

Maria Schäfgen

Kommen Sie doch wie **sie** wollen...

Homöopathische Wege zur weiblichen Lust

ORLANDA

Maria Schäfgen • Kommen Sie doch, wie Sie wollen ...

Maria Schäfgen

Kommen Sie doch, wie Sie wollen

...

Homöopathische Wege zur weiblichen Lust

ORLANDA 

Für meine Schwestern Monika und Ursula

DANK

Bedanken möchte ich mich bei meinen Verlegerinnen Anna Mandalka und Ekpenyong Ani vom Orlanda Verlag, Ekpenyong Ani speziell für die inspirierende Zusammenarbeit beim Lektorieren des Textes.

Mein Dank gilt ebenfalls Andrea für die schönen Yoga-Fotos. Ein herzliches Dankeschön auch an Dr. med. Achim Kürten, Chefarzt des Zentrums für Traditionelle chinesische Medizin in Berlin, für seine kollegiale und menschliche Unterstützung.

Ganz besonders bedanke ich mich jedoch bei meinen Patientinnen, meinen Interviewpartnerinnen, meinen Zuhörerinnen und Schülerinnen für ihr entgegengebrachtes Vertrauen.

INHALT

Sexualität – Abenteuer Selbsterfahrung

TEIL I

VON DER SEXUALFORSCHUNG BIS ZUR SEXUALTHERAPEUTISCHEN PRAXIS

*Kapitel 1: GRUNDLAGEN DER SEXUALFORSCHUNG: WER, WARUM, WOZU?
Absurditäten und Realitäten aus der Sicht männlicher »Forscher«
Vorläufer, erste Erkenntnisse und die Psychopathologisierung der
Sexualität*

Pioniere der historischen Sexualforschung

Die Begründer/innen der modernen Sexualforschung

*Männliche Sexualforschung: Weibliche Sexualität ist bis heute
wenig erforscht*

*Kapitel 2: NEUERE SEXUALFORSCHUNG: DIE FRAU ALS SEXUELLES WESEN
Der G-Punkt – Wendepunkt und Anhaltspunkt
Die Klitoris – größer, länger, erotischer*

Kapitel 3: DIE EIGENE AUSGANGSSITUATION: WO STEHE ICH?

Lust und Unlust, Frust und Leid

Annehmen was ist – die eigene Wahrheit achten

Sexuelle Aufklärung

Märchen, Mythen, Männerträume – über den weiblichen Orgasmus

*Die Zeitschleife: Flashbacks und andere Mitbringsel aus der
Vergangenheit*

Kapitel 4: AUS DER SEXUALTHERAPEUTISCHEN PRAXIS

*Lösungsorientierte Prozessbegleitung in der homöopathischen
Praxis*

Übung: Fähigkeiten wieder erinnern

Vom Erlebnis sexueller Gewalt bis zu sexuellen Dysfunktionen

TEIL II

AUF DEM WEG ZU SICH SELBST

Kapitel 5: SEXFANTASIEN: DAS GEHIRN ALS UNSER GRÖSSTES SEXUALORGAN

Beliebte Fantasie-Szenarien

Erlaubt ist was gefällt

Kapitel 6: ANLEITUNG ZUM SELBERMACHEN: VOM THERAPEUTISCHEN ORGASMUS BIS ZUR EIGENEN ORGASMUSCHULE

Kleine Geschichte des Vibrators

Den Orgasmus erlernen – Herausforderung zum Multitasking

Selbstbefriedigung – Liebe mit sich selbst

Finden Sie Ihre G-Zone

Muskeltraining

Der Atem

*Sex will geübt sein – Stimulierendes zur Steigerung Ihres sexuellen
Empfindens*

TEIL III

DURCH HOMÖOPATHIE UND TANTRA-YOGA NEUE WEGE GEHEN

Kapitel 7: SEX UND HOMÖOPATHIE

*Klassische Homöopathie – eine moderne Therapie- und
Behandlungsform*

Die Wirkweise homöopathischer Arzneien

Erwartungen und Voraussetzungen in der homöopathischen Praxis

Die kollektive Ebene: Vorbelastungen in der Homöopathie

*Wenn die Vergangenheit belastet – Homöopathische Arzneien als
Schlüssel zu Zeitschleifen*

