

«Ins Décolleté schauen ist in Ordnung»

Die Sexualtherapeutin Esther Elisabeth Schütz stellt fest, dass junge Männer zunehmend im Bett versagen. Ein Gespräch über Sex im Zeitalter von Gleichstellung und Internet.

Von Rico Bandle und Salvatore Vinci (Bild)

Kaum eine Schlagzeile sorgte in letzter Zeit für so viel Gesprächsstoff wie jene der Gratiszeitung *20 Minuten* vom 29. Januar: «Männer versagen beim Sex – weil sie nett sind». Das Blatt berief sich auf eine Aussage von Esther Elisabeth Schütz, 65, der Doyenne der Schweizer Sexualtherapie: In ihrer Praxis ist sie mit einer zunehmenden Anzahl Männern unter dreissig konfrontiert, die unter Erektionsstörungen leiden. Die Ursache ortet sie unter anderem bei der weiblichen Sozialisation der Buben.

Was hat es mit den schlaffen jungen Männern auf sich? Werden zu Einfühlsamkeit erzogene Männer tatsächlich impotent? Grund genug, die Sexualtherapeutin zu einem Gespräch zu treffen. Schütz empfängt uns in dem von ihr gegründeten Institut für Sexualpädagogik und Sexualtherapie, das in einer wunderbaren Backsteinvilla mitten in einem Park in Uster beheimatet ist.

Frau Schütz, seit dreissig Jahren beobachten Sie das Sexualeben der Schweizerinnen und Schweizer aus nächster Nähe. Sind die Männer tatsächlich zu weich geworden?

Das Rollenbild des Mannes hat sich verändert. Es wird von ihm erwartet, dass er sich in einer Liebesbeziehung mitfühlend und kinderlieb zeigt, sportlich aktiv ist, gut kochen kann, Karriere macht und ein guter Liebhaber ist. Hinzu kommt, dass das Bildungssystem mittlerweile stark weiblich geprägt ist. Buben stören den Unterricht und dürfen oft nicht mehr Buben sein. Wenn sie einmal auf dem Pausenplatz miteinander raufen, was eigentlich völlig normal ist, geht immer sogleich jemand dazwischen. Bubenspiele, wie mit Holz Waffen herumzuballern, sind gänzlich verpönt. Die weibliche Sicht in der Erziehung hat sich mehrheitlich durchgesetzt.

Und das führt dann tatsächlich zu Erektionsstörungen?

Erst einmal führt dies dazu, dass in Liebesbeziehungen die Männer mit den Wünschen zu Sexualität respektvoll und achtsam umgehen. Das bringt Vor- und Nachteile. Anstatt dass sie aktiv verführen, wird geredet, gefragt und Verständnis gezeigt. Dadurch haben die Männer an sexueller Selbstsicherheit verloren. Sobald von der Frau ein erstes Signal kommt, dass sie wenig Lust verspürt, geben die Männer

auf. Macho zu sein, gilt heute eher als etwas Schlechtes.

Ein Mann muss doch heute ständig aufpassen: Geht er etwas falsch vor, muss er damit rechnen, sich dem Vorwurf der sexuellen Belästigung auszusetzen.

Das ist ein gravierendes Missverständnis. Unsere Gesellschaft ist diesbezüglich sehr weit gegangen. Ein Lehrer kann im Turnen ja kaum mehr einem Mädchen über ein Hindernis helfen, dies könnte sonst als Übergriff gelten. Dass jede männliche Avance als sexistisches Verhalten ausgelegt werden könnte, ist für das Beziehungsleben fatal. Verführen heisst ja die Kompetenz besitzen, zu führen. Und nicht gleich beim ersten Hindernis aufzugeben.

Viele männliche Jugendliche machen in der Pubertät eine leidige Erfahrung: Sie wurden zu Sanftheit erzogen, geben sich alle Mühe, jegliche sexuelle Anspielung gegenüber dem anderen Geschlecht zu unterlassen. Gutgläubig gehen sie davon aus, damit bei den Frauen Erfolg zu haben – um dann ernüchtert festzustellen, dass sich diese lieber mit dem südlichen Macho abgeben.

«Die weibliche Sicht in der Erziehung hat sich mehrheitlich durchgesetzt.»

Ja, im Bereich der Leidenschaft hat der Einfühlsame gegen einen Macho wenig Chancen! Das ändert sich erst, wenn es um Familienplanung geht. Dann sind engagierte, einfühlsame Väter gefragt. Aber Frauen träumen von Männern als Liebhabern, die mutig sind und sich getrauen, zu führen und zu verführen.

