

1

DER SEXUELLE MENSCH HEUTE

So viel Wissenschaft und Wissen wie heute gab es noch nie. Die Geschwindigkeit, mit der neues Wissen generiert wird, bisheriges sich erweitert oder auch veraltet, ist immens. Das Wissen explodiert geradezu. Dazu kommt das Internet. Dank Wikipedia & Co bleibt uns nichts mehr vorenthalten. Auch über Sexualität wissen wir gefühlt alles. Aber wissen wir wirklich alles?

Wie aufgeklärt sind wir?

Die Generation unserer Eltern und Großeltern musste sich ihr Wissen über Geschlechtsorgane und Sexualität selbst zusammensuchen. Manche junge Frau hatte noch nie einen Penis gesehen, bevor aus einer spannenden Begegnung im Heuschaber überraschend ein Kind hervorging. Sexualität war tabuisiert, das Wissen um Fruchtbarkeit und Schwangerschaft begrenzt, und AIDS existierte noch nicht. Die »wilden 68er« rebellierte gegen diese lustfeindliche Moral und stellten sie auf den Kopf. Sie praktizierten die freie Liebe, und manche lebten mit häufig wechselnden Sexpartnern in Kommunen. »Wer zweimal mit derselben pennt, gehört schon zum Establishment« war die Parole und zeigte, wer *in* war und wer vom alten Eisen.

Die geburtenstarken Jahrgänge der 1960er- und 1970er-Jahre erwarben ihr Wissen um Lust und Sexualität maßgeblich beim Doktor-Sommer-Team der Bravo und einige wenige biologische Details im Biologieunterricht. Sie versuchten, sexuell offener zu sein, und stemmten sich gegen Konventionen und einengende Moralvorstellungen. Als

AIDS die Welt verunsicherte, war es schon eher möglich, über körperliche Liebe zu sprechen, und *Safer Sex* wurde salonfähig. Mit Beginn des digitalen Zeitalters und der Globalisierung begann die Schrankenlosigkeit der Sexualität. Heutige Kinder und Jugendliche werden häufig durch das Internet aufgeklärt.

Junge Menschen wachsen fließend in diese Welt hinein. Im Kindergarten lernen sie Begriffe wie »Fick dich«, und auf dem Schulhof kursieren die ersten Pornos. Bereits 2009 bekamen Forscher der University of Montreal für eine Studie zum Pornokonsum keine Kontrollgruppe zusammen, weil sie vergeblich nach Collegestudenten suchten, die noch keine Pornografie konsumiert hatten. Heute haben die meisten Kinder Pornos gesehen, lange bevor sie ihre eigene Sexualität entdecken und erforschen konnten. Das Internet lässt keine Fragen offen. Es gibt Anleitungen und Tutorials für Petting, Zungenküsse, zum Fist-Fucking und zum Oral- und Analsex. Sind unsere Kinder also aufgeklärt? Sind wir selbst aufgeklärt?

Die Realität in mitteleuropäischen Schlafzimmern sieht oft anders aus als in den Medien. Bei vielen Paaren findet der übliche Sex bei ausgeschaltetem Licht schweigend unter der Bettdecke statt. Sie tun »es« und sprechen nicht darüber. Warum »es« am einen Tag läuft und die Partnerin mitmacht, am anderen aber nicht, ist ihm oder ihr nicht wirklich klar. Warum sein bestes Stück bis zu einem gewissen Zeitpunkt steht und dann plötzlich aus heiterem Himmel zusammenfällt, kann weder er noch sie sich erklären. Warum das Gleiche sich am einen Tag scharf anfühlt und am anderen irgendwie »schiefeht«, bleibt beiden ein Rätsel. Ich möchte Sie also einladen zu schauen, was da genau vor sich geht.

Sprache für Sexualität

Eine wichtige Voraussetzung für unsere Beschäftigung mit dem Thema ist die Sprache. Bei der Bezeichnung der weiblichen und männlichen Geschlechtsorgane geht allerdings im wirklichen Leben die Unsicherheit bereits los. Welche Sprache benutze ich für mein eigenes Genital und das des anderen? Fotze, Möse, Muschi und Schwanz klingt Ihnen zu vulgär? Schlitz, Scheide oder Glied zu altmodisch? Schamlippen, Schamhaar und Schamhügel zu frauenfeindlich oder verschämt?

