

# Was Frauen wollen

**Sexualität** Wie wild mögen sie's, wie zart, wie oft? Forscher haben die Lust der Frauen vermessen und festgestellt: Sie sind beim Sex so mutig und selbstbewusst wie nie – und dennoch treu.

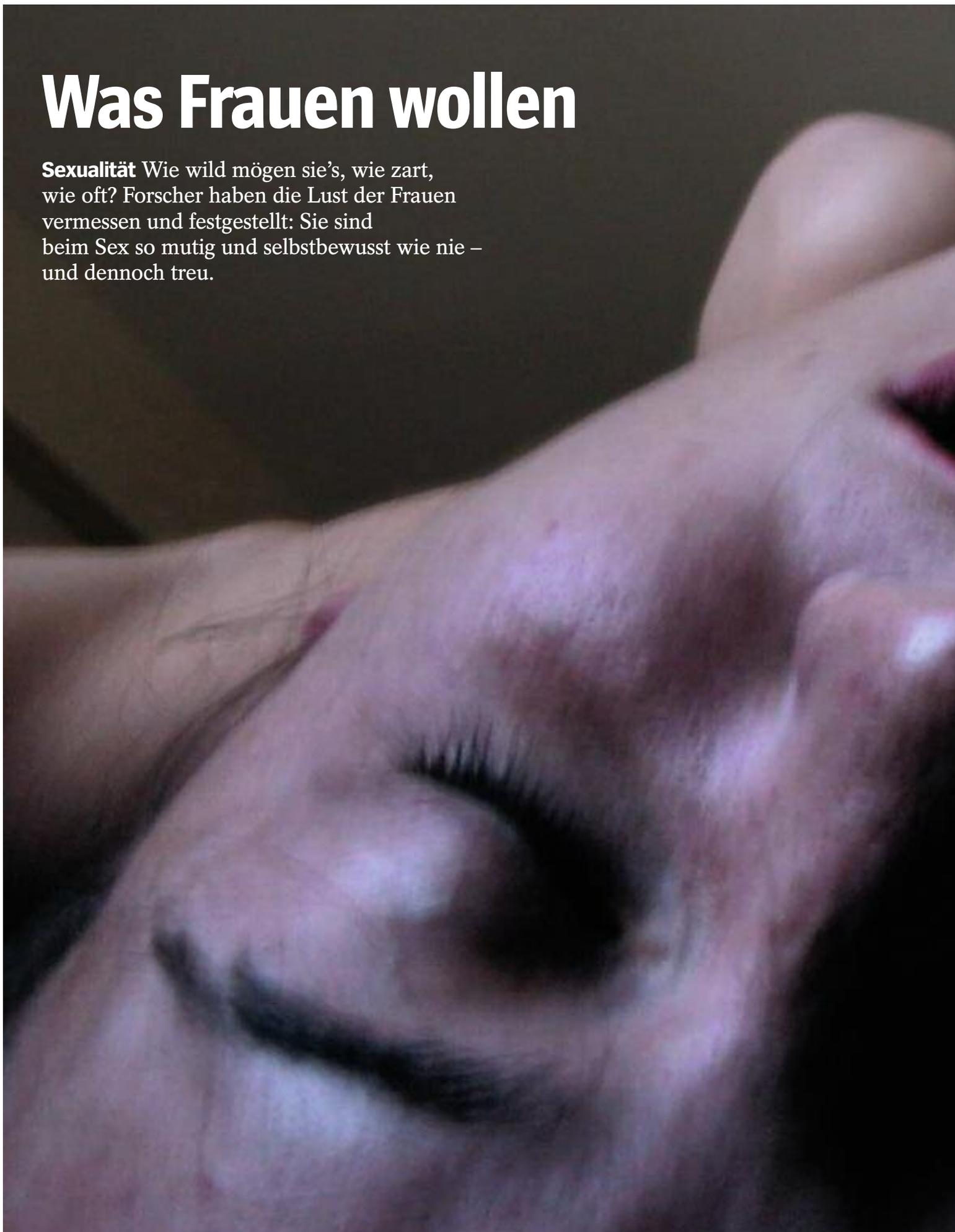




Foto aus dem Kunstband „Digital Diaries“

Anna saß nackt auf ihrem Freund, als die Tür aufging. Seine Mutter stand im Zimmer – und machte keine Anstalten, wieder zu gehen. „Entspann dich“, sagte sie zu Anna. „Das ist nicht der erste nackte Hintern, den ich sehe.“

Anna, damals 16, fand den Auftritt „wahnsinnig peinlich“. Sex machte mit dem Kerl ohnehin nicht allzu viel Spaß. Die Beziehung hielt nicht lange, nach ein paar Monaten war es vorbei. „Wir haben einfach nicht zusammengepasst“, sagt Anna. Es folgten eine Bettgeschichte, „die nicht der Rede wert war“, und eine weitere Affäre: „Das war auch nicht das Wahre. Aber man probiert halt vieles aus.“

So richtig Spaß am Sex bekam sie erst mit Tom. Er hatte sie in München auf der Straße angesprochen. Da war Anna, blaue Augen, schwarzes Haar, 19 Jahre alt und hatte gerade ihre Ausbildung an einer Musicalschule begonnen. Sie war abends mit ihrer besten Freundin unterwegs, er mit ein paar Kumpels. „Hi, wie geht’s?“, sagte er zu ihr – und daraus sind mittlerweile sechs Jahre Beziehung geworden.

„Das mit Tom war von Anfang an richtig gut“, sagt sie. Die beiden wohnen inzwischen zusammen in Regensburg, er studiert noch, sie arbeitet als Schauspielerin.

Fünf-, häufig sechsmal in der Woche hätten sie Sex, berichtet Anna, immer noch, nach all den Jahren: „Echt jetzt! Das ist uns beiden sehr, sehr wichtig.“ Die beiden tun’s im Stehen, oral, anal, Doggy Style (so mag sie’s am liebsten), im Urlaub auf dem Balkon mit Meerblick oder ganz klassisch im Bett. „Ich bin durch das viele Tanztraining sehr gelenkig“, sagt sie.

Die 26-Jährige zeigt ihren Körper gern. Gerade spielt sie die Hauptrolle in einem Theaterstück, bei dem sie über lange Strecken komplett nackt auf der Bühne steht. Sie gibt die Verführerin, die den Männern zeigt, wo’s langgeht.

