

Masterarbeit  
Studiengang Sexologie IV, 2021–2024, ISP Zürich  
zur Erlangung des akademischen Grades

## **Master of Arts Sexologie**

des FB Soziale Arbeit.Medien.Kultur der Hochschule Merseburg  
und  
des Institutes für Sexualpädagogik und Sexualtherapie ISP Zürich

### **Das Erleben der eigenen Person in der sexuellen Fantasie**

Eine empirische Untersuchung zum persönlichen Erleben sexueller  
Fantasien bei erwachsenen Cis-Frauen und deren Zusammenhang mit  
der Art und Weise der Erregungssteigerung

Vorgelegt von:

**Martina Güdel**

Matrikelnummer: 28162



Erstgutachterin: Prof. Dr. Maika Böhm

Zweitgutachter: Ben Kneubühler

Abgabedatum: 02.08.2024

## **Zusammenfassung**

Das Erleben der eigenen Person in der sexuellen Fantasie – Eine empirische Untersuchung zum persönlichen Erleben sexueller Fantasien bei erwachsenen Cis-Frauen und deren Zusammenhang mit der Art und Weise der Erregungssteigerung.

Diese Masterarbeit untersucht das Erleben der eigenen Person in sexuellen Fantasien und deren Zusammenhang mit der Art und Weise der Erregungssteigerung. Ausgehend von der theoretischen und praxisgeprüften Annahme des Modells Sexocorporel, das davon ausgeht, dass der Einsatz des Körpers in der sexuellen Erregung – mit Fokus auf die drei Dimensionen des Körpers (Muskelspannung, Bewegung, Atmung) und der Stimulation unterschiedlichster Rezeptoren – in Wechselwirkung mit dem Auftreten und den Inhalten sexueller Fantasien steht, wurde das Erleben des eigenen Selbst in der sexuellen Fantasie als Spiegel der inneren Selbstwahrnehmung untersucht. In sechs qualitativen Interviews wurden die drei Hauptfragestellungen erforscht und die zugrunde liegenden Annahmen geprüft.

## **Abstract**

Experiencing oneself in sexual fantasies - An empirical study of sexual fantasies in adult cis women and their relation to the way and manner of arousal enhancement.

This Master's thesis investigates the experience of the self in sexual fantasy and its relationship to the way in which arousal is enhanced. Based on the theoretical and empirically tested assumptions of the Sexocorporel model, which posits that the use of the body in sexual arousal—with a focus on the three dimensions of the body (muscle tension, movement, breathing) and the stimulation of various receptors—interacts with the occurrence and content of sexual fantasies, the experience of the self in sexual fantasy was examined as a reflection of inner self-perception. Three main research questions were explored and the underlying assumptions were tested through six qualitative interviews.

## Inhaltsverzeichnis

Persönliches Vorwort.....	4
Danksagung .....	5
1. Einleitung .....	6
1.1 Ausgangslage.....	6
1.2 Begründung der Themenwahl .....	8
1.3 Forschungsfrage und Ziel.....	8
1.4 Methodenwahl .....	10
1.5 Einführung in das Modell Sexocorporel als Ansatz für ein ganzheitliches Verständnis sexueller Fantasien unter Berücksichtigung der Körper-Hirn- Einheit .....	10
2. Empirischer Forschungsstand zu sexuellen Fantasien .....	13
2.1 Definition der sexuellen Fantasie .....	13
2.2 Entstehung sexueller Fantasien .....	14
2.3 Häufigkeit und Verbreitung sexueller Fantasie .....	16
2.4 Inhalte sexueller Fantasien.....	16
2.5 Einflüsse auf die Inhalte sexueller Fantasien .....	19
2.5.1 Pornografie und sexuelle Fantasien.....	19
3. Das Erleben der sexuellen Fantasien .....	20
3.1 Fantasie-Intentionalität vs. Überraschungsfantasie .....	21
3.2 Sexuelle Fantasien als Wunsch vs. Handlungsabsicht.....	22
3.3 Erleben von Scham und Schuld und Unbehagen im Zusammenhang mit sexuellen Fantasien.....	23
3.4 Die eigene Person in den sexuellen Fantasien .....	24
3.5 Funktionalität sexueller Fantasien in Bezug auf die sexuelle Erregung...	25
4. Sexuelle Erregung .....	26
4.1 Sexueller Reaktionszyklus der Frau nach Master und Johnson .....	27
5. Art und Weise der Erregungssteigerung – die Erregungsmodi im Modell Sexocorporel.....	29
5.1 Der archaische Erregungsmodus .....	31
5.2 Der mechanische Erregungsmodus .....	32
5.3 Der archaisch-mechanische Erregungsmodus.....	33
5.4 Der vibrationsinduzierte Erregungsmodus.....	33
5.5 Der ondulierende Erregungsmodus.....	33
5.6 Der wellenförmige Erregungsmodus .....	34
6 Das Verständnis sexueller Fantasien im Modell Sexocorporel .....	34

7	Embodiment.....	36
8	Methodik .....	37
	8.1 Forschungsmethode.....	37
	8.2 Literaturrecherche .....	38
	8.3 Datenerhebung.....	38
	8.4 Stichprobe .....	39
	8.5 Untersuchungsablauf.....	40
	8.6 Transkription.....	41
	8.7 Datenanalyse .....	42
	8.8 Datenschutz und Forschungsethik .....	43
9	Ergebnisse .....	44
	9.1 Ergebnisse zu den Inhalten sexueller Fantasien .....	44
	9.2 Persönliches Erleben der sexuellen Fantasie.....	46
	9.2.1 Positives Erleben der sexuellen Fantasien .....	47
	9.2.2 Negatives Erleben sexueller Fantasien.....	48
	9.3 Ergebnisse zum Erleben der eigenen Person in der sexuellen Fantasie .....	51
	9.3.1 Akteurin oder Zuschauerin .....	51
	9.3.2 Aktiv oder passiv.....	52
	9.3.3 Genital stimuliert oder nicht genital stimuliert.....	52
	9.3.4 Sexueller Archetyp erotisiert, nicht investiert oder abgelehnt .....	53
	9.4 Funktionalität sexueller Fantasien – sexuelle Erregung .....	54
	9.5 Art und Weise der Erregungssteigerung/Erregungsmodus .....	55
	9.6 Die Interaktion zwischen sexuellen Fantasien und Körpergeschehnissen .....	63
10	Diskussion.....	64
	10.1 Persönliches Erleben sexueller Fantasien.....	64
	10.2 Wie erleben erwachsene Cis-Frauen die eigene Person in der sexuellen Fantasie?.....	68
	10.3 Wie hängt das Erleben sexueller Fantasie von Cis-Frauen mit dem unmittelbaren körperlichen Geschehen in Bezug auf die sexuelle Erregung zusammen? .....	69
	10.4 Wie sind körperliche Geschehnisse in das Erleben und Inhalte sexueller Fantasien involviert?.....	70
11	Fazit .....	72
12	Limitationen.....	72
13	Ausblick.....	74

14 Implikationen für die Sexualberatung .....	74
Persönliches Schlusswort.....	76
Literaturverzeichnis .....	77
Abbildungsverzeichnis.....	80
Anhang .....	81
Anhang I: Informationsschreiben .....	82
Anhang II: Einwilligungserklärung.....	83
Anhang III: Interviewleitfaden .....	84
Anhang IV: Bildauslage Interview .....	93
Anhang V: Interviewausschnitte .....	106
Anhang VI: Kodierleitfaden .....	109
Anhang VII: USB Stick mit den vollständigen Interviewtranskriptionen .....	114
Eigenständigkeitserklärung.....	115

## Persönliches Vorwort

Bereits die Themenfindung dieser Masterarbeit stellte mich vor einige Herausforderungen. Ich hatte die Wahl zwischen Vernunft und Bauchgefühl. Letztlich hat mich mein Bauchgefühl nicht enttäuscht, und so bin ich sehr dankbar dafür, dass ich mich über diese 22 Wochen mit dem Thema sexueller Fantasien befasst habe. Da die sexuellen Fantasien viele Aspekte der Sexualität und alle vier Komponenten des Sexocorporel miteinander verbinden und in Beziehung setzen, konnte ich durch diese Arbeit viel für meine zukünftige Tätigkeit als Sexologin mitnehmen.

Ich möchte in meiner Arbeit den Begriff «Frau» für alle Menschen verwenden, die sich selbst als Frau betrachten. Bestimmte Aspekte beziehen sich auf das weibliche Geschlecht, jedoch besteht die Möglichkeit, sie auch auf das männliche oder intersexuelle Geschlecht anzuwenden. Wenn der Ausdruck «Sex» nicht genauer definiert wird, bezieht er sich auf eine sexuelle Handlung, die nicht ausschliesslich auf den penetrativen Geschlechtsverkehr beschränkt ist.

Der wissenschaftlichen Redlichkeit und Transparenz halber muss an dieser Stelle erwähnt werden, dass einzelne, teils paraphrasierte Auszüge aus dem Exposé zu dieser Masterarbeit sowie aus der nicht veröffentlichten Hausarbeit zum Thema «Sexuelle Fantasien – was ist normal?» übernommen wurden, da beide Arbeiten als wesentliche Grundlage für diese Masterarbeit dienen. Diese können in der Einleitung sowie in einzelnen Teilen des Theorieteils gefunden werden.

## Danksagung

Diese Arbeit wäre ohne die sechs grossartigen und mutigen Probandinnen, die mir einen wertvollen Einblick in ihre intimsten Bereiche der Sexualität, ihre sexuellen Fantasien und ihre persönliche Art der Erregungssteigerung ermöglichten, nicht zustande gekommen. Dafür danke ich ihnen von Herzen.

An dieser Stelle möchte ich mich bei einigen Personen für ihre Unterstützung bei der Erarbeitung dieser Masterarbeit bedanken. Mein besonderer Dank gilt meiner Betreuerin, Prof. Dr. Maika Böhm, für ihre stets ehrlichen, kritischen und zielführenden Rückmeldungen und Inputs. Ebenso möchte ich mich bei meinen Mitstudentinnen Laura Tschuor und Laila Schläfli für die moralische Unterstützung während der nervenaufreibenden Zeit der Erarbeitung dieser Masterarbeit bedanken. Zu guter Letzt gilt mein ganz besonderer Dank meinem Partner, Dimitri Van Grimbergen, der mir während dieser intensiven Zeit stets den Rücken freigehalten hat und mein Fels in der Brandung war.

## 1. Einleitung

### 1.1 Ausgangslage

Ein Blick auf die bildende Kunst verdeutlicht, dass seit den Anfängen der Menschheit, wie in Darstellungen von Adam und Eva, eine erotische Erzählung erkennbar ist. Diese Erzählung ist von Fantasien, Versuchungen und Obsessionen geprägt und wird von der Libido geleitet. Der Bildband «Erotica Universalis» von Néret (2013), der einen Überblick von der Antike bis zur Moderne bietet, zeigt, dass vermeintlich aktuelle Themen verborgener und geheimer Aspekte der Sexualität in der Kunst bereits von Künstlern wie Voltaire und Maupassant dargestellt wurden. Zeitgenössische Einflüsse und Trends, wie der Bestseller-Roman «Fifty Shades of Grey», der 2015 verfilmt wurde und das Spiel mit Unterwürfigkeit und Dominanz inszeniert und zelebriert, verdeutlichen die aktuelle Relevanz sexueller Themen jenseits der vermeintlichen Norm sexueller Aktivität.

Die Frage, ob die Darstellungen aus «Erotica Universalis» der gelebten Realität oder der Fantasie entspringen, bleibt unbeantwortet. Fest steht jedoch, dass sexuelle Fantasien ein zutreffenderes Abbild der Sexualität einer Person liefern als die tatsächlich gelebte Sexualität, da die Fantasie frei von sozialen Konventionen ausgelebt werden kann (Carlstedt et al., 2011, S. 792). Ellis und Symons (1990, S. 527) bezeichnen sexuelle Fantasien gar als die häufigste gelebte Form der Sexualität. Sexuelle Fantasien, Bilder, Skripte und Szenarien üben einen enormen Reiz auf Menschen aus und bewegen sowohl auf emotionaler als auch auf körperlicher Ebene. Sie geben Aufschluss über die persönliche Beziehung eines Menschen zur eigenen Sexualität (Canivet et al., 2022, S. 598). Daher ist es naheliegend, dass sexuelle Fantasien als wichtiger Teil der Sexualität zum Gegenstand der Forschung geworden sind. Das Verständnis darüber, wie sexuelle Fantasien entstehen, welche Inhalte sie haben und wie sie erlebt werden, ist von immenser Bedeutung, um die sexuelle Gesundheit wiederherzustellen und aufrechtzuerhalten.

## Abbildung 1

*HILDA or the Triumph of Big Women*



Wenn ich Sie einlade, dieses Bild zu betrachten....

Was steht für Sie im Zentrum?

Was geht Ihnen durch den Kopf?

Wohin geht der Blick?

Weshalb ist genau dieser Aspekt interessant?

Was verrät das über Sie selbst?

*Quelle: (Néret, 2013, S. 520)*

Die prägenden Ansichten von Freud haben uns in Bezug auf sexuelle Fantasien beeinflusst. Freud schrieb: «Man darf sagen, der Glückliche phantasiert nie, nur der Unbefriedigte» (Freud, 1908, S. 216). Er nahm an, dass unerfüllte Wünsche die Ursache für sexuelle Fantasien sind und jede Fantasie ein Versuch ist, eine unerfüllte Realität zu überwinden. Bei jeder Veränderung des Lebensumstands wandelt sich die sexuelle Vorstellungskraft. Freud stellte die sexuellen Vorstellungen in einen zeitlichen Rahmen und argumentierte, dass unsere Vorstellungskraft zwischen drei Zeitebenen pendelt. Die sexuelle Fantasie, die durch einen gegenwärtigen Eindruck hervorgerufen wird und ein wichtiges Verlangen bei einer Person hervorruft, bezieht sich auf das Gedächtnis eines meist infantilen Erlebnisses, bei dem ein wichtiges Verlangen erfüllt wurde. Diese Idee wird nun als Grundlage für eine erfolgreiche Realisierung dieses Ziels in der Zukunft verwendet (Freud, 1908, S. 716–724).

Hariton und Singer (S. 321) widerlegten jedoch bereits 1974 durch ihre Forschung Freuds Auffassung und zeigten, dass sexuelle Fantasien eine gesunde Sexualität widerspiegeln und zur Steigerung der sexuellen Erregung und des Vergnügens beitragen. Damit legten sie einen wichtigen Grundstein für weitere Forschungsarbeiten zu sexuellen Fantasien.

## 1.2 Begründung der Themenwahl

Die Forschung hat sich eingehend mit den Inhalten sexueller Fantasien befasst. Die Autor\*innen Joyal et al. (2015, S. 338) kommen zum Schluss, dass es weniger eine Rolle spielt, was inhaltlich fantasiert wird, sondern wie sexuelle Fantasien erlebt werden und weshalb ein und dieselbe sexuelle Fantasie bei der einen Person als erregungssteigernd und lustfördernd und bei der anderen Person als belastend erlebt wird. Der aktuelle Forschungsstand zu sexuellen Fantasien zeigt, dass es sowohl positive Aspekte im Zusammenhang mit dem Erleben sexueller Fantasien als auch negative Gefühle als Folge von sexuellen Fantasien geben kann. Die Erforschung des Erlebens sexueller Fantasien trägt dazu bei, die Wissensbasis über die Bedeutung sexueller Fantasien zu erweitern. Dies kann zur Normalisierung der Erfahrungen im Zusammenhang mit sexuellen Fantasien und zur Minderung von Schuldgefühlen beitragen. Ferner können Fachkräfte wie Sexolog\*innen mit ihrem Wissen dazu beitragen, dass die subjektive, sexuelle Zufriedenheit ihrer Klient\*innen (Shtarkshall et al., 2008, S. 268) sowie die sexuelle Funktionsfähigkeit (Cogan et al., 2007, S. 698) positiv beeinflusst werden können. Die Erfassung der Einstellungen gegenüber sexuellen Fantasien und ihr Erleben kann für die Forschung genauso wie für klinische Zwecke sehr hilfreich sein (Nimbi et al., 2023, S. 1).

## 1.3 Forschungsfrage und Ziel

Ziel dieser Masterarbeit ist es, das Erleben der eigenen Person in den sexuellen Fantasien zu beleuchten. Das Verständnis darüber, wie und weshalb eine Person die eigene Person in der sexuellen Fantasie erlebt, trägt dazu bei, in der klinischen Arbeit Klient\*innen ein besseres Verständnis der sexuellen Fantasie und deren Bedeutungsgehalt zu ermöglichen sowie den Zugang zum Veränderungspotential zu

ergründen. Diese Masterarbeit ist Teil der Grundlagenforschung zum Erleben sexueller Fantasien sowie zur theoretischen und praxisgeprüften Annahme aus dem Sexocorporel, dass sich der Erregungsmodus und Inhalte sexueller Fantasien gegenseitig beeinflussen.

Die Autorin stützt sich in ihrer Arbeit auf zwei Annahmen, die sie aus dem theoretischen Wissen des Seminars über sexuelle Fantasien (Bischoff-Campbell, 2022) sowie der Literatursichtung zum Modell Sexocorporel (Desjardins et al., 2011) ableitet und transparent darlegt. Es ist jedoch wichtig zu betonen, dass diese Annahmen bisher keiner empirischen Überprüfung unterzogen wurden.

Wie Menschen die eigene Person in der sexuellen Fantasie erleben, hat einen Einfluss darauf, wie sich der Inhalt der sexuellen Fantasie gestaltet und die Fantasie als Ganzes erlebt wird.

Der etablierte Erregungsmodus hat einen Einfluss auf den Inhalt sexueller Fantasien und der Inhalt sexueller Fantasien hat einen Einfluss auf das Körpererlebnis.

Folgende drei Forschungsfragen werden in der Thesis verfolgt:

F1: Wie erleben erwachsene Cis-Frauen die eigene Person in der sexuellen Fantasie?

F2: Wie hängt das Erleben sexueller Fantasie von Cis-Frauen mit dem unmittelbaren körperlichen Geschehen in Bezug auf die sexuelle Erregung zusammen?

F3: Wie sind körperliche Geschehnisse in das Erleben und Inhalte sexueller Fantasien involviert?

Die Autorin hat sich dazu entschlossen, bezüglich der aufgeführten Forschungsfragen keine Unterscheidung zwischen den sexuellen Fantasien während der Selbstbefriedigung, während der sexuellen Interaktionen mit einer oder mehreren Personen oder in Alltagssituationen zu machen.

## 1.4 Methodenwahl

Der erste Teil dieser Arbeit widmet sich dem aktuellen Forschungsstand zu sexuellen Fantasien, sexueller Erregung und der Art und Weise der Erregungssteigerung. Dabei spielt das Modell Sexocorporel eine wesentliche Rolle im Theorieteil, da die Fragestellung, wie bereits erwähnt, auf den Grundlagen des Sexocorporel und dessen Verständnis von sexuellen Fantasien in Interaktion mit körperlichen Geschehnissen während der sexuellen Erregung basiert. Wissenschaftliche Veröffentlichungen, Sekundärliteratur sowie Ausbildungsunterlagen aus dem Masterstudium Sexologie am ISP Zürich und dem Zürcher Institut für klinische Sexologie und Sexualtherapie (ZISS) werden hierfür herangezogen. Zudem wird das Konzept des Embodiment vorgestellt, welches ergänzend zum Modell Sexocorporel für die Erarbeitung der Forschungsfrage von Relevanz ist.

