



Arnold Hinz

Psychologie der Sexualität

Eine Einführung für Studium
und Praxis sozialer Berufe

BELTZ JUVENTA

Arnold Hinz
Psychologie der Sexualität

Arnold Hinz

Psychologie der Sexualität

Eine Einführung für Studium und Praxis
sozialer Berufe

BELTZ JUVENTA

Der Autor

PD Dr. Arnold Hinz arbeitet am Institut für Psychologie an der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg.

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 elektronische Systeme.



Dieses Buch ist erhältlich als:

ISBN 978-3-7799-6348-6 Print

ISBN 978-3-7799-5654-9 E-Book (PDF)

1. Auflage 2021

© 2021 Beltz Juventa

in der Verlagsgruppe Beltz · Weinheim Basel

Werderstraße 10, 69469 Weinheim

Alle Rechte vorbehalten

Herstellung: Ulrike Poppel

Satz: text plus form, Dresden

Druck und Bindung: Beltz Grafische Betriebe, Bad Langensalza

Printed in Germany

Weitere Informationen zu unseren Autor_innen und Titeln finden Sie unter: www.beltz.de

Inhalt

Vorwort	9
Testen Sie Ihr Wissen über Sexualität	11
1. Einführung	16
1.1 Funktionen der Sexualität	19
1.1.1 Fortpflanzungsfunktion	20
1.1.2 Sozialfunktion	22
1.1.3 Lustfunktion	23
1.1.4 Gesundheitsfunktion	24
1.1.5 Identitätsfunktion	26
1.2 Werden Sie von einem Sexualtrieb gesteuert?	27
1.3 Wie reden Sie über Sex?	33
2. Geschichte der Sexualforschung	39
2.1 Sexualität und Sexualforschung in der Antike	39
2.2 Sexualität im Mittelalter	42
2.3 Sexualforschung in der frühen Neuzeit	44
2.4 Begründung der Sexualpädagogik	45
2.5 Sexualforschung am Ende des 19. und zu Beginn des 20. Jahrhunderts	49
2.5.1 Richard von Krafft-Ebing	50
2.5.2 Havelock Ellis	52
2.5.3 Iwan Bloch	54
2.5.4 Albert Moll	55
2.5.5 Sigmund Freud	56
2.5.6 Magnus Hirschfeld	57
2.5.7 Wilhelm Reich	59
2.6 Sexualforschung seit Mitte des 20. Jahrhunderts	60
2.6.1 Alfred Kinsey	61
2.6.2 William Masters und Virginia Johnson	65
2.6.3 Repräsentativbefragungen nach Kinsey	70
3. Evolutionäre Perspektive	73
3.1 Warum gibt es Sex?	74
3.2 Parental Investment	77
3.3 Sexuelle Selektion	78

3.3.1	Intrasexuelle Selektion	79
3.3.2	Intersexuelle Selektion	83
3.3.3	Sexueller Zwang	89
3.4	Die Sexualität der Menschenaffen im Vergleich	92
3.4.1	Gibbon	94
3.4.2	Orang-Utan	94
3.4.3	Gorilla	96
3.4.4	Schimpanse	96
3.4.5	Bonobo	97
3.4.6	Mensch	98
3.5	Menschliche Physiologie im Primatenvergleich	98
3.6	Sexualität in der Stammesgeschichte des Menschen	104
3.7	Paarungssysteme des Menschen	111
3.7.1	Monogamie	111
3.7.2	Polygynie	112
3.7.3	Alleinerziehende Mütter	113
3.7.4	Promiskuität und Polyamorie	114
3.7.5	Polyandrie	116
3.7.6	Gruppenehen	116
3.7.7	Vergewaltigungen	117
3.8	Partnerwahlstrategien bei Frauen	118
3.9	Partnerwahlstrategien bei Männern	122
3.10	Kritik an der Evolutionären Psychologie	127
4.	Männliche und weibliche Sexualität	131
4.1	Männliche Sexualität	134
4.1.1	Der Peniskomplex	135
4.1.2	Der multiple Orgasmus des Mannes	142
4.2	Weibliche Sexualität	146
4.2.1	Der Brustkomplex	147
4.2.2	Gibt es verschiedene Orgasmusarten?	148
4.2.3	G-Punkt, andere Punkte und weibliche Ejakulation	153
4.2.4	Was beeinflusst die weibliche Orgasmuszuverlässigkeit?	156
4.2.5	Welche Funktion hat der weibliche Orgasmus?	160
5.	Sexuelle Orientierung	167
5.1	Geschichte des Umgangs mit Homosexualität	169
5.2	Epidemiologie	172
5.2.1	Stabilität der sexuellen Orientierung	172
5.2.2	Epidemiologie bei Erwachsenen	172
5.2.3	Homosexuelles Verhalten als Übergangsphänomen im Jugendalter	173

5.2.4	Sexuelle Orientierung bei Tieren	174
5.3	Ätiologie	175
5.3.1	Sexuelle Orientierung aus Sicht der Psychoanalyse und der Lerntheorie	175
5.3.2	Ist die sexuelle Orientierung eine freie Wahl?	176
5.3.3	Sexuelle Orientierung und Kindheit	176
5.3.4	Die Bedeutung von Sexualhormonen	177
5.3.5	Genetische Befunde	178
5.3.6	Ältere-Brüder-Theorie	179
5.3.7	Neurologische Befunde	179
5.3.8	Implikationen biologischer Befunde	180
5.4	Besonderheiten bei Personen mit homosexueller Orientierung	181
5.4.1	Physiologische Besonderheiten	181
5.4.2	Fähigkeiten, Persönlichkeitseigenschaften und Sexualverhalten	182
5.4.3	Körperliche Erkrankungen	183
5.4.4	Psychische Erkrankungen	184
5.5	Coming-out	185
5.6	Diskriminierung	185
5.6.1	Einstellung Jugendlicher zur Homosexualität	186
5.7	Sexuelle Orientierung als Unterrichtsthema	186
6.	Sexualität im Lebenslauf	194
6.1	Vorgeburtliche Entwicklung	194
6.2	Kindheit	195
6.3	Jugendalter	198
6.4	Frühes und mittleres Erwachsenenalter	202
6.5	Höheres Erwachsenenalter	204
7.	Prostitution	211
7.1	Geschichte der Prostitution	213
7.2	Vorkommen und Formen	215
7.3	Risikofaktoren für eine Prostitutionstätigkeit	219
7.4	Copingstrategien	221
7.5	Gesundheitsstand und -verhalten	222
7.6	Freier	223
7.7	Lässt sich Prostitution ethisch rechtfertigen?	226
7.8	Prostitutionsausstieg und Präventionsmöglichkeiten	227
8.	Pornografie	232
8.1	Geschichte der Pornografie	233
8.2	Rechtliche Situation	236

8.3	Pornografiekonsum	237
8.4	Pornografiesetting und Funktionen der Pornografie	238
8.5	Wirkungen der Pornografie	240
8.5.1	Negative Wirkungen	241
8.5.2	Positive Wirkungen	244
8.6	Ethische Aspekte der Pornografie	245
8.7	Pornografie als Unterrichtsthema	246
9.	Sexualerziehung	251
9.1	Geschichte der Sexualerziehung	253
9.2	Ziele und Ethik der Sexualerziehung	259
9.3	Methoden der Sexualerziehung	264
10.	Belastete Sexualität und Sexualberatung	271
10.1	Sexuelle Funktionsstörungen	273
10.1.1	Therapie sexueller Funktionsstörungen	276
10.2	Paraphilien	279
10.2.1	Therapie von Paraphilien	285
10.3	Sexualberatung	287
	Literatur	291
	Anhang	326
	Lösungsschlüssel zu „Testen Sie Ihr Wissen über Sexualität“	326
	Antworten zu den Prüfungsfragen	326

Vorwort

„Jede Unwissenheit ist bedauerlich, aber Unwissenheit auf einem so wichtigen Gebiet wie der Sexualität ist eine ernste Gefahr“, formulierte der britische Mathematiker und Philosoph Bertrand Russell. Dieses Buch möchte dazu beitragen, sexuelles Unwissen abzubauen. Dabei geht es auch um den Abbau von Sex-Mythen. Mythen wie „Sex ist nur gut, wenn er mit einem Orgasmus endet“, „Gegen die Pornosucht muss man ankämpfen“ oder „Guter Sex geht nur mit den Genitalien“ tragen dazu bei, dass eine der erfreulichsten Lebensäußerungen zu einer Quelle des Leidens werden kann. Die menschliche Sexualität hat zwar eine in der Evolution begründete natürliche Grundlage, ist aber vor allem eine Kulturtätigkeit. Die Kultur der menschlichen Sexualität ist vergleichbar mit der Kultur der Sprache, der Musik oder des Schauspiels. Was wir mit unserer Sexualausstattung machen, ist genauso wenig vorherbestimmt wie das, was wir mit unserer Stimmausstattung machen. Wir benötigen Bildung, um uns in der Kulturlandschaft der Sexualität zurecht zu finden und unser Sexualeben gestalten zu können.