Zu Hause, nach anstrengenden Arbeitstagen, mag Anna es lieber, wenn Tom „die Führung übernimmt“. Aber Sado-maso gehört – trotz des Erfolgs von „Shades of Grey“ – nicht zum Standardrepertoire des Paares. Unterwerfung müsse dann doch nicht sein. Auf zu viel Zärtlichkeit allerdings steht sie genauso wenig, da sei sie „sehr unweiblich“, sagt Anna: „Kuscheln nach dem Sex ist nicht mein Ding.“

Wo ist die Schublade, in die sich Anna packen ließe? Die junge Frau hat viel herumprobiert, Sex bedeutet ihr viel, freizügig spricht sie darüber – auch wenn sie ihren echten Namen nicht gedruckt lesen will, ebenso wenig wie die anderen jungen Frauen, die dem SPIEGEL intime Erlebnisse erzählt haben.

Ist Anna eine Nymphomanin, nur weil sie sehr oft Sex hat? Natürlich nicht. Anna hält Tom seit sechs Jahren die Treue, ist

# Unisex

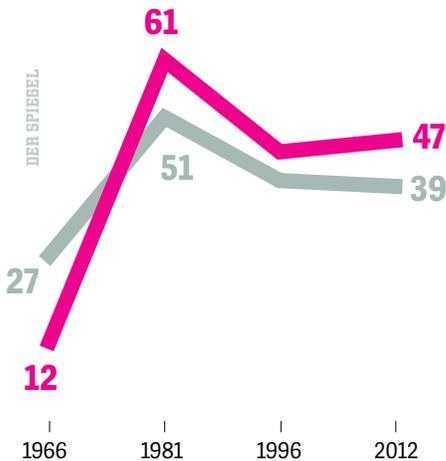
Ergebnisse der Studie  
„Studentische Sexualität im Wandel“

■ Frauen ■ Männer

Quelle: Dekker / Matthiesen 2015, UKE; Befragungen von 1966, 1981, 1996 und 2012; Auswahl: 9748 Studierende im Alter von 20 bis 30 Jahren; Angaben in Prozent; \*26- bis 30-Jährige; \*\*Paare, die zum Zeitpunkt der Befragung in einer festen Beziehung sind

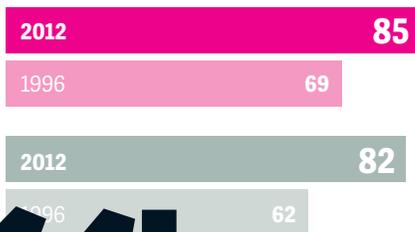
## Intime Partner

„Hatte bisher mehr als sechs Geschlechtspartner“\*



## Treue

„Verlange sexuelle Treue von der Partnerin/vom Partner“\*\*



## Fremdgehen

8 Prozent sind in ihrer gegenwärtigen Beziehung fremdgegangen. 1981: 34 Prozent.

## Mehr Experimentierlust

Praktiken beim Partnersex\*\*



44 Prozent gucken gemeinsam Pornos. 1996: 29 Prozent.



38 Prozent benutzen einen Dildo oder Vibrator. 1996: 11 Prozent.



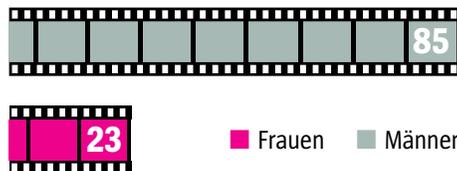
36 Prozent probieren Fesselspiele. 1996: 18 Prozent.



20 Prozent praktizieren Rollenspiele. 1996: 11 Prozent.

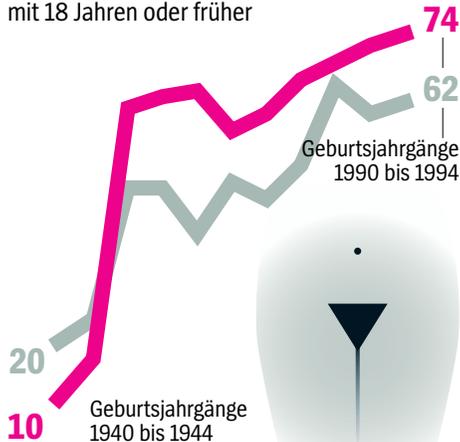
## Pornokonsum

„Habe in den vergangenen vier Wochen Pornos gesehen“



## Früher Sex

Erster Geschlechtsverkehr mit 18 Jahren oder früher



sie deshalb ein Heimchen am Herd? Natürlich auch nicht.

Die Schubladen gibt es nicht mehr, und daher ist es schwer zu sagen, was Frauen wirklich wollen. Und wie sie's am liebsten haben: die harte Nummer? Romantik? Beides? Etwas ganz anderes? Welcher Männertyp ist gewünscht? Die guten alten Machos, mit Brusthaar und sonorer Stimme? Oder eher die Glattrasierten mit den fein manikürten Händen?

Sind die Frauen heute alle aufgeklärt und selbstbestimmt, gieren sie nach Sex wie die Kerle, lieben sie Pornos und vergnügen sie sich mit erotischen Spielen jeder Variante? Oder sind sie immer noch das prudere Geschlecht, diejenigen, die darauf warten, erwählt zu werden, statt selbst auszusuchen? Geht es den Frauen am Ende gar nicht so sehr um Sex, sondern vielmehr oder immer noch um die große Liebe? Und schließlich: Bekommen sie, was sie wollen?

Die Wissenschaft versucht, diese Fragen zu beantworten – ohne Scheu, ohne Stereotype. Das gelingt nicht immer, zumal Befragungen zum Thema Sex häufig unzuverlässig sind und Modetrends überbewerten. Und doch gibt es eine Studie, die schon so oft durchgeführt wurde und in der Forscher so viele Leute befragten, dass man sie ernst nehmen muss. Die Langzeitstudie „Studentische Sexualität im Wandel“, bei der Frauen und Männer im Jahr 1966 erstmals zu ihrem Liebesleben befragt wurden, kommt jetzt zu dem Ergebnis: Junge Frauen zeigen sich deutlich experimentierfreudiger als noch in den Neunzigerjahren; ihr Erfahrungsschatz ist seitdem bemerkenswert gewachsen.

Bei der jüngsten Befragungswelle des Instituts für Sexualforschung und Forensische Psychiatrie des Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf, deren noch unveröffentlichte Ergebnisse dem SPIEGEL vorliegen, wurden Fragebogen an fast 2100 Studierende in Deutschland verteilt. Demnach ist Vaginalsex zwar wie eh und je die beliebteste Form: Fast 90 Prozent der befragten Frauen gaben an, dass sie zuletzt auf diese Weise dem Beischlaf frönten. Allerdings gibt es eine viel größere Bereitschaft, neue Sexpraktiken auszuprobieren, als bei der letzten Erhebung 1996. „Der Markt der Möglichkeiten wird immer bunter und größer“, sagt Studienleiter Arne Dekker.

