

# Sexualität, Sucht und Geschlecht

## Psychosoziale Aspekte

Prof. Marcello Schumacher, Psychologe FH  
Dozent FHNW  
Hochschule für Soziale Arbeit  
Institut Soziale Arbeit und Gesundheit

# Definition von Sexualität

Menschliche Sexualität gründet sich in der biologischen Geschlechtlichkeit des Menschen die sich zwischen den Polen weiblich und männlich bewegt, Sexualität wird beeinflusst von biologischer, psychologischen, sozioökonomischen, kulturellen, ethischen und religiösen Faktoren.

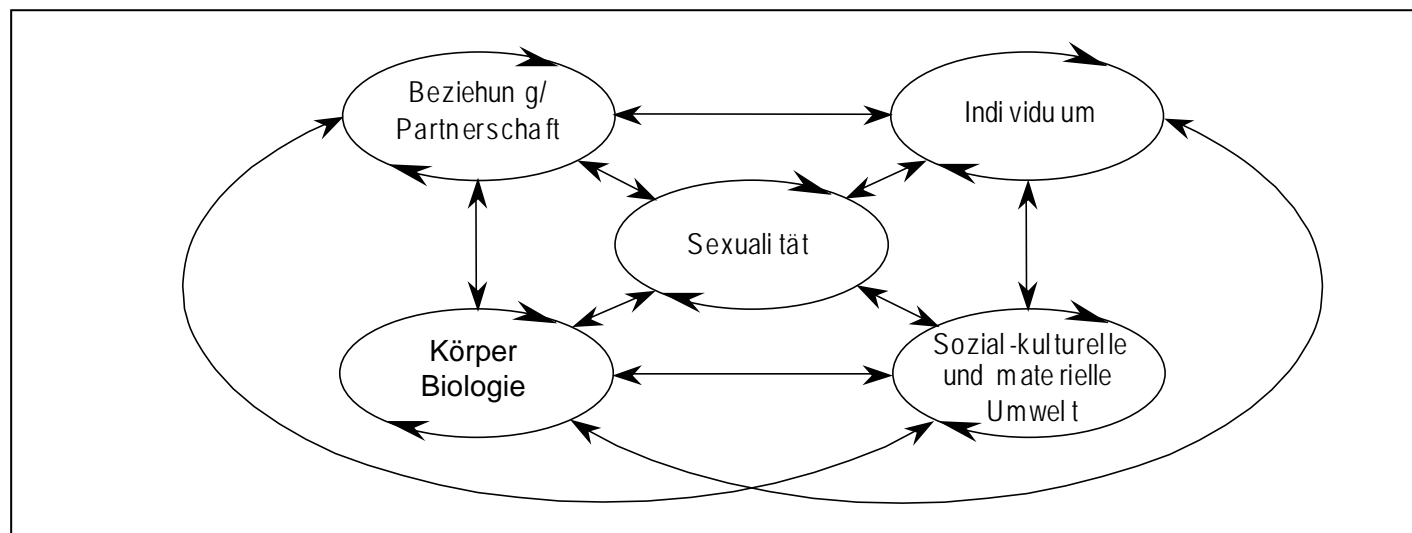
**Sexualität ist ein zentraler Aspekt des Menschseins, während des ganzen Lebens uns umfasst das biologische Geschlecht, Geschlechtsidentität und Rolle, sexuelle Orientierung, Erotik, Sinnlichkeit, Intimität und Reproduktion**

## Definition Sexualität

Sexualität wird erfahren und ausgedrückt in Gedanken, Fantasien, Wünschen, Meinungen (Überzeugungen), Glauben, Einstellungen, Werten, Verhalten, Praktiken, Rollen und Beziehungen. Sexualität kann all diese Dimensionen einschliessen, aber nicht alle werden immer erfahren oder ausgedrückt.

## Sexualität als Prozess

Menschliche Sexualität ist ein Prozess, d.h. ein evolutionäres (fortschreitendes, sich weiter entwickelndes) Geschehen, dessen Ursprung in der Geschlechtlichkeit des Menschen liegt. Ihr Zweck ist es, das Leben auf allen Ebenen (körperlich, als Individuum, in Partnerschaft, und sozialem Umfeld) in bestmöglicher Weise zu entfalten. Dieser Prozess beginnt beim Individuum mit der Zeugung und endet, wenn der Mensch stirbt.



