

Reale Fantasien statt Internet

LIEBESRATGEBER Das Internet bringt pornografische Darstellungen heute in jedes Wohnzimmer. Doch der häufige Konsum solcher Bilder kann unangenehme Folgen haben.

Esther Elisabeth Schütz

Die Sommersonne wärmt Gesicht, Schultern, Décolleté, Arme, Beine und Füsse. Körper tanken Licht auf und bewegen sich in der sommerlichen Leichtigkeit des Seins. Männerblicke bewundern weibliche Rundungen und fangen dabei Feuer. Der visuelle Reiz ist eine zentrale männliche Erregungsquelle. Deshalb ist es verständlich, dass männliche Jugendliche und Männer auch Bilder zu Sexualität im Netz betrachten.

Vielfältige visuelle Angebote

Früher haben Jungen beim Zeitungssammeln nach Pornoheften gesucht. Heute sind sie gefordert aus einer Vielfalt visueller Angebote auszuwählen. Meistens schauen sie Videos oder betrachten in rasanter Abfolge einzelne Sex-Bilder.

Explizite Darstellungen nackter Körper, Genitalien oder sexueller Handlungen dienen als Stimulanz während der Erregungssteigerung. Dieser sexuelle Konsum hat wie jedes menschliche

Verhalten Auswirkungen auf die eigene Erlebbarkeit.

An Bilder gekoppelt

Lassen sich Männer jedes Mal, wenn sie sich selbstbefriedigen, von Pornofilmen oder Pornobildern inspirieren, werden diese an die Fähigkeit gekoppelt, eine Erektion auszulösen oder die sexuelle Erregung zu steigern. Mit der Zeit lösen diese Stimuli die gewünschte Erregung nicht mehr aus. Männer suchen dann entweder unaufhörlich weiter nach neuem Material oder sie versuchen durch härteres Reiben oder Pressen des Penis die Erektion wieder herzustellen. Diese neuen

Phänomene sind komplex und konfrontieren Männer mit neuen Grenzen und Widersprüchlichkeiten. Einerseits ist es wichtig, dass Männer visuelle Reize nutzen. Andererseits kann die häufige Suche auf dem Netz Folgen haben wie sexuelle Langeweile, Unlust, virtuelle Ansprüche in der Realität an die eigene Partnerin oder virtuelle Sucht.

Geschlecht wahrnehmen

Sexuelles Verhalten ist individuell. Dennoch wage ich als klinische Sexologin Empfehlungen abzugeben: Männer tun gut daran, sich ab und zu ohne Bildmaterial zu befriedigen und das reale Fantasieren als Ressource zu nutzen. In der Selbstbefriedigung und beim Pinkeln zu stehen anstatt zu sitzen, um das eigene männliche Geschlecht besser wahrzunehmen und dabei über Berührung und den eigenen Blick in Kontakt mit sich selbst zu kommen. Gute Liebhaber haben die Fähigkeit, in der sommerlichen Wärme die weiblichen Rundungen, den Duft und die sinnliche Haut mit ihren vielen Facetten zu erkunden. Der Bezug zum eigenen Geschlecht stärkt sie dabei in ihrer Wahrnehmung im sexuellen Austausch mit der Partnerin.

Die Autorin



Esther Elisabeth Schütz ist klinische Sexologin. Sie leitet das Institut für Sexualpädagogik und -therapie in Uster.

www.sexualtherapie.ch

REGION

Tierische Knallerei am 1. August

Viele Heimtiere können unseren Freudenbekundungen zum Nationalfeiertag ganz und gar nichts abgewinnen und geraten ob dem für sie unverständlichen Geknalle und Gepfeife in Panik. Hunde, die blind vor Angst verfallen oder Katzen, die sich in engen Verstecken zu verkriechen versuchen (aus denen sie sich nicht mehr befreien können) sind an diesem Tag keine Seltenheit. Die Susy Utzinger Stiftung für Tierschutz empfiehlt Tierhaltern deshalb folgende Vorsorgemassnahmen:

- Schreckhafte Hunde während des ganzen Tages an die Leine nehmen – die Vorfreude-Knallereien beginnen oft bereits schon am Morgen.
- Für extrem schreckhafte Tiere evtl. beim Tierarzt ein Beruhigungsmittel besorgen – keine Medikamente ohne vorgängige Absprache mit dem Tierarzt verabreichen!
- Menschen-Ohrstöpsel sind für Haustiere tabu! (Hunde haben andere Gehörgänge als Menschen)
- Hunde und Katzen kennzeichnen für den Fall, dass sie davonlaufen sollten – zum Beispiel mit Mikrochip, Halsband, Plakette.

www.susyutzinger.ch

Impressionen aus dem Beach-Club in Hinwil

www.beachclub.ch