Während Mitte der Neunziger nur knapp 30 Prozent der Frauen bereit waren, zusammen mit ihrem Partner Pornos zu schauen, sind es jetzt schon 44 Prozent. Einen Vibrator benutzten in jenen Zeiten, als man „Beverly Hills 90210“ schaute und bauchfrei trug, gerade mal 11 Prozent der Studentinnen. Mittlerweile sind es 38 Prozent. Der Anteil der Frauen, die schon einmal Erfahrung mit Fesselspielen gemacht haben, hat sich verdoppelt: von 18 auf 36

Prozent. „Häufig bleibt es aber beim einmaligen Ausprobieren“, sagt Dekker.

Knapp 60 Prozent der Akademikerinnen gaben an, dass sie sich schon einmal zu Frauen hingezogen gefühlt hätten. Dieser Wert ist seit der zweiten Befragungswelle 1981 weitgehend konstant geblieben. Mitte der Sechzigerjahre hingegen, als die sexuelle Revolution ihren Anfang nahm, trauten sich weitaus weniger Frauen, ihr Interesse am gleichen Geschlecht zuzugeben: Weniger als 20 Prozent waren es damals.

Bemerkenswert sind auch die Ergebnisse zum Thema Treue. Bei aller Offenheit für sexuelles Neuland: Fremdgehen ist verpönt. 70 Prozent der Frauen verlangten in den Neunzigerjahren Treue von ihrem Partner. 85 Prozent tun es heute. Die große Mehrheit junger Akademikerinnen (74 Prozent) wünscht sich gar eine „lebenslange

## „Viele Beziehungen sind kurz, treu und wechseln sich ab mit ebenfalls kurzen Singlephasen.“

Beziehung“ – vor 16 Jahren waren es knapp 60 Prozent. Sie treffen laut Studie auf junge Männer, die ähnliche Vorstellungen haben.

Aber bleiben sie auch tatsächlich dem Partner treu? In den Achtzigerjahren gaben 34 Prozent an, ihren aktuellen Freund schon einmal betrogen zu haben. Heute sind es 8 Prozent.

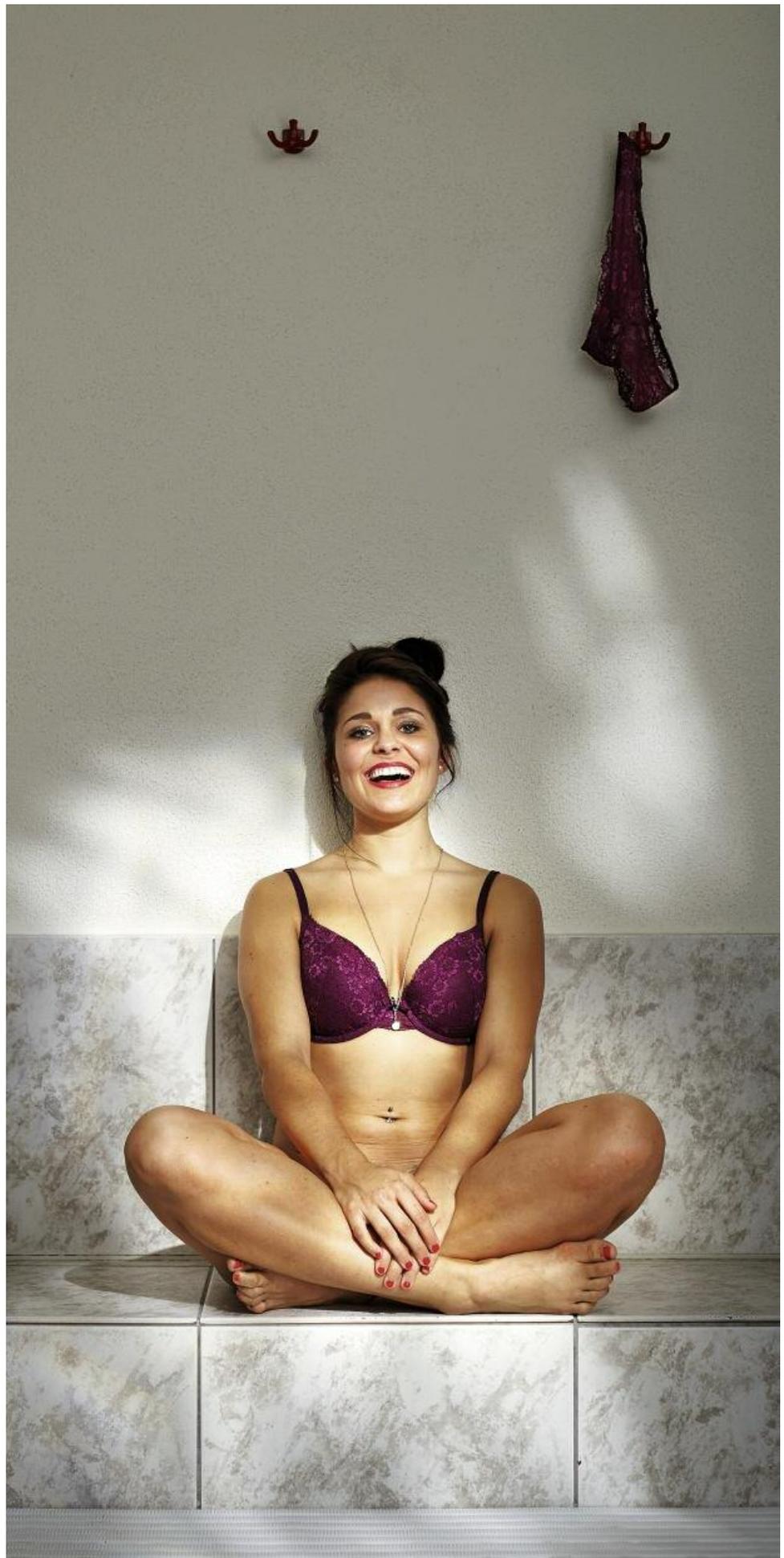
„Das heißt aber nicht, dass heutige Studenten zur monogamen Sexualmoral ihrer Großeltern zurückkehren“, sagt Dekker. „Das wäre eine Fehlinterpretation.“

Schauspielerinnen Anna ist alles andere als prüde, trotzdem verlangt sie „die absolute Treue“ von Tom. „Alles andere macht die Liebe kaputt“, sagt sie. Natürlich sei ihr klar, dass Tom auch andere Frauen attraktiv finde. Das gehe ihr mit manchen Männern genauso. „So zu tun, als wäre das nicht so, wäre ja total verlogen“, sagt sie. Trotzdem müsse man den Wert der Beziehung kennen und sich immer wieder für den eigenen Partner entscheiden.