## **Sexual Health**

**Sexual Health** beschreibt einen Zustand (die Rahmendbedingungen) in der menschlichen Entwicklung, in dem Sexualität subjektiv, befriedigend und ohne Schaden für andere gelebt werden kann. Dies umfasst folgende Aspekte:

**Entscheidungs- und Handlungsfreiheit:** Menschen haben das Recht zu entscheiden und frei zu wählen, ob, mit wem, wann, wie und wie oft sie Sexualität leben und sich reproduzieren. Sie haben Zugang zu objektiven, neutralen Informationen und medizinischen Angeboten, die es ihnen erlauben, diese Wünsche möglichst optimal umzusetzen. Dies unter der Bedingung, das nicht gegen die Gesetze sowie die Rechte anderer verstossen wird.

## **Sexual Health**

**Befähigung zum verantwortlichen Sexualverhalten: Das Ziel von Sexual Health ist Menschen zu befähigen, mit verschiedenen sexuellen Entwicklungs- und Reproduktionsprozessen umgehen zu können, Spannungen auszuhalten und verantwortlich gegenüber sich und anderen zu handeln**

## **Sexual Health**

### **Gleichheit:**

**Sexual Health hat zum Ziel, dass Menschen in keiner Form Diskriminierungen ausgesetzt sind. Insbesondere im Hinblick auf sexuelle Orientierungen und Lebensweisen, Geschlecht, körperliche und geistige Beeinträchtigungen.**

## **Definition Sexuelle Scripts**

**Sexuelle Scripts sind sozial erlernte Programme sexuellen Reagierens. Die Einstellungen und Werte, die in das sexuelle Script eingebunden sind, definieren die allgemeine Orientierung einer Person gegenüber der Sexualität. Scripts kombinieren soziale Normen (beispielsweise die Geschlechtsrollen - dass Frauen oft die Rolle haben, sich sexuell passiv zu verhalten und verführerisch jedoch unschuldig zu wirken, während Männer dahin sozialisiert werden, Geschlechtsverkehr als Bestätigung ihrer Männlichkeit zu betrachten), individuelle Erwartungen (an Sexualpartner) und bevorzugte Verhaltensweisen, die in der Vergangenheit erlernt wurden. Die Geschichte der sexuellen Erfahrungen der Person, die Gesellschaft und Religion spielen eine grosse Rolle.**

# Sexualität als lebenslange Entwicklungsaufgabe

# Sexualität als lebenslange Entwicklungsaufgabe

## Zeitlich gebundene Entwicklungen

- Zeugung und embryonale Phase
- Geburt
- Entdecken des Körpers und des eigenen und anderen Geschlechts mit Ausbildung der Geschlechtsidentität und Aneignung von Geschlechtsrollenverhalten
- Pubertät: Reifung der sexuellen Funktionen
- Auseinandersetzung mit Normen und Entwicklung eigener Werte
- Sexuelle Orientierung
- Erste sexuelle Erfahrungen mit Partner/in
- Finden des eigenen sexuellen Lebensstils
- Frühes und mittleres Erwachsenenalter
- Schwangerschaft/ Elternschaft
- Höheres Erwachsenenalter: Veränderungen in der Sexualität: Menopause, Veränderungen beim Mann
- Sexualität im Alter

## Dimension Geschlecht

### 1. Geschlecht hat verschiedene Dimensionen

Die folgende Übersicht zeigt die verschiedenen Dimensionen von Geschlecht:



## Wie geht das in der Praxis?

### *Ein Beispiel*

Eine weiße (Ethnie), 30jährige (Alter) Frau aus der Mittelschicht (soziale Herkunft) ist Mutter (sex) eines Kleinkindes und lebt in einer Frauenbeziehung (desire). Als Beschäftigte in einem mittleren Unternehmen in der oberen Führungsschicht hat sie Probleme, dem dort vorhandenen Job Design mit seinen Verpflichtungen und Anforderungen an Verfügbarkeit und Mobilität zu entsprechen. Dieses Job Design ist nämlich auf Personen zugeschnitten, die keine Sorge und Pflegeverantwortung für kleine Kinder haben (Genderaspekt der Organisation). Sie verzichtet auf eine Aufstiegsposition, weil sie sich mit ihrer Lebensgefährtin die Versorgung des Kindes teilt (Gender Aspekt der Person).

## **Gender als Prozess**

**Gender Mainstreaming ist ein politischer und technischer Prozess, der Veränderungen in der Organisationskultur und Denkweise, in der Formulierung der Ziele, Organisationsstrukturen und Ressourcen verlangt**

## **Strukturmerkmale von weiblicher Sozialisation:**

**Innenorientierung: gefördert wird die soziale Sensibilität und Kompetenz, eingeschränkt werden Erfahrungschancen „draussen“ und eine altersgemässe Entwicklung des Zutrauens und der Stärke**

**„Schwach-Sein“: Mädchen lernen, sich als hilflos und schwach zu erleben und darzustellen.**

**Es fehlen ihnen Erfahrungen, in denen sie Körperkraft und grobmotorische Bewegung erleben können.**

**Körpernähe und Emotionalität: Das Bedürfnis nach Zärtlichkeit und Anlehnung wird kleinen Mädchen selbstverständlich zugesprochen. Sie lernen, Gefühle wahrzunehmen und auszudrücken – bei sich selbst und bei anderen.**

## **Strukturmerkmale von männlicher Sozialisation:**

**Aussenorientierung:** Für Buben ist es kennzeichnend, dass sie „hinaus“ gehen (wer kennt nicht die Bubengruppe, die lautstark durch die Gruppenräume tobt, während Mädchen konzentriert am Tisch werken und zeichnen?).