Dieses Buch will sexuelle Bildung vermitteln. Die menschliche Sexualität ist variantenreich und dies spiegelt sich auch in den Kapiteln dieses Buchs. Nach der Beschäftigung mit den Funktionen der Sexualität (Kap. 1) und der Geschichte der Sexualforschung (Kap. 2) geht es um die faszinierenden Theorien und Befunde der Evolutionären Psychologie (Kap. 3). Dabei werden evolutionär angelegte Neigungen deutlich, die „im Untergrund“ wirken, aber uns nicht so bestimmen, dass wir die Sklaven unserer biologischen Anlage wären. In den folgenden Kapiteln geht es um die männliche und weibliche Sexualität (Kap. 4), um die sexuelle Orientierung (Kap. 5), um den Wandel unserer Sexualität im Lebenslauf (Kap. 6), um Prostitution (Kap. 7), Pornografie (Kap. 8), Sexualerziehung (Kap. 9) sowie um belastete Sexualität und Sexualberatung (Kap. 10).

Jedes Buchkapitel beginnt mit der Rubrik „Wahrheit oder Fiktion?“. Gönnen Sie sich das Vergnügen und rätseln Sie, welche dieser Aussagen wahr oder falsch sind! Im jeweiligen Kapitel finden Sie die Antwort. Am Ende jedes Buchkapitels werden in einer Zusammenfassung die zentralen Gedanken noch einmal benannt. Zur Sicherung Ihres Lernerfolgs finden Sie Überprüfungsfragen (Lösungen hierzu auf den letzten Buchseiten). Abschließend folgen „Fragen zum Nachdenken/Übungsanregungen“. Sie zielen unter anderem auf den Einsatz dieses Buchs in Seminaren und sollen Gelegenheit geben, sich kontrovers zu den jeweiligen Themen auszutauschen.

Dieses Buch möchte einen fundierten und gut lesbaren Einblick in den Stand der teilweise hochspezialisierten sexualwissenschaftlichen Forschung ge-

ben. Für jeden pädagogisch oder beraterisch Tätigen ist dies die Grundlage dafür, hilfreich zu wirken und nicht zu schädigen. Dieses Buch ist kein Sex-Ratgeber. Wenn es trotzdem dazu beiträgt, Mythen abzubauen und wenn Sie dabei zu Schlussfolgerungen kommen, die Ihnen persönlich weiterhelfen, würde mich das freuen.

Testen Sie Ihr Wissen über Sexualität

1. **Wie lange bleiben Spermien in der Vagina der Frau befruchtungsfähig?**
 - a) 1 Tag
 - b) 2 Tage
 - c) 3 Tage
 - d) 4 Tage
 - e) 5 Tage

2. **Wann kann die Eizelle der Frau befruchtet werden?**
 - a) in den 24 Stunden, nachdem sie in der Gebärmutter angekommen ist
 - b) in den 24 Stunden nach dem Eisprung
 - c) in den 7 Tagen nach dem Eisprung
 - d) in den 7 Tagen, nachdem sie in der Gebärmutter angekommen ist
 - e) kurz vor dem Eisprung

3. **„Vielleicht war das seine Bestimmung: die Frauen und die Liebe auf tausend Arten und in tausend Verschiedenheiten bis zur Vollkommenheit kennenzulernen“ (Hesse, 1930/1975, S. 100). Welche Funktion der Sexualität steht hier im Mittelpunkt?**
 - a) Fortpflanzungsfunktion
 - b) Sozialfunktion
 - c) Lustfunktion
 - d) Gesundheitsfunktion
 - e) Identitätsfunktion

4. **Wie viele der folgenden Sätze sind korrekt:** Heterosexuelle Prostitutionskunden sind in Deutschland im Vergleich zur Gesamtbevölkerung jünger (1). Menschliches Sexualverhalten ist vor allem ein Produkt der Kultur (2). Vergewaltigungen gibt es nicht nur beim Menschen, sondern auch bei Tieren (3). Der im Körperinneren verborgene Teil des Penis ist ungefähr genauso groß wie der sichtbare Teil des Penis (4). Die sexuelle Orientierung ist bei Frauen weniger fest als die sexuelle Orientierung bei Männern (5)?
 - a) 1
 - b) 2
 - c) 3
 - d) 4
 - e) 5

5. Warum gibt es Sex?

- a) weil Sex das kostengünstigste Mittel der Lusterzeugung ist
- b) um Schönheit durch sexuelle Selektion zu erreichen
- c) um genetische Variabilität zu erreichen
- d) um die Langlebigkeit zu fördern (wer sexuell zufrieden ist, lebt länger)
- e) weil zwei Elternteile für die Aufzucht des Nachwuchses benötigt werden und Sex verbindet

6. Wie viel Mal größer als die Samenzelle ist beim Menschen die Eizelle?

- a) 85
- b) 850
- c) 8 500
- d) 85 000
- e) 850 000

7. Wie viel Prozent aller menschlichen Kulturen erlauben die Polygynie (Vielweiberei)?

- a) 84 %
- b) 74 %
- c) 64 %
- d) 54 %
- e) 44 %

8. Die menschliche Penislänge liegt im weltweiten Durchschnitt im erigierten Zustand bei ...

- a) 13.12 cm
- b) 14.12 cm
- c) 15.12 cm
- d) 16.12 cm
- e) 17.12 cm

9. Wie viel Prozent aller Syphilisübertragungen beruhen in Deutschland auf sexuellen Kontakten zwischen Männern?

- a) 26 %
- b) 50 %
- c) 76 %
- d) 86 %
- e) 96 %

10. Die Orgasmusfähigkeit besteht bei Jungen und Mädchen ...

- a) spätestens vom vierten bis fünften Lebensmonat an.
- b) etwa ab dem zweiten Lebensjahr.
- c) etwa ab dem dritten Lebensjahr.
- d) etwa ab dem fünften Lebensjahr
- e) mit Beginn der Pubertät.

11. Was spricht gegen das Triebmodell der Sexualität?

- (w) Sexuelle Erregung ist im Unterschied zu Hunger und Durst sehr stör-
anfällig.
- (x) Nach Sexualakten steigt der Hormonblutspiegel.
- (y) Sexuelle Erregung/Reizsuche ist als solche auch ohne „Triebbefriedi-
gung“ angenehm, was für Hunger und Durst nicht gilt.
- (z) Sexuelle Enthaltensamkeit senkt auf längere Sicht das sexuelle Verlangen,
sexuelle Aktivität hingegen erhöht das sexuelle Verlangen.

Was ist richtig?

- a) w, y und z sind korrekt
- b) w und y sind korrekt
- c) w, x, y und z sind korrekt
- d) w, x und y sind korrekt
- e) nur y ist korrekt

12. Wie viele der folgenden Sätze sind korrekt: Männer, deren Anliegen eine chirurgische Penisverlängerung ist, haben nahezu immer eine normal durchschnittliche Penislänge (1). Makakenmännchen zahlen für die bildliche Darbietung des Hinterteils weiblicher Makaken mit Fruchtsaft (2). Der Pädagoge Campe empfahl, den Geschlechtsunterschied an Leichen beizubringen (3). Vom Reichsparteitag der NSDAP im Jahre 1936 kehrten 900 Mädchen schwanger zurück (4). Die Klitoris besteht aus Spitze, Körper, zwei Schenkeln und zwei Schwellkörpern (5).

- a) 1
- b) 2
- c) 3
- d) 4
- e) 5

13. Es gibt eine positive signifikante Korrelation zwischen ehelicher Zufriedenheit und psychischer Gesundheit. Daraus kann man schließen, dass ...