Tom, sagt Anna, habe tolle Augen und einen schönen Rücken – das sei ihr wichtiger als zum Beispiel ein wohlgeformter Po. Außerdem achte er sehr auf sich. „Er rasiert sich die Achseln, das finde ich gut“, sagt sie.

Eine Sexkrise nach drei Jahren Beziehung konnten aber auch Anna und Tom nicht verhindern. „Die Lust war plötzlich nicht mehr so stark wie früher“, sagt sie. „Irgendwann setzt ein Gewöhnungseffekt ein. Darunter haben wir beide gelitten.“

Die Rettung brachten Sexgutscheine. Jeder musste sich etwas für den anderen ausdenken und auf einen Zettel schrei-



Schauspielerin Anna: „Man probiert halt vieles aus“

ben. „Gutschein für eine Penismassage“ etwa. „Da lief es plötzlich wieder“, sagt Anna. Besonders gut fand sie, als Tom sie einmal überraschte, als sie nach Hause kam. Er war nackt – nur ein rotes Geschenkband schmückte ihn.

Tom wusste wohl, was auf dem Spiel stand. Ein fehlendes oder fortwährend unbefriedigendes Sexleben wäre für Anna ein Trennungsgrund.

„Sex ist zu einem Lebensbereich geworden, den Frauen mittlerweile selbst gestalten und optimal ausschöpfen können“, sagt die Hamburger Sozialwissenschaftlerin Silja Matthiesen. Sie hat umfassende Studien über das Sex- und Beziehungsverhalten Jugendlicher und Studierender verfasst. Ihren Erhebungen zufolge haben Studentinnen bis zum Alter von 30 Jahren im Schnitt mit sieben verschiedenen Partnern Sex gehabt. Damit liegen sie leicht vor ihren männlichen Kommilitonen. „Frauen sind sexuell also etwas erfahrener“, sagt Matthiesen. Sie fangen auch früher an: mit 15,4 Jahren, die Jungs mit 16,5.

Die Hälfte der Zeit – durchschnittlich vom 13. Lebensjahr bis zum Zeitpunkt der Befragung – lebten die Mädchen und dann jungen Frauen in festen Beziehungen. Die Suche nach der großen Liebe ist ein Motiv, das nie verblasst.

Matthiesen konnte bei ihren Studien zudem ein eindeutiges Muster erkennen, sie nennt es „serielle Monogamie“. Das bedeutet: „Viele Beziehungen sind kurz, fast immer treu, und sie wechseln sich ab mit ebenfalls kurzen Singlephasen.“ Die Bruchstelle in der Liebe kommt meist nach drei bis vier Jahren, also spätestens dann, wenn der Sex seltener und langweiliger wird.

Treue kann man sich wunderbar leisten – wenn man ohnehin nur für jene drei Jährchen zusammenbleibt, in denen man aufeinander abfährt.

Auf erotische Abenteuer seien die meisten Frauen nur während ihrer Singlephasen aus, sagt Matthiesen. An Angeboten mangelt es selten. Wer Sex haben will, kann sein passendes Gegenstück mit Leichtigkeit finden: in Bars oder Diskotheken, und auch das Smartphone birgt eine Welt von Offerten.

Junge Erwachsene auf der Suche nach schnellen Sexdates nutzen mit Vorliebe die Smartphone-App Tinder: Schätzungsweise 50 Millionen Menschen sind es weltweit, in Deutschland mehr als 2 Millionen.

### Paulina machte ihre intensivste Sexerfahrung auf einer Gefriertruhe in einer Kneipe in Istanbul.

Die App greift auf die Facebook-Profile ihrer Mitglieder zu. Wer Tinder heruntergeladen hat, dem werden ständig neue Profilbilder präsentiert. Heiko, 23, mit nacktem Oberkörper am Strand. Jasmin, 29, Schmollmund, Bikini. Felix, 28, mit meersalzgebleichtem Haar im Geländewagen.

Die Fotos sind wichtig. Sie geben einen ersten Hinweis darauf, was er oder sie bei Tinder sucht. Viel nackte Haut heißt Sex, verträumter Blick in die Selfie-Linse lässt auf ernstere Absichten schließen. Aus welcher Region die Angebote kommen sollen, können die Nutzer vorab einstellen – ein

großer Vorteil für die Anbahnung von One-Night-Stands.

Das System der Auslese ist einfach: Wer ein Foto auf dem Smartphone nach links wischt, sortiert aus, was nicht gefällt. Nach rechts bedeutet: engere Auswahl. Kontakt in Form eines Chats ist nur dann möglich, wenn beide ihr Okay gegeben haben – so wie dieser Mann, 32, und diese Frau, 27, die ihren Kennenlern-Chat zur Verfügung gestellt haben:

**Sie:** Hi

**Er:** Hi

**Sie:** Ich mag das Foto, auf dem deine Finger in deinem T-Shirt stecken ;)

**Er:** Danke! Alles gut bei dir?

**Sie:** Ja, bin grad nach Hause, und bei dir? (...) Was willst du denn hier?

**Er:** Es wechselt immer mal ab. Eine Weile lang war es schon eher Sex, dann einfach interessante Gespräche, Menschen kennenlernen. (...)

**Sie:** Waren bisher, wenn ich mal ganz ehrlich bin, nur recht wenige dabei, mit denen ich sofort ins Bett gehen würde ;)

**Er:** Haha, davon gibt es meist wirklich nur sehr wenige. Gibt es aber auch. Und das ist ja auch irgendwie spannend ;)

Finden KÖNNTE man hier wohl wirklich alles. (...)

**Sie:** Zum Sex habe ich mich aber noch nie verabredet.

**Er:** Wenn ich das richtig lese, bist du aber zumindest recht offen, was alles Mögliche angeht. (...) Lass uns mal treffen

Ein paar Tage später hatten die beiden ein Date – und landeten im Bett. Eine Beziehung wurde nicht daraus.

Das Angebot für Frauen, die sich sexuell ausprobieren wollen, ist schier unerschöpflich. Aber ist das tatsächlich auch ein Zeichen für Emanzipation und Selbstbestimmung? Ist viel Sex mit möglichst vielen Männern gleichzusetzen mit sexueller Befreiung?