Kann man also sagen, die Emanzipation der Frau, die angestrebte Gleichberechtigung zwischen den Geschlechtern, schadet einem leidenschaftlichen Liebesleben?

Das Problem liegt darin, dass das berechtigte Anliegen von Gleichstellung in Beruf und Politik auf die Sexualität ausgeweitet worden ist. Das heisst, die Gleichberechtigung wurde zum Teil mit Gleichheit verwechselt. Was aber macht die Sexualität lebendig und reizvoll? Der Unterschied zwischen den Geschlechtern, das Spannungsfeld zwischen Frau und Mann! Wenn ein Paar im Sinne einer Verhandlung sein Sexualeben zerredet, nivelliert es den Unterschied zwischen

männlichen und weiblichen Bedürfnissen. Dies reduziert die Spannung, die Antriebskraft von Leidenschaft und Eros.

Haben die Frauen in den letzten vierzig Jahren also für etwas Falsches gekämpft?

Nein. Die Emanzipation hat viele Vorteile gebracht. So müssen die Frauen in der Liebesbeziehung nicht mehr dem Frieden zuliebe mitmachen; sie haben an Selbstbestimmung gewonnen. Doch was, wenn sich der Mann zurückzieht, nicht mehr führt und verführt? Dann sind die Frauen genauso Verliererinnen wie die Männer.

Die Frau sollte sich heute im Berufsleben stark und selbstbewusst geben, in der Sexualität hingegen ist die Fähigkeit zur Hingabe gefragt. Geht das überhaupt zusammen?

Ja. Hingabe ist keine Unterwerfung. Es geht in erster Linie um die Hingabe an sich selbst und die sexuelle Lust. Diesbezüglich sind beide Geschlechter gefordert. Immer wieder höre ich von Klientinnen: «Wenn er mich doch nur wieder einmal *nehmen* würde!» Dabei geht es nicht darum, dass ihr Partner grob sein soll, aber um die emotionale Intensität. Er soll wieder mal feurig und leidenschaftlich zum Ausdruck bringen: «Ich will! Und ich will mit dir!»

Sie haben einmal gesagt, dass viele Männer Lob von Ihnen erwarten, wenn sie sagen, sie gehörten nicht zu jenen Männern, die den Frauen auf die Brüste schauen. Sie aber finden: Selbstverständlich sollte ein Mann den Frauen auf die Brüste schauen!

Visuelle Reize sind wichtig und gehören für Männer dazu. Solange er gekonnt und nicht aufdringlich schaut, ist dies eine männliche Kompetenz. Mit «gekonnt» meine ich, dass er gleichzeitig mit sich selbst in Kontakt bleibt und sich selbst wahrnimmt. Wer die eigenen Grenzen kennt, wird bei andern nicht über die Grenze gehen.

Ein Blick aufs Décolleté gilt ja heute bereits als anzüglich.

Schade! Es ist doch völlig normal, dass ein Mann eine Frau scannt. Nur weil Frauen das weniger machen, ist das doch nicht anzüglich! Sorgen machen muss man sich, wenn ein Mann sich nicht mehr getraut, einer Frau nachzuschauen und einen verstohlenen Blick aufs Décolleté zu werfen. Damit gibt er eine seiner wichtigsten Erregungsquellen auf.

Der Bauarbeiter, der einer Frau hinterherpfeift, ist also kein Primitivling, sondern agiert völlig normal? >>>



«Gleichberechtigung wurde zum Teil mit Gleichheit verwechselt»: Sexologin Schütz.

Er möchte damit möglicherweise der Frau ein Kompliment machen. Die Frage ist: Wie nehmen die Frauen das auf? Als sich Frauen noch wenig gegen aufdringliche Männer wehren konnten, war es sinnvoll, sich deutlich von solchen Anspielungen abzugrenzen. Heute haben Frauen andere Möglichkeiten. Bindungsfähige Männer, welche zur Konfliktfähigkeit erzogen wurden und eine positive Beziehung zu ihrer eigenen Männlichkeit haben, werden nicht zu Tätern. Da kann eine Frau aus ihrer eigenen sexuellen Selbstsicherheit ein Hinterherpfeifen auch mal als Kompliment auffassen und entscheiden, wie sie reagiert.

Kommen wir zu einem vieldiskutierten Thema: Was macht die ständige Verfügbarkeit der Internetpornografie mit uns?