Kapitel 8: HOMÖOPATHISCHE ARZNEIMITTELBILDER IM ZUSAMMENHANG MIT SEX, LIEBE UND PARTNERSCHAFT

Natrium chloratum – das Salz der Erde

Acidum nitricum

Sepia

Hyoscyamus – wegen Lust als Hure abgestempelt

Staphisagria – Wenn Liebe machen weh tut

Lycopodium – die erotische Leistungsshow

Platin – zwischen Hochmut und Unterwerfung

Therapie unter Freundinnen – Vorsicht bei Schubladendenken und anderen menschlichen Fallen

*Kapitel 9: TANTRA: SEXUALITÄT, SPIRITUELLE ENTWICKLUNG UND
PERSÖNLICHES WACHSTUM*

Erste Begegnungen

Tantra-Yoga: Jenseits von Sexorgien und Räucherstäbchen

Bibliografie

Literatur

Adressen

Sexualität - Abenteuer Selbsterfahrung

Es ist vielleicht unüblich, dass sich eine Heilpraktikerin mit sexuellen Problemen bei Frauen und Männern befasst und sie mit klassischer Homöopathie behandelt. Wie es dazu kam, ist eine längere Geschichte, die ich an dieser Stelle mit Ihnen teilen möchte.

Als ich 19 war und gerade mein Abitur gemacht hatte, dachte ich mir, dass ich das mit dem Sex ja jetzt auch mal angehen könnte. Eigentlich war ich ziemlich katholisch erzogen worden und meine Mutter war der Meinung, ich sollte als Jungfrau in die Ehe gehen. Ich sah das jedoch völlig anders und schlief mit meinem damaligen Freund, den ich wirklich gerne mochte und bei dem ich mich auch gut aufgehoben fühlte. Und was passierte dabei? Gar nichts. Ich fand es langweilig! Mir tat nichts weh, aber es war auch nicht schön, sondern einfach nur langweilig. Ich war zutiefst enttäuscht und sehr wütend! Gleichzeitig fühlte ich mich betrogen. Ich konnte nicht verstehen, wieso so viel Tamtam um das ganze Thema veranstaltet wurde. Es galt allgemein die Vorstellung, dass Sex mit einem geliebten Mann das Allerbeste wäre, was einer Frau widerfahren könne. Um mich herum waren auch die meisten meiner heterosexuellen Freundinnen und Freunde der Ansicht, dass es regelmäßig dazu kommen müsse. Aber warum nur, wenn es so langweilig und nichts sagend war? Wie kam es, dass meine Empfindungen sich so grundlegend von der anscheinend allgemeingültigen Norm unterschieden? Ich hatte meinen ersten Orgasmus mit 11 gehabt und wusste, was ich anstellen musste, um mit mir selbst glücklich zu sein. Aber Geschlechtsverkehr schien etwas völlig anderes zu sein.

So begann ich, Fragen zu stellen. Ich fragte alle Frauen, die ich kannte, einschließlich meiner Mutter. Die war zuerst fürchterlich sauer, aber ich ließ nicht locker und fragte immer wieder: »Wie ist das bei dir? Bei mir ist es langweilig. Ich spüre nichts. Wieso sollte ich Jungfrau bleiben? Was soll das?« Irgendwann erzählte sie mir

dann ihre Geschichte und die verwunderte mich dermaßen, dass ich das Bedürfnis hatte, noch viele andere Frauen nach ihrer Geschichte zu fragen.

Ich stellte fest, dass viele der Frauen, die in den 60ern jung gewesen waren, trotz sexueller Revolution und Hippie-Phase wenig beim Sex empfanden. Außerdem waren ja längst nicht alle Frauen Hippies gewesen, für viele war Sex weiterhin moralisch belastet, sie waren prude erzogen worden.

Ich war in den 80er Jahren Anfang 20 und studierte Psychologie. Die Frauen in meinem Alter hatten mehr Interesse am Zusammensein mit Männern als am Sex selbst, und dann fanden sie das Vorspiel interessanter als das Vögeln. Einige meiner Freundinnen waren sehr erstaunt, dass ich genau wissen wollte, ob sie beim Sex, vor dem Sex, nach dem Sex oder ohne Sex einen Orgasmus bekamen, aber dennoch antworteten sie mir auf meine neugierigen Fragen. Die meisten hatten einen Orgasmus beim Vorspiel, manche auch erst beim Nachspiel. Die Penetration erfüllte eher den Zweck der Partnerbindung, die meisten Frauen ließen sie zu, weil sie ihrem Freund mit der Bereitschaft zum Geschlechtsverkehr ihre Liebe zeigen wollten. Manche schätzten auch die Nähe zum Partner während des Verkehrs und nahmen es als gegeben hin, dass sie dabei wenig orgiastische Lust empfanden.