Paulina machte ihre intensivste Sexerfahrung erst mit Anfang 30 – auf einer Gefriertruhe in einer Kneipe in Istanbul. Der Sex war kurz und hart. Der Türke mit dem gelbten Haar und den weichen Händen hatte sie kurz zuvor auf der Straße angesprochen und in die Kneipe eingeladen. „Es ging tierisch schnell, aber wir waren ja auch tierisch scharf“, sagt die heute 32-jährige Kommunikationswissenschaftlerin. Die Tiefkühltruhe stand in einem Nebenraum, der Barkeeper mixte derweil ihre Drinks.

„Ein paar Tage später habe ich ihn noch einmal getroffen, und wir hatten einen ganz klischeehaften Hotelfick“, sagt Paulina. Sie spricht gern und unverblümt über ihre Abenteuer, ist stolz darauf. Denn jahrelang, nachdem sie von ihrem Freund verlassen worden war, hatte Sex in ihrem Le-



Pornoregisseurin Joy: „Auch Frauen sind Voyeuere“

FOTO: ANDREA ARTZ / DER SPIEGEL



Fotoshooting mit Pornodarsteller James Deen: Sexistische Propaganda

ben keine große Rolle mehr gespielt. Paulina ist dick, das hemmte sie. „Ich musste trotzdem mal raus aus dem Trockendock“, sagt sie.

Erst in jenem Türkeiurlaub hat Paulina gelernt, dass sie Sex haben kann, einfach so, mit irgendwem, aus purer Lust. Es folgte Sex mit Partybekanntschaften, Freunden, einem S-Bahn-Flirt.

Mit 20 Männern hat sie seit Istanbul das Bett geteilt. Vielleicht waren es auch ein paar mehr. Trotzdem sagt Paulina über sich: „Im Herzen bin ich konservativ.“ Sie hat selbst noch nie einen Mann angesprochen. Bei der Anbahnung ist ihr die klassische Rollenverteilung am liebsten. Paulina will „genommen werden“, weil genau das ihr das Gefühl gibt, unwiderstehlich zu sein.

Sich begehrenswert zu fühlen, das sei eines der Motive für ihre Abenteuerlust, sagt Paulina. Denn beim Sex schämt sie sich nicht für ihr Aussehen. Manch ein Mann steht genau darauf, genau auf sie, die dicke Frau im Bett, auch wenn er nicht ihr fester Freund sein will. Beim Sex hat Paulina die Chance, ihm nah zu sein.

Paulinas Sexleben zeigt, wie schwierig es für manche Frauen noch immer ist, sich vom gängigen Schönheitsideal frei zu machen. Weniger die Lust als das Bedürfnis zu gefallen treibt sie von Bett zu Bett. Es wirkt da immer noch eine starke Macht, die in der Geschichte angelegt ist, in der

Rolle, die dem weiblichen Geschlecht seit je zugewiesen wurde und die offenbar bis heute den Weg zur sexuellen Selbstbestimmung verstellt – auch wenn Frauen heute mit anderen Problemen zu kämpfen haben als früher.

Über Jahrhunderte hinweg wurden Frauen, die Sex außerhalb der Ehe hatten, schwer bestraft: Ächtung, Verbannung, Grausamkeiten. Im Bürgertum wurde das Häusliche ihre Domäne, die Frau hatte dafür zu sorgen, dass es dort schön war und vor allem auch – dass sie selbst schön war. „Anmut“ war ein Schlüsselbegriff des 18. und 19. Jahrhunderts. Die Gegenfigur zur zarten, bürgerlichen Frau mit Korkenzieherlocken war die Hure. Dazwischen gab es wenig.

Mit der Studentenrevolte in den Sechzigerjahren kamen Kampagnen für eine straffreie Abtreibung, für gleiches Recht auf Bezahlung und Karriere, und Frauen machten sich auf die Suche nach der authentischen weiblichen Sexualität. Die Antibabypille, die 1960 auf den Markt kam, erleichterte die freie Liebe.

Frauengruppen entstanden, der Orgasmus wurde zum Forschungsgegenstand. Die Penetration durch den Mann kam bei radikalen Feministinnen in Verruf und wurde als Unterwerfung gebrandmarkt. In religiös-konservativen Kreisen hingegen hat sich das Bild von der tugendhaften, demütigen Vorzeigefrau trotz aller Bemühungen

engagierter Emanzen vom 18. über das 19. bis ins 20. Jahrhundert gerettet – und ist selbst im Jahr 2015 noch präsent. Der Typ Mann, der findet, dass Frauen unterwürfig am erotischsten sind, hält sich hartnäckig.

Es gab eine Zeit, da bereiteten der Pornoregisseurin Petra Joy Sexfilme Albträume. Joy, das ist ihr Künstlernamen, war Anfang 20 und studierte Filmwissenschaft in Köln. Sie war Feministin und damit gegen alles, was Frauen degradierte: also auch Pornografie. Aber weil sie wissen wollte, wogegen sie eigentlich kämpfte, liebte sie sich rund 50 Filme in der Videothek aus.

„Was ich sehen musste, war im besten Fall hässlich und peinlich und im schlechtesten Furcht einflößend“, sagt sie. Männer quälten Frauen, nannten sie Schlampe und schlugen sie. Für Joy war klar: Pornos sind sexistische Propaganda, ihre Botschaft ist frauenfeindlich. Die Frau begehrt nicht, sie befriedigt. Sie hat kein Verlangen, sie erfüllt Wünsche. Sie dient, er befiehlt. Und wenn er zum Orgasmus kommt, endet der Film.

„Nichts davon hat mich angemacht“, sagt Joy, die heute 51 ist und in England lebt. Sie wollte bessere Pornos machen, die weibliche Lust ins Zentrum rücken. Doch vor 30 Jahren galt noch mehr als heute: Pornos sind für Männer, Frauen lesen Liebesromane.

„Das ist ein absurdes Vorurteil“, sagt Joy. „Auch Frauen sind Voyeure.“ Sie sitzt in

einem Hotel an der englischen Küste bei Brighton, man schaut über die Straße zum Ärmelkanal. Seit rund zehn Jahren produziert Joy Pornos für Frauen. Was darin nicht vorkommt, sind Spermaschüsse ins Gesicht und Frauen mit Brüsten wie Melonen.