**Körperferne und Rationalität:** Die Beziehung von Buben und Männern zu ihrem Körper ist meist leistungsfixiert, Männer gehen mit ihrem Körper oft grob und verletzend um.

**Nicht-Bezogenheit:** Was Buben bei typischen Bubenspielen nicht erleben können sind

**Beziehungen zu anderen Personen, die nicht von Konkurrenz geprägt sind**

## **Was hat Gender mit Sucht zu tun?**

**Bei Männern sind folgende Gender-Faktoren für den Konsum von Suchtmitteln ausschlaggebend:**

- **Beruflicher und persönlicher Erfolgsdruck**
- **Überforderungen durch familiäre Verpflichtungen / Vaterschaft**
- **Einengende und überfordernde Rollenerwartungen und Männerbilder**
- **Unterdrückung von Ohnmachtgefühlen und Abhängigkeitsbedürfnissen**

## **Was hat Gender mit Sucht zu tun?**

### **Die Gründe für den Suchtmittelkonsum bei Frauen**

**Die wichtigsten Gender-Ursachen, die bei Frauen zum Konsum von Suchtmitteln führen:**

- **Einengende und überfordernde Rollenerwartungen und Mehrfachbelastungen**
- **Mangelnde Einflussmöglichkeiten**
- **Kontinuierliche Gewalterfahrungen**
- **Ohnmachtgefühle**
- **Drogenkonsum des Partners**

## **Suchtursachen bei beiden Geschlechtern oder: nicht alles ist Gender**

- **Sucht in der Herkunftsfamilie**
- **Negative anhaltende Kindheitserlebnisse, wie Vernachlässigung und Verwahrlosung**
- **Gewalterfahrungen / Missbrauch (körperlich, sexuell, seelisch)**
- **Mangelndes Selbstwertgefühl / Ich-Identität**
- **Mangelnde Geschlechtsidentität**
- **Negative Einkommensverhältnisse der Eltern**

## Typische Ausprägungen männlicher Suchtmittelabhängigkeit

- doing Gender with drugs, d.h. mit Hilfe von Suchtmitteln
- die eigenen männlichen Vorstellungen leben und aufrecht erhalten können:
- Ausleben von Stärke und Macht
- Aufrechterhaltung der Stummheit und geringen Empathie
- Abwehr der eigenen Gefühle und Impulse
- Aufrechterhaltung von Rationalität und Kontrolle
- Ausleben von Gewalt
- Erhöhung des risikoreichen Verhaltens, z.B. im Kampftrinken

## **Wann ist denn Mann ein Mann?**

**„Schon als Junge wurde mir beigebracht, was Mannsein angeblich bedeutet. Ein Junge weint nicht, zeigt keine Schwächen, löst Probleme im Handumdrehen, vertritt seine Meinung, notfalls auch mit Fäusten, ist der Beste in der Firma und und und ... Dadurch, dass ich nicht offen und ehrlich meine Probleme zugeben konnte, begab ich mich selbst in die Isolation. Im Grunde sah es so aus, dass ich mich nur unter Einfluss von Alkohol als Mann fühlte.“**



## **Frauen & Sucht**

**Frauen zeigen eher gesellschaftlich unauffälligeres Suchtverhalten wie Medikamentenmissbrauch oder Ess-Störungen. Suchtmittelabhängige Mädchen und Frauen konsumieren häufig im privaten Umfeld bzw. ganz allein. Diese Neigung, das eigene Suchtverhalten möglichst lange zu verbergen, ist bei Frauen stark ausgeprägt und begünstigt die Chronifizierung der Abhängigkeit.**

**Frauen, insbesondere Mütter, die ihr Suchtverhalten in der Öffentlichkeit zeigen, werden gesellschaftlich stigmatisiert. Sie unterliegen qualitativ und quantitativ anderen Abwertungsprozessen als männliche Suchtkranke.**