Der Theorieteil wird durch eine qualitative Forschungsmethode ergänzt, da diese Arbeit einem kaum erforschten Bereich gewidmet ist. Zur Beantwortung der Fragestellungen werden sechs Interviews mithilfe eines halbstrukturierten Interviewleitfadens durchgeführt. Diese werden mittels qualitativer Inhaltsanalyse nach Mayring ausgewertet.

## 1.5 Einführung in das Modell Sexocorporel als Ansatz für ein ganzheitliches Verständnis sexueller Fantasien unter Berücksichtigung der Körper-Hirn-Einheit

Die Forschung und sexualtherapeutischen Ansätze rund um das Thema der sexuellen Fantasien haben sich auf verschiedene Aspekte fokussiert. Die Expert\*innen sind in verschiedenen Bereichen wie der Sexologie, der Psychologie und der Forensik zu verorten. Im deutschsprachigen Raum ist die wohl bekannteste Autorin Angelika Eck, welche mit ihrem Buch «Sexuelle Fantasien in der Therapie» den therapeutischen Ansatz des Schwellenmodells aus der systemischen Sexualtherapie aufzeigt. Im englischsprachigen Raum zählt der amerikanische Psychologe und Sexualtherapeut Justin Lehmiller vom Kinsey Institute zu den bekanntesten zeitgenössischen Vertretern der Forschung rund um sexuelle Fantasien. In seinem Buch «Tell me what you want» präsentiert er auf eine populistische und für die Allgemeinheit verständliche Art und Weise die neuesten Forschungsergebnisse aus der grössten durchgeführten Studie zu sexuellen Fantasien in den Vereinigten Staaten

von Amerika. Er möchte den Menschen durch die Auseinandersetzung mit den sexuellen Fantasien zu einem offenen Zugang zu ihren sexuellen Begehren verhelfen. An dieser Stelle ebenfalls aufzuführen sind die Autoren Leitenberg und Henning, welche mit ihrer Übersichtsarbeit aus dem Jahr 1995 einen bedeutenden Beitrag und eine differenzierte Grundlage zur Erforschung sexueller Fantasien geschaffen haben. Bei den französischsprachigen Vertreter\*innen lässt sich der Sexologe Claude Crépault als prominentestes Beispiel aufführen, welcher in den 90er-Jahren mit der Sexoanalyse stark auf die Arbeit mit den sexuellen Fantasien fokussiert hat. Die Sexoanalyse legt den Fokus auf die individuelle, sexuelle Entwicklung einer Person. Die psychischen Prozesse der sexuellen Entwicklung stehen im Mittelpunkt von Crépaults Theorie der sexuellen Entwicklung. Ziel ist die korrektive Neugestaltung der Fantasie und, wenn möglich, der Realität, um weniger bedrohliche und für das eigene Ich akzeptable Fantasien zu generieren (vgl. Crépault, 1997).

Keine der Forschungsarbeiten hat dabei das Phänomen sexueller Fantasien unter dem Aspekt der Körper-Hirn-Einheit betrachtet. Die sexuelle Fantasie hat eine unmittelbare Reaktion auf der Ebene des Körpers (sexuelle Erregung) und den begleitenden Emotionen. Dies zeigt zum einen, dass es sich um ein hochkomplexes Forschungsthema handelt und zum anderen, dass ein konzeptionelles Fundament zur Erklärung des Phänomens sexueller Fantasien auf der Grundlage der Empirie als Ausgangspunkt für die sexualtherapeutische Arbeit mit Menschen in ungenügender Weise vorhanden ist. Der Bereich der uns erschlossenen Zusammenhänge und Erklärungen zur Entstehung und Entwicklung erotischer Fantasieinhalte und Fantasiegestaltung entspricht lediglich der Spitze des Eisberges. Um ein vollständiges Verständnis sexueller Fantasien zu haben, bedarf es eines Modells, welches die sexuellen Fantasien als komplexes Konstrukt von Aspekten der Kognitionen, Emotionen, Physiologie und Beziehung betrachtet, sowie weitere Forschung zum Thema sexueller Fantasien.

Das Modell Sexocorporel bietet einen einmaligen Ansatz, das Phänomen sexueller Fantasien unter dem Postulat der Körper-Hirn-Einheit zu betrachten und bildet daher die Grundlage der Forschungsfrage der vorliegenden Thesis. Jean-Yves Desjarinds hat in den 80er-Jahren das Modell Sexocorporel als therapeutisch-sexologischer Ansatz entwickelt. Körper, Emotionen, Denken und Handeln werden als Bestandteile einer Einheit betrachtet. Veränderungen eines Aspekts stellen immer

auch Veränderungen des anderen dar. Körperliche Interventionen können daher nicht nur das sexuelle Erleben, sondern auch kognitive Denkmuster, Gefühle und Beziehungsverhalten beeinflussen (Bischof, 2020, S. 423). Jede Wahrnehmung, jede Emotion und jeder Gedanke (impliziter Körper) werden auf der neurophysiologischen Ebene (expliziter Körper) reflektiert und umgekehrt (Desjardins et al., 2011, S. 65).

Der Sexocorporel ist ein sexuelles Funktionsmodell, das sämtliche Bestandteile der menschlichen Sexualität einbezieht. Dabei wird die sexuelle Gesundheit und Funktionalität als die Entstehung, Weiterentwicklung, Interaktion und Harmonisierung aller Komponenten bezeichnet (Desjardins et al., 2011, S. 65). Die Vision der sexuellen Gesundheit setzt den Grundstein des Modells. Sexualität von Menschen beinhaltet, dass die verschiedenen Komponenten in zirkulärer sowie multidirektionaler Weise miteinander in Interaktion stehen (Desjardins et al., 2011, S. 68).

Um die in dieser Arbeit verwendeten Begriffe zu verstehen und einzuordnen, wird in diesem Abschnitt eine kurze Übersicht über die grundlegende und die vier sexologischen Komponenten (Physiologie, Kognitionen, Sexodynamik sowie die Beziehungskomponente) und Begrifflichkeiten aus dem Sexocorporel gegeben. Die sexuellen Fantasien finden sich, vielleicht anders als erwartet, in der Sexodynamik und die Art und Weise der Erregungssteigerung, die im Sexocorporel-Modell als Erregungsmodi bezeichnet werden und die spezifischen Stimulationsmuster anhand der drei Körperdimensionen Zeit (Bewegungsrhythmen), Amplitude (Bewegungsraum) und Muskelspannung (Muskeltonus) beschreiben, in der physiologischen Komponente.

**Grundlegende Komponente:** Sexuelle Identität aufgrund der Anatomie.

### 1. Physiologische Komponenten:

Sexuelle Erregung, sexuelle Erregungsmodi<sup>1</sup>, sexuelle Erregungsquellen, Evaluation der verschiedenen sexuellen Erregungskurven.

---

<sup>1</sup> Erregungsmodi: Der Sexocorporel definiert sechs Erregungsmodi anhand der spezifischen Charakteristika der Stimulationsmuster.

## 2. **Sexodynamische Komponenten (Komponente des Erlebens):**

Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit<sup>2</sup>, sexuelles Lusterleben, sexuelles Begehren, sexuelle Fantasien, sexuelle Anziehungscodes, sexuelle Selbstsicherheit<sup>3</sup>.

## 3. **Kognitive Komponenten:**

Wissen, Ideologien, Glaubenssysteme, Einstellungen, Kodifizierungen, Werturteile und Idealisierungen.

## 4. **Beziehungskomponenten:**

Erotische und Liebes-Kommunikation, Liebesgefühl, Verführung und erotische Fähigkeiten.

(Desjardins et al., 2011, S. 69)

## 2. Empirischer Forschungsstand zu sexuellen Fantasien

### 2.1 Definition der sexuellen Fantasie

Der empirische Forschungsstand zu sexuellen Fantasien umfasst eine Vielzahl von Ansätzen und Untersuchungen, wobei eine einheitliche Definition dieses Phänomens bisher fehlt. Jede wissenschaftliche Arbeit auf diesem Gebiet beginnt typischerweise mit der Festlegung einer Definition. Die vorliegende Masterarbeit wird die Definition von Leitenberg und Henning (1995) als Referenz verwenden, da sie zu den häufigsten replizierten Definitionen zählt. Diese Definition ist gekennzeichnet

---

<sup>2</sup> Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit: Die Entwicklung eines Gefühls der Geschlechtszugehörigkeit hängt von Lernschritten auf der Ebene der Genitalität ab. Ein Aspekt der Frau ist die Entwicklung der Rezeptivität (Erotisierung der Vagina) und der Wunsch, aktiv etwas in die Vagina aufzunehmen und davon ausgefüllt zu werden. Ähnlich verhält es sich mit dem Mann und seiner Fähigkeit zur Penetration (Intrusivität) und zur Erotisierung der sexuellen Intrusivität (phallische Erotisierung) (Chatton et al., 2005, S. 11).

<sup>3</sup> Sexuelle Selbstsicherheit bezeichnet zum einen die Fähigkeit, sich selbst mit Stolz zu betrachten, sich zu erotisieren und die eigenen Stärken in den Fokus zu stellen. Zum anderen bezeichnet es die Fähigkeit, sich als Mann oder Frau mit Stolz und Selbstbewusstsein zu zeigen (Chatton et al., 2005, S. 13–14).

durch ihre Klarheit und Offenheit, was es ermöglicht, die breite Varianz sexueller Fantasien umfassend zu erfassen:

Eine sexuelle Fantasie kann eine ausgearbeitete Geschichte oder ein flüchtiger Gedanke über eine erotische oder sexuelle Aktivität sein. Sie kann bizarre Bilder enthalten oder sie kann völlig realistisch sein. Sie kann Erinnerungen an vergangene Ereignisse enthalten oder sie kann eine voll ständig erfundene Erfahrung darstellen. Sie kann sowohl spontan entstehen als auch willentlich erzeugt werden als auch durch andere Gedanken, Gefühle oder sensorische Hinweise hervorgerufen werden. Sexuelle Fantasien können sowohl ausserhalb von sexuellen Aktivitäten als auch während der Selbstbefriedigung als auch während sexueller Aktivitäten mit anderen Personen auftreten. In Kurzform: Der Begriff sexuelle Fantasie bezieht sich auf jegliche mentale Bilder, die für ein Individuum sexuell erregend oder erotisch empfunden werden. (Leitenberg & Henning, 1995, S. 470; Übersetzung Zengler, 2023)

Der relevanteste Unterschied verschiedener Definitionen liegt in der Uneinigkeit, ob sexuelle Tagträume und nächtliche Sexträume als sexuelle Fantasien gezählt werden sollten oder nicht. Da sich die neueren Publikationen, welche sich mit der Thematik auseinandersetzen, ähnlich wie Leitenberg und Henning, daran orientieren, dass sexuelle Fantasien einer gewissen bewussten Einflussnahme der fantasierenden Person unterliegen, wird auf eine weitere Vertiefung der Aspekte Tagtraum und nächtliche Träume mit sexuellen Inhalten verzichtet.

## 2.2 Entstehung sexueller Fantasien

Die Entstehung sexueller Fantasien ist bislang nicht vollständig geklärt. Klar ist, dass frühe körperliche und emotionale Erfahrungen einen erheblichen Einfluss darauf haben, welche Art von Begehren entsteht und was als sexuell anziehend empfunden wird (Eck, 2020, S. 24–25). Auf der Körperebene können erste sexuelle Empfindungen und ihre Verbindung zu den auslösenden Reizen und/oder Situationen prägend sein. Die erotische Struktur fängt früh an und verfestigt sich später (Eck, 2020, S. 24, zitiert nach Beier et al., 2005). Sexuelle Fantasien werden von unterschiedlichsten Dingen beeinflusst. Dies geschieht nicht immer bewusst – im

Gegenteil. Lehmiller (2022, o. S.) fragte die Teilnehmer\*innen, worauf ihre häufigsten sexuellen Fantasien zurückzuführen sind. An erster Stelle wurde angegeben, dass sexuelle Fantasien aus der eigenen Vorstellungskraft kommen. Ferner wurden Pornografie und erotisches Bildmaterial, Bücher, Erlebnisse aus der Kindheit oder dem Erwachsenenalter mit sexuellem Kontext, spontanes und unerklärliches Verlangen oder Nichtwissen über das Herrühren ihrer sexuellen Fantasien angegeben (Lehmiller, 2022, o. S.). Zudem kann die sexuelle Interaktion zweier oder mehrerer Menschen von sexuellen Fantasien beeinflusst sein. Die Fantasien ihrerseits werden wiederum von dem beeinflusst, was Menschen getan, gesehen oder darüber gelesen haben (Leitenberg & Henning, 1995, S. 469).

Es gibt also vielfältige und teils subtile Faktoren, welche die sexuellen Fantasien beeinflussen. In einem Überblick erstrecken sich unsere Fantasien von kulturellen Einflüssen über die Entwicklungsgeschichte bis hin zu individuellen Persönlichkeitsmerkmalen. Schlussendlich lassen sich unsere Vorstellungen am besten als biopsychosoziale Phänomene beschreiben, da sie das einzigartige Ergebnis einer Verbindung biologischer, psychologischer, sozialer sowie umweltbedingter Faktoren darstellen (Lehmiller, 2018, S. XV).

Auch im Modell Sexocorporel, welches Körper und Geist als eine fundamentale Einheit betrachtet, wird von einem Zusammenspiel zwischen der Art und Weise der Erregung und Inhalten sexueller Fantasien ausgegangen (Desjardins et al., 2011, S. 81). Ist der Körper während der sexuellen Erregung in Bewegung, so entstehen in der Tendenz eher «liebevollere» Fantasien und die Person in der Fantasie ist eher aktiv. Ist der Körper unter hoher muskulärer Spannung in der Erregung, befindet sich der Körper in einer sympathischen Aktivierung des Nervensystems, wodurch tendenziell härtere Fantasien aufkommen. Emotional stark erregende oder Ekel auslösende Ereignisse, welche zu einer hohen muskulären Spannung im Körper führten, können bei Personen, welche sich mit hohem Muskeltonus sexuell stimulieren, zu sexuellen Fantasien mit paraphilen Inhalten führen (Bischoff-Campbell, 2022, S. 37). Allerdings muss erwähnt werden, dass es sich hier um eine theoretische Annahme handelt und diese noch eines empirischen Nachweises bedarf.

### 2.3 Häufigkeit und Verbreitung sexueller Fantasie

Sexuelle Fantasien sind ein weitverbreitetes Phänomen. Ellis und Symons (1990, S. 527) bezeichnen sexuelle Fantasien gar als die häufigste gelebte Form sexueller Tätigkeiten. Auch wenn Erhebungen zu sexuellen Fantasien auf einem Selbstbericht beruhen, so kann davon ausgegangen werden, dass 95–97 % aller Menschen zumindest einmal schon sexuelle Fantasien erlebt haben (Leitenberg & Henning, 1995, S. 472). Einige Autoren, wie Leitenberg und Henning, unternehmen an dieser Stelle eine Unterscheidung zwischen dem Auftreten sexueller Fantasien in Alltagssituationen, in der Selbstbefriedigung und der sexuellen Interaktion mit mindestens einer anderen Person. Dabei zeigt sich in der Praxis der Selbstbefriedigung eine signifikant höhere Prävalenz sexueller Fantasien (92,4 %) im Vergleich zur sexuellen Interaktion mit einer oder mehreren Personen (69 %) (Lehmiller, 2022, o. S.).

Eine Vielzahl von Autor\*innen stellten fest, dass Männer öfter sexuelle Fantasien haben als Frauen (vgl. Joyal et al., 2015; Ellis & Symons, 1990; Leitenberg und Henning, 1995). Leitenberg und Henning (1995, S. 471) wiesen darauf hin, dass Männer öfter von sexuellen Fantasien im Alltag oder bei der Selbstbefriedigung berichten als Frauen. Bei beiden Geschlechtern sind jedoch sexuelle Fantasien während des Geschlechtsverkehrs gleich verbreitet. In Bezug auf die Vielfalt der sexuellen Fantasien ist jedoch ein klarer Unterschied zwischen den Geschlechtern zu erkennen. Männer weisen ebenfalls eine grössere Vielfalt an fantasievollen Inhalten auf (Leitenberg & Henning, 1995, S. 473; Joyal et al., 2015, S. 338).

### 2.4 Inhalte sexueller Fantasien

Die Forschung hat sich eingehend mit den Themen sexueller Fantasien beschäftigt. Diese Forschung ist geprägt von dem Wunsch, Klarheit darüber zu erlangen, was als normal und ungewöhnlich einzustufen ist.

Es gibt keine klare Definition dafür, wann eine sexuelle Fantasie als normal oder als ungewöhnlich betrachtet werden kann. Eine sexuelle Fantasie kann aus klinischer Perspektive als Störung betrachtet werden, wenn sie notwendig und zwanghaft ist und zu einer sexuellen Funktionsstörung führt oder die fantasierende Person belastet und einschränkt. Acht ungewöhnliche sexuelle Fantasien werden von DSM-5

und ICD-10 (Internationale Klassifikation der Krankheiten) genannt, ohne dass genauere Erläuterungen hinzugefügt werden. Diese umfassen «Fetischismus, Masochismus, Sadismus (Sado-Masochismus im ICD-10), Pädophilie, Transvertismus und Voyeurismus» (Joyal et al., 2015, S. 328–329).

Eine der prägendsten Arbeiten liefern Joyal et al. aus dem Jahre 2015. Ihre Erhebung umfasste 1561 Personen, welche aus der Allgemeinbevölkerung einer mittelgrossen Stadt akquiriert wurden. Auch wenn sie ihr Ziel einer repräsentativen Studie nicht erreichten, ist ihr methodisches Vorgehen und die Herangehensweise, eine breite Bevölkerung zu befragen, für das Forschungsgebiet der sexuellen Fantasien eine beispielhafte Ausnahme. Sie kamen zu der Erkenntnis, dass lediglich zwei (Sex mit Kindern unter 12 Jahren und Sex mit Tieren) der 55 erfragten Fantasiethemen als statistisch selten einzustufen sind. Von den verbleibenden 52 Fantasiethemen waren sieben weitere Themen bei den befragten Frauen statistisch ungewöhnlich («auf eine Person urinieren, von einer Person anuriniert zu werden, Kleider des anderen Geschlechts zu tragen, jemanden zum Sex zu zwingen, eine Person zu missbrauchen, die einen veränderten Bewusstheitszustand hat, Sex mit einer/einem Sexworker und Sex mit einer Person mit kleinen Brüsten zu haben»). Als statistisch typische (von mehr als 84,1 % genannten) sexuelle Fantasien liessen sich folgende Themen erkennen: «Erleben von romantischen Gefühlen während einer sexuellen Beziehung zu erleben/Sexuelle Fantasien, in welchen die Atmosphäre und der Ort eine wichtige Rolle spielen/Oralsex erhalten/und spezifisch bei den erfragten Männern Sex mit zwei Frauen zu haben».