Und was machen Sie miteinander? Poppen, Bumsen, Ficken oder Vögeln? Wie ist es mit den Begriffen Koitus, Erektion oder Cunnilingus²? Die sind Ihnen eventuell zu klinisch rein oder zu fremdsprachig? Manche Menschen versuchen, das Dilemma mit Wortneuschöpfungen zu lösen: dein Zauberstab, meine Lotusblüte, meine Edelrosine? Zu albern für Sie?



Vielen Menschen fällt es schwer, über (ihre) Sexualität zu reden – allein, weil ihnen die Worte fehlen. Sie möchten nicht zu wissenschaftlich daherkommen und die Romantik killen. Sie möchten aber auch niemanden kränken durch allzu vulgäre Ausdrücke. Was können wir tun? Wie sage ich meiner Liebsten, wo sie mich anfassen soll und wie, wenn ich keine Sprache dafür habe?

Ich werde im Folgenden die Begriffe verwenden, die ich in meiner Praxis und meinem Alltag am häufigsten höre und bei Gesprächen über Sexualität am ehesten selbst benutze. Fühlen Sie sich frei, alles so für sich zu übersetzen, dass es für Sie und Ihre Partnerin oder Ihren Partner passt.

Neues aus Anatomie und Forschung

Der folgende Abschnitt ist kein Aufklärungskurs. Die meisten biologischen Details sind wohlbekannt. Dennoch gibt es bei vielen Menschen Lücken in diesem Wissen. Insbesondere das weibliche Genital ist in unserer Kultur kein Thema und – da nicht wirklich physisch im Blickfeld – auch für viele ein unbekannter Ort. Über Jahrhunderte war es praktisch nicht präsent – ein Nichts, ein Loch, das Negativ zum Mann, das war's.

Außerdem möchte ich Sie in diesem Buch mit Ihrem Becken bekannt machen. Es ist die erotische Schatzkiste des Körpers. Doch auch das Becken ist in der Wahrnehmung vieler Menschen gar nicht vorhanden. Die Hüften sind bekannt. Auch der Verdauungstrakt, ja. Der Penis natürlich und die Tatsache, dass Frauen eine Klitoris haben, okay. Aber das Becken? Was genau soll das sein und wo? Und was hat es mit Sex zu tun?

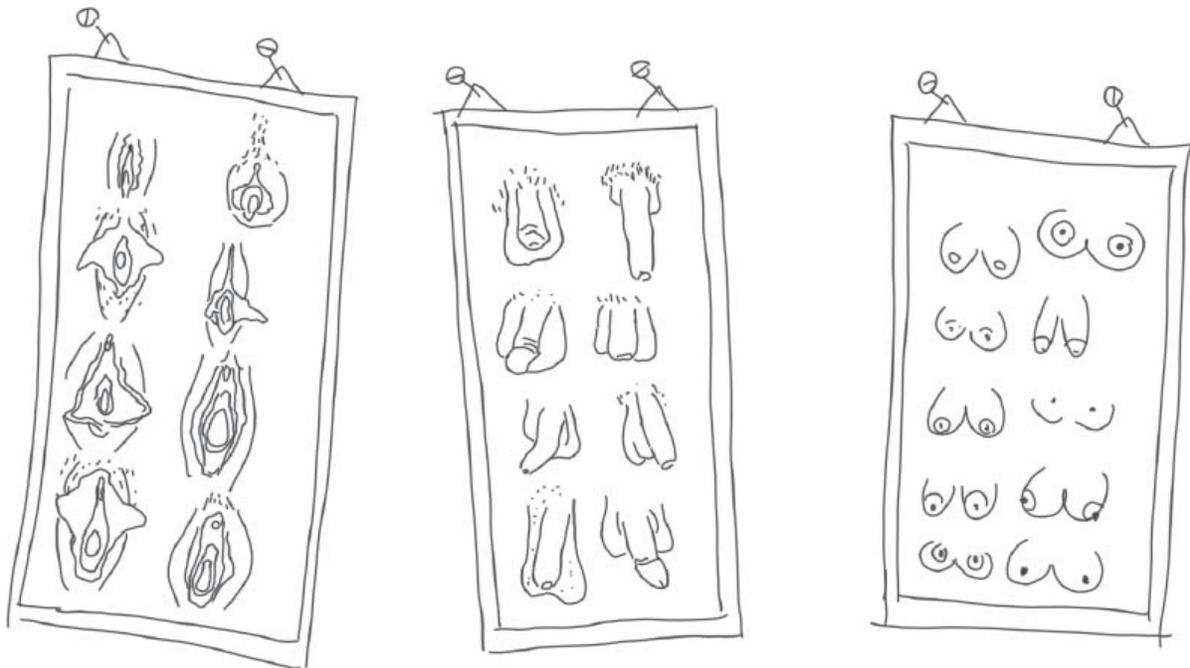
Wenn wir unser sexuelles Erleben und Funktionieren verändern wollen, müssen wir es zuerst kennen und verstehen. Wir brauchen ein Konzept, eine Landkarte, eine Vorstellung von »dem da unten«. Ich biete Ihnen also an, Ihr bisheriges Wissen um einige Details aus Wissenschaft und Forschung zu erweitern. Bevor es Ihnen langweilig wird, lesen Sie einfach quer und überspringen einzelne bekannte Passagen.