Einige meiner Kommilitoninnen waren damals schon Ende 30 und erzählten mir erstaunlicherweise ganz andere Dinge über ihr Sexleben. Ich erklärte mir dieses Phänomen damit, dass Frauen den Höhepunkt ihrer sexuellen Leistungsfähigkeit mit Mitte 30 erreichen und freute mich aufs Älterwerden.

Von den Ergebnissen meiner laienhaften Umfrage und meinen eigenen lauen Sex-Versuchen ernüchtert, widmete ich mich in den folgenden zwei Jahren intensiv meinem Psychologiestudium, statt mich um Sex zu kümmern.

Doch dann bekam ich heraus, wie ich beim Sex mit einem Mann einen Orgasmus haben konnte und fand die ganze Sache damit schon viel spannender. Mehr durch Zufall entdeckte ich immer mehr Details, veränderte beim Sex einige Kleinigkeiten, wodurch letztendlich meine sexuelle Empfindungsfähigkeit viel intensiver wurde.

Was war passiert? Da gab es einerseits anatomische und sexualwissenschaftliche Neuigkeiten, die mein Selbstverständnis veränderten. Hinzu kam, dass ich schon sehr früh in Behandlung bei einem homöopathisch arbeitenden Heilpraktiker war. Die homöopathischen Arzneien bewirkten tief greifende Veränderungen, ich wurde immer freier und lebendiger und konnte auch meine Sexualität frei und lebendig genießen.

Ein vielseitiger Ratgeber

Dieser Ratgeber kann Ihnen Information und Motivation bieten und mag Sie darüber hinaus auch berühren. Sie werden etwas über die weibliche Sexualität sowie über wissenschaftliche und populärwissenschaftliche Thesen erfahren. *Kommen Sie doch, wie Sie wollen...* liefert Anregungen, Neues auszuprobieren und Altes zu hinterfragen. Das Buch soll Sie dazu ermutigen, Sexualität nicht länger als »von Gott gegeben« hinzunehmen, sondern sie als einen Teil Ihres Lebens anzusehen, den Sie ebenso wie Ihre Persönlichkeit oder Ihre sozialen Fähigkeiten ständig weiterentwickeln können. Der Ratgeber vermittelt Ihnen die Strategien und das Handwerkszeug für die entsprechenden Entwicklungsschritte. *Kommen Sie doch, wie Sie wollen...* ist schließlich auch ein Arbeitsbuch, mit dem Sie Ihre eigenen Erkenntnisse dokumentieren und erweitern können.

Weibliche Sexualität als Zeitphänomen

Während Emanzipation und Frauenrechte für ältere Frauen, die sich ihre Freiheiten sowohl im Privat- als auch im Berufsleben hart erkämpfen mussten, bis heute einen wichtigen Stellenwert haben, mögen diese Themen den heute 20-Jährigen weniger brisant, ja sogar absurd und komisch erscheinen. Für feministische Frauen der älteren Generation, die durch ihre Arbeit den Grundstein für die heute selbstverständlicher gewordene Freiheit von Frauen gelegt haben, kann die sexuelle Befreiung eine der wichtigsten

Errungenschaften ihres Lebens darstellen. Das gesellschaftlich erkämpfte Recht auf eigene sexuelle Bedürfnisse, die Möglichkeit, offen in lesbischen Beziehungen zu leben, sich aus unglücklichen Ehen zu lösen oder im Laufe ihres Lebens mehrere Partner oder Partnerinnen zu haben, sind für viele ältere Frauen auch heute noch Privilegien, auf die sie sehr stolz sind.