Diverse Autoren nehmen eine thematische Bündelung vor, um die Inhalte sexueller Fantasien nach Häufigkeit und Beliebtheit aufzuzeigen. Oftmals wird im Kontext der Inhalte sexueller Fantasien von Kernthemen gesprochen, welche die eben erwähnte Bündelung und Häufigkeit verschiedener Thematiken aufzeigt und bezeichnet. So lassen sich Einteilungen in Kernthemen in diversen empirischen Untersuchungen wie von Joyal et al. (2015), Seehuus et al. (2022) und Lehmler und Gormezano (2023) finden. Das Review von Seehuus et al. (2022) bezieht sich dabei spezifisch auf die meistgenannten sexuellen Fantasien von Frauen und soll daher als Referenz für die vorliegende Arbeit, welche sich in der Fragestellung ebenfalls auf Cis-Frauen bezieht, genannt werden. Folgende Themen sexueller Fantasien wurden am meisten benannt:

- sexuelle Begegnungen mit einer emotionalen Verbundenheit mit der anderen Person
- Fantasien, in welchen der/die Sexualpartner\*in durch eine imaginäre Person ausgewechselt wird
- Sex an ungewöhnlichen Orten
- sexuelle Dominanz und Unterwürfigkeit
- Gruppensex oder Sex mit mehr als einer Person
- Sex in einer offenen oder polyamourösen Beziehung

An dieser Stelle muss auch die viel replizierte Studie von Bivona et al. (2012) erwähnt werden, da diese gerade in Bezug auf sexuelle Fantasieinhalte von Frauen interessante Ergebnisse liefert. Bivona et al. (2012) haben sich in ihrer Forschungsarbeit der spezifischen Fantasie, vergewaltigt zu werden, angenommen und diese hinsichtlich der drei Erklärungstheorien («Offenheit für sexuelle Erfahrungen, sexuelle Attraktivität und Vermeidung sexueller Schuldzuweisungen», S. 1108) untersucht. Die Autoren kamen aufgrund der Analyse bereits bestehender Forschung zu dem Schluss, dass diese Fantasie von 31 bis 62 % der Frauen angegeben wird (S. 1107). Dies deckt sich wiederum mit den Angaben von der zu einem späteren Zeitpunkt durchgeführten Untersuchung von Lehmilller (2018, S. 26–28), wonach knapp zwei Drittel der Frauen angaben, Vergewaltigungsfantasien zu haben. Die Ergebnisse legten nahe, dass die Theorie der Vermeidung sexueller Schuldzuweisungen nicht und die Theorie der sexuellen Attraktivität mässig unterstützt werden können und die Theorie der Offenheit für sexuelle Erfahrungen am ehesten Zuspruch erhalten kann (Bivona et al., 2012, S. 1116–1117). Lehmilller (2018, S. 28) betont, dass diese Art von Fantasien sehr verbreitet sind, jedoch in der Regel im Kopf stattfinden und nicht umgesetzt werden möchten.

Ellis und Symons (1990, S. 527–555) konnten gewisse Tendenzen bezüglich der Inhalte sexueller Fantasien von Frauen feststellen. So sind sexuelle Fantasien von Frauen weniger visuell geprägt. Dies zeigte sich darin, dass sich die Fantasien der Frauen häufiger um Berührungen, Gefühle, Reaktionen des Partners, eigene körperliche und emotionale Reaktionen sowie Stimmungen und Atmosphären drehten. Zudem waren die fantasierten Inhalte eher persönlicher Natur. So lässt sich konstatieren, dass Frauen eher über Personen, mit welchen sie eine Beziehung geführt

haben oder führen, fantasierten und den Fokus in der Tendenz auf emotionale und persönliche Merkmale legten. Die sexuellen Fantasien von Frauen entwickeln sich im Vergleich zu den Fantasien von Männern langsamer. Dabei spielt der Aufbau der Fantasie eine zentralere Rolle (Ellis & Symons, 1990, S. 527–555). Weitere Untersuchungen, wie die von Lehmler (2018) und Joyal et al. (2015), weisen ebenfalls auf diese Tendenzen hin.

## 2.5 Einflüsse auf die Inhalte sexueller Fantasien

Die Einflüsse auf sexuelle Fantasien sind so komplex, dass sie sich nicht auf einen einzelnen Aspekt herunterbrechen lassen. Leitenberg und Henning (1995, S. 485) sehen die Annahme, dass die Inhalte sexueller Fantasien gänzlich durch Konditionierungsmechanismen bestimmt werden, aufgrund diverser Studienresultate mit kontroversen Resultaten als kritisch. Gleichwohl schliessen sie nicht aus, dass ein Konditionierungseffekt die Entwicklung sexueller Fantasien beeinflusst. Alles, was eine Person sieht, hört, liest und erlebt, kann potenziell als Inspiration für eine sexuelle Fantasie dienen und durch wiederholtes Fantasieren in der Selbstbefriedigung verfestigt werden.

Gewisse Autoren haben sich damit auseinandergesetzt, wie sich reale Erlebnisse auf die Inhalte sexueller Fantasien auswirken. Es gibt Anzeichen dafür, dass experimentierfreudige Menschen, die verschiedene sexuelle Erlebnisse gemacht haben, genauso vielfältige Fantasieinhalte präsentieren (Leitenberg & Henning, 1995, S. 486). Der Forschungsstand über die Einflüsse auf die Entwicklung und Veränderung sexueller Fantasieinhalte zeigt sich insgesamt sehr dünn. Wenige Untersuchungen haben sich bemüht, Verbindungen zwischen Persönlichkeitsmerkmalen, biografischen Veränderungen oder sich verändernden gesellschaftlichen Einstellungen zu untersuchen (Leitenberg & Henning, 1995, S. 486).

### 2.5.1 Pornografie und sexuelle Fantasien

Die Forschung hat sich in den vergangenen Jahren für die Verbindung von Fantasie und Realität, insbesondere in Bezug auf Pornografie, interessiert. Inwiefern ist Pornografie unter anderem eine Erweiterung sexueller Fantasien? Eck (2020, S. 19)

sieht Pornografie in schriftlicher, auditiver oder visueller Form als gestützte Fantasie an. Barker (2014, S. 12) zeigte in seiner qualitativen Forschungsarbeit auf, dass ein Teil der Menschen Pornografie als Nahrung für sexuelle Fantasien nutzen, ein anderer Teil gibt hingegen an, ihre sexuellen Fantasien aktiv zu gestalten, ganz unabhängig von konsumierten pornografischen Inhalten. Einige Personen sind also darauf angewiesen, sich von pornografischem Material inspirieren zu lassen, um ihre sexuellen Fantasien zu nähren oder zu erweitern. Zu einem ähnlichen Schluss kommt auch Lehmler (2018, S. 142). Eine von 7 befragten Personen gab in seiner Umfrage an, dass ihre häufigste sexuelle Fantasie von Inhalten, welche sie in pornografischem Material gesehen hat, herrührt. Im Umkehrschluss haben 81 % der befragten Personen angegeben, nach einem Porno mit dem Inhalt ihrer Fantasie gesucht zu haben, so Lehmler (2018, S. 142) weiter. Pornografie dient also sowohl als Auslöser als auch als Ausdruck unserer sexuellen Fantasien.

### 3. Das Erleben der sexuellen Fantasien

Trotz der umfangreichen Forschung zur Häufigkeit und zum Inhalt sexueller Fantasien bieten diese Faktoren nur eine eingeschränkte Perspektive auf die individuelle Erfahrung mit ihnen. Sexuelle Fantasien sind im Wesentlichen persönliche Erlebnisse. Daher können die Auslegung und Bedeutung, die Individuen ihren sexuellen Fantasien zuordnen, stark variieren. Menschen verleihen diesen Vorstellungen individuelle Bedeutungen und Werte, die durch ihre Überzeugungen, Erfahrungen und Wünsche geprägt sind (Hasson & Ginzburg, 2024, S. 1015).

Auch wenn frühere Studien Teilaspekte des Erlebens erarbeitet oder mitberücksichtigt haben, so sind es doch nur zwei aktuelle Studien, welche sich gänzlich dem Aspekt des Erlebens sexueller Fantasien angenommen haben und ein adäquates Messinstrument zur Erhebung erarbeiteten. Zum einen haben Hasson und Ginzburg (2024) zur Evaluation des Erlebens sexueller Fantasien den «Sexual Fantasy Experience Scale» kurz SFES entwickelt. Dieser umfasst fünf Dimensionen betreffend das subjektive Erleben sexueller Fantasien: «rigide, eindimensionale vs. spontane und fantasievolle sexuelle Fantasien/kontrollierbare vs. intrusive sexuelle Fantasien/angenehme, erregende vs. beschämende und hemmende sexuelle Fantasien/diverse vs. repetitive und eingeschränkte sexuelle Fantasien» (Hasson & Ginzburg, 2024, S. 1017). Zum anderen hat die Forschungsarbeit von Nimbi et al. (2023)

die Entwicklung und Validierung des Fragebogens «Sexuelles Verlangen und erotische Fantasien – Teil 2. Verwendung von erotischen Fantasien (SDEF2)» vorgenommen. Zu beiden erarbeiteten Messinstrumenten gibt es zum jetzigen Zeitpunkt noch keine Resultate aus Erhebungen.

In der Regel wird die Verwendung sexueller Fantasien als eine positive Erfahrung beschrieben (vgl. Singer, 1975, S. 108; Leitenberg & Henning, 1995, S. 478). Des Weiteren konnten Arndt et al. (1985, S. 478) eine positive Korrelation zwischen der Häufigkeit sexueller Fantasien und der Häufigkeit von Orgasmen, sexueller Erregung und sexueller Zufriedenheit feststellen. Auch in Bezug auf die Verwendung sexueller Fantasien und die Beziehungsgestaltung gibt es interessante Ergebnisse. So zeigten Birnbaum et al. (2019, S. 473) auf, dass das Teilen der sexuellen Fantasien in einer Beziehung mit einem erhöhten Verlangen und einem verstärkten Engagement bei beziehungsfördernden Verhaltensweisen in Verbindung gebracht werden konnte.

### 3.1 Fantasie-Intentionalität vs. Überraschungsfantasie

Seehuus et al. (2022, S. 166) unterscheiden zwischen sexuellen Fantasien, welche absichtlich konstruiert sind, und solchen, welche in aufdringlicher Weise, überraschend und allenfalls ungewollt, auftreten. Die Fantasie-Intentionalität beschreibt das Ausmass, in dem sexuelle Fantasien konstruiert und deren Themen mit Bedacht ausgewählt werden, so Seehuus et al. (2022, S. 166) weiter. Diese Unterscheidung ist von Bedeutung, denn es lassen sich Hinweise erkennen, dass sie einen Einfluss auf das Erleben der jeweiligen Person haben. Ähnlich wie andere Gedanken können sexuelle Fantasien ganz oder teilweise aufdringlicher Natur sein. Häufig beschreiben Personen, dass sie sexuelle Gedanken in der Absenz sexueller Erregung haben, so etwa 84 % der befragten Student\*innen in der Untersuchung von Byers et al. (1998, S. 364). Ähnlich wie andere Gedanken können sexuelle Fantasien zunächst oder vollständig aufdringlicher Natur sein. Häufig beschreiben Personen, dass sie unerwartet sexuelle Gedanken in der Absenz sexueller Erregung haben, so etwa 84 % der befragten Student\*innen in der Untersuchung von Byers et al. (1998, S. 364). Obwohl es nicht unbedingt der Fall ist, dass solche überraschende sexuelle Gedanken immer unerwünscht sind, sind einige dieser sexuellen

Gedanken auch klar aversiv (Seehuus et al., 2022, S. 169, zitiert nach Renaud und Byers, 2001). Das ist anders als die konstruierte Natur einer von Leitenberg und Henning beschriebenen sexuellen Fantasie. Leitenberg und Henning (1995, S. 460) beschreiben eine konstruierte Fantasie als eine absichtliche Ausarbeitung sexuell erregender Gedanken und Erfahrungen, unabhängig davon, ob das Ziel die Freude an der Erregung, Ablenkung oder die Vorbereitung auf eine individuelle oder dyadische sexuelle Erfahrung ist, unabhängig vom Ursprung dieser Fantasie.

Eine Überraschungsfantasie ist ein ungebetener sexueller Gedanke, zum Beispiel in einem Kontext, welcher für die Person normalerweise nicht sexuell erregend ist. Man stelle sich die Situation vor, dass sich einer Frau während einer gynäkologischen Untersuchung eine sexuelle Fantasie aufdrängt. Dies kann, aber muss nicht Irritation auslösen. Man könnte sich vorstellen, dass sich eine ich-syntone Überraschungsfantasie zu einer konstruierten Fantasie entwickeln könnte, während eine ich-dystonische Überraschungsfantasie sowohl erregend als auch verstörend sein könnte (Byers et al., 1998, S. 367). Die Frage nach der subjektiven Kontrolle spielt insofern eine zentrale Rolle, als die fantasierende «Person sich als Lenkerin der eigenen Aufmerksamkeit» erlebt oder den «Gedanken, Empfindungen und Bildern äusserer Stimulus» nicht ausgeliefert zu sein scheint (Eck, 2020, S. 33).

### 3.2 Sexuelle Fantasien als Wunsch vs. Handlungsabsicht

Die Unterscheidung, ob eine sexuelle Fantasie eine Handlungsabsicht beinhaltet oder nicht, ist von grosser Relevanz. Einige der Forschungsarbeiten zu sexuellen Fantasien in der Forensik suggerieren, dass hinter sexuellen Fantasien eine Handlungsabsicht verborgen liegt oder liegen könnte. Fällt der Blick auf die Inhalte sexueller Fantasien, insbesondere dem Fokus auf die Forschung von Bivona et al. (2012), welche aufzeigen, dass fast 60 % der befragten Frauen angaben, in den Fantasien sexuelle Gewalt und Zwang zu erleben, wird deutlich, dass solche Annahmen zu einer Fehlinterpretation bezüglich der Natur und Deutungskraft sexueller Fantasien verleiten könnten. In einer Fantasie ist die fantasierende Person allmächtig und kann daher hilflos sein, während sie dennoch alle Ereignisse kontrolliert. Dies ist ein unlösbarer Widerspruch in der physischen Welt, wenn auch einer, der in der Dynamik von Dominanz und Unterwerfung erforscht (aber nicht repliziert)

werden kann, so Seehuss (2022, S. 166, zitiert nach DeGroot et al., 2015 und Hawley & Hensley, 2009). Auch Eck (2020, S. 35–37) berichtet aus klinischer Erfahrung, dass die Einordnung, ob eine sexuelle Fantasie ein Wunsch mit Handlungsabsicht darstellt, für die jeweilige Person von zentraler Bedeutung ist. Sie beschreibt, dass sich Menschen von ihren sexuellen Fantasien terrorisiert fühlen können, wenn sie glauben oder befürchten, dass diese Fantasien versteckte Bedürfnisse widerspiegeln, die sie aufgrund ihrer Moralvorstellungen und ihrer Beziehung nicht zulassen und ausleben können.

### 3.3 Erleben von Scham und Schuld und Unbehagen im Zusammenhang mit sexuellen Fantasien

Die Forschung beschreibt, dass sexuelle Fantasien auch mit dem Erleben negativer Gefühle einhergehen können. Diverse Autor\*innen nennen das Erleben von Schuldgefühlen in Zusammenhang mit sexuellen Fantasien (vgl. Cado & Leitenberg, 1990; Morokoff, 1985; Davidson & Hoffman, 1986; Gil, 1990; Ellis & Symons, 1990). Die Zahlen weisen jedoch eine grosse Varianz auf und sind nicht konsistent. Je nach Auswahl der Stichprobe variiert die Anzahl der Personen, welcheangaben, im Zusammenhang mit sexuellen Fantasien Gefühle der Schuld und Scham zu erleben. Wird die Stichprobenauswahl auf Frauen beschränkt, liegen diese zwischen 4 % (Ellis & Symons, 1990, S. 540) und 69 % (Leitenberg & Henning, 1995, S. 478, zitiert nach Davidson, 1985).

Canivet et al. (2022, S. 590) beschreiben weiter, dass sexuelle Fantasien für gewisse Personen Ursprung von Unbehagen, Schuld und Scham seien. Leitenberg und Henning (1995, S. 478) betonen, dass dies vorwiegend dann der Fall ist, wenn sexuelle Fantasien als unmoralisch, ungewöhnlich, abnormal oder sozial inakzeptabel bewertet werden. Besonders hervorzuheben ist in diesem Zusammenhang die Untersuchung von Gil (1990), welche sich auf eine Stichprobe von 160 Personen aus einem konservativen christlichen Umfeld der Vereinigten Staaten von Amerika konzentrierte. Die Untersuchung zeigte auf, dass 16 % aller befragten Personen (Frauen und Männer) sich für ihre sexuellen Fantasien schuldig fühlten. Weiter gaben 45 % an, ihre sexuellen Fantasien als moralisch fehlerhaft und inakzeptabel

einzustufen (Gil, 1990, S. 635). Ahrold et al. (2011, S. 619) beschreiben, dass religiöse Frömmigkeit das Sexualverhalten und die Einstellung gegenüber Sexualität massgeblich beeinflussen. So konnten sie nachweisen, dass Frauen, welche einer religiösen Gruppe angehören, signifikant konservativere Einstellungen gegenüber der Sexualität im Allgemeinen, insbesondere der Selbstbefriedigung, hatten (S. 623). Zudem zeigten die Frauen, welche einer religiösen Gruppe angehören, weniger häufige sexuelle Fantasien als Atheistinnen und Agnostikerinnen. Vor allem Christ\*innen, aber auch in einem geringen Ausmass Angehörige des muslimischen und jüdischen Glaubens werden belehrt, dass ihre Gedanken und Handlungen unwiderruflich miteinander verwoben seien, sodass die Gedanken selbst durch Glauben und Gebete geformt und eingeschränkt werden müssen, so Gil (1990, S. 636). Dies stellt eine mögliche Erklärung für die eben aufgeführten Unterschiede bezüglich der Häufigkeit sexueller Fantasien dar.

### 3.4 Die eigene Person in den sexuellen Fantasien

Lehmiller (2018, S. 151) konnte in seiner grossangelegten Untersuchung mit über 4000 Personen aufzeigen, dass fast alle der Befragten, unabhängig vom Geschlecht und sexueller Orientierung, zumindest gelegentlich in der sexuellen Fantasie vorkommen (97–98 %). Diese Zahl ist fast deckungsgleich mit den Erkenntnissen aus anderen Untersuchungen, welche sich ebenfalls im Rahmen von 90–97 % befinden (vgl. Leitenberg & Henning, 1995; Joyal et al., 2015). Dabei handelt es sich nicht zwangsläufig um ein Abbild der Realität. Eine Veränderung von Persönlichkeitsmerkmalen und körperlichen Merkmalen scheint dagegen wahrscheinlich, so Lehmiller (2018, S. 151) weiter. Lehmiller zeigte auf, dass die Mehrheit ihren Körpertyp oder ihre Körperform, ihr genitales Aussehen, ihre Persönlichkeit und/oder ihre sexuelle Rolle verändert haben (insbesondere dominanter oder unterwürfiger zu werden). Auch in Bezug auf das Alter konnte festgestellt werden, dass die Hälfte der befragten Personen angab, sich in einer entweder jüngeren oder älteren Version ihres Selbst in der sexuellen Fantasie zu erleben, wobei es bei den Frauen vornehmlich darum ging, ein jüngeres Ich in der sexuellen Fantasie zu kreieren. Insbesondere heterosexuelle Frauen (zwei Drittel der befragten Frauen) neigten laut Lehmiller (2018, S.151) dazu, ihren Körper zu verändern. Interessanterweise war

bei den Frauen im Vergleich zu den Männern eine Veränderung des eigenen Genitales unwahrscheinlicher (Lehmiller, 2018, S. 152).

Ebenfalls auffallend war die Häufigkeit der Initiation von sexueller Aktivität in der sexuellen Fantasie. Lehmiller (2018, S. 154) befragte dazu, wie häufig die Personen im echten Leben und in der sexuellen Fantasie sexuelle Aktivität initiieren. Insbesondere bei den heterosexuellen Frauen liess sich eine Diskrepanz zwischen der Realität (Gruppe, welche die sexuelle Aktivität am wenigsten häufig initiieren) und sexueller Fantasie erkennen, so Lehmiller (2018, S. 155) weiter.