## Männer hungern für ihr Schönheitsideal

**Waschbrettbauch, breite Schultern, Muskelpakete, knackiger Po - so stellen sich viele das Idealbild des Mannes vor**



## **Dunkelziffer ist deutlich höher als fünf Prozent**

**"Wir gehen davon aus, dass fünf Prozent der Magersüchtigen Männer sind, doch die Dunkelziffer wird deutlich höher sein", sagt die Geschäftsführerin des Frankfurter Zentrums für Ess-Störungen, Sigrid Borse.**

**"Besonders für Männer ist es schwer, mit ihrer Krankheit offen umzugehen, da Ess-Störungen in der Gesellschaft immer noch als typische Frauenkrankheit gesehen werden."**

## **Mythen in der Sexualität**

**"Ein richtiger Mann ist allzeit (zum Sex) bereit."**

**"Eine anständige Frau überlässt das erste sexuelle Werben dem Mann und wartet, bis ein Mann sich für sie interessiert."**

**"Männer haben einen stärkeren Sexualtrieb als Frauen."**

**"In einer normalen Ehe hat man/frau 3 mal pro Woche Sex.,,"**

**"Eine normale Frau überlässt in der Sexualität das Äussern von Wünschen, Bedürfnissen, Phantasien, usw. dem Mann."**

**"Der beste Liebhaber ist jener, welcher am längsten kann."**

**"Eine Frau spürt am verlässlichsten, dass ihr Partner sie liebt, wenn dieser sie sexuell begehrt."**

**"Ein Mann ist nur ein richtiger Mann, wenn er sexuell potent ist."**

## **Mythen in der Sexualität**

**"Je länger der Penis eines Mannes ist, desto glücklicher macht er beim Geschlechtsverkehr die Frau."**

**"Wenn eine Frau nach der Geburt eines Kindes keine Lust auf Sex hat, ist dies ein Zeichen, dass sie ihren Partner nicht mehr liebt."**

**"Wenn eine Frau ´nein´ sagt, meint sie ´vielleicht´, wenn sie ´vielleicht´ sagt, meint sie ´ja´."**

**"Frauen besitzen keine von Männern unabhängige Sexualität."**

## Kürzestgeschichte

**"Er war ein Mann: stark wie ein Baum! Sie nannten ihn `Bonsai´."**

## **Sexualität und Sprache**

**Die Begriffe für den Sexualakt sind ihrer Bedeutung nach männlichen Lebenswelten entnommen.**

**Der Anteil der Frauen beschränkt sich auf den sprachlichen Ausdruck dessen, was er mit ihr tun soll und wie gut er es tut. Die genannten Ausdrücke sind zugleich mit einem hohen Grad an Gewalttätigkeit verbunden und stellen Männer als aktiv Begehrende, Bestimmende und Handelnde, die männlichen Organe als aktiv, aggressiv, jedenfalls von einer gewissen Grossartigkeit dar, womit die Sprache einen Kontext konstruiert, in dem weibliches Begehren keine Eigenständigkeit, keine Bedeutung und keinen Ausdruck findet.**

**So karg die Sprache in der Benennung sogenannter normaler weiblicher Sexualität ist, so reich ist sie bei der Sexualpathologie:**

**Ein Beispiel von Luise Pusch: "Für den Begriff "frigide" gibt es kein männliches Pendant. Ein Mann der keinen Geschlechtsverkehr will, gilt nicht als psychisch defekt, sondern übt seinen freien Willen aus. Diejenige Frau wiederum, die "zu oft will" gilt als nymphoman und ebenfalls therapiebedürftig. Für diesen Begriff gibt es natürlich erst recht kein männliches Gegenstück in unserer Männersprache."**

# Dimensionen der Sexuellen Gesundheit

**mehr als Aufklärung über Pille und Kondom**

## **Sexuelles Wissen**

- **Kennen des eigenen Körpers mit seinen sexuellen Funktionen**
- **Kennen des Körpers des anderen Geschlechts mit seinen sexuellen Funktionen**
- **Kennen der eigenen sexuellen Wünsche, Bedürfnisse, Gefühle, Möglichkeiten und Grenzen**
- **Kennen von möglichen Gefährdungen durch die Sexualität**

## **Sexuelle Fähigkeiten**

- **Partnerschaftliche Beziehungen aufnehmen (und aufrecht erhalten) können**
- **Ausdrücken und Kommunizieren der eigenen Sexualität, so dass sie zu persönlichem und partnerschaftlichem Wohlbefinden führt**

# Sexuelle Selbstbestimmung

Wie oft

Wann

Wo

Was

Wie

Mit wem

**Ja sagen – Nein sagen**

## **Haltung**

## **Verantwortung**

## **Reflexion**

**Sexualität ist eine Möglichkeit (unter vielen), das Leben in bestmöglicher Weise zu entfalten.**



**Danke für Ihre Aufmerksamkeit**

**Und zum Schluss noch dies:**