Ihr Film „Female Fantasies“ hat sich 20 000-mal verkauft. Es ist ihr bislang größter Erfolg. Für die kriselnde Pornobranche ist das in Zeiten, in denen es im Internet fast alles gratis gibt, eine gute Zahl. Aber ein Massenmarkt erschließt sich hier nicht – für Joy wird es manchmal ein Verlustgeschäft: 40 000 Euro hat etwa ihr neuer Film „(S)he Comes“ gekostet, bislang spielte der Film nur 20 000 Euro ein. Dass die Produktion so teuer ist, liegt auch daran, dass Joy manchmal stundenlang an den Kulissen bastelt und jeder DVD ein Päckchen Gleitgel beilegt. Das sei „persönlicher“.

Als Joy anfing, Pornos für Frauen zu drehen, war sie damit noch fast allein. Heute gibt es Femporn-Konferenzen, Preise für alternative Pornografie, Pay-TV-Channel, zugeschnitten auf Frauen. Immer mehr Regisseurinnen folgen nach.

Es sei wichtig, dass endlich mehr Frauen die Kamera in die Hand nähmen und ihre Sicht auf die Welt zeigten – nicht nur in Pornos, sagt Joy. „Wir brauchen den ausgewogenen Blick.“ Eine Welt, in der auch Frauen im Bett den Ton angeben, ohne gleich Domina sein zu müssen.

In einem von Joys Filmen parfümiert sich eine Frau, sie legt Make-up auf. Er kommt herein, bringt Rosen. Sie küssen, sie fummeln, sie schlafen miteinander. Danach zieht sie sich wieder an, legt fünf 20-Pfund-Scheine auf den Tisch und verlässt das Zimmer.

Inspiriert hat Joy ein Brief einer ihrer Kundinnen: einer Karrierefrau, die sich alle paar Monate für ein Wochenende einen reifen und gut gebauten Mann mietet.

Im 08/15-Porno laufe es so: „Blowjob, vaginal, anal, er kommt, möglichst in ihr Gesicht. Schnitt, Ende.“ Aber warum, fragt sie: „Er hat doch auch Finger und eine Zunge? Ein Mann, der weiß, wie eine Frau auf ihre Kosten kommt. Das ist total wichtig.“

Bei aller Aufklärung: Weit herumgesprochen haben sich verlässliche Informationen über Lust und Anatomie des Weibes nicht – weder bei Frauen noch bei Männern. Was auch daran liegt, dass die Wissenschaft selbst über Jahrhunderte dominiert war von Klischees, Vorurteilen und Männerfantasien.

Sigmund Freud, der Erfinder der Psychoanalyse, behauptete lange, das Weib bis zum letzten Winkel zu kennen. Mit seiner Fantasie vom vaginalen, allein durch Rein-raus-Gestoße zu erreichenden Orgasmus der Frau, der zudem dem „unreifen“ klitoralen überlegen sei, hat der Nervenarzt ganze Generationen verzweifeln las-

sen. Liebhaber sorgten sich um ihre Mannekraft, ihre Liebsten ersehnten vergebens diesen vollkommenen Höhepunkt, bis heute spielen unzählige Frauen ihn vor, weil sie keine Lust auf Diskussionen haben.

Irgendwann musste auch Freud zugeben: „Die große Frage, die ich trotz meines dreißigjährigen Studiums der weiblichen Seele nicht zu beantworten vermag, lautet: Was will eine Frau?“

So wie ihm ging es vielen großen Männern der Geistesgeschichte. Sie erforschten und beurteilten das weibliche Wesen – und lagen doch meist falsch. So hält sich bis heute das Bild vom muskelbepackten Steinzeitjäger auf Mammutjagd und seiner daheim in der Höhle auf allen vieren knienden, Felle schabenden Gefährtin. Dabei haben Forscher längst Hinweise entdeckt, die nahelegen, dass Mann und Frau einst gemeinsam Beute machten: Sie trieben Niederwild in Netze. Das lohnte sich mehr, als gelegentlich mal ein Mammut zu erwischen.

In logischer Fortführung der alten Rollenbilder glaubten Soziobiologen lange an das, was Feministinnen als „Prostitutionstheorie“ entlarvten. Diese besagt, Frauen gäben sich auch heute noch uralten Fettwäns-



**Therapeutin Henning**  
„Es geht um Spürspaß“

ten mit Aknenarben hin – Hauptsache, der Kerl habe Geld und könne sie und die Kinder ernähren.

Solcherlei Paarungen geschehen, aber nur so lange, wie die Mehrzahl der Frauen den Männern wirtschaftlich unterlegen ist. So hat eine neue US-Studie gezeigt, dass die Zahl der Ehen unter Gleichgestellten von 1960 bis 2005 stark gestiegen ist – warum sollte der Personalchef immer nur auf Assistentinnen stehen und nicht die Kollegin begehren, die den Vertrieb leitet?

Was den weiblichen Sexualtrieb betrifft, galt in der Wissenschaft lange Charles Darwins Vorstellung vom „zimperlichen Weib“ als Wahrheit: „Die Mehrheit der Frauen (ein Glück für die Gesellschaft) ist

nicht sehr mit sexuellen Gefühlen irgendwelcher Art belastet“, schrieb einst Sexualforscher William Acton, ein Zeitgenosse Darwins. Arme Mrs Acton.

Noch Ende der Neunzigerjahre notierte der Biologe Edward O. Wilson, dass es der „optimale Sexualinstinkt von Männern“ sei, sich „bejahend und allzeit bereit“ zu verhalten, jener der Frauen hingegen, „zurückhaltend und wählerisch“ zu sein. Auch der mindestens ebenso gefeierte Psychologe und Harvardforscher Steven Pinker sieht das monogame Wesen der Frau als Diktum der Evolution: Schläft sie mit einem anderen, haut der Ernährer ab. Also sei sie treu und keusch.

Dabei ist längst klar: Was Gier und Lust auf Sex betrifft, stehen die Frauen den Männern seit je in nichts nach. Uralte, noch heute existierende Stammesgesellschaften in entlegenen Winkeln der Erde zeigen, was unsere Ahnen schon umgetrieben haben könnte. Sie zeigen, was vorher war: die Natur des Menschen.

Bei den im Nordosten Brasiliens ansässigen Canela glaubte man lange, es bedürfe mehrerer Ejakulate, um ein Kind zu zeugen. Entsprechend suchten sich die Frauen mehrere Beischläfer neben ihrem Ehemann. Hübsch sollten die sein und gut im Bett – auch Klugheit, so fanden Anthropologen heraus, war ein Kriterium für die Partnerwahl. Wer darüber hinaus noch tanzen und singen konnte, hatte gute Karten bei den Frauen – von wegen Prostitutionstheorie.