Interessanterweise konnte Lehmiller (2022, o. S.) aufzeigen, dass sich Persönlichkeitstypische Veränderungen in der sexuellen Fantasie vermuten lassen. So verändern introvertierte Personen häufiger ihre Persönlichkeit und zeigen sich in der sexuellen Fantasie eher dominant. Neurotische Personen treten in der Fantasie ebenfalls häufig mit veränderter Persönlichkeit auf. Zudem zeigen sich eher Veränderungen in Bezug auf körperliche Merkmale. Menschen mit unsicheren Bindungsstilen haben mehr Fantasien und körperliche Merkmale, während diejenigen mit sicheren Bindungen weniger Veränderungen in ihrer Persönlichkeit und Körperstruktur vornehmen.

### 3.5 Funktionalität sexueller Fantasien in Bezug auf die sexuelle Erregung

Auch, wenn sexuelle Fantasien für die unterschiedlichsten Zwecke genutzt werden, wie etwa die Reduktion von Stress, Umgang mit Langeweile, um unerfüllte Bedürfnisse auf sexueller und emotionaler Ebene zu erfahren, so ist es doch die Auslösung, Aufrechterhaltung und Steigerung der sexuellen Erregung, welche im Zentrum der Funktionalität sexueller Fantasien steht (Lehmiller & Gormezano, 2023, S. 1). So zeigte Lehmiller (2022, o. S.) in seiner Untersuchung auf, dass der meistgenannte Grund mit knapp 80 % für das sexuelle Fantasieren der Wunsch nach dem Erleben sexueller Erregung war. Die sexuelle Fantasie wird als hilfreiches Werkzeug zur Erzeugung, Aufrechterhaltung und Steigerung sexueller Erregung eingesetzt.

Crépault et al. (1977, S. 272) haben dem aktuellen Forschungsstand nach als einzige die Aktivität sexueller Fantasien in der heterosexuellen Aktivität in Bezug auf

den Zeitpunkt des Auftretens innerhalb des sexuellen Erregungszyklus untersucht. Sie untersuchten eine kleine Stichprobe von 66 Frauen aus Kanada, Frankreich und der Schweiz. Dabei gaben die Hälfte der befragten Frauen an, erotische Bilder in der präorgastischen Phase, sozusagen als Startrampe zum Orgasmus, herbeizuholen. In etwa ein Viertel der Frauen gab an, dass die sexuellen Fantasien ausschliesslich in der Vorerregungs- oder Erregungsphase spontan auftraten oder hervorgerufen wurden und führten zu einer Steigerung des sexuellen Verlangens. Ein weiteres Viertel der Frauen gab an, dass Fantasien in der Erregungsphase auftraten und bis zu den ersten orgastischen Empfindungen anhielten. Interessanterweise gab keine der befragten Frauen an, während der orgastischen Entladung sexuelle Fantasien zu haben. Crepault et al. (1977, S. 272) konnte zudem keine signifikanten Unterschiede zwischen den Frauen in Kanada, Frankreich und der Schweiz hinsichtlich des Beginns und der Dauer erotischer Fantasien während heterosexueller Aktivitäten feststellen.

#### 4. Sexuelle Erregung

Bei sexueller Erregung werden diejenigen Hirnareale, welche mit der Kognition, den Gefühlen, dem Verlangen und der Auslösung der Genitalvasokongestion zu tun haben, aktiviert. Neurotransmitter, die an bestimmte Rezeptoren anbinden, sind involviert. Es wird angenommen, dass einige Neurotransmitter prosexuell sind, darunter Dopamin, Noradrenalin und Melanocortin. In der Regel haben Serotonin, Prolaktin und Gamma-Aminobuttersäure (GABA) eine sexuell hemmende Wirkung (Conn & Hodges, 2023, o. S.).

Sexuelle Erregung der Frau bezeichnet eine reflektorische, vegetative Reaktion, welche nach einem sexuellen Stimulus innerhalb weniger Sekunden einsetzt und eine Blutfüllung und Lubrikation des weiblichen Geschlechts zur Folge hat. Dabei ist die Einschätzung des Gehirns, dass der Stimulus biologisch sexuell erregend ist, Voraussetzung. Dies bedeutet jedoch nicht zwingend, dass der Stimulus notwendigerweise für die jeweilige Person erotisch oder subjektiv erregend ist (Conn & Hodges, 2023, o. S.). Dies ist eine wichtige Unterscheidung, welche unter anderem durch die Ergebnisse von Chivers und Bailey (2005) einer Evidenz unterliegt. Glatte Muskelzellen vergrössern die Blutgefässe in der Vulva und in der Klitoris sowie die

vaginalen Arteriolen. Dies führt zu einer Zunahme des Blutflusses (Blutfüllung) und der Ausscheidung von interstitieller Flüssigkeit über das Vaginalepithel (Lubrikation). Im Laufe des Lebens nimmt die basale Durchblutung des Genitales ab.

Sexuelle Fantasien als Stimulus führen dazu, dass eine hohe Menge an Dopamin freigesetzt wird. Da das limbische System nicht zwischen einem realen Geschehen und der Imagination unterscheidet und es lediglich etwas «Begehrenswertes» wahrnimmt, setzt es das luststeigernde Dopamin frei (Fawcett & Gerber, 2022, S. 115).

Wichtige Erkenntnisse zur Wahrnehmung sexueller Erregung von Frauen liefern Chivers und Bailey (2005). Sie stellten in der nicht klinischen Stichprobe von 18 Frauen und Männern fest, dass es bei Frauen eine Diskrepanz zwischen der physisch messbaren sexuellen Erregung und der subjektiv wahrgenommenen Erregung gab. Zudem reagierten Frauen häufiger auf die verschiedenen gezeigten visuellen Stimuli (neutral, hetero, Homo-Sexszenen sowie Bonobos beim Sex) als Männer (Chivers & Bailey, 2005, S. 119).

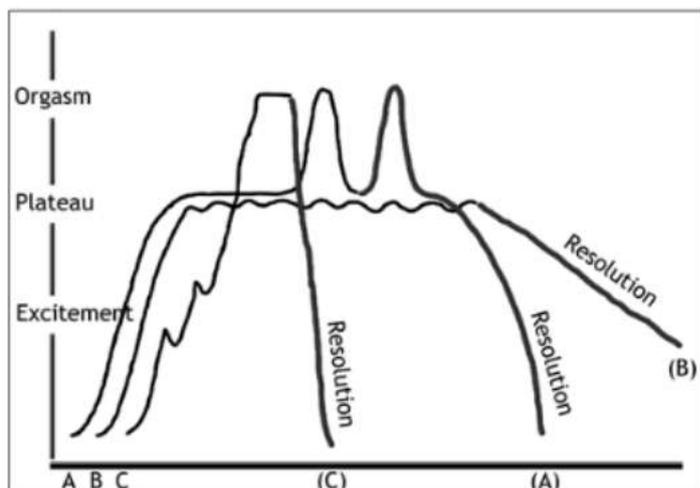
#### 4.1 Sexueller Reaktionszyklus der Frau nach Master und Johnson

Der Gynäkologe William Howell Masters und die Wissenschaftlerin Virginia Johnson leisteten in den 1950er- und 1960er-Jahren bahnbrechende Pionierarbeit zur Erforschung der menschlichen Sexualität. Im Gegensatz zu dem bereits publizierten Kinsey-Report zum Sexualverhalten von Frauen und Männern setzten sie sich zum Ziel, nebst der Struktur und Psychologie auch die Physiologie des Sexualverhaltens zu beobachten. Durch die Beobachtung sexueller Aktivität unter Laborbedingungen von 312 Männern und 382 Frauen, darunter 118 Prostituierte, konnten sichtbare Veränderungen an den Genitalien während des Sexualakts beschrieben werden. Dies führte zu einem linearen Modell der menschlichen sexuellen Reaktion, das für beide Geschlechter gilt. Sie identifizieren vier Phasen, die gemeinsame Charakteristika aufweisen: (1) Erregung, (2) Plateau, (3) Orgasmus und (4) Rückbildung (Masters & Johnson, 1966, S. 301). Auch wenn durch die freiwillige Teilnahme und dadurch, dass ein grosser Anteil der Stichprobe aus der amerikanischen Oberschicht stammt, von einer nicht repräsentativen Stichprobe ausgegangen werden kann, ist ihr Modell des sexuellen Reaktionszyklus nach wie vor eine wesentliche Darstellung der physischen Veränderungen beim Geschlecht.

Da die vorliegende Thesis auf Cis-Frauen fokussiert, wird im Folgenden der sexuelle Erregungszyklus der Frau nach Masters und Johnson aufgezeigt (Masters & Johnson, 1966, Kapitel female sexual response).

Abbildung 2

sexueller Reaktionszyklus der Frau



Quelle: (Masters & Johnson, 1966, S. 5)

1. **Erregungsphase:** Die Lubrikation der Vagina, welche nach ungefähr 10–30 Sekunden einsetzt, kennzeichnet die weibliche Erregung. Die Vaginalwände enthalten keine Drüsen, daher setzt sich das Lubrikat aus mukoidem Transsudat der Vaginalwände aufgrund der venösen Stauung zusammen. Die Labia majora pudendi verdünnen sich und weichen auseinander, während die Labia minora vulvae mit Blut gefüllt werden und sich auf das 2- bis 3- Fache ausdehnen. Dadurch wird der Vaginalzylinder verlängert. Die Labia minora vulvae verfärben sich von rosa zu hellrot, die Glans und die Corpus clitoridis schwellen an. Die Muskelfasern der Mamille kontrahieren sich, was dazu führt, dass sie sich erigieren und die Mammae leicht anschwellen.
2. **Plateauphase:** Durch lokale Vasokongestion entsteht im äusseren Drittel der Vagina eine orgastische Manschette, die den Eingang der Scheide bis zu 30 % verengt. Die Klitoris bewegt sich zum Vorderrand der Symphyse zurück. Die Schwellung der Labia minora schützt die Klitoris vor direktem Kontakt. Da sich die Zervix von der hinteren Vaginalwand entfernt und somit Raum für Samenflüssigkeit schafft, vergrössert sich der Uterus um etwa 50 % und richtet sich auf. Die Brustschwellung steigt während der Plateauphase weiter an. Ferner haben etwa 75 % der Frauen den sogenannten Sex Flush, was bedeutet, dass sich auf

der Haut rote Flecken zeigen. Die Ursache hierfür sind Veränderungen des Blutflusses an der Oberfläche der Haut.

3. **Orgasmusphase:** Die rhythmischen Muskelkontraktionen im äusseren Drittel der Vagina, also der orgasmischen Manschette, des Uterus und des M. sphincter ani externus, sind charakteristisch für den weiblichen Orgasmus. Die anfänglichen Kontraktionen treten rasch in Folge auf und haben eine hohe Intensität. Im Laufe der Zeit verringern sich die Häufigkeit und Intensität der Kontraktionen und sie treten in weniger regelmässigen Intervallen auf. Es kommt zu unfreiwilligen Muskelkontraktionen in verschiedenen Körperregionen und der Sex Flush verstärkt sich.
4. **Rückbildungsphase:** Die physischen Veränderungen der sexuellen Erregung und des Orgasmus bilden sich während der Rückbildungsphase wieder zurück. Da die orgasmischen Muskelkontraktionen die venöse Stauung aufheben, bildet sich die orgasmische Manschette zurück. Die Gebärmutter geht zurück zu ihrer Ausgangsstellung. Die Vagina wird wieder kleiner. Die labia minora nehmen eine hellere Farbe an und die Klitoris «taucht wieder auf». Die Brustschwellung verringert sich etwas schneller als die Erektion der Mamillen. Der erwähnte Sex Flush geht vorbei. Nach einem Orgasmus ist die Herzfrequenz oft noch höher, ebenso wie die Atmung. Beide werden während einer ganzkörperlichen Entspannung wieder normal.

## 5. Art und Weise der Erregungssteigerung – die Erregungsmodi im Modell Sexocorporel

Die Erregungsfunktion ist als Basis der Sexualität zu verstehen und steht im kausalen Zusammenhang mit dem persönlichen Erleben und der Qualität der erotischen Handlung (Gehrig, 2010, S. 22). Zwei reflektorische Geschehnisse, der Erregungsreflex und der Orgasmusreflex, setzen den Rahmen der Erregungsfunktion. Der «Raum» dazwischen wird durch individuelle Lernprozesse bewohnbar gemacht, so Gehrig (2010, S. 22) weiter. Die Erregungsfunktion umfasst sowohl die Vasokongestion als auch neurovegetative Einflüsse des Erregungsreflexes auf Atmung sowie die Muskulatur. Aufgrund der Tatsache, dass Atmung und Muskeln im Gegen-

satz zur Vasokongestion auch absichtlich beeinflussbar sind, ist es möglich, die sexuelle Erregung und die damit verbundene emotionale Intensität durch gezielte Lernschritte zu manipulieren. Dabei sind die drei Gesetzmässigkeiten des Körpers (auch drei Dimensionen des Körpers genannt), Tonus, Rhythmus und Raum ausschlaggebend. Die Modulation der drei Gesetzmässigkeiten des Körpers, also die Veränderung der muskulären Spannung, der Gestaltung des zeitlichen Ablaufes sowie Veränderung des inneren (diese umfasst die Atmung) und des äusseren Bewegungsraums ermöglicht die Steuerung und Steigerung der sexuellen Erregung hin zum Orgasmusreflex (Desjardins et al., 2011, S. 69). Ausgehend von Beobachtungen und Beschreibungen tausender von Evaluationen wurde eine Typologie der Art und Weise der Erregungssteigerung erstellt. Diese werden als Erregungsmodi bezeichnet und umfassen den archaischen, mechanischen, ondulierenden und den wellenförmigen Modus sowie die Mischform archaisch-mechanischer und vibrationsinduzierter Modus (Desjardins et al., 2011, S. 70). Die Veränderung der Art und Weise der Erregungssteigerung führt zu einer Veränderung der Selbstwahrnehmung, der inneren Symbolisierung, einschliesslich der sexuellen Fantasien und des sprachlichen Ausdrucks, sowie der Gestaltung der Interaktion mit anderen Personen (Gehrig, 2010, S. 23).

Im Folgenden werden die sechs Erregungsmodi vorgestellt. Die Erregungsmodi lassen sich in Spannungsmodi (archaischer, mechanischer und die Mischform, den archaisch-mechanischen Erregungsmodus sowie den vibrationsinduzierten Erregungsmodus) sowie die Bewegungsmodi (ondulierender und wellenförmiger Erregungsmodus) unterteilen (Bischof, 2020, S. 429). In der Literatur lassen sich bis dato noch keine genauen Angaben zur Prävalenz der Erregungsmodi finden (Bischof, 2020, S. 432). Eine laufende Studie von Gonin-Spahni, Borgmann, und Gloor (2019) der Universität Bern ist jedoch daran, Daten zu den Erregungsmodi zu erheben.

Die nachfolgende Übersicht zeigt die spezifischen Charakteristika des jeweiligen Erregungsmodus auf.

### Abbildung 3

Einsatz des Körpers und sexuelles Erleben nach Erregungsmodus, insbesondere bei Geschlechtsverkehr resp. Vaginalpenetration

	Archaischer Modus	Mechanischer Modus	Ondulierender Modus	Wellenförmiger Modus
Methode	Spannung, evt. lokaler Druck	lokales gleichförmiges Reiben	lokale Stimulation und globale Bewegung im ganzen Körper	
Fokus	Beckenregion	äusseres Genitale	inneres und äusseres Genitale, ganzer Körper	
Rezeptoren	Tiefenrezeptoren, insbes. Beckenregion	Oberflächenrezeptoren, genital	Tiefen-/Oberflächenrezeptoren, ganzer Körper	
Bewegung des Körpers	minimal bis rhyth. Pressen	minimal	gross, variabel, fliegend	gross, variabel, doppelte Schaukel
Muskeltonus	sehr hoch	eher bis sehr hoch		variabel
Atmung	begrenzt, flach bis angehalten		Bauchatmung	
Lusterleben	Vor allem in Entspannung nach Entladung	Vor allem im Orgasmus und der anschl. Entspannung	Während der Erregung	Während der Erregung und im Orgasmus
Erregbarkeit zum Orgasmus bei GV/VP	Bei den einen möglich durch starken Druck in bevorzugten Stellungen	Bei den einen möglich durch gleichzeitige Reibung der Klitoris	Begrenzt möglich wegen fehlender Kanalisation im Genitale	Möglich durch doppelte Schaukel und Vaginalität
Erleben GV/VP	unterschiedlich		genussvoll	
Lubrikation bei GV/VP	wenig bei sehr hoher Muskelspannung oder wenig Erregung	wenig bei wenig Erregung	gut, wegen starker Durchblutung des Genitale	
Schmerzen bei GV/VP	bei wenig Lubrikation, enger Scheide oder wenig Erregung	bei wenig Erregung	selten	

Anm. GV = Geschlechtsverkehr; VP = Vaginalpenetration

Quelle: Bischof-Campbell, A. (2012). *Das sexuelle Erleben von Frauen als Spiegel ihres sexuellen Verhaltens*. Psychologische Fakultät Universität Zürich (unveröffentlichte Masterarbeit).

## 5.1 Der archaische Erregungsmodus

Der archaische Erregungsmodus ist bereits ab dem dritten Lebensmonat zu beobachten und somit der erste nachweisbare Modus (Bischof, 2020, S. 430). Kennzeichnend ist die Stimulation über die propriozeptiven Rezeptoren (Tiefensensibilität) der Genitalregion. Das Stimulationsmuster über Druck lässt sich bei Frauen häufiger beobachten als bei Männern. Dabei wird eine Steigerung der Erregung über starkes Schenkelpressen, mit oder ohne ein Objekt wie ein Kissen, Anspannen der Beckenbodenmuskulatur oder durch Pressen des Genitales an die Unterlage oder einen Gegenstand erzielt. Kräftiges Pressen und Drücken, begleitet von einem hohen Muskeltonus im ganzen Körper und einer eingengten Atmung (innerer Bewegungsraum), sind typisch zu beobachtende Muster.

Jedes der spezifischen Stimulationsmuster weist Stärken und Herausforderungen auf. Der archaische Erregungsmodus weist häufig eine deutliche Effizienz auf und die Erregung kann bis hin zur Entladung gesteigert werden. Nach einer Entladung

berichten viele Personen von einem angenehmen Zustand der Entspannung, andere wiederum berichten gar über Muskelkater durch solch intensives Anspannen der Muskulatur.

Die überaus hohe muskuläre Spannung begrenzt teilweise eine ausreichende Vasokongestion. Ebenfalls eine Herausforderung kann ein eingeschränktes Erleben von Lust durch die Rigidität und fehlende Fluidität im (oberen) Körper darstellen. Durch die hohe Anspannung im Körper berichten Personen, dass sie sehr feine, zärtliche Berührungen als unangenehm oder als Kitzeln wahrnehmen. Durch die hohe Körperspannung zeigt sich eine Aktivierung des Sympathikus. Damit verbunden zeigen sich häufiger als in anderen Erregungsmodi extreme, gewaltbetonte sexuelle Fantasien (Gehrig, 2010, S. 61).

## 5.2 Der mechanische Erregungsmodus

Der mechanische Erregungsmodus ist bei Männern und Frauen oft verbreitet und ist durch mechanisches Reiben gekennzeichnet. Durch die Stimulation der Oberflächenrezeptoren der Vulva, oftmals im Bereich der Klitoris, wird eine Steigerung der sexuellen Erregung bis hin zur orgasmischen Entladung ermöglicht. Das Bewegungsmuster ist tendenziell rasch, mechanisch und fast schon automatisiert. Zudem ist eine hohe muskuläre Spannung im Beckenraum sowie im ganzen Körper kennzeichnend. Eine kurze, teilweise blockierte Atmung in der Brust und ein enger Bewegungsraum sind die Folgen. Das Ziel ist das «Kommen», eine schnelle Entladung sowie die daraus resultierende Entlastung und Entspannung (Desjardins et al., 2011, S. 72).