- a) eheliche Zufriedenheit zu größerer psychischer Gesundheit führt.
- b) psychische Gesundheit zu größerer ehelicher Zufriedenheit führt.
- c) eine dritte Variable, vermutlich die Höhe des Einkommens, sowohl zu ehelicher Zufriedenheit als auch zu psychischer Gesundheit führt.
- d) es keinen Kausalzusammenhang zwischen ehelicher Zufriedenheit und psychischer Gesundheit gibt.
- e) je größer die psychische Gesundheit ist, desto größer ist im Durchschnitt die eheliche Zufriedenheit.

14. Was stimmt nicht?

- a) Der Begriff Pornografie wurde zuerst von einem Altphilologen in Bezug auf die Ausgrabungsfunde in Pompeji benutzt.
- b) Nach einem Gerichtsurteil ist die Darstellung sexueller Vorgänge einschließlich des Geschlechtsverkehrs nicht per se als pornografisch zu qualifizieren.
- c) Pornografie war oft eng mit der Ausbreitung und dem Erfolg neuer Medien verbunden.
- d) Zwei Kinder unter 14 Jahren schicken sich online Nacktbilder voneinander zu. Dies ist gesetzlich erlaubt.
- e) Die Lehrerin möchte mit ihren 17-jährigen Schülern die Texte beim Porno-Rap diskutieren und gibt ihnen einen Internetlink zu einem pornografischen Rap-Text. Dies ist gesetzlich erlaubt.

15. Der weibliche Orgasmus ...

- (w) hängt mit der Fähigkeit zusammen, die Selbstkontrolle zu lockern.
- (x) ist beim penil-vaginalen Geschlechtsverkehr unzuverlässiger als der männliche Orgasmus.
- (y) wird bei Affen und Menschen zuverlässiger durch Selbstbefriedigung oder lesbischen Sex erreicht als durch penil-vaginalen Geschlechtsverkehr.
- (z) hängt hinsichtlich seiner Zuverlässigkeit zu einem bedeutenden Anteil von den Genen ab.

Was ist richtig?

- a) w, x, y und z sind korrekt
- b) nur w, x und y sind korrekt
- c) nur w, x, und z sind korrekt
- d) nur x, y und z sind korrekt
- e) nur w und x sind korrekt

16. Was stimmt nicht?

- a) Jüngere Brüder sind umso häufiger schwul, je mehr ältere Brüder sie haben.
- b) Es gibt nicht ein Homosexualitäts-Gen, sondern vermutlich mehrere Gene, deren Zusammenwirken zur Homosexualität beiträgt.
- c) Der Sexualforscher Masters sah Prostituierten und ihren Freiern heimlich zu.
- d) Vergewaltigungen gibt es bei einigen Tierarten.
- e) Frauen, die während des Jugendalters onanieren, erleben beim späteren Vaginalverkehr seltener Orgasmen.

17. Was ist keine Paraphilie?

- a) Nekrophilie
- b) Vaginismus
- c) Frotteurismus
- d) Pädophilie
- e) Zoophilie

18. Zur Behandlung der erektilen Dysfunktion gibt es inzwischen wirksame Medikamente. Welches Medikament gehört nicht dazu?

- a) Levitra
- b) Cetirizin
- c) Cialis
- d) Spedra
- e) Viagra

Lösungsschlüssel auf S. 326

1. Einführung

<i>Wahrheit oder Fiktion?</i>	wahr	falsch
Der Begriff „Sexualität“ tauchte zu Beginn des 16. Jahrhunderts in der Wissenschaft auf.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mit dem Begriff „Sex/Sexualität“ ist eine Bedeutungsvielfalt verbunden.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Die Sexualwissenschaft verstand sich ursprünglich als interdisziplinäre Wissenschaft.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Die Sexualwissenschaftler zu Beginn des 20. Jahrhunderts waren vorwiegend jüdischer Herkunft.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Es gibt auch beim Menschen die jungfräuliche Geburt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Die katholische Kirche verbietet die Sterilisation.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Die wahre Natur der Sexualität ist die Fortpflanzung.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Die menschliche Sexualität ist ein Trieb.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Das Thema „Sexualität“ ist in der westlichen Kultur medial allgegenwärtig. Es fällt aber auf, dass es eine Diskrepanz gibt zwischen der häufigen medialen und der seltenen akademischen Beschäftigung mit ihr. Gemessen an den Ausstattungen für andere Lehr- und Forschungsgebiete ist der staatliche Aufwand für die wissenschaftliche Beschäftigung mit der menschlichen Sexualität jämmerlich.

Nahezu jeder Mensch verdankt seine Existenz der Sexualität und räumt ihr im Leben einen recht hohen Stellenwert ein. Warum dann die geringe wissenschaftliche Beschäftigung mit ihr? Ist die Zeit der Entdeckungen vorbei? Wissen wir inzwischen alles? Ein genauerer Blick zeigt, dass das Wissen über Sexualität nach wie vor gering ist. Einige Fragen seien exemplarisch genannt: Senken häufige Ejakulationen das Risiko für Prostatakrebs? Warum ist der Penis des Mannes im Vergleich zu anderen Menschenaffen so dick und lang? Führen Vergewaltigungen zu häufigeren Schwangerschaften als einvernehmlicher Sex? Gibt es eine weibliche Ejakulation? Gibt es einen G-Punkt oder noch andere Erregungspunkte in der Vagina? Schädigt Pornokonsum das Gehirn? Warum erleben manchen Frauen beim vaginalen Verkehr immer einen Orgasmus und andere Frauen nie? Kann man Pädophile umpolen?

Unser Wissen über die menschliche Sexualität ist nach wie vor dürftig. Sie scheint kein forschungswürdiger Gegenstand zu sein. In Deutschland gibt es keine einzige Universitätsprofessur für die grundwissenschaftliche Beschäftigung mit der Sexualität, dafür aber dank guter Lobbyarbeit inzwischen mehr als

200 nahezu ausschließlich weibliche „Universitäts-Professx-Stellen“ für Gender Studies (Meyer, 2015). Auch weltweit kann man sich über den Stellenwert der Sexualwissenschaft nur wundern: Sowohl Kinsey als auch Masters und Johnson erhielten für ihre bahnbrechenden Forschungen keinen Nobelpreis. Stattdessen erhielt die Arbeit von Schultz et al. (1999) über Magnetresonanztomografie-Aufnahmen der männlichen und weiblichen Genitalien beim Koitus und bei der weiblichen sexuellen Erregung im Jahre 2000 den Ig-Nobelpreis für Medizin, was eine satirische Auszeichnung für lächerliche oder unwürdige („ignorable“) Forschungsarbeiten ist. Was daran lächerlich, unwürdig oder auch nur lustig sein soll, die Genitalien beim Koitus und bei sexueller Erregung mit den Mitteln der modernen Diagnostik aufzuzeichnen, erschließt sich mir nicht.

Programmatisch und organisatorisch wurde die Sexualwissenschaft zu Beginn des 20. Jahrhunderts in Deutschland begründet, wobei es Vorläufer in der Antike, der Renaissance und der Frühen Neuzeit gab. Die wissenschaftliche Betrachtung der Sexualität unterscheidet sich von praktischen Anleitungen zum sexuellen „Tun“, angefangen von Ovids (1 v.–4 n. Chr./1992) „Ars amatoria“ über Vatsyayanas (200–300/2007) „Kamasutra“ bis hin zu neuzeitlichen Bestsellern wie van de Velde (1926) „Vollkommene Ehe“, Schnabls (1969) Sexualratgeber „Mann und Frau intim“ (eines der meistverkauften Bücher in der früheren DDR) oder Comfords (1972/1981) „Joy of Sex“ und „More Joy of Sex“ (1982). Während diese Anleitungen unmittelbar auf eine Steigerung des sexuellen Genusses zielen, geht es in der Sexualwissenschaft um das wissenschaftliche Fundament der Liebeskunst.

Der Begriff „Sexualität“ wurde im Jahre 1820 vom Botaniker August Henschel mit dem Buch „Von der Sexualität der Pflanzen“ eingeführt (Fiedler, 2010; Sigusch, 2005). Henschel (1820) verwendete den Begriff „Sexualität“ im Sinne des Geschlechts einer Pflanze und sprach von der „Sexualität des Gewächses“ (S. XI). Der Begriff „Sexualität“ wurde abgeleitet aus den lateinischen Wörtern „secare“ (trennen, durchschneiden, siehe das Wort „Sektion“) und „sexus“ (im Mittelalter verwendet in der Bedeutung „Mann oder Frau sein“). Die Adjektive „sexuell“ und „sexual“ tauchten später als Fremdworte aus dem französischen Wort „sexuel“ auf (Duden, 1963). Im englischen Sprachraum tauchten die Begriffe „sex object“ 1901, „sex appeal“ 1904, „sex drive“ 1918 und „sexual intercourse“ 1929 auf (Duden, 1963; Online Etymology Dictionary, 2017).