Sarah Blaffer Hrdy, die berühmte und inzwischen emeritierte US-Anthropologin, glaubt schon lange, dass die sexuelle Zurückhaltung vieler Frauen für die „extremen Diskretion und Sorge um den Ruf, nicht, wie Darwin annahm, dem vormenschlichen ‚alten Erbe‘ entstammt“. Die Schamhaftigkeit, so Hrdy, sei eine „kürzlich evolvierte oder gelernte Anpassung von Frauen, die den Bestrafungen entfliehen wollten“, die im Patriarchat ausschweifenden Gattinnen und Töchtern drohen.

Für viele junge Frauen ist es bis heute nicht leicht, ihr Schamgefühl abzustreifen und ein natürliches Verhältnis zu ihrem Körper und ihrer Sexualität zu entwickeln.

Zum 25. Geburtstag bekam Maja, 31, von ihren Freundinnen einen Vibrator geschenkt. Er hatte die Form eines Delfins. Die Studentin schämte sich. Sie legte das Geschenk in eine Schublade ihrer Kommode, unter ein paar T-Shirts. Ein Jahr lang wartete der Delfin dort, unbenutzt. „Mir war es peinlich, dass ich es mir selber mache“, sagt sie heute. Obwohl sie mit 17 Jahren entjungfert worden war, war sie schon 20, als sie sich zum ersten Mal mit dem Spiegel zwischen die Beine schaute. Sie sagt: „Das da unten war halt einfach da. So genau wollte ich davon nichts wissen.“

Doch dann lernte sie einen Mann kennen. Er flüsterte ihr Schimpfwörter ins Ohr.



Foto aus dem Aufklärungsbuch „Make Love“: Für echte sexuelle Selbstbestimmung ist es unverzichtbar, den eigenen Körper gut zu kennen

Sie fand das gut. Ein paarmal hatten sie Analsex. Maja wurde mutiger. Sie nahm den Delfin aus der Schublade.

Mit jedem Mann, mit dem sie schlief, sei sie ihrem eigenen Körper ein Stück nähergekommen, sagt sie heute. Von manchem führte sie die Hand während des Beischlafs zu ihrer Klitoris oder sagte ihm, wie er sich bewegen solle. Es sei ihr wichtig, einen Orgasmus zu bekommen. Sie sagt: „Wieso sollte ich denn Sex haben, wenn der Orgasmus fehlt?“

Sexualtherapeutin Ann-Marlene Henning kennt die Probleme, mit denen Maja anfangs zu kämpfen hatte, aus den Erzählungen ihrer Klientinnen. Die Dänin hat mit der Journalistin Tina Bremer-Olszewski „Make Love“ geschrieben, ein Aufklärungsbuch für Jugendliche, das ein Bestseller wurde. Der Folgetitel „Make more Love“ richtet sich nun an Erwachsene.

„Viele Frauen haben einen großen Widerwillen, sich mit ihrem eigenen Geschlechtsorgan zu beschäftigen“, sagt Henning. Die Therapeutin sitzt in ihrem heimeligen Beratungszimmer in Hamburg. Zwei Norwegische Waldkatzen schleichen um ihre Beine. „Manche Mädchen ekeln sich geradezu. Das erlebe ich bei Jungs eigentlich nie.“

Henning gibt regelmäßig Sexualkunde in Schulklassen. Bei manchen Themen trennt sie Jungs und Mädchen in zwei Gruppen. Beim Thema Masturbation zum

Beispiel. Wenn sie die Jungs zwischen 15 und 18 danach fragt, ob sie sich schon einmal selbst befriedigt hätten, gibt es meistens ein großes Hallo. Die typische Geste: Beine breit, und dann wird angegeben. „Bei den Mädchen ist das anders“, erzählt Henning. „Da muss ich von Anfang an vorsichtiger fragen. Kaum eine antwortet gern. Die meisten streiten es ab.“ Deren Körpersprache: Beine zusammengeschoben, Arme verschränkt.

Studien belegen Hennings Eindruck: Nur 43 Prozent der Mädchen zwischen 16 und 19 Jahren haben sich schon einmal

## 16 Prozent der Frauen kommen mit ihrem Partner nie zum Höhepunkt, 22 Prozent nur selten.

selbst befriedigt. Die Quote der Jungs liegt bei 97 Prozent.

Für echte sexuelle Selbstbestimmung ist es Henning zufolge aber unverzichtbar, den eigenen Körper gut zu kennen. „Es geht ja nicht darum, mit möglichst vielen Männern harten Sex zu haben. Es geht um Spürspaß“, sagt sie. „Spürspaß“ – eine Schlüsselwörter bei Henning.

Spielraum für mehr Spaß im Bett gibt es anscheinend genug. Jede vierte Frau habe Probleme, zum Höhepunkt zu kommen, schreiben die Psychologinnen Kirs-

ten von Sydow und Andrea Seiferth in ihrem Buch „Sexualität in Paarbeziehungen“. Bei den Männern seien es nur 3 bis 8 Prozent. 4 bis 10 Prozent der Frauen führen sogar ein komplett orgasmusfreies Leben. 16 Prozent kommen mit ihrem Partner nie, 22 Prozent nur selten zum Höhepunkt. Ursachen dafür seien „meist eine unzureichende Stimulation der Klitoris, die Angst der Frau vor Kontrollverlust und Probleme in der nichtsexuellen Partnerschaft“, schreiben die Autorinnen.

Therapeutin Henning allerdings sieht solche Statistiken kritisch. Diese Fixierung auf den Orgasmus sei kontraproduktiv, sagt sie. „Es geht doch darum, Druck wegzunehmen und nicht aufzubauen.“ Wenn eine Frau keinen Orgasmus bekomme, sei das okay. „Hauptsache, der Sex gefällt ihr“, sagt Henning.

Zu erfüllendem Sex gehören allerdings zwei. Nicht hilfreich ist darum, dass viele Jungs heutzutage, lange bevor sie echten Sex haben, all ihr Wissen aus Pornos beziehen. Da lerne man, dass Frauen wahnsinnig schnell erregt seien und rasend schnell zum Orgasmus kämen, sagt Henning. Wenn die Praktiken, die sie Jungs in den Sexfilmchen anschauen, dann im echten Leben versagen, kann das zu sehr enttäuschenden Momenten führen. Entweder er ejakuliert zu früh, oder es packen ihn Versagensängste, weil nichts so läuft wie bei den Erotikstars. Das Mädchen hingegen hat nicht die geringste Chance, über-



**Erotikshop in Berlin:** Für viele Frauen ist es nicht leicht, ihr Schamgefühl abzustreifen

haupt in die Nähe eines Höhepunkts zu kommen.