Oftmals ist eine spezifische Aufmerksamkeit auf einen bestimmten Punkt vonnöten, was eine gewisse Störungsanfälligkeit zur Folge hat. Besonders bei Frauen zeigt sich die Notwendigkeit eines spezifischen Rituals, um die Erregung bis hin zur Entladung zu steigern. Auch im mechanischen Erregungsmodus zeigt sich bezüglich des Lusterlebens durch eine hohe Aktivierung des Sympathikus eine gewisse Limitation. Intensive sexuelle Fantasien können ein Werkzeug sein, die sexuelle Erregung so zu steigern, dass seine Entladung möglich ist (Desjardins et al., 2011, S. 72–73).

### 5.3 Der archaisch-mechanische Erregungsmodus

Es lässt sich auch eine Art, sich zu erregen, erkennen, welche zwischen dem archaischen und mechanischen Modus einzuordnen ist (Chatton et al., 2005, S. 9). Beim archaisch-mechanischen Erregungsmodus werden beide Rezeptor-Systeme (Tiefenrezeptoren durch den Druck und Oberflächenrezeptoren durch die Reibung) angesteuert (Chatton et al., 2005, S. 9). Die drei Dimensionen des Körpers lassen sich durch schnelle mechanische Rhythmen, einen ausgeprägten Muskeltonus der Gesäss-, peri-genitalen und Bauchmuskulatur sowie einen eingeschränkten Bewegungsraum beschreiben (Desjardins et al., 2011, S. 73).

### 5.4 Der vibrationsinduzierte Erregungsmodus

Der vibrationsinduzierte Erregungsmodus, also die Steigerung der sexuellen Erregung über Vibration mittels elektrischen Hilfsmittels oder einer Duschbrause, kann als Mischform des archaisch-mechanischen Erregungsmodus gezählt werden und ist zunehmend verbreitet. Dabei erfolgt eine Stimulation der Oberflächen- und Tiefenrezeptoren mit zügigen Impulsen. Kennzeichnend ist ein sehr rascher Rhythmus der jeweiligen Stimulation. Bei ausschliesslich vibrationsinduzierter Erregung gelten die gleichen Einschränkungen und sexuellen Herausforderungen wie bei der archaisch-mechanischen Erregung (Desjardins et al., 2011, S. 74).

### 5.5 Der ondulierende Erregungsmodus

Der ondulierende Erregungsmodus ist gekennzeichnet durch fluide Bewegungen des ganzen Körpers, typischerweise um die Frontalebene. Die Entwicklung dieses Modus entsteht häufig aus seiner ausgeprägten Bewegungslust und geht mit einer spielerischen, explorierenden Herangehensweise einher. Auf diese Weise breitet sich die Erregung über den gesamten Körper aus, was zu äusserst lustvollen Gefühlen und einem intensiven erotischen Erleben führt. Das Spiel zeichnet sich durch eine Vielzahl von Rhythmen und Bewegungen aus. Der Muskeltonus variiert, ist aber im Allgemeinen eher niedrig. Deshalb ist dieser Erregungsmodus in der Regel bei Frauen anzutreffen.

Die Herausforderung des undulierenden Erregungsmodus liegt im erforderlichen Spannungsaufbau, also der Fähigkeit, die sexuelle Erregung durch muskuläre Spannungszunahme in den Genitalien bis hin zur orgasmischen Entladung zu kanalisieren. Daher kann eine orgasmische Entladung nur erreicht werden, wenn man in einen anderen Modus wechselt.

### 5.6 Der wellenförmige Erregungsmodus

Im wellenförmigen Modus werden sexuelle Erregung und sexuelle Lust durch die doppelte Schaukel (Beckenschaukel und obere Schaukel, die durch tiefe Bauchatmung miteinander verbunden sind) in einer fließenden Bewegung miteinander verbunden. Die sexuelle Erregung wird durch den gesamten Körper in fließender und vielfältiger Beweglichkeit ausgestrahlt. Beim Orgasmus werden Emotionen und sexuelle Erregung über die obere Schaukel (Schultergürtel, Kopf und Gesicht) freigesetzt. Der wellenförmige Erregungsmodus kombiniert die Fähigkeiten des archaischen, mechanischen und undulierenden Modus. So sind dynamische Bewegungen, kombiniert mit viel Kraft und hohem Tonus, im Wechselspiel mit zarten, sanften Bewegungen mit wenig Muskeltonus möglich. Das ganze Spektrum von Tiefen- und Oberflächenrezeptoren kann angesteuert werden (Desjardins et al., 2011, S. 75–76).

## 6 Das Verständnis sexueller Fantasien im Modell Sexocorporel

Desjardins hat sich intensiv mit den sexuellen Fantasien auseinandergesetzt. Diese sind Teil der sexodynamischen Komponente. Desjardins definiert sexuelle Fantasien als

Gesamtheit der Mentalisierungen und Vorstellungen in Bezug zu Sexualität und Intimität, die genitale Erregung auslösen oder begleiten. Diese Mentalisierungen werden in Form von Bildern, Empfindungen oder Szenarien hervorgerufen. Bei diesen Darstellungen handelt es sich um Erinnerungen, gesehene oder erlebte Szenen, Vorwegnahmen künftiger Ereignisse oder von uns selbst geschaffene Kreationen. (Desjardins et al., 2011, S. 81, Übersetzung Soraya Gadoff, 2022)

Die sexuellen Fantasien sind als innerer Spiegel der Selbstwahrnehmung und des Erlebens der eigenen Person zu verstehen und sind geprägt von der individuellen, insbesondere der sexuellen Lerngeschichte. Im Modell Sexocorporel werden die sexuellen Fantasien als wichtige Komponente betrachtet, da sie Aufschluss über die Kodifizierung einer Person geben (Desjardins et al., 2011, S. 81). Sie spiegeln Lernschritte auf der kognitiven Ebene sowie im Bereich der Erregungsfunktion, Sexodynamik und Beziehungsfähigkeit wider und sind immer in der Gesamtheit aller Komponenten zu evaluieren.

**Abbildung 4**

*Sexuelle Funktionalität*



Die Szenarien sexueller Fantasien gestalten sich dabei von einfach hin zu komplex und dienen als metaphorische Auseinandersetzung mit Themen der eigenen Männlichkeit/Weiblichkeit, Intrusivität/Rezeptivität, Anziehungskodes, sexuellem Begehren sowie mit Bedürfnissen, Wünschen und Ängsten. In den sexuellen Fantasieinhalten zeigt sich jeweils entweder eine überwiegend affektive oder genitale Polarisierung. Unabhängig davon, ob es sich um ein emotionales oder genitales Bedürfnis handelt, wird sexuelle Erregung ausgelöst oder gesteigert. Die eigene Person in der sexuellen Fantasie kann in den Szenarien als Teilnehmer\*in oder als Zuschauer\*in auftreten. Zudem kann sie in der Darstellung selbst genital stimuliert sein oder nicht. Inhalte sexueller Fantasien können kongruent, neutral oder investiert mit dem biologischen Archetyp sein. Je nachdem wird sich die Person in der Fantasie als intrusiv, rezeptiv oder neutral erleben, so Desjardins et al. (2011, S. 81) weiter. Der Gesundheitszustand der Fantasietätigkeit wird daran gemessen, wie divers die Ent-

wicklung der Szenarien, die Erotisierung von Genitalität und Intimität und die Beziehung zur eigenen Weiblichkeit beziehungsweise Männlichkeit ist. Desjardins et al. (2011, S. 81) betonen, dass die Art und Weise der Erregungssteigerung die sexuellen Fantasien und deren Inhalte massgeblich beeinflussen. Gehrig (2010, S. 51) beschreibt aus seiner langjährigen klinischen Erfahrung, dass eine Erweiterung des sinnlichen Wahrnehmungsraumes sexuelle Fantasien wieder fliessen lassen kann. Dabei sind Körperfantasien oftmals als erste Frühlingsboten einer sich verbessernden Erregung zu verstehen. Eine Änderung des Verhältnisses zum Körper hat Auswirkungen auf das Erleben und die innere Symbolisierung. Die Entwicklung der inneren Symbolisierung ihrerseits wird sich wieder positiv auf die sexuelle Erregung auswirken, so Gehrig (2010, S. 51) weiter.

## 7 Embodiment

Eine relevante Perspektive der Körper-Hirn- Einheit stellt die Embodiment-Theorie und Forschung dar. Das Konzept Embodiment<sup>4</sup> geht davon aus, dass der Geist und das dazugehörige Organ (das Gehirn) zu jederzeit in Bezug zum Körper stehen und eine gegenseitige Wechselwirkung besteht. Diese Einheit ist wiederum in die Umwelt eingebettet (Storch et al., 2017, S. 15). So beschreibt Eck (2020, S. 38), dass die beschriebene Wechselwirkung auch auf die sexuellen Fantasien und die Sensorik zutrifft. Eck (2020, S. 38) führt weiter aus, dass aufgrund der Tatsache, dass sexuelle Fantasien in einem symbolischen Raum stattfinden, ein Rückschluss auf persönliche Stimulationsmuster nicht für jede Person nahe liegt – auch wenn die Annahme, dass sexuelle Fantasien sexuelle Erregung auslösen oder begleiten, als Common Sense gilt. Im Moment der sexuellen Stimulation werden, wie in jeder anderen Lebenssituation auch, spezifische Körperhaltungen eingenommen.

Die Embodimentforschung hat diverse Untersuchungen vorgenommen und «liefert eine Evidenz für die Auffassung, dass Kognitionen, Emotionen, körperliche Empfindungen, Haltungen, Bewegungen und motorische Impulse untrennbar miteinander verbunden sind» (Geuter, 2014, S. 126). Um für die Leserschaft das Konzept zu

---

<sup>4</sup> Deutsch etwa «Verkörperung».

erforschen und zu erfahren, eignet sich bestens die von Eck vorgeschlagene Übung. Diese soll verdeutlichen, wie sich körperliche Zustände und spezifische Erregungsmuster so wie wir sie uns auch in der Sexualität durch tausendfaches Konsolidieren angeeignet haben, unser Denken (sowie die sexuelle Fantasietätigkeit) beeinflussen.

#### Übung<sup>5</sup>:

Versuchen Sie in der Position, in welcher Sie sich befinden, alle Muskeln für mind. eine Minute anzuspannen. Denken Sie dann allmählich an Sex. Welche Bilder und/oder Gedanken kommen auf?

Lassen Sie die Spannung los und schütteln Sie sich aus.

Ich lade Sie nun dazu ein, den ganzen Körper zu streicheln, zu erkunden und sich in die eigene Berührung wie ein Schmusekater hineinzuschmiegen. Denken Sie nun an Sex. Welche Bilder und/oder Gedanken kommen auf?

## **8 Methodik**

### **8.1 Forschungsmethode**

Um die Forschungsfrage nach dem persönlichen Erleben sexueller Fantasien und deren Zusammenhang mit der Art und Weise der Erregungssteigerung zu beantworten, wurde ein qualitatives Forschungsdesign gewählt. Da bisherige Forschungsarbeiten nur Teilaspekte des Erlebens sexueller Fantasien und den Zusammenhang von sexuellen Fantasien mit sexueller Erregung, nicht aber der Art und Weise der Erregungssteigerung und somit auch dem körperlichen Zustand in der Erregung erforscht haben, eignet sich ein qualitativer Ansatz. Dieses Vorgehen dient dazu, «erste Beschreibungen, Hypothesen und Forschungsfragen» (Dresing & Pehl, 2018, S. 6) zu generieren.

---

<sup>5</sup> Übung angelehnt an das Beispiel von Eck (2020, S. 39–40).

## 8.2 Literaturrecherche

Jeder Forschungsarbeit geht eine ausführliche Literaturrecherche voraus (Döring & Bortz, 2016, S. 158). Dies geschieht, um den aktuellen Forschungsstand zu erfassen, die Forschungslücken zu eruieren und eine geeignete Forschungsfrage zu entwickeln. Dafür wurden wie von Döring et al. vorgeschlagen Suchwörter definiert. Es wurden Recherchen in den Datenbanken der Zentralbibliothek Zürich, Google Scholar sowie in den Literaturnachweisen von Fachliteratur Artikel durchgeführt und Bücher, Artikel und Studien gefunden, welche die Basis für den theoretischen Teil dieser Arbeit bilden. Dabei wurde Literatur auf Deutsch, Englisch und Französisch berücksichtigt.

## 8.3 Datenerhebung

Die Datenerhebung erfolgt mittels leitfadengestützten Einzelinterviews, da diese eine «verbreitete, ausdifferenzierte und methodologisch vergleichsweise gut ausgearbeitete Methode, qualitative Daten zu erzeugen» (Helfferich, 2014, S. 559) darstellt. Die Methodik von Leitfadeninterviews umfasst drei Aspekte. Zum einen die Ausgestaltung der Interviewsituation, ein strukturierter Interviewablauf sowie eine Positionierung der interviewenden Person und der Person, welche interviewt wird (Helfferich, 2014, S. 560). Helfferich (2014, S. 567) beschreibt drei grundlegende Anforderungen an einen Leitfaden, welche durch die Kombination von offener Erzählaufforderung und in der Offenheit näher zu bestimmenden immanenten Nachfragen erfüllt wird. Diese umfassen die Priorisierung der Offenheit, Übersichtlichkeit und das Anschmiegen an den Redefluss.

Die Erstellung des Leitfadens (Anhang III) erfolgte anhand der vier Schritte der Formel SPSS<sup>6</sup> nach Helfferich. Dieses Vorgehen hat nicht nur zum Ziel, ein geeignetes Produkt zu erstellen, sondern ermöglicht, das Forschungsinteresse im Fokus zu

---

<sup>6</sup> das Sammeln von Fragen «S»

das Prüfen von Fragen «P»

das Sortieren «S»

das Subsumieren «S» (Helfferich, 2011, S.9-10)

halten. Durch die Strukturierung der verschiedenen Themeninseln wird verhindert, dass man sich in Detailfragen verliert (Helfferrich, 2014, S. 567).

Da die Forschungsfrage zwei grössere Themengebiete, die sexuellen Fantasien und die Art und Weise der Erregungssteigerung, umfasst, wurde der Interviewleitfaden in zwei Teile unterteilt.

Die Evaluation des persönlichen Erlebens sexueller Fantasien und der Art und Weise der Erregungssteigerung bedarf eines besonders sorgfältigen Umgangs. Diverse Forschungsarbeiten haben darauf aufmerksam gemacht, dass das Erfragen sexueller Fantasien vor einigen Herausforderungen steht. Die Angaben der befragten Personen sind nicht objektivierbar und entsprechen einem Selbstbericht. Da es sich um ein besonders intimes Thema handelt, muss das Risiko, dass die befragten Personen die Antwort verweigern oder eine sozial erwünschte Antwort geben, minimiert werden. Preisendörfer (2008, S. 19) schlägt dafür vor, nach Möglichkeit eine indirekte Fragemethode mittels Wording/Framing-Technik zu verwenden. Diese verwendet unter anderem den Mitläufereffekt. Der erarbeitete Interviewleitfaden berücksichtigt dies, indem eine Intervention mit einer Bildauslage, welche eine grosse thematische Diversität abbildet, sowie die Informationsabgabe, dass die Forschung gezeigt hat, dass Paraphilien und illegale Inhalte in den sexuellen Fantasien nicht ungewöhnlich sind, eingesetzt wird. Dies soll offene und ehrliche Aussagen ermutigen, da aufgezeigt wird, dass ungewöhnliche sexuelle Fantasien verbreiteter sind, als dies in der allgemeinen Bevölkerung angenommen wird.

#### 8.4 Stichprobe

Da frühere Forschungsarbeiten zur Erkenntnis kamen, dass junge Personen mit einem hohen Bildungsabschluss über häufigere und eine breite Vielfalt an sexuellen Fantasien berichten (Joyal et al., 2015, S. 329), erfolgte die Rekrutierung für diese empirische Untersuchung bewusst an der Fachhochschule der angewandten Wissenschaften im Departement Gesundheit. Dabei wurde spezifisch nach Cis-Frauen im Alter von 18–35 Jahren mit sexueller Fantasietätigkeit gesucht. Da nach einer ersten Ausschreibung nicht genügend Teilnehmerinnen gefunden wurden, wurde das Alter für eine zweite Ausschreibung auf 45 Jahre erhöht und die Ausschreibung zur Streuung an die Studiengruppe weitergegeben. Durch das Schneeballsystem

konnten sechs Teilnehmerinnen rekrutiert werden, welche im Alter von 21–35 Jahren in die Altersbegrenzung der ersten Ausschreibung passen. Diese kleine Stichprobe lässt sich mehr als «Status der Illustration» verstehen und erhebt keinen Anspruch an eine Generalisierbarkeit, so Helfferich (2011, S. 172). Ihre sexuelle Orientierung gaben vier Frauen als heterosexuell und zwei Frauen als bisexuell an. Vier Frauen leben städtisch und zwei Frauen leben in einer ländlichen Region. Alle Interviewpartnerinnen befinden sich in einem Bachelor- oder Masterstudium oder haben ein solches bereits abgeschlossen.

### 8.5 Untersuchungsablauf

Vor den Interviewterminen erfolgte ein Pre-Test-Interview, um den Interviewleitfaden einhergehend zu testen. Da einige Anpassungen, Kürzungen und Verfeinerungen vorgenommen wurden, wurde es nicht in die Auswertung miteinbezogen.

Der Ausgestaltung einer vertrauensvollen Atmosphäre wurde ein hoher Stellenwert zugesprochen. Daher fanden alle Interviews an einem neutralen Ort im Kreativraum im FoGo statt, welcher eine ungestörte Atmosphäre ermöglichte.

Jede der Teilnehmerinnen hat im Vorfeld ein Informationsschreiben zur geplanten Studie erhalten. Zusammen mit der Einwilligungserklärung wurde diese mit jeder teilnehmenden Person eingängig besprochen. Die Möglichkeit zu Rückfragen wurde ermöglicht. Helfferich (2011, S. 130) beschreibt, dass die Vertraulichkeit, die Informationsabgabe über weitere Verarbeitung der erhobenen Daten sowie den Gebrauch einer verständlichen Sprache seitens der Interviewenden zentrale Punkte für das Herstellen eines Vertrauensverhältnisses darstellen. Die Interviews wurden mit zwei unterschiedlichen Audiogeräten aufgezeichnet.

Zu Beginn wurden folgende Punkte erhoben: Alter, Geschlechtsidentität, sexuelle Orientierung, Beziehungsstatus, Beziehungsform, Dauer der Beziehungsform und höchster Bildungsabschluss (laufende Ausbildungen einbezogen). Das Interview wurde aufgrund der Verständlichkeit und zur Strukturierung in zwei Teile aufgeteilt. Im ersten Teil wurde das persönliche Erleben der sexuellen Fantasien erhoben. Um den Einstieg in die intime Thematik zu ermöglichen, wurde nach der Erfragung ers-

ter Eckpfeiler sexueller Fantasien eine Bildauslage mit Kunstbildern aus dem «Ero-tica universalis» (siehe Anhang IV) gemacht. Dies mit dem Ziel, eine erste Einordnung der thematischen Interessen der jeweiligen Interviewpartnerin vorzunehmen.