Weiblich, männlich, homo, hetero und was dazwischen

Den meisten Menschen ist klar, dass jeder Mensch und damit auch jedes Genital anders ist. Und dennoch bleibt dieses Wissen oft rein kognitiv. Die Bilder, die wir in Filmen, Zeitschriften und anderen Medien und insbesondere in Pornos sehen, gleichen sich sehr. Wir sehen die ideale Frau, den idealen Mann, mit dem idealen Penis, den idealen Brüsten oder Vulven. Models, Darstellerinnen und Darsteller in Filmen wurden bereits einer Auswahl unterzogen, die nur übriglässt, was derzeit als schön und ideal gilt. Der Rest wird durch Photoshop geschönt oder durch Models für bestimmte Körperteile ersetzt.

Was wir also kognitiv wissen, aber im Alltag nicht so oft sehen, ist die Breite der Normalität unter den Klamotten: Es gibt große Penisse und kleine, helle, dunkle, dicke und dünne, kurze und lange. Alle Eichel haben unterschiedliche Formen und die Hoden ebenfalls. Die Erektion steht je nach Mann und Alter steil nach oben, waagrecht nach vorn, etwas krumm oder zeigt nach unten.

Dasselbe gilt für weibliche Vulven, also die äußeren weiblichen Genitalien. Sie sind schmetterlingsförmig oder eher glatt. Haben symmetrische Lippen oder asymmetrische. Sind stark behaart, in eine Frisur getrimmt oder rasiert. Die inneren Vulvalippen sind groß und lang und weit über den äußeren. Oder aber klein und fast unsichtbar. Die Klitoris ist groß und prominent zu sehen oder aber versteckt in diversen Hautfalten. Es gibt so viele unterschiedliche Genitalie, wie es Menschen gibt.



Manche Menschen haben keine eindeutig männlichen oder weiblichen Genitalien, sondern sind biologisch und hormonell *intersexuell*. Diese Anlage entsteht aufgrund von Androgenresistenzen bereits im Mutterleib. Das Genital, also das biologische Geschlecht, ist dann nicht so prototypisch ausgeprägt wie im Porno.

Weiterhin gibt es Menschen, die zwar mit einem biologisch eindeutigen Genital auf die Welt kommen, sich in diesem Körper aber falsch fühlen. Diese *Transpersonen* fühlen sich entweder dem anderen sozialen Geschlecht zugehörig, das im Englischen als *Gender* bezeichnet wird. Oder sie empfinden sich als drittes, eigenes Geschlecht oder etwas dazwischen. Sie wollen oder können sich nicht binär einem sozialen Geschlecht wie männlich oder weiblich zuordnen. Juristisch werden diese Menschen auch als *divers* bezeichnet. Sie können ihren Lebensstil theoretisch jenseits binärer Genderfestlegungen gestalten und haben die Möglichkeit zu hormoneller und operativer Veränderung des biologischen Körpers. Viele Betroffene spüren diese Unstimmigkeit bereits als Kind, haben dann aber erst im jungen Erwachsenenalter nach vielen Enttäuschungen, Kränkungen und inneren Schmerzen den Mut, entsprechende Schritte zu gehen. Was dann folgt, ist aufgrund gesellschaftlicher Ressentiments eine weitere Mammutaufgabe, die zu bewältigen ist. Die Bewältigung eines solchen Dazwischenseins ist alles andere als leicht. Denn praktisch leben wir in einer binären heteronormativen Welt, d. h. einer Welt, in der Heterosexualität als normal gilt und die immer noch geprägt ist von Vorurteilen und Repressalien gegen Menschen, die anders sind.

Noch ein Hinweis: Ob die Betroffenen letztlich schwul, lesbisch oder heterosexuell sind, steht auf einem ganz anderen Blatt. Das Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit hat nichts mit der sexuellen Orientierung zu tun – also damit, auf wen man oder frau sexuell steht!