Zu meiner Zeit haben Jugendliche heimlich Sexheftchen angeschaut. Das waren Standbilder, welche die Fantasie anregten. Heute nutzen männliche Jugendliche den Film als Erregungsquelle. Sie erlangen dadurch schon in jungen Jahren Einblick in die Erwachsenenwelt und sehen Dinge, die sie in der realen Welt nicht erleben. In einem populären Computerspiel, «GTA 5», kann man mit einer Prostituierten Sex haben und sie anschliessend umbringen. Die Jugendlichen kreieren sich ihre Fantasien nicht mehr Schritt für Schritt selber, sondern werden früh mit einer weit voraus liegenden und zum Teil brutalen Welt konfrontiert.

Mit welchen Folgen?

Im Pornofilm geht es immer sehr schnell zur Sache – und es funktioniert. Im realen Leben, wo häufig ein langer Prozess der Anwerbung gefragt ist, scheitern manche Jugendlichen, weil sie sich gar nicht getrauen, aktiv zu werben. Es ist einfacher für sie, in die virtuelle Welt abzutauchen. Weshalb soll ein junger Mann noch die Anstrengung unternehmen, eine Partnerin zu verführen? In meiner Praxis sagen mir Männer oft, dass sie Hemmungen haben, Frauen im Ausgang anzusprechen. Wenn wir dann solche Situationen in Rollenspielen üben, taucht manchmal die schüchterne Frage auf: «Darf ein Mann das überhaupt?»

Von feministischer Seite hört man die Klage, Männer würden durch den Pornokonsum verroht – den groben Sex, den sie in den Filmen sehen, wollten sie an den Frauen ausleben. Ist da etwas dran?

Ich stelle eher einen Realitätsverlust fest. Die Männer entdecken im Netz, dass sie irgendwelche Praktiken wie zum Beispiel Bondage (Fesselspiele) sexuell erregen, und erklären dieses Phänomen zu ihrer Vorliebe. Bei häufigem Konsum wird damit die Fähigkeit, die Erregung zu steigern, an diese Reize gekoppelt. Im Bett mit

der Frau merken sie dann, dass alles ganz anders ist als das, was sie sich beim Onanieren vor dem Bildschirm vorgemacht haben. Am Anfang einer Beziehung spielt diese Diskrepanz noch kaum eine Rolle, schliesslich funktioniert alles. Mit der Zeit aber geht der Reiz des Verliebtseins verloren. Und die pornogewohnten Männer finden das normale Liebesleben bald einmal langweilig, was zur sexuellen Unlust führen kann.

Für die Frau ist Sex auch ein Machtinstrument. In der antiken Komödie «Lysistrata» beenden die Frauen gar einen Krieg, indem sie den Männern den Sex verweigern. Wenn nun die Männer auf Internetpornografie ausweichen können: Wie verschiebt sich das Machtgefüge innerhalb der Beziehung?

«Ich empfehle ihnen: aufrecht stehend zu onanieren und dazu das Becken zu bewegen.»

Wenn die Entwicklung so weitergeht mit immer realistischerem virtuellem Sex, so wird dies zum nächsten grossen Thema. Noch gibt es kaum Forschungsergebnisse dazu. Eine Möglichkeit ist, dass die Frauen dann mit dem Auszug drohen, um ihre Macht zurückzugewinnen. Die meisten Männer werden eine Partnerschaft und realen Sex jedoch nicht ganz aufgeben wollen. Die Schwierigkeit liegt darin, dass viele Männer mit dem hohen Konsum von Pornografie nicht aufhören können. Dies, selbst wenn sie das anstreben, weil eine Abhängigkeit in Bezug auf ihre Erektionsfähigkeit entstanden ist.

Teenager-Mädchen kleiden sich gerne aufreizend und bedienen sich damit der Pornoästhetik. Was bezwecken sie damit?



Es geht ihnen nicht um Sex, sondern um ihre Wirkung. Sie entdecken ihren Einfluss als Frauen und spielen damit. Den pubertierenden Buben ist nicht vorzuwerfen, wenn sie in der Schule zappelig werden und sich nicht konzentrieren können, wenn ein knapp bekleidetes Mädchen neben ihnen sitzt. Als ich vor dreissig Jahren noch Lehrerin war, habe ich während eines halben Jahres einen Versuch gestartet und an den Nachmittagen die Buben und Mädchen getrennt. Es gab einen Aufruhr. Vor allem Mütter von Buben hatten Angst, ihre Sprösslinge könnten in einer Bubenklasse nicht bestehen. Die Regulation über die Mädchen war schon damals verinnerlicht: Man will nicht, dass sich Buben wie Buben verhalten.

Gemäss Umfragen messen Jugendliche der klassischen Familie und der Treue in der Beziehung so viel Bedeutung zu wie keine Generation vor ihnen. Ist das eine logische Gegenbewegung zu dem ständig verfügbaren Sex?