Heterosexuelle Frauen in den 30ern haben demgegenüber vielleicht weniger Probleme damit, ihre Sexualität freizügig zu leben, als damit, berufliches Karrierestreben und Sehnsucht nach Geborgenheit und Liebe in einer Partnerschaft so zu verbinden, dass sie einerseits von Männern ernst genommen werden und andererseits ihre Weiblichkeit leben können. Viele lesbische Frauen in den 30ern denken dagegen darüber nach, wie sie Mutterschaft in ihre lesbische Lebensform integrieren können. Die sexuelle Präferenz und das Ausleben weiblicher Sexualität werden in Grenzen bereits von der Gesellschaft akzeptiert. Ausnahmen stellen beispielsweise sexuell sehr aktive Frauen oder lesbische Politikerinnen und Lehrerinnen dar. Sexuell sehr aktive Frauen werden auch heute noch leicht als »Hure« oder »Schlampe« abgestempelt, in der Politik und im Schulwesen können die Konsequenzen bis heute sehr drastisch sein, wenn jemand als lesbisch oder schwul »geoutet« wird.

Auch wenn Frauen heute offener als früher ihre Sexualität leben können und der weibliche Orgasmus dazugehört, findet sich doch häufig eine Diskrepanz zwischen der augenscheinlichen Offenheit und dem tatsächlichen Wissen über die eigene Sexualität. So lassen sich Frauen durchaus ein Intimpiercing verpassen, ohne zu wissen, was dort unten eigentlich gepierct wird und was genau sich im Innern der gepiercten und rasierten Pussy abspielt.

Auf dem Weg zur eigenen sexuellen Freiheit

Egal wie alt Sie sind: Was immer Sie heute über Ihren Körper, Ihre Sexualität und ganz allgemein die Geschichte von Frauen wissen, hat einen maßgeblichen Einfluss auf Ihr Sexualerleben. Dabei spielen wissenschaftliche Veröffentlichungen und Ratgeber heute eine

Schlüsselrolle in der Weiterentwicklung weiblicher Sexualität. Einerseits halten viele Halbwahrheiten und längst überholte Forschungsergebnisse Frauen davon ab, spielerisch Neues auszuprobieren und ihr sexuelles Potenzial voll und ganz zu leben. Andererseits wird Sexualität in vielen Ratgebern darauf reduziert, bestimmte Techniken und Stellungen anwenden zu können und sich gegenüber dem Partner/der Partnerin auf eine bestimmte Weise zu verhalten. Die spirituelle Dimension, die Frauen in der Lust mit ihrer einzigartigen schöpferischen Kraft verbindet, bleibt dabei meist unerwähnt. Sexualität kann eine wichtige Ressource sein, die uns bedeutende, tief greifende und bewusstseinsweiternde Erfahrungen ermöglicht.

Eigenschaften wie Neugierde und Verspieltheit sind wichtige Verbündete auf dem Weg zur eigenen sexuellen Freiheit. Neben der Aufnahme von Informationen geht es darum, den eigenen Forscherinnengeist wieder zu erwecken und sich auf die Suche nach der eigenen sexuellen Wahrheit zu machen. Es ist wichtig, Halbwahrheiten als solche zu enttarnen und tradierte Glaubenssätze zu entmystifizieren. So hat die wissenschaftliche Konzentration auf die Klitoris als hauptsächlichem weiblichen Sexualorgan zwar dazu beigetragen, das freudianische Märchen vom reifen und unreifen Orgasmus zu entmachten, doch das dadurch geprägte Vorurteil, jeder Orgasmus sei immer und nur klitoral bedingt, hat sich negativ auf das weibliche Orgasmuserleben ausgewirkt. Frauen haben gar nicht erst begonnen, den Rest ihrer Sexualorgane zu erkunden und neue Erfahrungen in ihr Sexualleben mit einzubeziehen. Die mechanistische Ausrichtung der Wissenschaft hat die spirituelle und bewusstseinsweiternde Komponente von Sexualität, die seit Tausenden von Jahren beschrieben wird, ignoriert und sich auf oberflächliche Fakten konzentriert. So kommt es, dass sehr viele Frauen trotz aller Emanzipation und sexueller Aufklärung nicht mit ihrer sexuellen Kraft verbunden sind.