Der zweite Teil umfasste eine Evaluation der Art und Weise der Erregungssteigerung. Mit allen Interviewteilnehmerinnen wurde nach einer ersten mündlichen Evaluation des Erregungsmodus eine entsprechende Erregungskurve aufgezeichnet. Dies ist ein typisches Vorgehen in der Evaluation der Art und Weise der Erregungssteigerung im Sexocorporel. Dazu ergänzend wurden die Teilnehmerinnen dazu aufgefordert, das Auftreten der sexuellen Fantasien von Beginn der Erregungsquelle über die Steigerung der Erregung bis zum Orgasmus und des Abklang der Erregung einzuzeichnen.

Als Dank für den Aufwand und die Bereitschaft, an dem Interview teilzunehmen, wurde allen Interviewpartnerinnen ein Couvert mit einem Gutschein überreicht. Zudem enthielt das Couvert eine renommierte Adresse als Anlaufstelle bei Bedarf einer Sexualberatung.

## 8.6 Transkription

Die sechs durchgeführten Interviews wurden mit der Software MAXQDA durch die Autorin transkribiert. Die vollständigen Transkripte sind auf dem externen Datenträger (Anhang VII) für die Prüfenden einsichtbar. Aufgrund des Redeflusses und zugunsten der Authentizität wurden die Interviews in Mundart durchgeführt und im Anschluss ins Hochdeutsche übersetzt. Es wurde darauf geachtet, dass die Sprache detailgetreu ist und der Syntax der Mundart nahe bleibt, auch wenn eine gewisse Glättung durch die Übersetzung unvermeidlich war. Die Transkriptionsregeln wurden an die einfache inhaltlich-semantische Transkription von Kuckartz et al. (2008, S. 27) angelehnt. Da der Fokus der vorliegenden Arbeit auf dem Inhalt der Interviews liegt, wurden Füllwörter wie «Ähm» gestrichen und Wortwiederholungen weggelassen. In der Transkription wurde die Abkürzung I für interviewende Person und B für die befragte Person verwendet. Folgende Regeln wurden bei der Transkription angewendet und werden hier nach dem Prinzip der Nachvollziehbarkeit aufgeführt:

- Pausen ab ca. 3 Sekunden werden durch (...) markiert

- Emotionale nonverbale Äusserungen der befragten Person und des Interviewers, welche die Aussage unterstützen oder verdeutlichen (wie lachen oder seufzen), werden beim Einsatz in Klammern notiert.
- Halbsätze, denen die Vollendung fehlt, werden mit dem Abbruchzeichen «/» gekennzeichnet.
- Unverständliche Wörter werden mit «(unverständlich)» gekennzeichnet. Längere unverständliche Passagen werden möglichst mit der Ursache versehen: «(unverständlich, Mikrofon rauscht)»
- Anglizismen werden beibehalten und *kursiv* geschrieben.

### 8.7 Datenanalyse

Das Ziel der Datenanalyse ist es, die Forschungsfragen, die zum Forschungsproblem formuliert wurden, auf der Grundlage der vorliegenden empirischen Daten systematisch und nachvollziehbar zu beantworten, die aufgestellten Forschungshypothesen durch die Daten zu testen oder neue Hypothesen zu bilden (Döring & Bortz, 2016, S. 598). Dazu wurde die qualitative, strukturierende Inhaltsanalyse mithilfe des Programms MAXQDA nach Mayring durchgeführt. In einem ersten Schritt wurden, abgeleitet von den drei Forschungsfragen, deduktive Kategorien erstellt und auf die sechs Texte angewendet. In einem zweiten Schritt wurden induktive Kategorien hinzugefügt. Jede Kategorie wurde mit einer Definition und einem Ankerbeispiel versehen. Eine detaillierte Ansicht ist im Kodierleitfaden, welcher das Herzstück der Auswertungsarbeit darstellt (Mayring, 2022, S. 96), vorzufinden (siehe Anhang VI). Die übliche Vorgehensweise einer zweiten, unabhängigen Codierung zur Erreichung der InterCODERRELIABILITÄT (Mayring, 2022, 118–120) wurde aufgrund der zeitlichen Ressourcen nicht durchgeführt.

Hauptkategorie	Unterkategorie
<b>Auftreten sexueller Fantasien</b>	-
<b>Inhalte sexueller Fantasien</b>	-
<b>Persönliches Erleben der sexuellen Fantasien</b>	<b>positives Erleben sexueller Fantasien</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ich-synton</li> <li>- Fantasie-Intentionalität</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Diversität/Kreativität</li> </ul> Sexuelle Fantasie als gesundheitsfördernder Faktor <b>negatives Erleben sexueller Fantasien</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ich-dyston</li> <li>- Intrusiv</li> <li>- Scham, Schuld, Irritation</li> <li>- Prägung durch religiöse Glaubenssätze</li> </ul>
<b>Die eigene Person in der sexuellen Fantasie</b>	<b>Selbstwahrnehmung in der sexuellen Fantasie im Bezug zu den im Modell Sexocorporel definierten Aspekte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zuschauerin/Handelnde</li> <li>• genital stimuliert/nicht genital stimuliert</li> <li>• aktiv/passiv</li> <li>• sexueller Körper erotisiert/nicht investiert/abgelehnt</li> </ul> <b>Fähigkeiten der eigenen Person in der sexuellen Fantasie</b>
<b>Erregung in Zusammenhang mit sexuellen Fantasien</b>	-
<b>Art und Weise der Erregungssteigerung</b>	-
<b>Interaktion von sexuellen Fantasien und Körpergeschehnisse</b>	-

## 8.8 Datenschutz und Forschungsethik

Gute wissenschaftliche Praxis unterliegt vorgeschriebenen Regeln und Prinzipien. Diese definieren, wie «die Beziehung zwischen Forschenden auf der einen Seite und den sozialwissenschaftlichen Untersuchungen einbezogenen Personen auf der anderen Seite» (Hopf, 2016, S. 195) gestaltet werden soll.

Eines der zentralen Gütekriterien umfasst das Prinzip der informierten Einwilligung (Hopf, 2016, S. 197) und ist Teil des Ethik-Kodex der Deutschen Gesellschaft für Soziologie und des Berufsverbandes Deutscher Soziologen. Durch ein Informationsschreiben (Anhang I), welches vorab den Teilnehmerinnen ermöglichte, sich über das Ziel und die Methodik der geplanten Forschungsarbeit zu informieren und eine zusätzliche Erklärung zu Beginn des Interviews, wurde eine informierte Entscheidung ermöglicht. Eine Einwilligungserklärung (Anhang II) wurde unterzeichnet.

Zudem wurde betont, dass die Teilnahme auf Freiwilligkeit beruht und ohne Begründung zurückgezogen werden kann, ohne dass für die jeweilige Person Nachteile entstehen.

Ein weiterer Grundsatz der Forschungsethik umfasst das Prinzip der Nicht-Schädigung (Hopf, 2016, S. 199). Um Rückschlüsse auf die Interviewteilnehmerinnen sowie auf alle anderen im Interview erwähnten Personen zu vermeiden, werden deren Angaben anonymisiert. Da es sich um ein Interview zu einem sensiblen und intimen Thema handelt, wurden im Sinne der Schadensvermeidung die Kontaktdaten einer Sexualberatungsstelle bereitgestellt. Dies ermöglicht den Teilnehmerinnen, sich bei Bedarf an eine geeignete Fachperson zu wenden. Der Umgang mit den erhobenen Daten, einschliesslich deren Speicherung und Löschung, erfolgt im Einklang mit den gesetzlichen Vorgaben. Sämtliche Audiodateien werden nach Einreichung der Masterarbeit gelöscht.

## 9 Ergebnisse

In den folgenden Kapiteln werden die Ergebnisse aus der qualitativen Inhaltsanalyse dargestellt. Sie sind thematisch nach den drei Forschungsfragen aufgegliedert. Alle wörtlichen Zitate aus den Interviews sind mit Interviewpartnerin eins bis sechs und den Zeilennummern der entsprechenden Interviewausschnitte versetzt. Einige Auszüge aus den Interviews sind unter Anhang (V) zu finden und ermöglichen einen Einblick.

### 9.1 Ergebnisse zu den Inhalten sexueller Fantasien

Da in den folgenden Kapiteln immer wieder Bezug auf die Inhalte sexueller Fantasien der jeweiligen Personen genommen wird und aufgrund dessen, dass der Inhalt massgeblich das persönliche Erleben der sexuellen Fantasien beeinflusst, wird eine Übersicht zu den jeweiligen Fantasieinhalten jeder Interviewteilnehmerin gegeben. Die Themen und Szenarien der sexuellen Fantasien wurden von den Interviewpartnerinnen in unterschiedlicher Genauigkeit beschrieben. Dies wurde durch die interviewende Person respektiert und daher sind die Ergebnisse unterschiedlich diffe-

renziert aufgeführt. Es lassen sich explizite und implizite Themen der sexuellen Fantasien erkennen. Interessant ist, dass fast alle Interviewpartnerinnen nicht den Orgasmus als Höhepunkt ihrer sexuellen Fantasien beschreiben. Vielmehr beschreiben sie die Momente davor, die erste Begegnung oder den Aufbau von Erregung und Lust als erlebten Höhepunkt der sexuellen Fantasien.

*Interviewpartnerin eins:* Die Interviewpartnerin eins beschreibt in den sexuellen Fantasien ein grosses Interesse an Szenarien mit mehr als einer Person (Pos. 35–36). Ebenfalls vertreten sind sexuelle Fantasien mit dem Thema der Dominanz und Unterwürfigkeit (Pos. 69–70, 81–83). Dabei erlebt sie sich in einer unterwürfigen Rolle. Es handelt sich dabei oftmals um einen bestimmten Typ Mann, der in der Tendenz einiges älter und erfahrener ist als sie. In der sexuellen Fantasie spielt sie mit der eigenen Unschuld und Unwissenheit, zwei Attribute, welche in der Realität nicht zu treffen (Pos. 341–344).

*Interviewpartnerin zwei:* Sie berichtet tendenziell von nicht explizit sexuellen Fantasien. Die Fantasieinhalte bewegen sich häufig rund um die erste Kennenlernphase. Dabei beschreibt sie sich als Künstlerin und die andere Person als Muse, welche sie inspiriert (Pos. 46–47). Sie erläutert, wie die Fantasie als ein Film teils aus einer stattgefundenen Berührung, einem ersten Blick entsteht und es um das Wiedererleben ebendieses Moments geht oder dem, was noch, im Sinne einer Vorwegnahme, geschehen könnte (Pos. 109–150).

*Interviewpartnerin drei:* Sie erzählt von sexuellen Fantasien, welche von neuartigen, aufregenden, sexuellen Erlebnissen handelt. Diese beinhalten unter anderem öffentliche Orte. Oftmals geht es darum, etwas Verbotenes zu tun (Pos. 86–100). In einigen Fantasien sind es Konstellationen mit mehr als einer Person. Sie beschreibt die Fantasie, von zwei Männern gleichzeitig (oral und vaginal) penetriert zu werden (Pos. 28–33). Neue, körperliche Erfahrungen stehen für sie im Zentrum (Pos. 96–97).

*Interviewpartnerin vier:* Auch sie beschreibt sexuelle Begegnungen an verschiedenen, aufregenden Orten mit neuartigen sexuellen Erlebnissen. Dabei integriert sie jeweils eine Person, welche sie im Moment kennenlernt oder die sie gerade begehrt. Es geht um das Vorspiel, die Aufregung und das Ungewisse, was als Nächstes geschehen wird (Pos. 76–98).

*Interviewpartnerin 5:* Die Interviewpartnerin fünf berichtet, dass es sich in den sexuellen Fantasien oftmals um Szenarien an speziellen Orten, wie in einem Klub oder einem Lehrerzimmer, wo sie beobachtet oder erwischt werden könnte, handelt (Pos. 149–150). Die Aspekte, etwas Verbotenes zu tun, sowie der Spannungsaufbau spielen dabei eine wichtige Rolle (Pos. 156). Dabei erschafft sie sehr detailreiche Fantasiewelten (Pos. 144–147, 239). Sie beschreibt ebenfalls, wie sie sich früher in der Adoleszenz bei jeder Begegnung mit einer Person Sex mit ihr vorgestellt hat (Pos. 3–9). Ebenfalls gibt sie an, dass sie sexuelle Fantasien mit inzestuösen Szenarien oder Sex mit Tieren hat. Dies ist aktuell nur noch sehr selten der Fall, war aber in der Vergangenheit sehr präsent (Pos. 270–274).

*Interviewpartnerin 6:* Sie beschreibt grösstenteils Szenarien, in welchen sie von einem Mann mit einer gewissen Intensität, Sehnsucht und Dominanz begehrt wird. «Es ist immer dasselbe Thema. Die Dominanz eines Mannes zu spüren. Ich denke eben, weil ich einen so liebevollen, einfühlsamen und vorsichtigen Partner habe. Das ist sehr schön und soll auch so sein. Manchmal, da wünsche ich mir, an die Wand gedrückt zu werden und es geschehen zu lassen.» (Interviewpartnerin sechs, Pos. 29–31)

Sie erzählt von einer immer wiederkehrenden sexuellen Fantasie, welche über Jahre ihren Reiz beibehalten hat. In dem Szenario wird die Frau, stehend von hinten, von einem Mann penetriert und an den Brüsten gehalten und geniesst dies sehr. Den Höhepunkt der sexuellen Fantasie beschreibt sie als eine vollkommene Ekstase der Lust. Die erste Ekstase stellt oftmals die orale Befriedigung von ihm bei ihr und die zweite während des penetrativen Sexes dar. Ebenfalls vertreten sind Szenarien, welche Gruppensex beinhalten. Zudem fantasiert sie oft vom Sex mit anderen Männern als ihrem Partner (Pos. 76–79, 137–148).

## 9.2 Persönliches Erleben der sexuellen Fantasie

Das subjektive Erleben sexueller Fantasien zeichnet bei allen sechs Interviewtenehmerinnen ein sehr individuelles Bild. Dabei beschreiben die Interviewpartnerinnen, dass viele verschiedene Faktoren, unter anderem die Inhalte sexueller Fantasien, die persönlichen sexuellen Lerngeschichten, Kognitionen, Aspekte der Sexodynamik, die Beziehungsgestaltung und körperlichen Vorgänge einen Einfluss auf das Erleben haben. Es lässt sich ein Geschehen mit multidimensionalen Einflüssen

beschreiben. Interessant ist, dass fast alle Interviewteilnehmerinnen sowohl positive als auch negative Aspekte des Erlebens der sexuellen Fantasien schildern. Dies zeigt einmal mehr die Komplexität der Fantasiewelt und die Herausforderungen für die Forschenden, den sexualtherapeutischen Alltag und das Verständnis der eigenen sexuellen Fantasie der jeweiligen fantasierenden Person.

### 9.2.1 Positives Erleben der sexuellen Fantasien

Sexuelle Fantasien können ein grosses Spektrum an positiven Gefühlen mit sich bringen. In erster Linie die sexuelle Erregung, welche alle sechs Interviewteilnehmerinnen beschreiben und in einem der folgenden Kapitel differenziert erläutert wird, da dies ein so zentraler Aspekt der sexuellen Fantasietätigkeit darstellt.

Sexuelle Fantasien werden als ein hilfreiches und zuverlässiges Werkzeug zum Einstieg und/oder zur Steigerung sexueller Erregung beschrieben (Interviewpartnerin sechs, Pos. 191–192). Dieses Werkzeug steht ohne eine notwendige Veränderung (insbesondere der Position) zur Verfügung und kann ohne Unterbrechung der jeweiligen sexuellen Aktivität oder auch in der Absenz dieser herbeigezogen werden. Interviewpartnerin sechs erzählt, wie sie die sexuellen Fantasien herbeiholt, wenn die physische Stimulation durch den Partner oder sich selbst nicht ausreicht, um die sexuelle Erregung zuverlässig zu steigern (Pos. 189–192).

Als positiv erlebte Aspekte der sexuellen Fantasie beschreibt die Interviewpartnerin vier, dass sie speziell die Diversität und die Freiheit in den sexuellen Fantasien, nur auf die eigene Person Rücksicht nehmen zu müssen, schätzt (Pos. 141–146). Die Interviewpartnerin fünf äussert sich ähnlich: «In meinen Fantasien kann ich machen, was ich will und auf meinen Körper hören» (Interviewpartnerin 5, Pos. 236–237). Zudem beschreibt sie einen spielerischen Umgang mit ihren sexuellen Fantasien: «...dann gehe ich dort rein und male das aus. Ich finde es mega, dass ich mit meiner Sexualität spiele und immer mehr sexuelle Fantasien entwickle und diese immer detailreicher werden. Vielleicht auch mehr über mich lerne, das ist kuul und macht Spass.» (Pos. 237–239). Diesen spielerischen Umgang mit den sexuellen Fantasien und die Auseinandersetzung mit sich und der eigenen Sexualität wird vor allem dann ermöglicht, wenn diese von ihr und dem Feedback ihres Körpers und nicht

aus pornografischem Material inspiriert sind. Daraus entstehen immer detailreichere, sexuelle Fantasiewelten. Mehrere Personen beschreiben, dass gerade die selbst konstruierten sexuellen Fantasien eine andere Qualität und Kreativität beinhalten, als diejenigen, welche von pornografischem Material übernommen wurden. Dies deckt sich mit der Aussage von Desjardins et al. (2011), wonach der Gesundheitszustand sexueller Fantasien unter anderem am Reichtum ebendieser gemessen wird (S. 81). Des Weiteren beschreibt Interviewpartnerin fünf, dass diese Art sexueller Fantasien und die Selbstbefriedigung «ein Moment der Erholung und der Zeit mit mir selbst geworden» sind und für sie zur «qualitytime» gehören und zu ihrem Wohlbefinden beitragen (Interviewpartnerin fünf, Pos. 237–242).

## 9.2.2 Negatives Erleben sexueller Fantasien

Fünf der sechs befragten Cis-Frauen beschreiben auch negative Aspekte des persönlichen Erlebens sexueller Fantasien (ausgenommen Interviewpartnerin zwei). Zur Einordnung der Häufigkeit negativer Aspekte des Erlebens sexueller Fantasien muss an dieser Stelle gesagt werden, dass dies eher eine Ausnahme darstellt und nicht der herrschende Tenor der Interviews war, nichtsdestoweniger berichteten sie davon. Der Übersichtlichkeit halber werden diese in verschiedene Kapitel gegliedert vorgestellt.

### 9.2.2.1 Erleben von Scham, Schuld und Irritation

Das Hinterfragen nach dem «darf ich das fantasieren» wurde gleich von mehreren Personen erwähnt (Interviewpartnerin eins, Pos. 140–144, Interviewpartnerin drei, Pos. 170–174, Interviewpartnerin fünf, Pos. 276, Interviewpartnerin sechs, Pos. 196). Dabei fallen zwei Aspekte auf. Zum einen, dass der Inhalt der sexuellen Fantasie als abwegig, verwerflich oder störend empfunden wird, wie bei Interviewpartnerin sechs, die eine intrusive sexuelle Fantasie als ekelerregend und moralisch verwerflich erlebte (Pos. 219–225). Weiter beschreibt sie, dass sie in der Vergangenheit Vergewaltigungsfantasien gehabt hat, welche sie als störend und beschämend beschreibt (Pos. 194–195). Erst das Wissen um die Normalität und häufige Verbreitung solcher Fantasieinhalte hat im Verlauf der Zeit eine Erleichterung und

einen wohlwollenden Blick auf die Fantasie ermöglicht. Die Interviewpartnerin fünf beschreibt, wie statistisch ungewöhnliche bis seltene Inhalte sexueller Fantasie (vgl. Joyal et al., 2015) wie Sex mit Tieren oder inzestuöse Szenarien (Pos. 270–280) ein negatives Erleben der sexuellen Fantasie mit sich bringt. Sie beschreibt einen grossen Konflikt zwischen dem Aspekt, dass die sexuelle Fantasie erregend ist und ihren Bedenken bezüglich des Inhaltes und der Nichtkongruenz zu ihren eigenen moralischen Wertevorstellungen. Es handelt sich um das Paradoxon der gleichzeitigen Erregung und Belastung.