Dies bedeutet natürlich nicht, dass sich vorher niemand mit Sexualität beschäftigt hätte. In der griechischen Antike wurden die Begriffe „Agape“ (spirituelle Liebe, Wohlwollen), „Philia“ (Freundesliebe, geistige Liebe) und „Eros“ (leidenschaftliches Begehren) verwendet, wobei der Begriff „Eros“ eine größere Nähe zum modernen Begriff „Sexualität“ hat. In römischer Zeit wurde die sexuelle Lust nach der mythologischen Tochter von Amor und Psyche als „Voluptas“ (mittelhochdeutsch und althochdeutsch „Wollust“ aus „wohl“ und „Lust“) bezeichnet. Mitte des 19. Jahrhunderts veröffentlichte der italienische Arzt

Mantegazza in der noch nicht „Sexualwissenschaft“ genannten Forschung Bestseller mit Buchtiteln wie „Fisiologia del piacere“ (Physiologie der Lust/Freude), „Fisiologia dell’amore“ (Physiologie der Liebe), „Igiene dell’amore“ (Hygiene der Liebe) und „Gli amori degli uomini. Saggio di una etnologia dell’amore“ (Die Geschlechtsverhältnisse des Menschen) (Sigusch 2008).

Mit dem heutigen Begriff „Sex/Sexualität“ ist eine Bedeutungsvielfalt verbunden.

Abbildung 1 gibt einen Überblick über die heutigen Bedeutungen des Begriffs „Sexualität“, wobei vermutlich noch mehr Bedeutungen zu finden sind.

Abb. 1: Bedeutungsvielfalt des Begriffs Sex/Sexualität

1. Das generelle Prinzip der zweigeschlechtlichen/biparentalen Fortpflanzung im Unterschied zur asexuellen Fortpflanzung
2. Das biologische Geschlecht („Sex“) (im Unterschied zu „Gender“ als das soziale Geschlecht)
3. Die Fusion einer Eizelle mit einem Spermium/Bildung einer befruchteten Eizelle (Kutschera, 2016, S. 32)
4. Jede Tätigkeit mit Bezug auf die primären und/oder sekundären Geschlechtsmerkmale, auch wenn das Verhalten nicht der Fortpflanzung dient („Sex haben“/Vaginalverkehr mit oder ohne Verhütung, Oralsex, Analsex, Selbstbefriedigung („mit sich selbst Sex haben“), Telefonsex, Cybersex, Camsex)
5. Ein Aspekt der Identität („seine Sexualität entdecken“)
6. Die sexuelle/erotische Attraktivität („Sexyness“, „Sex-Appeal“, „mehr Sex im kleinen Finger haben als andere im ganzen Körper“)
7. Die sexuelle Orientierung (Heterosexualität, Homosexualität, Bisexualität)
8. Das sexuelle Verlangen (Hypersexualität, Asexualität)

Nach Auffassung von Beier et al. (2001) entzieht sich die Sexualität „einem einseitigen definitorischen Zugriff“ (S. 5). Die Bedeutungsvielfalt ist zumindest teilweise auch eine Folge der inflationären Benutzung dieses Begriffs durch Sigmund Freud und ist wissenschaftlich eher ungünstig.

Die Sexualwissenschaft verstand sich ursprünglich als interdisziplinäre Wissenschaft. Sie wollte die menschliche Sexualität als biologisch-medizinisches, psychologisches und soziokulturelles Phänomen erforschen. Dies formulierte Iwan Bloch (siehe Kap. 2.5.3) in der Vorrede zu seinem Werk „Das Sexualleben unserer Zeit“:

Die Sexualwissenschaft muss „eingereiht werden in die Wissenschaft vom Menschen überhaupt, in der und zu der sich alle Wissenschaften vereinen, die allgemeine Biolo-

gie, die Anthropologie und Völkerkunde, die Philosophie und Psychologie, die Medizin, die Geschichte der Literatur und diejenige der Kultur in ihrem ganzen Umfange“ (Bloch, 1907/1919, S. V).

Von dieser Idee ist die Sexualwissenschaft inzwischen weit entfernt. Nach der von Sigmund Freud betriebenen Hypersexualisierung ist die Psychologie inzwischen entsexualisiert und beschäftigt sich, wenn überhaupt, nur noch mit gestörter Sexualität im Kontext sexueller Funktionsstörungen und Paraphilien, wobei sie auch dieses Gebiet nahezu ganz der Medizin überlässt. Trotz der sexuellen Revolution in den 1960er Jahren gelangte die Sexualwissenschaft kaum in die Universität. Sie gilt zwar als spannend, aber auch als unseriös. Sexualwissenschaftler gelten als von perverser Lüsterheit getrieben, zumindest aber als suspekt (Roach, 2009; Sydow, 1993).

1.1 Funktionen der Sexualität

Es gibt unterschiedliche Versuche, die Dimensionen oder Funktionen der menschlichen Sexualität zu ordnen. Selg et al. (1979) unterscheiden zwischen einer Fortpflanzungsfunktion, einer Lustfunktion und einer sozialen Funktion der Sexualität. In gleicher Weise, aber mit anderer Terminologie unterscheiden Beier et al. (2001) zwischen einer reproduktiven Dimension, einer beziehungsorientierten Dimension und einer Lustdimension. Kossat (2018) unterscheidet zwischen der Fortpflanzungs-, Lust- und Beziehungsfunktion und sieht die „Identität“ in der Mitte dieser drei Dimensionen. Sielert (1993) unterscheidet zwischen einem Identitätsaspekt, einem Beziehungsaspekt, einem Lustaspekt und einem Fruchtbarkeitsaspekt der Sexualität (S. 45). Starke (2008) benennt gleich zwölf verschiedene Funktionen der Sexualität: die Betätigungsfunktion (Leistung, Anstrengung, Leibesübung), die Entspannungsfunktion, die Kompensationsfunktion (Ausgleich z.B. für Unzufriedenheit), die Tauschfunktion (Sex als Geschenk, als gegenseitiger Austausch zum beiderseitigen Nutzen oder als Ware), die Bestätigungsfunktion, die Spaßfunktion (Vergnügung und Unterhaltung), die Fortpflanzungsfunktion, die Lustfunktion, die Kommunikationsfunktion, die Relations- oder Beziehungsfunktion, die Institutionalfunktion (z. B. Ehe) und die Intim- oder Nähfunktion (S. 401–403).

Die Rede von „Funktionen“ der Sexualität ist aussagekräftiger als die Rede von „Dimensionen“ oder „Aspekten“. Mit Funktion ist der Zweck gemeint, also „wozu“ die Sexualität dient. Die differenzierte Einteilung der Funktionen der Sexualität bei Starke (2008) ist interessant, enthält aber zu viele Kategorien. Die Einteilung in Kategorien soll das Verstehen erleichtern und ein mittleres Abstraktionsniveau beachten, indem das Material so zusammengefasst wird, dass die wesentlichen Inhalte erhalten bleiben. Aus diesen Gründen erscheint es

sinnvoll, fünf Funktionen der menschlichen Sexualität zu unterscheiden, die *Fortpflanzungsfunktion*, die *Sozialfunktion*, die *Lustfunktion*, die *Gesundheitsfunktion* und die *Identitätsfunktion* der Sexualität.