Therapeutische Ansätze sind meistens nur am Verhalten und an dem zugrunde liegenden intellektuellen Wissen ausgerichtet und werden so weder der Frau in ihrer Ganzheit noch der Sexualität gerecht. Dabei sollte jeder ganzheitliche Ansatz immer auch eine spirituelle, geistige Ebene mit einbeziehen. Durch Yoga kann diese Ebene auch ins Liebesleben integriert werden. Deshalb finden Sie in

diesem Buch eine Einführung ins Tantra-Yoga, Berichte von Frauen, deren Sexualität und Liebesfähigkeit sich durch tantrisches Yoga radikal erweitert hat und Hinweise auf bestimmte Übungen, die Ihnen auch ohne die Unterstützung einer Yoga-Lehrerin einen Vorgeschmack Ihres Potenzial geben können.

Mit der klassischen Homöopathie steht uns eine therapeutische Methode zur Verfügung, die einerseits emotionale und körperliche Probleme in Zusammenhang mit der Sexualität auflösen, und andererseits die göttliche Dimension von Sexualität erweitern oder initiieren kann. Durch die bildhafte Darstellung bestimmter homöopathischer Arzneienergien können Sie sich als Leserin von der initiatorischen Dimension dieser Heilmethode inspirieren und berühren lassen.

Maria Schäfgen

TEIL I

Von der Sexualforschung bis zur sexualtherapeutischen Praxis

Grundlagen der Sexualforschung: Wer, warum, wozu?

Im folgenden Teil möchte ich Ihnen einen Überblick zur Geschichte und zu Schlüsselfiguren der Sexualforschung geben, bildet sie doch den theoretischen Hintergrund für unsere sexuellen Verhaltensweisen.

Sexualität ist eine grundlegende Voraussetzung für den Fortbestand der Menschheit. Sie ist außerdem ein multidimensionales Phänomen, das viele wissenschaftliche Disziplinen tangiert. Sexualverhalten und Sexualnormen sind neben ihren medizinischen und biologischen Aspekten auch historisch, soziokulturell und interkulturell bedingt. Sexuelle Verhaltensweisen sind einerseits in einer individuellen Lerngeschichte entstanden, andererseits auch an sozialen Normen ausgerichtet – also an gesellschaftlich vermittelten Regeln, die festlegen, was als richtig und schicklich gilt.

Verhaltenspsychologische oder medizinische Ergebnisse aus der Sexualforschung können Einsicht in sinnvolle Sexualerziehung und Aufklärung liefern oder für die Beurteilung sexueller Aktivitäten bei Schwangerschaft, drohender Fehlgeburt, Herzinfarkt, Schlaganfall und weiteren Ausnahmesituationen und Krankheiten wichtig sein. Die soziokulturelle Erforschung des Sexualverhaltens, also die Erforschung der Zusammenhänge zwischen kulturellem Hintergrund und Sexualverhalten ist wichtig, um bestehende Normen zu erkennen und diese zu anderen Faktoren wie z.B. Geburten- und Scheidungsrate, Bildungsstand etc. in Bezug zu setzen.

Das Thema Sex wirft viele Fragen auf, beispielsweise: Was ist überhaupt normale Sexualität? Welche Rolle spielt die Sexualität im Bindungsverhalten von Paaren? Wie funktioniert Sex? Was macht einen Orgasmus zum Orgasmus? Wie muss ein Orgasmus sein, damit man/frau ihn befriedigend erlebt? Wie ist es mit

Homosexualität bei Frauen und Männern, mit Transsexualität, mit Transvestizismus? Spätestens beim Thema »sexuelle Gewalt« wird klar, wie wichtig wissenschaftliche Erkenntnisse auch für die Gesetzgebung sind. Wann ist abweichendes Sexualverhalten eine sexuelle Vorliebe und wann ist es krankhaft? Sind sadistische Praktiken strafbar, auch wenn sie auf gegenseitigem Einverständnis beruhen? Auf diese und viele weitere Fragen sollte die Sexualforschung Antworten geben können.

Absurditäten und Realitäten aus der Sicht männlicher »Forscher«

Die Geschichte der Sexualforschung spiegelt den historisch bedingten wissenschaftlichen Umgang mit Sexualität und die zur Verfügung stehenden Untersuchungs- und Forschungsmethoden dieses Gebietes wieder. Waren es zunächst Philosophen, später Kirchenväter, welche Normen und Standards für adäquates sexuelles Verhalten vermittelten, machten es sich später Mediziner zur Aufgabe, Sexualität anhand von Perversionen und forensischen Fällen¹ zu interpretieren und zu pathologisieren. Erst in der nächsten Phase entwickelte sich die Sexualforschung zu einer Wissenschaft, die Sexualität nicht mehr unter ethisch-moralischen, sondern unter therapeutischen und schließlich biologischen und sozialpsychologischen Aspekten erforschte².