Ich habe Sex-Comics gelesen. Wenn du das im Internet eingibst, dann kommen sehr abwegige Sex-Comics. Dinge, welche im echten Leben echt krank wären. Dinge wie Inzest oder Sex mit Tieren. Ich habe jedoch festgestellt, dass es mich erregt. Eine Zeit lang habe ich solche Comics konsumiert und mich dabei schlecht gefühlt. Ich habe festgestellt, dass es auch jetzt noch in meinen Gedanken vorkommt. Es ist schwierig, die eignen Werte/ . Das in den Fantasien einzuordnen. Es gibt Werte, welche mir wichtig sind und ich möchte mein Handeln danach richten. Die Frage ist jedoch, ob man diese Werte in den Fantasien auf die Seite legen darf? Keine Ahnung. Es gibt Gedanken, welche mich belasten und gleichzeitig erregen. Ich weiss nicht, wie ich damit umgehen soll und ob ich dem viel Bedeutung geben soll. Habe ich ein Problem, dass ich solche Gedanken habe? Habe ich etwas erlebt, was traumatisch war und nun habe ich diese Gedanken. Es ist schwierig, diese sexuellen Gedanken einzuordnen, wenn sie für mich sehr abwegig sind. (Interviewpartnerin fünf, Pos. 270–280)

#### 9.2.2.2 Sexuelle Fantasien mit einer anderen Person in der dyadischen Interaktion

Der zweite Aspekt, welcher heraussticht, ist, dass zwei der befragten Personen das Fantasieren von einer anderen Person in der dyadischen sexuellen Interaktion als problematisch erleben (Interviewpartnerin drei, Pos. 170–174, und sechs, Pos. 196). Beide befinden sich in einer monogamen Partnerschaft und beschreiben einen Anflug eines schlechten Gewissens und Schuldgefühlen, wenn sie während des Sexes mit ihren Partnern an eine andere Person denken. Eine weitere Person beschreibt die gleiche Situation, jedoch ohne Anzeichen eines schlechten Gewissens oder Schuldgefühle zu haben (Interviewpartner zwei, Pos. 267–170). Eine der Interviewpartnerinnen erzählt, dass sie dies mit ihren Partnern geteilt hat, sich rational die Erlaubnis geben kann, auch über andere Personen zu fantasieren, eben

gerade mit dem Wissen, dass es bei ihm nicht anders ist (Interviewpartnerin sechs, Pos. 196–200).

### 9.2.2.3 Prägung durch religiöse Werte in Bezug auf das Erleben sexueller Fantasien

Die Interviewpartnerin fünf ist in einem konservativen christlichen Umfeld herangewachsen. An mehreren Stellen des Interviews erzählt sie, wie sie das in der Entdeckung ihrer Sexualität und im Umgang mit den sexuellen Fantasien nachhaltig geprägt hat. «Ich habe mich früher dafür gehasst, dass ich sexuelle Fantasien gehabt habe und so oft an Sex gedacht habe. Es hat mich verfolgt und war wirklich nicht genussvoll» (Interviewpartnerin fünf, Pos. 248–250). Des Weiteren erzählt sie «sexuelle Gedanken waren etwas Teuflisches, deshalb habe ich mich auch immer dabei schuldig gefühlt» (Interviewpartnerin fünf, Pos. 30–31). Somit waren sexuelle Fantasien über Jahre hinweg mit einem Gefühl der Schuld und Scham verbunden und insgesamt negativ konnotiert.

### 9.2.2.4 Intrusive sexuelle Fantasien

Bei mehreren Interviewteilernehmerinnen zeigen sich auch intrusive sexuelle Fantasien. Diese können, aber müssen nicht irritierend und störend erlebt werden. «...plötzlich kommt ein sexueller Gedanke. Ich kann es nicht steuern und kontrollieren. Dann frage ich mich schon, was das jetzt soll.» (Interviewpartnerin fünf, Pos. 309–312). Interviewpartnerin eins beschreibt auch eine Situation, in der sie an das Aussehen des Penis einer für sie sehr unattraktiven Person denkt, was bei ihr zu Irritationen führt (Interviewpartnerin 1, Pos. 290–292). Für eine der befragten Personen ist es eine grosse Erleichterung, im Interview zu erkennen, dass sie die Inhalte und das Auftreten ihrer sexuellen Fantasien nicht kontrollieren kann, wohl aber ihr Verhalten (Interviewpartnerin fünf, Pos. 309–315).

### 9.3 Ergebnisse zum Erleben der eigenen Person in der sexuellen Fantasie

Auch wenn die eigene Person in der Fantasie klar als solche erkennbar ist, so zeigt sich, dass gewisse Fähigkeiten oder besondere Merkmale in der sexuellen Fantasie addiert oder subtrahiert werden. Fast alle Interviewpartnerinnen beschreiben die eigene Person in der sexuellen Fantasie als eine besonders begehrte, attraktive Frau, die genau weiss, was sie und ihr Gegenüber sich wünschen. Sie verfügen über eine ausgeprägte sexuelle Selbstsicherheit in der sexuellen Interaktion und sind in der Lage, sich selbst in einem hohen Ausmass zu erotisieren. Auf die Frage nach besonderen Fähigkeiten in der sexuellen Fantasie antwortet die Interviewpartnerin sechs: «Abgesehen davon, dass ich die Queen bin und so begehrt bin, dass alle umfallen? (lacht) Das ist peinlich.» (Pos. 275–277). Die Interviewpartnerin fünf beschreibt sich als mutiger und abenteuerlustiger. Des Weiteren formuliert sie auch, sich in der sexuellen Fantasie als Expertin für ihre Lust und die des Gegenübers zu erleben. «Ich kenne mich gut mit dem Körper vom Gegenüber aus und zeige mich selbstsicher mit dem, was ich mache. Ich habe bis anhin nicht viele sexuelle Erfahrungen gemacht. Dementsprechend bin ich in der sexuellen Interaktion teils zurückhaltend und unsicher. In der Fantasie jedoch gar nicht. Dort weiss ich, was ich machen möchte und was erregend ist. Dort mache ich viel mehr.» (Pos. 370–374). Für die Interviewpartnerin eins existieren ebenfalls keine Unsicherheiten in der sexuellen Fantasie, anders als im realen Kontakt (Pos. 243). Zudem beschreibt die Mehrzahl der Interviewpartnerinnen, dass ihre eigene Lust und die Befriedigung ihrer Bedürfnisse in der sexuellen Fantasie im Zentrum der Aufmerksamkeit stehen.

Die Interviewpartnerin drei erwähnt zudem das Nichtvorhandensein von Schmerzen in der sexuellen Fantasie. Der real erlebte Schmerz bei tiefer vaginaler Penetration wird in der sexuellen Fantasie subtrahiert und ein Szenario erschaffen, welches sich auf die lustvollen Aspekte der Sexualität fokussiert (Pos. 256–260).

#### 9.3.1 Akteurin oder Zuschauerin

Alle Interviewteilnehmerinnen sind in den sexuellen Fantasien Akteurinnen. Eine Person (Interviewpartnerin sechs) beschreibt auch Szenarien, in welchen sie von Sex zwischen einem Mann und einer Frau, inspiriert durch eine Szene aus einem Porno, fantasiert und sie diese andere Frau sieht (Pos. 152–153). Gleichwohl versetzt sie sich in das Gefühl und die Erlebniswelt der Sinneswahrnehmung dieser

Frau, was sie auch wieder in einer gewissen Form als Teilhabende des Szenarios macht.

### 9.3.2 Aktiv oder passiv

Die Hälfte der Frauen beschreibt sich klar in der Tendenz als passiven Part der sexuellen Fantasien (Interviewpartnerin eins, Pos. 189–190, Interviewpartnerin fünf, Pos. 219, Interviewpartnerin sechs, Pos. 29). Typischerweise wurde die Passivität im Zusammenhang mit Dominanz und Unterwürfigkeitsszenarien der Fantasien beschrieben. Die anderen drei Personen erleben sich abhängig vom Szenario in der Rolle der Akteurin oder es findet ein Wechselspiel mit den anderen Personen in Bezug zur aktiven oder passiven Rolle statt. Interviewpartnerin eins äussert, auch wenn sie häufiger eine passive Rolle in der sexuellen Fantasie innehat, die aktive Rolle und die Führung in der sexuellen Fantasie als reizvoll zu erleben (Pos. 94).

### 9.3.3 Genital stimuliert oder nicht genital stimuliert

Die Präsenz des eigenen Genitales zeigt sich in den sexuellen Fantasien ebenfalls in unterschiedlicher Ausprägung. Für die einen steht die Genitalität klar im Fokus und ist nicht aus der Fantasie wegzudenken. Bei Interviewpartnerin sechs sind die primären und sekundären Geschlechtsmerkmale im Zentrum stehend. Dabei versetzt sie sich in der sexuellen Fantasie ganz spezifisch und detailliert «Bei den grossen Labien, bei den kleinen Labien, bei der Klitoris, bei der Vagina, beim Damm» (Pos. 159–160) in die Sinneswahrnehmungen und das Gefühl, während sie oral liebkost wird (Pos. 158–161). Auch bei der Interviewpartnerin fünf sind die Genitalien ein wichtiger Teil der sexuellen Fantasien. «In der Fantasie spiele ich und mein Gegenüber immer mit den Geschlechtsteilen» (Pos. 201–202). Bei Interviewpartnerin drei sind ebenfalls Genitalien vertreten, allerdings liegt der Fokus im Sinne der Heterozentrierung deutlich beim Geschlecht der männlichen Person (Pos. 133). Bei anderen wiederum zeigt sich ein ganz anderes Bild der Genitalität in der sexuellen Fantasie. «Nicht, dass diese bildlich präsent vor mir habe, aber es kommt schon vor. Es ist nicht so ein scharfes Bild.» (Interviewpartnerin 4, Pos. 119–120). Auch Interviewpartnerin zwei beschreibt, dass die Genitalien eine sehr untergeordnete

Rolle spielen und sie nur dann in die Präsenz kommen, wenn es sich um ein explizit sexuelles Szenario mit penetrativem Sex handelt. Die Interviewpartnerin eins beschreibt, den Fokus eher auf die affektiven Aspekte zu legen: «Nicht auf den Genitalien würde ich sagen. Sondern mehr, was es mit mir macht. Dann wäre es wahrscheinlich eher die Gefühlsebene.» (Pos. 105–106).

#### 9.3.4 Sexueller Archetyp erotisiert, nicht investiert oder abgelehnt

Die Interviewpartnerin zwei beschreibt den Wunsch, mit etwas ausgefüllt zu werden. In ihrer Beschreibung meint sie dies sowohl physisch als auch emotional: «Das Gefühl, wenn das vorkommt, sei es oral oder vaginal, ist das Gefühl oder die Sehnsucht nach dem Gefühl, eher, dass mich etwas erfüllt. Es ist eigentlich etwas sehr Physisches, aber der Gedanke dahinter ist auch emotional.» (Pos. 184–186). Eine weitere Interviewpartnerin unterscheidet zwischen Oralsex geben, was sie eher aktiv erlebt, und spricht dann von Aufnehmen, bei der Penetration, welche in ihrem Verständnis eher passiv ist, spricht sie von penetriert werden: «Ich würde sagen, dass es oral eher ein Aufnehmen ist. In gewissen Szenarien aber auch gerade nicht, weil ich dann eher passiv bin und dann ist es eher ein penetriert werden.» (Interviewpartnerin drei, Pos: 145–146). Die Interviewpartnerin vier beschreibt, ähnlich wie Interviewpartnerin eins, wie sich ein Bild und das dazugehörige Gefühl, etwas aufzunehmen, in ihren sexuellen Fantasien widerspiegelt (Pos. 132–133). Auffallend bei der Interviewpartnerin fünf ist die Wortwahl. Sie spricht von «penetriert werden» und äussert sich wie folgt: «Ja, auf jeden Fall. Mir gefällt der Gedanken, dass der Mann in mich eindringt. Es könnte auch eine Frau mit einem *Strap-On* sein. Das ist auch schon oft vorgekommen. Einfach, dass etwas in mich eindringt. Vielleicht (...) ja mit ein bisschen Gewalt oder Kraft. Es gefällt mir sehr, wenn mich etwas ausfüllt. Auch wenn sonst mit Männer Sex habe. Das, was ich am meisten geniesse, ist eigentlich die Penetration mit einem Finger.» (Interviewpartnerin fünf, Pos. 213–217). Interviewpartnerin sechs erlebt in der sexuellen Fantasie teils auch intrusive Anteile und erlebt die Penetration aus der männlichen Perspektive. «Ich denke, einerseits versuche ich mich in den Mann zu versetzen. Dann, wenn er zum ersten Mal in die Vagina geht. Das stelle ich mir so toll vor und ich würde das gerne mal erleben. Ja, das stelle ich mir intensiv vor. Diese Vorstellung ist sehr stimulierend.» (Pos. 177–

180). In anderen Szenarien fantasiert sie vom langsamen penetriert werden und versetzt sich in dieses Gefühl hinein.

#### 9.4 Funktionalität sexueller Fantasien – sexuelle Erregung

Fällt der Blick auf die Funktionalität sexueller Fantasien, so steht die Auslösung des Erregungsreflexes sowie die Steigerung der sexuellen Erregung für alle Interviewpartnerinnen im Zentrum. Fünf der sechs befragten Cis-Frauen nutzen sexuelle Fantasien zu Beginn des sexuellen Reaktionszyklus als Erregungsquelle (Interviewpartnerinnen eins, drei, vier, fünf und sechs, siehe Abbildungen Erregungskurve im nächsten Kapitel), um den Erregungsreflex auszulösen. Ebenfalls fünf der befragten Personen erleben sexuelle Fantasie als Werkzeug, um sexuelle Erregung, teils bis hin zur orgasmischen Entladung in der Selbstbefriedigung, zu steigern (Interviewpartnerinnen zwei bis sechs, ebenfalls in der Erregungskurve in Kapitel 9.5 ersichtlich). Hier, anhand der Aussage der Interviewpartnerin drei gut ersichtlich:

Es hilft, die Steigerung bis zum Orgasmus zuzulassen, wenn ich auch die sexuelle Fantasie zulasse. Oder ich nutze sie, um überhaupt erst mal in Stimmung zu kommen. Es kann sein, dass die Fantasie viel vorher da ist und ich durch die Fantasie dann erst in die Lust oder auf den Gedanken komme. (Pos. 273–276)

In der sexuellen Interaktion mit einer oder mehreren Personen zeigt sich eine unterschiedliche Präsenz der sexuellen Fantasien. Während zwei Personen angaben, sexuelle Fantasien in der sexuellen Interaktion oft zu nutzen (Interviewpartnerin zwei, Pos. 267–268, Interviewpartnerin sechs, Pos. 239–241) sind sie für die anderen gar nicht präsent (Interviewpartnerin eins, Pos. 37–40) oder nur vereinzelt (Interviewpartnerin drei, Pos. 207, Interviewpartnerin fünf, Pos. 318–325). Eine Interviewpartnerin beschreibt, wie sie ihre sexuellen Fantasien beim Sex mit ihrem Partner weniger kontrolliert und sich ihnen hingibt, vor allem in der Steigerung bis zum Point of no Return.

Ein Mal, das war etwas peinlich, da hatte ich Sex mit einer Person und dann kommt die Fantasie von allein, vor allem wenn es Richtung Höhepunkt geht und dann habe ich fast den Namen der anderen Person laut ausgesprochen. Zum Glück nicht. Also

immer, wenn ich Richtung Höhepunkt gehe, kommt es fast immer von allein. Manchmal rufe ich es aber auch bewusst her. (Interviewpartnerin zwei, Pos. 268–272)

Die Interviewpartnerin sechs beschreibt, dass die sexuellen Fantasien im partnerschaftlichen Sex manchmal von so grosser Wichtigkeit sind, dass ohne Fantasie eine Steigerung der Erregung bis zum Orgasmus nicht möglich wäre (Pos. 243–254).

Eine Person beschreibt, wie sie bei sexuellen Fantasien auf die körperliche Reaktion achtet und sie die sexuelle Fantasie dementsprechend anpasst. Sie beschreibt ein Erkunden dessen, was auf körperlicher Ebene erregungssteigernd ist. «Es gibt Dinge, welche mich körperlich sehr erregen. Ich spiele mit meinen Gedanken und höre auf meinen Körper, was hat der toll gefunden, was hat körperlich erregt. Dort gehe ich dann in diese Richtung.» (Interviewpartnerin fünf, Pos. 140–142). Weiter sagt sie, dass die sexuelle Erregung zu einem gewissen Zeitpunkt so hoch ist, dass es nicht mehr eine grosse Rolle spielt, woran sie denkt oder wovon sie fantasiert und zur orgasmischen Entladung kommt.

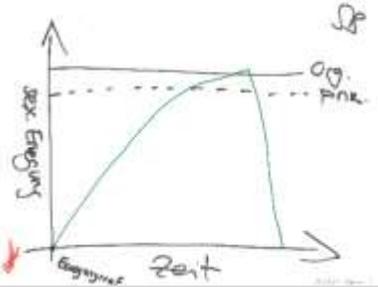
Allerdings werden sexuelle Fantasien nicht immer als erregungssteigernd erlebt. So zeigt sich in der Untersuchung, dass auch hier vier Frauen (Interviewpartnerinnen eins, drei, fünf und sechs) angeben, bereits eine Abflachung oder einen Einbruch der sexuellen Erregung aufgrund einer unerwünschten sexuellen Fantasie gehabt zu haben. Dabei wird vor allem das Erleben der sexuellen Fantasie als Irritation («falsche» sexuelle Fantasie, ich-dystone Inhalte sexueller Fantasien) als Ursache genannt. Wichtig ist jedoch zu erwähnen, dass auch ich-dystone Inhalte sexueller Fantasien eine paradoxe und für die Fantasierende unverständliche und Konflikt-auslösende sexuell erregende Wirkung haben können, so wie von Interviewpartnerin fünf beschrieben (Pos. 277).

### 9.5 Art und Weise der Erregungssteigerung/Erregungsmodus

Im folgenden Abschnitt werden die spezifischen Stimulationsmuster (Erregungsmodi) der sechs Interviewpartnerinnen anhand der erarbeiteten Erregungskurve in der Selbstbefriedigung beschrieben. Die Eckpunkte der Erregungskurve (Zeitstrahl,

sexuelle Erregung, Point of no Return und Orgasmus) wurden durch die interviewende Person aufgezeichnet. Die Erregungskurve (grün) und die Kennzeichnung der Aktivität sexueller Fantasien (rotes Kreuz) wurden durch die Interviewteilnehmerinnen selbst unter Hilfestellung seitens der Interviewführenden eingezeichnet. Im folgenden Abschnitt steht (SB) für Selbstbefriedigung, (GV) für Geschlechtsverkehr und der (GDK) bezeichnet die drei Gesetzmässigkeiten des Körpers.