Abb. 2: Funktionen der Sexualität

<p><i>Funktionen der Sexualität</i></p> <ol style="list-style-type: none">(1) Fortpflanzungsfunktion(2) Sozialfunktion(3) Lustfunktion(4) Gesundheitsfunktion(5) Identitätsfunktion

1.1.1 Fortpflanzungsfunktion

Sexualität kann bei Männern und Frauen ab der Pubertät und bei Frauen bis zur Menopause eine Fortpflanzungsfunktion haben. Nachdem die Eizelle der Frau beim etwa einmal monatlich stattfindenden Eisprung in den Eileiter gelangt ist, kann sie in einem Zeitraum von maximal 24 Stunden befruchtet werden. Spermien können in der Vagina der Frau maximal bis zu sieben Tage überleben, wobei die Befruchtungsfähigkeit der Spermien jedoch nach fünf Tagen nicht mehr gegeben ist. Somit ist das sich ergebende Zeitfenster für eine Fortpflanzung eher kurz. Die Fortpflanzung ist auch ohne Vaginalverkehr/Penetration möglich, erstens durch eine Ejakulation in der Nähe oder auf der Vulva, zweitens durch Spermien, die an einem Finger oder einem Gegenstand haften und in die Vagina oder in die Nähe davon übertragen werden (*die „jungfräuliche“ Geburt ist möglich*), drittens durch ungeschützten Analverkehr, wenn die Spermien herauslaufen und in die Vagina gelangen, viertens durch die verschiedenen Formen der künstlichen Insemination und fünftens durch In-Vitro-Fertilisation. Bei landwirtschaftlichen Nutztieren ist die künstliche Besamung inzwischen die häufigste Form der Fortpflanzung. Bei Sauen und Kühen/Färsen werden in Deutschland weit über 90% und bei Stuten deutlich mehr als die Hälfte künstlich besamt.

Die Fortpflanzung erfolgt bei den meisten Tieren und Pflanzen zweigeschlechtlich/biparental. Die biparentale Fortpflanzung hat sich in der Evolution durchgesetzt, weil sie durch die dadurch entstehende genetische Variabilität den besten Schutz gegen Viren, Bakterien, Umweltänderungen und schädliche Mutationen gewährleistet (siehe Kap. 3.1). Trotzdem wurde in der Tierzucht inzwischen schon vielfach auch die asexuelle Fortpflanzung durch Klonen durchgeführt (z.B. beim Klonen von sehr teuren Sportpferden). Vermutlich

wird das Klonen von Menschen, also die asexuelle Fortpflanzung mit 100% Genweitergabe, in Zukunft möglich sein.

Die Fortpflanzung ist heute weitgehend von der Sexualität entkoppelt (Beier et al., 2001, S. 4), nämlich erstens durch die Verbreitung zuverlässiger Verhütungsmethoden, zweitens durch die modernen Reproduktionstechniken und drittens durch die starke Verbreitung sexueller Variationen wie Cunnilingus und Fellatio, Selbstbefriedigung mit und ohne Pornokonsum, Petting, analsex, Telefonsex oder Cybersex.

Im Christentum war die Fortpflanzungsfunktion viele Jahrhunderte lang die einzig erlaubte Funktion der Sexualität. Es dominierte die Idee, dass die wahre Natur der Sexualität die Fortpflanzung sei und dass folglich alle anderen sexuellen Handlungen unnatürlich seien. Schon der Stoiker Seneca (41 n. Chr./1989) hatte behauptet, „die Geschlechtslust sei nicht um des Genusses willen dem Menschen gegeben, sondern zur Fortpflanzung der Art/libidinem non uoluptatis causa homini datam, sed propagandi generis“ (Ad Helviam matrem de consolatione, XIII, 3, S. 337). Diese Haltung der Stoa hatte Einfluss auf die christliche Sexuallehre. Nach ihr hat Sexualität nur den Zweck der Fortpflanzung und ist auch nur in diesem Kontext legitim („coitus legitimus“). So behauptete Augustinus (401/1949), dass die Ehe zum Zweck einer geordneten und ehrenhaften Geburt eingesetzt worden sei (De bono coniugali, 19, S. 26). „Der zur Fortpflanzung notwendige Geschlechtsverkehr ist“ nach Augustinus (401/1949) „ohne Schuld und wird als solcher allein in der Ehe vollzogen“ (De bono coniugali, 11, S. 16). Lust sei kein Gut der Ehe, sondern nur ein den Geschlechtsakt unwillkürlich begleitender Affekt. Auch innerhalb der Ehe ist für Augustinus die sexuelle Lust gefährlich, da sie für Gottesferne stehe. Problematisch ist für Augustinus auch die Liebe zum Ehepartner, da sich die Liebe allein auf Gott richten solle. Der stürmische Geschlechtsverkehr aus freier Lust innerhalb der Ehe („coitus impetuosus“) ist für Augustinus eine schwere Sünde, wird aber von den meisten mittelalterlichen Moraltheologen als mittelschwere Sünde dargestellt, wenn er dazu beitrage, „das körperliche Begehren zu beschwichtigen“ und „die viel schwerwiegendere Sünde des Ehebruchs“ (Walter, 1998, S. 84) zu verhindern.

Inzwischen werden in der katholischen Lehre die Lustfunktion und die Beziehungsfunktion der Sexualität innerhalb der Ehe positiv interpretiert. Geblieben ist aber das Primat der Fortpflanzungsfunktion, wie es Papst Paul VI. im Jahre 1968 in der Enzyklika „Humanae vitae“ festlegte. Danach muss „jeder eheliche Akt von sich aus auf die Erzeugung menschlichen Lebens hingeeordnet bleiben“ (11). Ein absichtlich unfruchtbar gemachter ehelicher Akt sei in sich unsittlich, weshalb jede Form der Verhütung abgelehnt wird, nicht nur die künstliche durch Verhütungsmittel und Sterilisation, sondern auch der „coitus interruptus“ oder die Scheidenspülung. Ausdrücklich erlaubt wird in dieser Enzyklika die Nutzung unfruchtbarer Perioden, das heißt, „den ehelichen Verkehr auf die empfängnisfreien Zeiten zu beschränken“, was „zur Bezeugung der

gegenseitigen Liebe und zur Wahrung der versprochenen Treue“ (Humanæ vitæ 16) nützlich sei.

Gegen die Einengung der Funktion von Sexualität auf Fortpflanzung ist erstens anzuführen, dass beim heutigen medizinischen Stand Fortpflanzung ohne Sex möglich ist. Greely (2018) vermutet, dass in wenigen Jahrzehnten die menschliche Reproduktion nur noch künstlich durch die Verbindung von aus Stammzellen gewonnenen Eizellen mit Sperma erfolgen wird, wobei die Eltern dann über die Merkmale des Kindes mitentscheiden. Zweitens ist es aus biologischer Sicht unwahrscheinlich, dass die Sexualität nur der Fortpflanzung dient, da durchschnittlich 100 bis 1 000 Kopulationen für eine Geburt benötigt werden, was nur zum Zwecke der Fortpflanzung ein unbegreiflicher Aufwand wäre. Drittens macht die Rede von „natürlich“ oder „von Natur aus“ wenig Sinn, da man aus vorhandenen Körperteilen nicht eindeutig auf ihren Zweck schließen kann. Sind das Sprechen, Singen, Pfeifen und Küssen unnatürlich und pervers, weil nur Atmung und Nahrungsaufnahme natürliche Funktionen des Mundes, der Zähne, der Zunge und des Halses sind (Haeberle, 1985, S. 348)? Sind Fußballspielen, Trampolinspringen, Tanzen oder Fahrradfahren unnatürlich und pervers, weil die Beine nur zum Gehen, Laufen oder Stehen da sind? Viertens ist anzuführen, dass es beim Menschen anders als bei den meisten Tieren keine genetisch angelegten festen Zeiten für die Ausübung des Geschlechtsverkehrs gibt (Caruso et al., 2014; Fisher, 1993; Grammer, 1993; Guéguen, 2009). Es gibt auch kaum jahreszeitliche Beeinflussungen der sexuellen Aktivität (Demir et al. 2016). Die meisten Geburten je Tag erfolgen in Deutschland im September (Statistisches Bundesamt, 2020a). Dies hat nichts mit der biologischen Prägung auf die Jahreszeiten zu tun, sondern mit den Weihnachtstagen sowie mit der besonderen Nacht zwischen Silvester und dem Neujahrstag (die meisten Geburten erfolgen nach einer österreichischen Statistik am 22. September). Insgesamt fällt ins Auge, dass das Sexualverhalten des Menschen weitgehend unabhängig von genetischen Programmierungen ist. Wenn die Funktion der Sexualität nur die Fortpflanzung wäre, wäre der dafür notwendige Sex eine ungeheure Verschwendung von Zeit und Ressourcen. Auch dies spricht gegen eine Reduktion des Sinns von Sexualität auf Fortpflanzung.