Die Geschichte der Sexualforschung zeigt, dass es in einer Gesellschaft viele verschiedene Ebenen bezüglich der Aneignung und Verwaltung von Wissen gibt. Die je nach Epoche unterschiedlich definierte wissenschaftliche Vorgehensweise schloss beispielsweise das traditionelle Frauenwissen über Sexualität und Fortpflanzung einfach aus. Das hatte zur Folge, dass Tatsachen, die für Frauen schon immer selbstverständlich waren, in den frühen wissenschaftlichen Ansätzen überhaupt keine Beachtung fanden und erst später als wissenschaftliche Neuigkeiten propagiert wurden.

Vorläufer, erste Erkenntnisse und die Psychopathologisierung der Sexualität

Sexualität existiert seitdem die Menschheit existiert. Doch auch wenn es viele Gründe für die Erforschung dieser zentralen menschlichen Funktion gibt, geschah dies aufgrund ihrer gesellschaftlichen Tabuisierung zunächst nur sehr zögerlich und heimlich, später unter heftigen Anfeindungen und Schwierigkeiten.

Frühe Ansätze der Sexualforschung sind in schriftlichen Zeugnissen von Menschen zu finden, die erstmals versuchten, geschlechtliche und sexuelle Vorgänge sowie anatomische Details vor dem Hintergrund ihres eigenen Weltbildes oder des Weltbildes ihrer Zeit zu beschreiben – mal sachlich und objektiv, mal wertend. Die Untersuchung der Sexualfunktionen, auch unter sozialen Gesichtspunkten, reicht bis ins Altertum zurück. Die bekannten griechischen Philosophen Aristoteles und Platon setzten sich beispielsweise auf rationaler Ebene mit sexuellen Krankheiten und Störungen respektive Fragen der Sexualerziehung auseinander.³ Im Mittelalter fanden diese Ansätze angesichts der Vorherrschaft der Kirche und der Dämonisierung der menschlichen Sexualfunktion in Europa ein jähes Ende. Das Interesse der Wissenschaft an der Erforschung der Sexualität der Menschen bestand dennoch weiter und zog sich wie ein roter Faden durch die kommenden vier Jahrhunderte. Themen sind Anatomie, Funktion und Stimulation der Geschlechtsorgane oder die Entdeckung des Eifollikels. Masturbation und die Krankheiten, die von der »Selbstbefleckung« herrühren, sind weitere Schwerpunkte.

1882 veröffentlicht der nordamerikanische Arzt Knowlton *The fruits of Philosophy, or the Private Companion of Young Married People*. Auch wenn es ausgesprochen nüchtern und reichlich moralistisch geschrieben war, bot dieses Handbuch eine sehr umfassende Beschreibung von Verhütungsmethoden seit der Zeit des Soranus.⁴ Knowlton wurde daraufhin mit Freiheitsentzug bestraft. In den nächsten Jahrzehnten verhindern Kirche und Staat systematisch die sexuelle Aufklärung der Bevölkerung. Diese Haltung greift auf die Wissenschaft über und die Forschung stagniert. Statt der Suche nach weiteren Erkenntnissen entsteht in dieser Zeit die Psychiatrie als

eine neue Wissenschaft, die Kriterien für normales und pathologisches Sexualverhalten aufstellt.

Ende des 19. Jahrhunderts blühte die Sexualforschung vor allem in Wien. Zunächst publiziert der Völkerkundler Salomon Krauss in einem umfassenden Werk Fakten und Mythen zur Sexualität, gefolgt von den sexualtheoretischen Abhandlungen zur Sexualentwicklung von Sigmund Freud. Im folgenden Abschnitt geht es um jene frühen Pioniere, die in ihre Fußstapfen traten.