Henning macht trotzdem Hoffnung: „Das kann man lernen und üben und sollte es auch tun. Für eine erfüllende und stabile Beziehung ist ein gutes Sexleben von großem Vorteil.“

Mit Romantik und Erotik hat der Weg zur Selbsterfüllung allerdings erst einmal wenig zu tun, er ähnelt eher sportlichem Training. Beckenbodenübungen für den Aufbau wichtiger Muskeln sind mühsam, und zunächst gilt es, sich mit der weiblichen Anatomie vertraut zu machen. Selbst die jüngere Wissenschaft tut sich schwer. Über manches streiten sich die Forscher bis heute. Besonders über den G-Punkt (gibt es nicht) und, Dauerbrenner, über den vaginalen Orgasmus (gibt es auch nicht).

Eine neue Arbeit über den Zusammenhang zwischen Anatomie und Orgasmus stammt vom Herbst vergangenen Jahres. Die Autoren vom Italienischen Zentrum für Sexualforschung in Bologna schreiben, und es klingt, als seien sie genervt vom ewigen Expertenstreit: „Die Vagina hat keine anatomische Beziehung zur Klitoris.“ Und der vaginale Orgasmus, über den manche Frauen berichteten, sei immer ausgelöst worden von dem erektilen Gewebe rings um die Scheide. Also: bei der Selbstbefriedigung, wenn der Partner Hand anlegt, gern aber auch beim klassischen Reiraus-Spiel – „wenn die Klitoris dabei mit einem Finger stimuliert wird“.

Die Klitoris war ohnehin lange Zeit *Terra incognita*. Bis wohin reicht sie? Wie genau ist sie aufgebaut? Um die exakte Lage der Nerven und Blutgefäße, beim Penis

genauestens beschrieben, haben sich erst um die Jahrtausendwende Mediziner bemüht. Die Frage hieß: Wo und wie ziehen sich die Lustnerven durchs Gewebe? Und dabei fanden die Forscher: Die Lehrbücher steckten voller falscher oder ungenauer Beschreibungen, selbst das Standardwerk „Gray's Anatomy“ stellte das weibliche Lustorgan unkorrekt dar. In einem Buch stand, die Klitoris sei eine „ärmliche Homologie“ des Penis.

„Die gute Nachricht ist“, sagt Ann-Marlene Henning, „dass diejenigen, die wirk-

## Zu keinem anderen Körperteil googeln Männer so oft Fragen wie zu ihrem Penis.

lich aufgeklärt sein wollen, mittlerweile genügend Material in Bücherregalen und im Internet finden.“ Zudem erlebe sie einen zunehmenden Wissensdurst und auch eine wachsende Offenheit für das Thema.

Bekommen Frauen nun also, was sie wollen? Sind sie glücklicher im Bett? Und was ist eigentlich mit den Männern?

Die israelische Professorin Eva Illouz, 54, erforscht als Soziologin seit vielen Jahren die Liebe. In ihrem Buch „Warum Liebe wehtut“ beschreibt sie die Vor- und Nachteile der sexuellen Emanzipation. „Frauen haben heute wahrscheinlich mehr Orgasmen“, sagt Illouz. „Und sie kümmern sich auch mehr um ihr eigenes Vergnügen im Bett.“ Doch diese Befreiung wurde begleitet von einer immensen Sexualisierung

privater und gesellschaftlicher Bereiche. Sie nennt es die „Tyrannei der Sexualität“ – ein Leiden beider Geschlechter. „Der Anspruch, sexy zu sein“, sagt Illouz, „startet heute sehr früh und zieht sich lange durchs Leben.“

Auch viele Männer verbringen reichlich Zeit im Fitnessstudio, um Frauen mit ihrem Sixpack zu beeindrucken. Sie rasieren Brust und Rücken, weil zu viel Behaarung nicht als sexy gilt – und sorgen sich, ob die Größe ihres Geschlechtsteils wohl den weiblichen Ansprüchen genügt. Einer Auswertung der „New York Times“ zufolge googeln Männer zu keinem anderen Körperteil so oft Fragen wie zum Penis. Besonders häufig wollen sie von der Suchmaschine wissen, wie sie ihren Penis vergrößern lassen können.

Der fitte, attraktive Körper sei für Frauen wie für Männer zum gesellschaftlichen Imperativ geworden, sagt Illouz. Sie vermutet, dass viele Menschen sexuelle Emanzipation gleichsetzen mit der reinen körperlichen Befriedigung. „Das muss nicht sein“, sagt sie. „Es gibt auch eine Sexualität, die Ausdruck der Liebe und Zuneigung füreinander ist.“

Maja, die Frau mit dem Delfin-Dildo, hat beides gefunden, tiefe Zuneigung und befriedigenden Sex. Seit zwei Jahren lebt sie in einer festen Beziehung. Den Vibrator benutze sie immer noch, sagt sie, er helfe ihr herauszufinden, was sie besonders mag. Manchmal befriedigt sie sich damit, während sie mit ihrem Freund schläft, „das ist Bombe!“. Sie probieren viel aus. Einmal hatten sie Sex auf der Zugtoilette.

Maja sagt, sie möge es, wenn Männer wie Männer aussähen. Mit Brusthaar und größer als sie. Aber dominant mag sie es nicht. „Diesen ganzen Unterwerfungsscheiß verstehe ich nicht“, sagt sie. Sie sei eine selbstbewusste Frau, die wisse, was sie zu bieten habe. Am schönsten findet sie ihre Brüste. „Ich hatte nie Angst, dass den Männern nicht gefallen könnte, was sie sehen, wenn ich mich ausziehe.“

Früher hat sie mal einen Freund betrogen. Heute will sie mit keinem anderen Mann außer ihrem Liebsten mehr Sex haben.

Vor ein paar Wochen machte sie ihm einen Antrag. In einer Disco in Köln ging sie vor ihm auf die Knie. Es war laut, sie waren ein bisschen betrunken. „Willst du mich heiraten?“, schrie Maja. Er schrie: „Ja!“

Rafaela von Bredow, Katrin Elger, Laura Höflinger, Joachim Kronsbein, Kerstin Kullmann, Vivian Pasquet, Hilmar Schmundt, Claudia Voigt



**Video: Regisseurin Petra Joy über ihre Pornofilme**

spiegel.de/sp212015joy  
oder in der App DER SPIEGEL