1.1.2 Sozialfunktion

Eine wichtige Funktion der menschlichen Sexualität ist die Sozialfunktion. Bei unseren nächsten Verwandten, nämlich den Bonobos, ist die Sozialfunktion der Sexualität wichtiger als die Fortpflanzungsfunktion. Wenn zwei Bonoboweibchen ihre Genitalien aneinanderreiben, dient dies nicht nur dem Lustgewinn, sondern sie begründen damit auch eine soziale Verbindung. Typisch für die Bonobos ist, dass sie beinahe alle Konflikte mit Sex auflösen, insbesondere Kon-

flikte über die Verteilung von Nahrungsmitteln. Auch Streitigkeiten zwischen verschiedenen Clans können bei Bonobos durch gemeinsamen Sex gelöst werden (siehe Kap. 3.4.5; Waal, 2015). Auch beim Menschen hat Sexualität eine Bindungsfunktion. Sie kann Liebe, Zuneigung, Nähe und Geborgenheit ausdrücken, eine besondere Form des Gemeinschaftserlebens sein, das Gemeinschaftsgefühl stärken, Zugehörigkeit ausdrücken oder ein Mittel sein zur Beziehungstiftung oder zur Aufrechterhaltung der Beziehung. Sex kann als Kitt bei Konflikten dienen. Versöhnungssex ist sowohl bei den Bonobos als auch bei Menschen ein beliebtes Mittel zur Lösung von Beziehungsproblemen. In einer Partnerschaft kann ein Sexentzug oder ein Sexverzicht als Druckmittel oder als Demonstration von Autonomie eingesetzt werden. Natürlich kann Sex auch dem Kennenlernen dienen und ein Mittel sein, die Fähigkeiten des Partners zu beurteilen (siehe „Partnerwahltheorie“, Kap. 4.2.5). Oft führt sexuelle Intimität dazu, dass man sich auch über nichtsexuelle Themen austauscht und so eine emotionale Intimität herstellt. Sex kann ein wertvolles Geschenk sein und ein Mittel zur Zielerreichung, zur Werbung sowie zum Geldverdienen oder ein Schritt bei der Karriereplanung (Selg et al., 1979). Bei vielen Tieren kann man Sex als Mittel zum Zweck beobachten, also beispielsweise zum Ergattern von Delikatessen, zum Erhalt von Dienstleistungen oder zur Gewinnung von beschützenden Freunden. Manchmal kommt es vor, dass jemand Sex hat, um den Erwartungen des Partners oder allgemeinen gesellschaftlichen Erwartungen und Normen zu entsprechen. Sex kann auch zur Machtausübung eingesetzt werden, als Waffe zur Bestrafung, als Mittel zur Demütigung und Erniedrigung, als Ausdruck von Dominanz sowie als Mittel, andere von einem abhängig zu machen. Auch dies kommt bei Tieren vor, beispielsweise bei Schimpansen, die eine Vergewaltigung zur Bestrafung oder zur Demonstration der Machtverhältnisse einsetzen.

1.1.3 Lustfunktion

Bei den meisten Menschen ist Sexualität mit Lust verbunden. Endokrinologisch entstehen Lust und Ekstase beim Sex durch die Ausschüttung von Endorphinen (körpereigene Morphine), von Dopamin (Neurotransmitter, aktiviert das Belohnungssystem im Gehirn), von Noradrenalin (dämpft Schmerzen und vertreibt Hunger und Müdigkeit) sowie von Oxytocin (Bindungshormon, wirkt angstdämpfend und beruhigend). Es gibt Körperteile wie die weibliche Klitoris und die männlichen Brustwarzen, die ausschließlich dem Lustempfinden dienen und sonst keine Funktion haben.

An sich hat die Fortpflanzung keinen engen Bezug zum Wohlbefinden. Ein gewisses Grundwohlbefinden ist allerdings die Voraussetzung für die Fortpflanzung. So kommt es beispielsweise nach langem Hungern bei Frauen zu einem

Ausbleiben des Eisprungs. Nach erfolgter Fortpflanzung ist das Überleben der Eltern nur bei den Arten wichtig, bei denen der Nachwuchs aufgezogen werden muss. Viele Tier- und Pflanzenarten sterben direkt nach der Fortpflanzung. Die Fortpflanzung selbst ist häufig mit Risiken und Anstrengungen verbunden. In der Evolution haben sich Variationen durchgesetzt, die die Begattung mit dem Empfinden von Lust verbanden, da sich diese Tiere häufiger fortgepflanzt haben.

Die Lustfunktion ist die auffälligste Funktion der Geschlechtsorgane. Nach Häberle (1985) gab es Naturvölker, die den Zusammenhang der Geschlechtsorgane mit der Fortpflanzung nicht erkannt hatten. Die sexuelle Lust ist eine Belohnung für sexuelles Verhalten und wirkt als Antrieb für zukünftiges sexuelles Verhalten (Beier et al., 2001). Der menschliche Körper ist so ausgestattet, dass nicht nur die Fortpflanzungssexualität mit Lust belohnt wird, sondern jede Form sexuellen Handelns. Sexualität ist eines der preiswertesten und bei fehlendem Infektionsrisiko eines der gesündesten Mittel zur Erlangung von Lust und Ekstase.

Die Wollust galt im christlichen Mittelalter als eine der sieben Todsünden. Im Gegensatz dazu galt in der 1968er-Bewegung die sexuelle Lust als die Hauptfunktion der Sexualität, wobei die Sozialfunktion als unwichtig („Wer zweimal mit derselben pennt, gehört schon zum Establishment“) und die Fortpflanzungsfunktion als ein zu behebendes Ärgernis betrachtet wurde (wogegen Mädchen/Frauen die „Pille“ zu nehmen hatten). Wenn die Lustfunktion der Sexualität in den Mittelpunkt gestellt wird, geschieht dies häufig in Verbindung mit der Forderung, dass alle Varianten der Sexualität erlaubt sein sollten. Wenn etwas „von Natur aus“ Lust bereite, müsse es auch „von Natur aus“ gut sein. Dabei wird übersehen, dass aus der „Natur“ kein „Sollen“ abgeleitet werden kann (naturalistischer Fehlschluss). Wenn ein Sexualmord dem Täter einen Orgasmus verschafft, wird kaum jemand behaupten, dass der Sexualmord deshalb gut sei (Ausnahme: de Sade, siehe Kap. 2.5.1).

1.1.4 Gesundheitsfunktion

Sex kann durch Zwang, durch Ansteckung mit sexuell übertragbaren Krankheiten, durch eine Konzeption, durch extreme Praktiken oder durch Vorschäden im Herz-Kreislauf-System zu ernstesten Erkrankungen (z. B. Syphilis, Aids, Gebärmutterhalskrebs) oder auch direkt zum Tod führen. So erlitt beispielsweise der frühere amerikanische Vizepräsident Nelson Rockefeller beim Sex mit seiner Referentin einen tödlichen Herzinfarkt. Praktiken wie der absichtlich herbeigeführte Sauerstoffmangel bei sexueller Erregung (Hypoxyphilie) enden in Deutschland für ca. 100 Personen im Jahr tödlich. Sex (zumeist der Orgasmus) kann auch die Ursache von Kopfschmerzen sein (Komisaruk et al., 2010).

Sexuelle Aktivität hat aber vornehmlich eine positive Funktion für die Gesundheit. Bereits Freud (1905/1972) führte an, dass „sexuelle Befriedigung das beste Schlafmittel“ (S. 87) sei. Verantwortlich für die Wirkung als Schlafmittel sind die Hormone Oxytocin und Prolaktin und bei Männern nach dem Orgasmus das Absinken des Adrenalin- und Noradrenalinspiegels (bei Frauen allerdings gibt es einen Anstieg und damit verbunden oft auch Wachheit). Neben dem Einsatz als Schlafmittel dient Sexualität der Entspannung, dem Abbau von Angstgefühlen (jeweils durch Oxytocin; Komisaruk et al., 2010), dem Stress-, Frust- und Aggressionsabbau, als Ausgleich für Belastungen, als Zeitvertreib, als Freizeitgestaltung, als Erlebensemöglichkeit und der Befriedigung von Neugier. Der Spannungsbogen reicht von Sexualität als eine Wellnessmöglichkeit bis hin zu Sexualität als „Thrill and Adventure Seeking“. Historisch lässt sich sagen, dass die dranghafte Lustfunktion, die in der sexuellen Revolution in den 1960er Jahren im Mittelpunkt stand, durch die Gesundheitsfunktion abgelöst wurde, was sich unter das Schlagwort „von der Wollust zur Wohllust“ (Sigusch, 2005, S. 5) bringen lässt.