Pioniere der historischen Sexualforschung

RICHARD VON KRAFFT-EBING (1840-1902)

Der österreichische Psychiater veröffentlichte 1868 *Psychopathia sexualis*, ein medizinisches Fachbuch in lateinischer Sprache – das erste seiner Art. Krafft-Ebing prägte Begriffe wie Sadismus, Masochismus und Sadomasochismus und gilt noch heute für viele Wissenschaftler als der Begründer der modernen Sexualkunde. Auffallend ist, dass er sich vor allem mit der Pathologie unter moralischen Aspekten befasst hat.⁵ Sadomasochistische Praktiken wurden von Krafft-Ebing pathologisch interpretiert.

SIGMUND FREUD (1856-1939)

Es ist unmöglich über Sexualität und Sexualforschung zu schreiben, ohne den Wiener Psychiater Freud zu erwähnen – auch und gerade weil er der weiblichen Sexualität mehr geschadet als genutzt hat.

Sigmund Freud veröffentlichte 1905 *Drei Abhandlungen zur Sexualtheorie*. Sein Menschenbildes war von der Auffassung geprägt, dass die Sexualität die primäre menschliche Motivationskraft und Hauptursache aller menschlichen Neurosen sei. Darüber hinaus stellte er die These auf, dass auch Säuglinge und Kleinkinder sexuelle Wesen seien. Seine eher sachliche Einstellung zur Sexualität stand im Kontrast zur Prüderie und Heuchelei seiner Zeit und trug maßgeblich dazu bei, dass sie erneut zum Gegenstand wissenschaftlicher Untersuchungen wurde. Doch auch wenn Sigmund Freud fortschrittlicher als die meisten anderen Forscher

seiner Zeit war, legte er für weibliche und männliche Sexualität sehr unterschiedliche und wissenschaftlich nicht fundierte Maßstäbe an. Zwei nie bewiesene Thesen Sigmund Freuds über weibliche Sexualität sind:

1. Weibliche Sexualität ist tendenziell masochistisch.
2. Der klitorale Orgasmus ist Ausdruck unreifer Weiblichkeit, während der vaginale Orgasmus ein sogenannter reifer und deshalb erstrebenswerter Orgasmus ist.

Diese Thesen wurden immer wieder von modernen Forscher/innen angefochten und gelten heute als widerlegt.

HAVELOCK ELLIS (1859-1939)

Der US-Amerikaner Havelock Ellis war einer der ersten Ärzte, der Sexualität weniger unter moralischen als unter therapeutischen Aspekten untersuchte. Sein Hauptwerk ist das sechsbändige *Studies in the Psychology of Sex* (1897-1910). Ellis' für seine Zeit revolutionäre Ansichten, sind an seinen Hauptthesen zu erkennen:

Er ging davon aus, dass Selbstbefriedigung bei beiden Geschlechtern in allen Altersgruppen gleichermaßen vertreten ist. Er gestand Frauen eine eigene Libido zu, womit er der viktorianischen Vorstellung widersprach, dass anständige Frauen gar kein Sexualverlangen besäßen. Er trat als entschiedener Verfechter der Sexualerziehung und der Frauenemanzipation auf. Bei vielen Sexualproblemen suchte er die Ursachen in der Psyche, konzentrierte sich also weniger auf physiologische Faktoren. Mit seinen Thesen stieß er allgemein eher auf Unverständnis und Abneigung. So waren seine Werke in England und den USA bis 1935 nur für Ärzte legal zu erwerben.⁶

ALBERT MOLL (1862-1939)

Dieser Berliner Psychiater gilt aufgrund seiner Veröffentlichungen – *Die konträre Sexualempfindung* (1891), *Untersuchungen über die Libido sexualis* (1897) und *Sexualleben des Kindes* (1909) – als einer der wichtigsten Pioniere der Sexualforschung. Er war einer der ersten, der über Homosexualität und kindliche Sexualität schrieb. Er soll Sigmund Freud beeinflusst haben, verfeindete sich jedoch mit ihm. Moll lehnte die Psychoanalyse generell ab. Er gründete die

Internationale Gesellschaft für Sexualforschung und organisierte 1929 den ersten Internationalen Kongress zum Thema.⁷ Durch Albert Moll wurden sexualpsychologische Themen zum ersten Mal einer breiteren Öffentlichkeit zugänglich gemacht.