Das stelle ich auch fest: Die Vorstellung von Romantik und Familie ist aktueller denn je. Das ist ein interessantes Phänomen. Es wäre spannend, dies wissenschaftlich zu untersuchen.

Trotzdem scheitern so viele Ehen wie nie zuvor.

Eine funktionierende Paarbeziehung steht auf zwei Säulen: Die erste ist das Liebesgefühl, dazu gehören Sicherheit, Vertrauen, Sympathie, Konfliktfähigkeit, gemeinsame Projekte, der alltägliche Körperkontakt und so weiter. Die zweite Säule ist Erotik und Sex. Wenn die Anfangseuphorie vorbei ist, wird häufig an der ersten Säule gearbeitet, man strengt sich an, unternimmt etwas zusammen, das klappt auch ganz gut. Die zweite Säule aber verkümmert bei manchen mit den Jahren. Die Gefahr ist dann gross, dass das sexuelle Begehren extern kompensiert wird. Dabei ist ein erfülltes Sexualleben auch in langfristigen Beziehungen lernbar.

Mit «extern kompensieren» meinen Sie: Einer der Partner geht fremd?

Ja. Wobei einmal Fremdgehen nicht heissen muss, dass die ganze Beziehung in Frage gestellt wird. Wenn Frauen per Zufall entdecken, dass ihr Mann Internetpornografie konsumiert oder in einschlägigen Internetportalen mit Frauen chattet, sind sie oft völlig vor den Kopf gestossen und erleben dies auch als Fremdgehen.

Dann kommt es zur Katastrophe.

Ja, das ist für viele Frauen ein riesiger Schock. Einerseits ist das verständlich, andererseits auch Ausdruck davon, dass sie wenig um die Welten von Männern wissen.

Was wissen die Frauen nicht?

Dass die meisten Männer visuelle Reize in ihrer Selbstbefriedigung nutzen. Oder sie wissen es, aber glauben, ihr Mann sei anders.

«Meiner ist nicht so einer», sagen sie dann. Meistens liegen sie falsch. Wenn den Frauen bewusst wäre, wie sehr sich Männer von visuellen Stimulationen anziehen lassen, dann wären sie nicht so überrascht, wenn der Pornokonsum plötzlich ans Licht kommt.

Sind die Frauen ihren Männern gegenüber zu leichtgläubig?

Sie vertrauen ihren Männern. Es ist erstaunlich, dass Frauen ihren Männern vertrauen, dass sie alles in Ordnung finden, selbst wenn das Paar nur noch alle drei Monate Sex hat. Ich frage in solchen Situationen jeweils: «Sind Sie sicher, dass Ihr Mann damit zufrieden ist? Und wovon träumen Sie als Frau?» Bleibt eine Liebesbeziehung mit so wenig Sex stabil? Als Sexologin weiss ich: Kein Mann macht das einfach so mit. Und wenn der Mann die Frau sexuell nicht mehr begehrt, dann machen auch die Frauen nicht mehr mit. Ich spreche hier nicht von Schwangerschaften, Unfällen oder Ähnlichem, da kann es natürlich vorkommen, dass die Sexualität eine Zeitlang zum Stillstand kommt, sondern vom normalen Liebesalltag.

Liebhaber sein könnte. Männer sind diesbezüglich sehr verwundbar, vor allem, wenn Frauen etwas in diese Richtung kommunizieren. Die Erektionsfähigkeit ist ein zentraler Bestandteil der männlichen Identität. Bei der Frau trifft es eher die Liebesebene: Sie hat das Gefühl, dem Mann nicht mehr vertrauen zu können. Sie bleibt lange am Seitensprung hängen, weil sie damit die ganze Beziehung in Frage stellt. Beim Mann ist das anders. Er ist in der Regel schneller bereit, nach vorne zu schauen, und hat weniger Mühe, die Sache abzuschliessen.

Wahrscheinlich sehnen sich alle, die in einer längeren Beziehung leben, irgendwann auch nach Sex mit jemand anderem. Doch alle Experimente mit offenen Beziehungen in den letzten vierzig Jahren sind früher oder später gescheitert. Weshalb klappt das nicht?

In einer offenen Beziehung braucht es sehr viele Fähigkeiten: das eigene Ego zurückzustellen, offen zu kommunizieren, das Zeitmanagement im Griff zu haben und, und, und. Es ist dermassen herausfordernd und kompliziert, sowohl emotional wie auch organisatorisch, dass früher oder später fast alle

lich die bestmögliche, was die Sexualität betrifft?