Zur Gesundheitsfunktion der Sexualität gehören auch die sportlich-medizinischen Aspekte. Sex ist eine Körperkontaktsportart, bei der das Zusehen sicher, das Mitspielen aber mehr Spaß macht (Szasz, 1980, S. 3). Bei Männern ist der Kalorienverbrauch beim Sex etwas höher als bei Frauen. Normaler Partnersex entspricht von der körperlichen Belastung her leichter Hausarbeit, besonders intensiver Partnersex dem Treppensteigen über zwei Stockwerke in einer Minute (Frappier et al., 2013; Sigusch, 2005). Es gibt Studien, die nahelegen, dass Sex das Immunsystem stärkt. Charnetski und Brennan (2001, 2004) fanden, dass sexuell normalaktive Collegestudierende (ein- bis zweimal in der Woche Partnersex) höhere Immunglobulin-A-Werte im Speichel haben als sexuell weniger oder stärker aktive Studierende. Es könnte allerdings auch sein, dass die besseren Abwehrkräfte nicht direkt Resultat der sexuellen Aktivität sind, sondern sich aus einer befriedigenden langfristigen Bindung ergeben. Bei vielen Korrelationsstudien zwischen sexueller Aktivität und gesundheitlichen Daten ist der Kausalzusammenhang unklar. Sexuelle Aktivität erhöht bei Männern den Testosteronspiegel (Hsu et al., 2015), was positive Folgen hat wie eine erhöhte Fettverbrennung und ein Schutz vor Depressionen.

Bei jungen heterosexuellen Frauen konnte eine Korrelation zwischen der selbstberichteten Häufigkeit des Vaginalverkehrs und der Gedächtnisfunktion nachgewiesen werden, wobei die Zusammenhänge unklar sind (Maunder et al., 2017). Bei Frauen wurde zudem eine Korrelation zwischen sexueller Aktivität und einem niedrigeren Brustkrebsrisiko gefunden. Bei diesem Zusammenhang könnten jedoch konfundierende Variablen wie körperliche Inaktivität und Übergewicht eine Rolle spielen. Gut belegt ist hingegen ein Kausalzusammenhang zwischen Kinderlosigkeit und einem erhöhten Brustkrebsrisiko. Ebenfalls recht eindeutig ist die Kausalrichtung bei der Korrelation zwischen der Häufig-

keit von Ejakulationen und dem Vorkommen von Prostatakrebs. Männer, die durchschnittlich 21 oder mehr Ejakulationen im Monat haben, haben im Vergleich zu Männern mit vier bis sieben Ejakulationen im Monat ein verringertes Prostatakrebsrisiko (Leitzmann et al., 2004). Die Wirkung konfundierender Variablen oder ein umgekehrter Kausalzusammenhang können nach den Berechnungen der Autoren den Zusammenhang nicht erklären. Häufige Ejakulationen senken also das Prostatakrebsrisiko. Eine Anschlussstudie mit größerer Stichprobe bestätigte dies (Rider et al., 2016). Giles et al. (2003) kamen bei einer australischen Stichprobe zu derselben Schlussfolgerung. Sie konnten belegen, dass eine hohe Ejakulationsfrequenz im frühen Erwachsenenalter mit einem geringeren Prostatakrebsrisiko einherging. Vermutlich haben Ejakulationen eine reinigende Wirkung für die Prostata (Die Idee einer heilenden Wirkung der Ejakulation vertraten bereits Ärzte in der Antike, siehe Kapitel 2.1).

Insgesamt legen die bisherigen Studien zum Zusammenhang zwischen sexueller Aktivität und Gesundheit nahe, dass Männer und Frauen im Sinne der Gesundheitsvorsorge zu sexuellen Aktivitäten aufgerufen werden sollten (Davey Smith et al., 1997). Da es aber keine Experimentalstudien zum Kausalzusammenhang von sexueller Aktivität und gesundheitlichen Daten gibt (außer im Tierexperiment), die physiologischen Prozesse teilweise unklar und bei Korrelationsstudien konfundierende Variablen zu beachten sind, ist der Forschungsstand noch nicht eindeutig.

1.1.5 Identitätsfunktion

Sex dient auch der Identitätsfindung, der Selbstbestätigung und der Erforschung des eigenen Körpers und der eigenen Vorlieben (Selbstentdeckung). Es macht Sinn, die Identitätsfunktion von der Sozialfunktion abzutrennen, da Selbstbestätigung und Identität auch durch Selbstbefriedigung gewonnen werden können (Dodson, 1974). „Wir definieren uns heute zu einem Gutteil über unsere Sexualität“ (Mottier, 2015, S. 8). Sexuelle Erfahrungen dienen insbesondere im Jugendalter der Selbstdarstellung und der Statusgewinnung in der Peergroup. Aber auch im Erwachsenenalter ist Sexualität ein „wichtiges Element der Gesamtpersönlichkeit“, wozu die gemachten sexuellen Erfahrungen gehören, „stürmische Zeiten und Durststrecken, glückliche Erfahrungen und Demütigungen“ (Buddeberg, 2005, S. 16). Zur sexuellen Identität gehören das Bewusstsein des Frau-Seins, des Mann-Seins oder der Intersexualität (heutiger wissenschaftlicher Begriff: Disorders of Sex Development/DSD; heutiger juristischer Begriff: divers) oder Transidentität, das Wissen um die eigenen heterosexuellen, homosexuellen oder bisexuellen Wünsche oder um die eigene Asexualität, das Erleben der körperlichen Seite der Sexualität und die damit verbundene Beruhigung oder Verunsicherung über das eigene körperliche Funktionieren. Zur Identitätsfunk-

tion der Sexualität gehört es auch, die sexuelle Wirkung auf andere wahrzunehmen, „Körbe“ zu verteilen oder zu kassieren, sexuelle Varianten auszuprobieren und sich mit anderen zu vergleichen. Man hat beispielsweise im Vergleich zu anderen eine geringere, größere oder genau gleiche Anzahl an Sexualpartnern gehabt und ist damit zufrieden oder unzufrieden. Oder man ist glücklich, weil man das „erste Mal“ hinter sich gebracht hat. Sexualität wird so zur „Heilquelle, [...] die narzisstische Lücken auffüllt und das Selbst abrundet“ (Sigusch, 2005, S. 154).

Die Identitätsfunktion hat einen engen Bezug zu den anderen Funktionen der Sexualität. Der Stolz, Vater oder Mutter geworden zu sein, gehört zur Identitätsfunktion der Sexualität, hat aber einen Bezug zur Fortpflanzungsfunktion. Der Stolz über die Anzahl der gewonnenen oder abgelehnten Sexualpartner (Sex als Statussymbol) hat einen Bezug zur Sozialfunktion der Sexualität. Die Zufriedenheit über die Fähigkeit zum Orgasmus hat einen Bezug zur Lustfunktion der Sexualität, und die Zufriedenheit über die sexuelle Entspannung hat einen Bezug zur Gesundheitsfunktion der Sexualität.

Sexualität ist beim Menschen sehr variationsreich, und Menschen reagieren auf sexuelle Stimuli sehr unterschiedlich. Hierzu gehören die sexuelle Orientierung, die sexuelle Reagibilität auf bestimmte Körperstimulationen, auf optische, olfaktorische (Geruch), gustatorische (Geschmack) und akustische Reize, Vorlieben hinsichtlich unterschiedlicher Sexualstellungen bei unterschiedlichen Formen des Geschlechtsverkehrs (Vaginal-, Anal-, Oralsex) sowie Vorlieben hinsichtlich Dominanz und Unterwerfung, hinsichtlich Voyeurismus, Exhibitionismus, Fetischismus, Sadismus, Masochismus, Bondage, hinsichtlich des Einsatzes sexueller Hilfsmittel, hinsichtlich des Sexualpartners (Alter, ethnische Herkunft, Haarfarbe, Körpergewicht, Muskulosität, Körpergröße, physische Attraktivität) und hinsichtlich der Anzahl der beteiligten Personen. Die je individuelle Vorliebe und das Wissen darum gehört zur sexuellen Identität und ist Teil der Persönlichkeit. Die sexuelle Identitätsfindung ist nicht irgendwann abgeschlossen, sondern erfolgt lebenslang und kann sich im Lebenslauf ändern.

