gemacht. All das kann am besten an den Love Parades der Jugend seit den 2000er-Jahren abgelesen werden. Dort herrschte der Augensinn, nicht der Sex. Alle sind individuell und unterschiedlich, gleichzeitig aber in Gemeinschaft. Alle fallen aus dem Rahmen und sind gerade dadurch eingebunden und formiert. Aufgebrezelt wird die Verschmöktheit des Alltagslebens bis zum Zusammenbruch gesampled abgefeiert – um es in der Sprache der damaligen Jugend zu sagen.

Das ist ebenso schrill und bunt wie realistisch. Denn in der Gesellschaft haben die jungen Leute nichts mehr zu lachen. Dort ist nur noch die Rede von Arbeitslosigkeit, Fremdenfeindlichkeit, Drogen und Gewalt, wenn es um die Generation geht, die unsere Zukunft ist. Neben diesem negativen Bild von »der« Jugend verblassen die jungen Christen und die jungen Forscher, obgleich sie eine Moralität einklagen und eine Kreativität beweisen, die in der Gesellschaft der Erwachsenen ihresgleichen suchen. Es ist schon paradox: Unsere Gesellschaft frönt dem Fetisch Jugendlichkeit, doch die Jugend selbst ist eine vergessene Generation. Sie steht nicht im Zentrum des gesellschaftlichen Geschehens, sondern an dessen Rand. Der Jugendfetisch, den wir anbeten, verlangt von uns allen, neugierig, frisch, glatt, dynamisch, gesund und zukunftsorientiert zu sein.

Doch der jungen Generation, die die Zukunft eigentlich kreativ gestalten sollte, wird von Erwachsenen bedeutet, sie sei ein Problem, eine Last, bereite mehr Sorgen als Hoffnung. Wirklich ernst genommen und umworben werden Jugendliche nur als Konsumenten. Ihre gesellschaftliche Bedeutung kommt folglich aus zweiter Hand. Im Nachkriegsdeutschland ist noch keiner nachgewachsenen Generation so brutal bedeutet worden, dass sie zu großen Teilen weder kulturell noch gesellschaftlich benötigt wird. Ein erheblicher Teil der Eltern- und Großelterngeneration lebt spätestens seit 1968 in dem Wahn, Jugendlichkeit und Durchblick gepachtet zu haben. Vor allem Männer dieser Generationen, die es zu etwas gebracht haben, können nicht alt werden. Mit 60 Jahren kleiden, bewegen, sprechen und handeln viele noch so, als seien sie gerade 30 geworden.

Es müsste uns Erwachsenen doch sehr zu denken geben, dass wir trotz des herrschenden Jugendfetichs nicht mit der Jugend tauschen würden. Nicht einmal die, die schon mit ihrem verwelkten Leib und ihren verschlissenen Bandscheiben konfrontiert sind, möchten heute noch einmal von vorne anfangen.

Arme Jugend. Ist sie nicht angesichts dieser Lage erstaunlich sanft und diszipliniert? Müsste sie in dieser Lage nicht noch sehr viel schriller, gewaltbereiter und undisziplinierter sein?

Pluralisierung der Intimbeziehungen

Von großer Bedeutung für Beratung und Therapie sind kulturelle Veränderungen, die die Intimbeziehungen betreffen. Sie bestehen vor allem in einem Bedeutungsverlust der traditionellen Familie und in einem Aufkommen neuartiger Beziehungs- und Lebensformen.

Die Familie ist im Verlauf einiger Jahrhunderte drastisch geschrumpft. Bestand das »Ganze Haus« aus zehn, zwanzig, hundert Personen, bewegen wir uns seit einigen Jahrzehnten auf eine Kleinstfamilie zu. Immer mehr

Einzelpersonen werden zu ihrer eigenen Familie. Die Triade Vater-Mutter-Kind, noch vor zwei Generationen der Inbegriff der Familie, verblasst kulturell in einem ungeahnten Ausmaß.

Es gibt jetzt neben der traditionellen Familie Singles und Alleinerziehende, Dauerbeziehungen mit Liebe, aber ohne sexuellen Verkehr, äußerst komplizierte Intimbeziehungen mit drei und mehr Akteuren differenter sexueller Vorlieben, Abstinenz und Partnertausch, diverse Formen der Prostitution, eine sehr vielfältige elektronisch basierte, sich nicht nur im Internet abspielende E-Sexualität sowie eine Unzahl perverser, pseudo-perverser und neosexueller Inszenierungen. Die klassischen Perversionen sind inzwischen elektronisch ebenso zerstreut wie konzentriert und bis auf wenige Ausnahmen öffentlich weitgehend entdämonisiert worden. Und die alte Homosexualität wird zunehmend von Staats wegen heterosexualisiert, wie allein das neue Rechtsinstitut der »eingetragenen Lebenspartnerschaft« (ELP) beweist.