IWAN BLOCH (1872-1922)

Ebenfalls ein Berliner Arzt, der sich auf Geschlechtskrankheiten spezialisiert hatte. Er forschte und veröffentlichte mehrere Werke, die große Anerkennung fanden, u.a. *Das Sexualleben unserer Zeit* (1907) und das von ihm herausgegebene *Handbuch der gesamten Sexualwissenschaft in Einzeldarstellungen* (1912-1925).⁸ Der Begriff der Sexualwissenschaft wurde von Bloch eingeführt. Sein Ausgangspunkt war, »dass eine rein medizinische Auffassung des Geschlechtslebens, obgleich sie immer den Kern der Sexualwissenschaft bilden wird, nicht ausreiche, um den vielseitigen Beziehungen des Sexuellen zu allen Gebieten des menschlichen Lebens gerecht zu werden.«⁹ Iwan Bloch wurde im dritten Reich als Jude geächtet und starb in Berlin.¹⁰

MAGNUS HIRSCHFELD (1868-1935)

Dieser Berliner Arzt hatte sich auf Sexualwissenschaft spezialisiert. Er setzte sich besonders für die Entpathologisierung der Homosexualität ein und stellte sich auch gegen die gesetzliche Sanktionierung Homosexueller. In seinem »wissenschaftlich-humanitären Komitee« bot er Homosexuellen individuelle Hilfe an und untersuchte die wissenschaftlichen Grundlagen der Definition von Homosexualität. Er veröffentlichte u.a. *Die Transvestiten* (1910) und *Die Homosexualität des Mannes und des Weibes* (1914). Hirschfeld gründete das erste »Institut für Sexualwissenschaft« und richtete mehrere große Kongresse aus.

Kurze Zeit nach der Machtübernahme Hitlers im Mai 1933 verwüsteten die Nationalsozialisten das Berliner Institut, zerstörten die Datensammlung und verbrannten die Bücher. Hirschfeld war schon vorher ins Ausland emigriert und starb zwei Jahre später in Frankreich.¹¹

Die Begründer/innen der modernen Sexualforschung

ALFRED C. KINSEY (1894-1956)

Wie dieser Zoologe und Insektenforscher, der sich auf die Gallwespe spezialisiert hatte, dazu kam, die US-amerikanische Doppelmoral der 50iger Jahre aufzudecken, ist eine ebenso interessante wie amüsante Geschichte. Kinsey wollte einen Kurs über die Ehe abhalten und war auf der Suche nach Informationen für seine Vorträge. Da er nicht fündig wurde, begann er, selbst Daten zu sammeln. Seine wissenschaftlich akribischen Befragungen von Studenten und Kollegen weitete er mit der Zeit so aus, dass er schließlich Material aus über 15 000 mündlichen Interviews hatte. 1948 wurde der erste Teil der »Kinsey-Reporte« zum Sexualverhalten von Männern veröffentlicht, fünf Jahre später erschien dann der zweite Teil zum Sexualverhalten von Frauen. Der erste Band hielt sich 27 Wochen in den Bestsellerlisten. Beim zweiten Band war es ganz anders. Es hieß, die Resultate seien unmoralisch und richteten sich gegen die Familie. Tatsächlich standen die Ergebnisse des Kinsey-Reports im Konflikt mit vorherrschenden traditionellen Wert- und Moralvorstellungen.

Die »unmoralischen und antifamiliären« Umfrageergebnisse brachte erstaunliche Dinge zutage: 60% der Frauen berichteten von Erfahrungen mit Masturbation; 90% hatten vorehelichen Geschlechtsverkehr; 50% hatten außerehelichen Geschlechtsverkehr und fühlten sich dafür weniger schuldig als erwartet. Die Mehrzahl der befragten Frauen gab an, dass die Masturbation die verlässlichste Art sei, einen Orgasmus zu erlangen. Das ist kaum verwunderlich, denn die durchschnittliche Dauer des Koitus der von Kinsey Interviewten lag bei zwei Minuten. Insgesamt lag die Orgasmusrate der Frauen deutlich unter der der Männer. Im Alter von 22 Jahren hatten so gut wie 100% der Männer bereits einen Orgasmus erlebt, jedoch nur 60% der Frauen. Diese Ergebnisse deckten auf, dass die Amerikanerin dieser Zeit alles andere als eine a-sexuelle, brave Hausfrau war. Durch die Ergebnisse Kinseys stellte sich heraus, dass der eheliche Sex weniger bedeutsam für die