1.2 Werden Sie von einem Sexualtrieb gesteuert?

Die Vorstellung von Sexualität als „Trieb“ war die herrschende Vorstellung in der Antike, im Mittelalter und in der frühen Neuzeit. Nach der kirchlichen Lehre galt es, den Sexualtrieb zu unterdrücken. Nach Meinung der frühen Sexualpädagogen sollte der „Onanietrieb“ bekämpft werden (siehe Kap. 2.4). Das Triebkonzept wurde in der Wissenschaft des 19. Jahrhunderts populär. Man dachte an einen unsichtbaren, unwiderstehlichen, blinden, tierischen, übermächtigen und willentlich nicht beeinflussbaren Trieb. Der französische Arzt Charles Féré (1899) sprach vom „l'instinct sexuel“, verglich ihn mit dem Hunger und behauptete eine intime Korrelation zwischen der Samendrüse und dem sexuellen

Antrieb („Il y a une corrélation intime entre le fonctionnement des glandes séminales et le besoin sexuel“; Féré, 1899, S. 7). Die Überdehnung der Samen-drüse löse den sexuellen Appetit aus.

Das Triebkonzept wurde für viele Bereiche verwendet. Verschiedene Autoren postulierten einen Muttertrieb, Wissenstrieb, Mordtrieb, Selbstmordtrieb, Geltungstrieb, Kunsttrieb usw. Man findet den Triebbegriff bei verschiedenen Philosophen und dann auch in der damals neuen Wissenschaft „Psychologie“ (Wundt, 1897).

Freud (1933/1982) postulierte für die Psychoanalyse die Annahme von Ichtrieben (Selbsterhaltung) und von Sexualtrieben (Arterhaltung). Aufgrund des infantilen und perversen Sexuallebens stellte sich Freud die Sexualtriebe als reichhaltig vor und benannte deren Energie als „Libido“. Ein Trieb ist nach Freud (1905/1972) „die psychische Repräsentanz einer kontinuierlich fließenden, innersomatischen Reizquelle“ (S. 76). Quelle des Triebes sei „ein Erregungszustand im Körperlichen, das Ziel“ sei „die Aufhebung dieser Erregung“ (Freud, 1933/1982, S. 530). Freud betonte immer wieder, dass seine Triebtheorie nicht auf psychologischem Grunde ruhe, sondern biologisch gestützt sei, wobei er annahm, dass „es besondere Stoffe und chemische Prozesse sind, welche die Wirkungen der Sexualität ausüben“ (Freud, 1914/1982, S. 46).

Das Triebmodell verlangt, dass sich eine bestimmte Substanz wie in einem Dampfkessel anstaut und dass sich das Substanzniveau nach einer Triebhandlung wieder normalisiert. Beim männlichen Sexualverhalten könnte das Sexualhormon Testosteron diese Substanz sein. Eine Unterdrückung der Testosteronproduktion reduziert die männliche Lust auf Sex. Dies tritt aber erst bei einer Reduktion um 70 oder 80 Prozent ein, denn beim gesunden Mann liegt der Testosteronspiegel drei- bis viermal höher, als dies für das sexuelle Funktionieren notwendig wäre. Nach dem Triebmodell müsste der Testosteronspiegel nach einer sexuellen Handlung sinken. Empirische Studien zeigen jedoch das Gegenteil: Nach sexuellen Aktivitäten sinkt der Testosteronspiegel nicht, sondern er steigt (Escasa et al., 2011; Hsu et al., 2015, S. 1357). Zudem erhöht die Verabreichung von Testosteron nicht die Lust auf Sex (Schwartz & Kempner, 2015). Diese Daten widersprechen dem Triebmodell. Beim weiblichen Sexualverhalten gibt es kaum einen Zusammenhang zwischen Östrogenen und der sexuellen Lust und Reaktionsfähigkeit (Buddeberg, 2005). Sexualität staut sich nicht wie der Harn in der Harnblase, wodurch dann Harndrang entsteht. Es gibt beim Menschen keine sexuelle Triebenergie, die sich wie in einem Staudamm oder Dampfkessel ansammelt, dann den Druck immer stärker werden lässt und im glücklichen Falle wohldosiert über ein Ventil abfließt oder im negativen Falle zerstörerisch ausbricht (Glück & Schliewert, 1986; Selg et al., 1979).

Schon Freud bemerkte, dass Sexualtriebe anders als Hunger und Durst aufgeschoben, verdrängt, sublimiert, verändert oder ersetzt werden können. Ein Nahrungsentzug führt nach etwa 16 bis 30 Tagen zum Tod, ein Flüssigkeitsent-

zug bereits nach drei Tagen, ein Sauerstoffentzug bereits nach wenigen Minuten. Ein Sexualentzug führt ganz sicher nicht zum Tod. Im Triebmodell hängt die Stärke des Triebes von der Dauer des vorhergehenden Entzugs ab. Hunger, Durst oder Müdigkeit sind umso stärker, je länger der Entzug von Nahrung, Flüssigkeit oder Schlaf andauerte. Bei der menschlichen Sexualität ist dies nicht so. Der Zusammenhang zwischen Entzug und „Triebstärke“ ist bei der Sexualität genau umgekehrt: Sexuelle Inaktivität führt dazu, dass sexuelle Reize gar nicht mehr wahrgenommen werden. Sexuell enthaltsam lebende Menschen verlieren jedes Interesse an sexuellen Dingen. Umgekehrt führen häufige sexuelle Aktivitäten zu einer sexuell gefärbten Wahrnehmung der Welt (Haerberle, 1985, S. 143). Sexuell aktive Menschen nehmen beispielsweise das Gesäß einer anderen Person als sehr reizvoll wahr, während sexuell inaktive Personen das Gesäß einer anderen Person gar nicht oder medizinisch neutral wahrnehmen.

Es gibt keine kontinuierlich fließende innersomatische Reizquelle, die zum Triebmodell der menschlichen Sexualität passen würde; und es gibt auch keinen Triebzusammenhang zwischen Entzug und Sexuellust oder zwischen Sättigung und sexueller Unlust. Bei Männern gibt es zwar physiologisch bedingt (Adrenalin- und Noradrenalinabfall) (Krüger et al., 2003) häufiger als bei Frauen unmittelbar nach dem Orgasmus starke Müdigkeitsgefühle, aber keine Sexualunlust. Die sexuelle Betätigung wird nicht beendet, weil man „sexuell satt“ ist, sondern weil man körperlich müde und erschöpft ist (Kentler, 1975). Frauen im Laboratorium beschrieben nach multiorgastischen Erlebnissen „den zweiten oder dritten Orgasmus als mehr befriedigend oder mit mehr Lustgefühl verbunden als den ersten Orgasmus“ (Masters & Johnson, 1967, S. 193). Wenn man von einem Sexualtrieb ausginge, wäre zu erwarten, dass der erste Orgasmus am meisten befriedigend sein sollte, ähnlich wie nach einer Hungerphase so ziemlich alles besonders gut schmeckt. Gegen das Triebmodell spricht auch, dass Hunger, Durst und Müdigkeit unangenehme Gefühle sind, während „Lust auf Sex“ ein angenehmes Gefühl ist. Unser sexuelles Verhalten „ist eher ein Verhalten der Reizsuche als der Reizminderung: Wir suchen sexuelle Spannung und Erregung, wir begeben uns in Situationen, die mit sexuell anregenden Reizen ausgestattet sind“ (Kentler, 1975, S. 10). Die sexuelle Reizung selbst ist angenehm, was man daran erkennen kann, dass wir beispielsweise gerne sexuelle Szenen in Spielfilmen ansehen, während hungrige Menschen nur ungern anderen beim Essen zusehen. Gegen das Triebmodell der Sexualität spricht außerdem, dass sexuelle Erregung leicht stöbar ist. Schon die kleinste Ablenkung kann die sexuelle Lust zum Erlöschen bringen (Haerberle, 1985). Schließlich spricht gegen das Triebmodell der Sexualität auch, dass es hinsichtlich der „Lust auf Sex“ große individuelle Unterschiede zwischen körperlich ähnlich verfassten Menschen gibt. Wenn Sexualität ein körperlich bedingter Trieb wäre, müsste er bei allen körperlich ähnlichen Menschen auch ähnlich stark sein. Schmidt (1982) hat die Erkenntnisse zum Sexualtrieb prägnant zusammengefasst: „Die Annahme eines Sexualtriebs