Von der Groß- zur Kleinstfamilie

Dem Schrumpfen der traditionellen Familie ging eine prinzipielle Trennung von Ehe und Familie voraus. Das heißt, manfrau hat auch dann ganz naturwüchsig eine Familie, wenn manfrau nicht verheiratet ist. An einem demographisch nachweisbaren Wandel kann dieser Deregulierungs- und Entwertungsprozess abgelesen werden, ein Wandel, der sich seit dem Ende der 1960er-Jahre, jedenfalls in den alten Bundesländern, zum Teil rasant vollzog:

- Abnahme der Heiratsrate;
- Zunahme der Scheidungsrate;
- Abnahme der Kinderzahl pro Partnerschaft und Ehe;
- Zunahme der partnerschaftlichen, früher außer- oder unehelich genannten Geburten;
- Zunahme der Ein- und Zwei-Personen-Haushalte;
- Zunahme der alleinerziehenden Mütter und ganz allmählich auch der alleinerziehenden Väter;

- Aufkommen von Drei- und Mehr-Personen-Haushalten unterschiedlicher Motivations- und Interessenlage, deren Mitglieder nicht miteinander verwandt sind.

Durch die zunehmende Aufwertung subkultureller und freundschaftlicher Bindungen vom Jugendalter bis zum Tod wurde die soziale und emotionale Bedeutung der Herkunftsfamilie erheblich reduziert, zumindest in den oberen Mittelschichten. Diese selbst gewählten Bindungen ließen die unfreiwilligen Blutsbande verblassen. Heute stehen vielen Menschen Freundinnen und Freunde näher als die eigenen Geschwister. Heute steht unter Todesanzeigen nicht selten ein Freundeskreis und nicht die Keimbahnfamilie, und zwar nicht nur bei Homosexuellen.

Aus dem Schrumpfen der traditionellen Familie bis hin zur Kleinstfamilie und einem Haushalt, der nur noch aus einer Person besteht, aus der Vervielfältigung der Lebensweisen, aber auch aus dem Überschreiten der Generationenschanke resultieren neue Formen der Kontrolle, der Abhängigkeit und der Einsamkeit. Sie verbergen sich hinter der Idealisierung von Lifestyles. Es scheint so, als herrsche ein normatives Chaos, das es den meisten Menschen gestatte, so zu leben, wie sie wünschen. Tatsächlich aber ist in einem langen Prozess, den Hegel schon beschrieben hat, aus einer freien Unfreiheit eine unfreie Freiheit geworden, ein Prozess, durch den äußere und innere Zwänge zusammenfallen.

Zwang zur Vielfalt

An die Stelle äußerer und direkter Kontrollen sind innere und indirekte getreten. Die Menschen erleben sie nicht mehr so einengend, weil sie ein Teil ihrer selbst geworden sind. Indem das dranghaft Sexuelle immer stärker bewusst rationalisiert wurde und dadurch zunehmend seinen Charakter der Irrationalität verlor, wurden alte Unwägbarkeiten scheinbar kalkulierbar. Tatsächlich wird heute mit nüchternem Verstand und kühlem Kopf geregelt, was immer sich regeln lässt – vom selbstgewählten Nosex, 5-minütigen Quickie oder One-Night-Stand bis hin zur jahrzehntelangen Beziehung ohne Sexualität, aber mit stark bindender Zuneigung.

Das mag gut und schön sein, wenn wir uns die Heuchelei und den Muff vergangener Zeiten in Erinnerung rufen. Eines Tages aber brechen jene Wünsche und Begierden, die verdrängt oder verleugnet worden sind, doch (wieder) durch. Und die Lifestyles erweisen sich als so partiell, wie sie nun einmal sind. Es wäre aber nichts als Sentimentalität, wollten wir alte Wünsche und Begierden gegen sie ins Feld führen, was ohne überlebte Wertvorstellungen – denken wir nur an das Mann-Frau-Verhältnis – gar nicht zu bewerkstelligen wäre.

In seinem Ausmaß und in seiner Intensität neu ist eine Bürde, die inzwischen auf vielen lastet. Ohne das Korsett der alten mächtigen Moralinstanzen, die sich verflüchtigt oder diskreditiert haben, sollen heute intime Erlebnisse und Beziehungen selbstbestimmt und selbstverantwortlich gemanagt werden. Theoretiker, die die Prozesse der Zivilisierung erforschen, haben diesen neuen Modus der Selbstregulierung als »Informalisierung« beschrieben. Sie gehe mit enormen Interdependenzen einher und münde in einen »Zwang zur Ungezwungenheit«, den wir in unserem Zusammenhang auch Zwang zur Vielfalt nennen können.

Fraglos sind die Gefühls- und Verhaltenscodes heute variabler und differenter. Ob sie jedoch persönlicher sind, scheint mir fragwürdig zu sein. Man kann auch durch Duzen und schnelles soziales Küssen oder öffentliche Selbstpreisgabe andere Menschen auf Distanz halten. Man kann auch sehr intim mit anderen umgehen, um dann eines Tages, wenn sie in eine nicht mehr zu übersehende Krise geraten sind, irritiert festzustellen, dass man diese »Freunde« gar nicht gekannt hat, ja dass man nicht einmal weiß, wie sie mit Nachnamen heißen.

An die Stelle der rigiden Verhaltens- und Affektkontrollmechanismen sind offenbar nicht nur neue Sensibilitätsstandards getreten, sondern auch neue Desensibilisierungs- und Zurückweisungsstandards. Sie machen die Intimität, die verlangt ist, kommensurabel und erträglich. Diese Standards erinnern an Isolation und Einsamkeit, die aus der gesellschaftlichen Individualisierung der Codes und Lebensweisen resultieren und durch soziale Verflechtungen maskiert sind.