Das würde ich nicht sagen. Klar war alles befreit, es gab die Pille, Aids aber noch nicht, man musste also keine Angst haben. Doch die meisten Frauen haben mit dem Wissen der Grossmütter in der Welle der sexuellen Befreiung mitgemacht. Den Männern hat das natürlich gefallen, für uns Frauen war das sexuell nicht unbedingt stärkend.

Sie schauen skeptisch auf diese Zeiten zurück?

Sozial bedeutete sie sicher eine Befreiung, sexuell aber nicht. Frauen machten vieles mit, was sie gar nicht wollten, weil das Experimentieren zum Mainstream der Zeit gehörte.

Ist das heute besser?

Anders. Heute ist die Sexualität ein Konsumgut, wir können sie kaufen, im Internet, mit Chats, Darkrooms und so fort. Man kann alles sofort haben. Deshalb legen wir den Fokus bei der Sexualtherapie zunehmend auch auf die Körperlichkeit. Über Atmung, Wahrnehmung von Sinnesempfindungen entsteht ein neuer Zugang zum eigenen weiblichen oder männlichen Kör-

Wie ist es mit dem Fremdgehen: Gibt es Unterschiede zwischen Frauen und Männern?

Frauen gehen im Allgemeinen geschickter fremd. Der Mann ist ja schon von seinen Geschlechtsorganen her nach aussen beziehungsweise vorne orientiert, die Frau nach innen. Das äussert sich auch im Verhalten. Die Männer streben nach vorne, vergessen alles, setzen sich grossen Risiken aus. Die Frau hingegen handelt eher vorsichtig, überlegt und in der Regel äusserst strategisch. Deshalb werden die Männer per se schneller entdeckt.

Weshalb gehen Frauen fremd?

Die einen Frauen suchen das, was sie zu Hause nicht erhalten. Sie sehnen sich danach, leidenschaftlich sexuell begehrt zu werden. Andere spüren ihre Lust nur dann, wenn es zu einer hohen emotionalen Erregung kommt, was beim Fremdgehen der Fall ist.

Wer leidet mehr, wenn der Partner fremdgeht, der Mann oder die Frau?

Es trifft beide unterschiedlich. Er leidet am Gedanken, dass der andere der bessere

zur Erkenntnis gelangen: Es funktioniert einfach nicht, schon gar nicht auf einer für alle Beteiligten zufriedenstellenden Ebene.

Eine Strategie wäre, beim Partner einfach nicht so genau hinzuschauen und ihm so gewisse Freiheiten zu lassen. Man ist doch glücklicher, wenn man nicht alles weiss, was der andere macht.

Das ist keine schlechte Strategie. Wichtig ist einfach, dass man zur Kenntnis nimmt, dass der Partner, die Partnerin potenziell fähig ist, fremdzugehen. Das bedeutet, dass man einander gegenseitig attestiert, attraktiv zu sein und dass man auch ausserhalb der Beziehung positiv wahrgenommen wird. Dadurch entsteht eine gewisse Spannung, man muss sich um den Partner, die Partnerin bemühen und sich ihn oder sie erträumen können. Das ist etwas ganz anderes, als wenn man von einem absoluten Treuebegriff ausgeht im Sinne von: «Das darf bei uns nicht passieren!»

1968, dem Startpunkt der sexuellen Befreiung, waren Sie um die zwanzig Jahre alt, also im besten Alter. War jene Zeit tatsäch-

per und zur sexuellen Lust. Dies bildet einen Gegenpol zur einförmigen Bildschirmwelt. Dass Jugendliche bei der Selbstbefriedigung gekrümmt auf einem Stuhl sitzen oder verspannt im Bett liegen, ist fatal. Sie schauen auf den Bildschirm und haben keinen Bezug mehr zum eigenen Geschlecht. Ich empfehle ihnen: aufrecht stehend zu onanieren und dazu das Becken zu bewegen. Gut wäre auch, wenn sie stehend pinkeln. Dies unterstützt Männer in ihrem Kontakt zu ihrem Penis auf der taktischen wie der visuellen Ebene.

Ist das Ihr Ernst?

Sicher, das ist ganz wichtig. Es geht um den Bezug zum eigenen männlichen Geschlecht, um den Stolz, Mann zu sein. Vor allem Erziehungspersonen sollten wieder eine Neugier entdecken für die Geschlechtsunterschiede – und akzeptieren, dass Männer und Frauen tatsächlich unterschiedlich sind. Dies ist nicht nur wichtig hinsichtlich von Gesellschaft, Politik, Beruf und Kindererziehung, sondern auch hinsichtlich von Liebesleben und Sexualität. ○