Es lässt sich erkennen, dass insbesondere die Interviewteilnehmerin zwei und vier grosse Anteile an Merkmalen der Bewegungsmodi aufweisen. So setzen sie bei der Steigerung der sexuellen Erregung viel Bewegung im Körper ein und sind sehr aktiv. Auch Interviewpartnerin drei beschreibt eine zweite Version der Selbstbefriedigung, welche sie weniger häufig anwendet, die mehr Bewegungsfreiheit beinhaltet und sich positiv auf das sexuelle Lustempfinden auswirkt. Sie beschreibt diese «zweite» Version der Selbstbefriedigung als spielerischer (Interviewteilnehmerin drei, Pos. 407–410). Zwei Interviewpartnerinnen (fünf und sechs) geben an, seit der Verwendung eines Womanizers fast ausschliesslich diesen zu verwenden und sind somit dem vibrationsinduzierten Erregungsmodus zuzuordnen. Interviewpartnerinnen eins, drei, fünf und sechs beschreiben bei der Selbstbefriedigung hohe Anteile an hoher Muskelspannung und Reibung/Vibration mit hoher Frequenz und halten den Körper tendenziell unbewegt und sind in einem Spannungsmodus zu verordnen. Die Interviewpartnerin fünf beschreiben in der Selbstbefriedigung keinen Zugang zu ihrem eigenen vaginalen Innenraum (Pos. 478–481)

Erregungskurve	Beschreibung der drei Dimensionen des Körpers und des individuellen Stimmulationsmusters	Persönliche Zitate aus dem Interview
<p data-bbox="264 320 544 352"><b>Interviewpartnerin 1</b></p>  <p data-bbox="215 699 568 756"><b>Abbildung 5</b> Erregungskurve Interviewpartnerin 1 (2024)</p>	<p data-bbox="636 360 1312 424">Erregungsreflex: gleichzeitiges eng und weit werden der Vagina, Kribbeln im Genitalbereich</p> <p data-bbox="636 459 685 491">SB:</p> <ul data-bbox="636 496 1330 735" style="list-style-type: none"> <li>• auf dem Rücken liegend. Nutzt grosse Fläche: Vulva, Damm und Anus, Vagina</li> <li>• Stimulation durch Reibung, teils mit Toys</li> <li>• Mag es, etwas in sich zu spüren</li> <li>• Orgastische Entladung problemlos möglich mit einem darauffolgenden, ausgeprägten Entspannungszustand</li> </ul> <p data-bbox="636 772 770 804">Drei GDK:</p> <ul data-bbox="636 809 1317 948" style="list-style-type: none"> <li>• Hoher Muskeltonus im ganzen Körper, insbesondere im Bauchbereich</li> <li>• Rasche Rhythmen</li> <li>• Wenig Bewegungsraum</li> </ul>	<p data-bbox="1352 392 2024 491">«Ich spanne mich schon immer sehr an. Fast ein bisschen verkrampft. Mein ganzer Körper, vor allem auch den Bauch.» (Pos. 416–417)</p>

## Interviewpartnerin 2

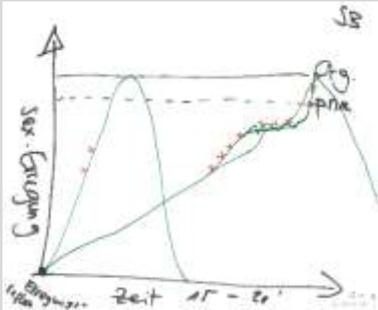


Abbildung 6 Erregungskurve Interviewpartnerin 2 (2024)

### Erregungsreflex:

- romantisch: Erregung kommt vom Herz aus, geht durch den Körper durch, kribbeln kann dies verstärken, nochmals erleben, wenn die wie eine Welle nochmals tief einatmet.
- explizit sexuell: Vulva als Epizentrum

### SB:

- Früher: Erregungszustand fast bis zum Orgasmus durch Zurückhalten vom Urin, starkes Anspannen
- Manchmal mit viel Bewegung und Einbezug der Brüste, manchmal wenig Bewegung mit dem Vibrator und der Hand (sehr zügige Entladung innerhalb einer Minute möglich)
- klitorale Stimulation mit Druck und Reibung, geht nach dem Orgasmus mit dem Finger rein. Wechselnde Tempi.
- Bewegt sich gegen die Hand oder das Kissen, kombiniert mit der Atmung

### Drei GDK:

- Muskeltonus: keine klare Aussage
- Rhythmus: wechselnde Tempi
- Bewegungsraum: je nach Version der SB eingengt (Atemstopp) oder gross und variabel durch Bewegung des Beckens (kreisen) oder fließender Atmung

«Es gibt verschiedene Optionen. Manchmal, wenn es mehr romantisch ist, dann ist es auch eine Erregung vom Körper, aber es kommt wie aus dem Herzen und geht durch den Körper, so ein Kribbeln. Das kann ich manchmal intensivieren, wenn ich den Gedanken nochmals habe und dann nochmals tief einatme, so wellen mässig.» (Pos. 388–391)

«Es ist unterschiedlich, manchmal bewege ich meinen Körper gar nicht, wenn ich einen Vibrator oder mit der Hand berühre. Manchmal, da bewege ich mich auch sehr viel oder bewege mich einfach. Andere Körperteile, ja zum Beispiel sind die Brüste wichtig.» (Pos. 429–431)

I: «Das heisst, da (oberes Drittel der Erregungskurve) hast du die Fähigkeit, mit dem Atem die Erregung zu verlängern?»

B: «Ja. Oder mit der Bewegung.»  
(Pos. 457–459)

### Interviewpartnerin 3

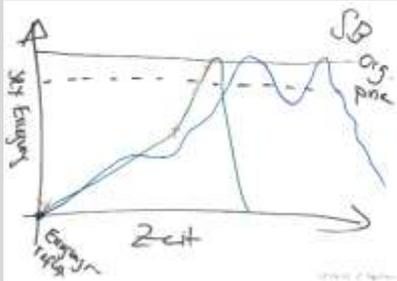


Abbildung 7 Erregungskurve Interviewpartnerin 3 (2024)

Erregungsreflex: Druck in der Genitalregion, Präsenz der Genitalregion

SB:

- Druck erregend, z. B. zusammengedrückte Bettdecke. Kniet auf der Decke, grosse Druckfläche, meist mit den Kleidern
- Zusätzlicher Druck mit dem Toy mit Vibration. Z. B. der Rabbit, der Druck innen und aussen ausüben kann.
- benötigt zwingend den Druck, um zum Orgasmus zu kommen
- Führt selten den Finger in die Vagina ein
- Häufig mit Porno als Stimuli
- Hat eine zweite, spielerische Art der Masturbation, in welcher sie mehr genießt und bewegt. (zweite aufgezeichnete Kurve in blau)

GV:

Tiefe Penetration mit herandrücken hilfreich, vereinzelt orgastische Entladung möglich

Drei GDK:

- Sehr hoher Muskeltonus
- Atmung begrenzt bis fast angehalten
- Bewegungsraum minimal bis rhythmisches Pressen in der ersten Version, in der zweiten Version (blau) grösserer Bewegungsraum

«...Druck ist das, was ich gelernt habe und womit ich angefangen habe zu masturbieren. Ich habe mich an ein Stuhlbein oder die Couch gedrückt und gerieben. Jetzt ist es meistens eine zusammengedrückte Bettdecke, auf welcher ich mich platziere und über Druck errege.» (Pos. 357–359)

«Dann bracht es einen Druck, oder mit dem *Rabbit* der beides hat, innen und aussen, den man hindrücken kann. Um die Erregung zu steigern, kann ich gut rein und raus. Um die Erregung so zu steigern, dass ich zum Orgasmus kommen kann, brauche ich den Druck, welcher ich beim *Rabbit*, wenn ich in tief einführe und über einen gewissen Winkel aussen generieren kann.» (Pos. 379–382)

«Ich habe verschiedene Arten der Masturbation. Das grüne (zeigt auf die grüne Kurve), da weiss ich, wie es easy ist. Wenn ich geniessen möchte, und etwas sehr *enjoyable* haben möchte, dann mache ich es nicht so.» (Pos. 415–417)

## Interviewpartnerin 4

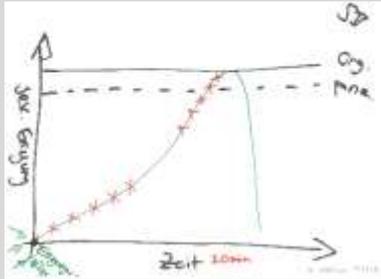


Abbildung 8 Erregungskurve Interviewpartnerin 4 (2024)

Erregungsreflex: Kribbeln im Intimbereich, Bauch und Brust, spürt gute Unruhe, Lubrikation und Brüste in der Präsenz

SB:

- Spielt mit Spannung, Entspannung und Bewegung
- Bezieht v. a. zu Beginn den ganzen Körper mit ein, Bauch, Brust, Oberschenkel, Gesäss und Klitoris, teils vor dem Spiegel
- Berührung ist wichtig
- Kreisen oder Klopfen auf der Klitoris und geht mit dem Finger in die Vagina rein
- Steht und setzt sich dann oder liegt auf dem Bauch.
- Schaut zu, wie sich etwas einführt
- Bewegt den Körper, das Becken, feines Reiben an der Unterlage
- Zum Schluss führt sie den Dildo (mit Vibration) ein, kommt ohne Stimulation an der Klitoris, reitet, kniet

Drei GDK:

- Muskeltonus: variabel
- Rhythmus: zum Schluss rasche Rhythmen
- Bewegung des Körpers: gross, variabel
- Atmung zu Beginn tief, im Verlauf schnellere Atmung.

«Meistens berühre ich mich erst am Bauch und der Brust. Danach am Oberschenkel und am Gesäss. Danach gehe ich mehr zur Klitoris. Manchmal mache ich das vor dem Spiegel.» (Pos. 335–336)

«Ich finde es schön, meinen Körper in diesem Moment zu betrachten. Man sieht, wie die Brüste fester sind, die Brustwarzen fester werden. Ich schaue an, wie ich etwas einführe und mich das erregt, ich denke dann auch, es könnte auch ein Mann sein.» (Pos. 349–351)

«Ich bin dann quasi wie am Reiten. Ich halte den Dildo unten hin, bewege mich selber.» (Pos. 381)

## Interviewpartnerin 5

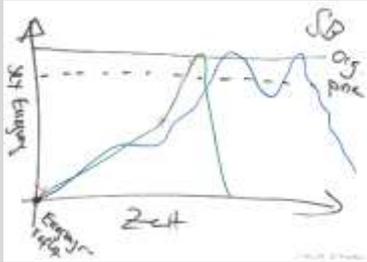


Abbildung 9 Erregungskurve Interviewpartnerin 5 (2024)

Erregungsreflex: Lubrikation, Nippel werden steif, da unten passiert etwas, wie Anspannung

SB:

- Hat seit ca. 6 Monaten einen Womanizer, benutzt fast nur noch den (grüne Kurve)
- Mit dem Finger Wellenbewegung/Kreisen über die Klitoris und die Vulvalippen und Vaginaleingang (blaue Kurve)
- Vaginalität in der SB nicht entdeckt, geht nicht in die Vagina, löst Ekel aus
- Liegt fast immer auf dem Rücken, Körper unbewegt.
- Erregungskurve: langsame Steigerung und plötzlich geht es nach oben
- Macht häufig weiter nach der Entladung und sucht neue Entladung

drei GDK:

- Muskeltonus: sehr hoch, v. a. im Beckenboden
- Rhythmus: schnelle Rhythmen, Vibration
- Bewegung des Körpers: unbewegt, Atemraum eingeschränkt bei angestrenzter Atmung

«Seit ich den Womanizer habe, es ist nun ca. ein halbes Jahr, habe ich es fast nur noch mit dem gemacht. Es ist ein krass anderes Level.» (Pos. 457–458)

«Mit dem Finger habe ich Wellenbewegungen gemacht, sodass ich die Klitoris, aber auch den Vaginaleingang stimulare.» (Pos. 460–461)

I: «Führst du den Finger auch ein?»

B: «Ich habe das ein Mal versucht und es hat mir nicht gefallen. Ich habe Hemmungen, weil ich denke, es könnte abturnend sein. Es ist ein komisches Gefühl, selber in sich einzudringen. Es ist alles so feucht und schleimig. Da habe ich leider noch etwas Ekel davor.» (Pos. 478–481)

## Interviewpartnerin 6

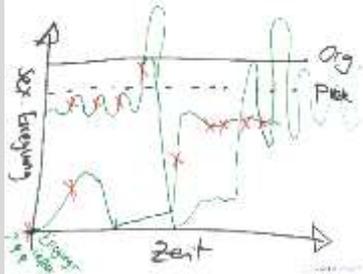


Abbildung 10 Erregungskurve Interviewpartnerin 6 (2024)

Erregungsreflex: gesteigerte Durchblutung, warm, Farbe Rot, kribbeln

SB:

- mit Womanizer (Erregung ist manchmal so hoch, dass nur schon eine leichte Berührung im Bereich der Klitoris zur Entladung führt)
- Stimulation an den Labien und der Klitoris, allerdings nicht zu direkt auf der Klitoris-Glans, machte ein Paket mit den Labien, damit diese etwas versteckt liegt
- Position auf dem Rücken, Beine entspannt. Ganzer Körper entspannt und wenig in Bewegung
- Hat multiple Orgasmen. Erster ist meist der Beste, danach verpufft er manchmal
- Erregung immer wieder so hoch, dass sie sich «abregen» muss

GV:

Stimulation durch Penetration reicht in der Regel nicht aus, um die Erregung bis zum Orgasmus zu steigern

drei GDK:

- Muskeltonus: zu Beginn eher hypoton, im Bereich des Point of no Return hoher Tonus
- Rhythmen: Hohe Vibrationsfrequenz, rasche Rhythmen
- Bewegungsraum: Körper unbewegt, Atmung tief und entspannt

«Also ist dein Körper relativ entspannt und du atmest tief und brauchst die Vibration oder das Reiben.»

(Pos. 407–408)

«Ich will es genießen. Diese Schwingungen genießen. Und dann, weisst du was, es würde hier noch weitergehen, ich beginne hier nochmals (geht nochmals zum Beginn des Papiers und zeichnet weiter). Ich versuche möglichst nahe da hinzukommen (Richtung Point of no Return) ohne zu kommen, so oft, wie es geht. Irgendwann habe ich keine Geduld mehr und möchte den Orgasmus erleben. Dann muss ich mich erst mal wieder ganz abregen und runterkommen.» (Pos. 428–432)

## 9.6 Die Interaktion zwischen sexuellen Fantasien und Körpergeschehnissen

Zwei Interviewpartnerinnen machen interessante Aussagen bezüglich der Interaktion sexueller Fantasien und körperlichen Geschehnissen. Zum einen beschreibt die Interviewpartnerin sechs, wie sie eine sexuelle Fantasie, welche sie wiederkehrend benutzt, in die sexuelle Interaktion und das effektive körperliche Geschehen einbaut. Dies passiert, indem sie gewisse Anteile der Szene der sexuellen Fantasie in den Paarsex transferiert. Sie nimmt dieselbe Position wie die Frau in der sexuellen Fantasie ein und lässt sich von hinten penetrieren. Dabei nimmt sie, wie in der sexuellen Fantasie, die Hände ihres Partners und legt diese an ihre Brüste. «Ich kapsle mich dann ab. Ich konzentriere mich dann ganz fest auf mich und meine Fantasien. Ich versuche da so einen Mix zu machen, denke an die Fantasie, in welcher sie im Stehen von hinten genommen wird. Ich platziere dann die Hände meines Partners, wie der Mann in der Fantasie es macht.» (Pos. 243–246). Sie hat allerdings ein sehr spezifisches Erleben mit der sexuellen Fantasie verbunden und äussert, dass, wenn sich dies in der Realität nicht mit der sexuellen Fantasie deckt, enttäuscht ist. Auch die Interviewpartnerin fünf beschreibt eine ähnliche Situation, in welcher sie während der Selbstbefriedigung von Sex im Doggystyle fantasiert und dann in den Vierfüsslerstand dreht und sich im Spiegel betrachtet. Sie beschreibt, wie es ihr ermöglicht wird, die Fantasie auszudifferenzieren, sich in ihr zu verlieren und wie durch die Bewegung im Körper schönere Erlebnisse ermöglicht werden (Pos. 400–411).

Die Interviewpartnerin fünf beschreibt über das ganze Interview eine sexuelle Entwicklungsgeschichte. Wie bereits mehrfach beschrieben, ist sie in christlichen Verhältnissen, mit einer streng religiös geprägten Erziehung gross geworden. Dies hat sie laut eigener Aussage massgeblich in der Entwicklung und Entdeckung der eigenen Sexualität beeinflusst. Selbstbefriedigung und sexuelle Fantasietätigkeit waren für sie verwerflich «sexuelle Gedanken waren etwas Teuflisches» (Pos. 30) und Selbstbefriedigung negativ konnotiert «ich habe mich auch immer dabei schuldig gefühlt. Vielleicht hätte ich sonst früher mit der Selbstbefriedigung begonnen» (Pos. 31). Sie hat jedoch für sich eine Entdeckungsreise gestartet und sich in unterschiedlichster Form mit der eigenen Sexualität beschäftigt. Sie beschreibt, wie sie sich mit ihrem eigenen weiblichen Geschlecht auseinandergesetzt hat (Auseinandersetzung mit dem eigenen weiblichen Geschlecht, dies im Spiegel betrachten) (Pos. 523–

528) und sich vom Glauben gelöst hat. Daraufhin hat sich ihre Sexualität, der Bezug zum eigenen Körper und auch die sexuellen Fantasien verändert. Zum einen erlebt sie sich nun erstmalig in einer aktiven Rolle in der sexuellen Fantasie, was ihr gefällt und Interesse weckt.

Von einigen Jahren war es wirklich so, dass das Gegenüber den Grossteil gemacht hat, einfach weil mich das mehr erregt hat. Jetzt denke ich immer mehr daran, wie ich etwas mache und es erregt mich immer mehr. Ich denke, weil ich das beim Sex, im echten Leben auch immer mehr so erlebe. Ich mache von mir aus. Das gefällt mir und darum ist es auch in der Fantasie mehr geworden. (Interviewpartnerin fünf, Pos. 186–189)

Auch auf der Ebene der Inhalte sexueller Fantasien beschreibt sie eine bedeutsame Veränderung. So hat sie sich grösstenteils von gewissen sexuellen Fantasieinhalten (Inzest und Sex mit Tieren) gelöst (Pos. 272–273) und hat diverse und verspieltere sexuelle Fantasien angefangen zu entwickeln. Dabei achtet sie ausgeprägt auf die Reaktion in ihrem Körper und ist im Kontakt mit ihm (Pos. 140–142).

## 10 Diskussion

In diesem Kapitel werden die Ergebnisse der Befragung mit den Erkenntnissen des aktuellen Forschungsstandes in Verbindung gebracht und in Bezug auf die drei Forschungsfragen diskutiert. Zudem wird das methodische Vorgehen und deren Umsetzung kritisch reflektiert.

### 10.1 Persönliches Erleben sexueller Fantasien

Sexuelle Fantasien sind, wie von Hasson und Ginzburg (2024, S. 1015) beschrieben, im Wesentlichen persönliche Erlebnisse und die Auslegung und Bedeutung, welche ihnen beigemessen werden, variieren von Person zu Person. Da diese Vorstellungen von individuellen Bedeutungen, Werten, Überzeugungen, Erfahrungen und Wünschen geprägt sind (Hasson & Ginzburg, 2024, S. 1015), ist es nicht weiter

verwunderlich, dass auch in dieser Untersuchung sechs sehr individuelle Erlebniswelten der sexuellen Fantasien beschrieben wurden und diese in keiner Weise auf die grosse Masse übertragen werden können.

Das Erleben sexueller Fantasien wird von allen sechs Interviewpartnerinnen mehrheitlich oder ganzheitlich positiv beschrieben. Dabei beschreiben sie verschiedene positive Aspekte des Erlebens sexueller Fantasien. So werden sexuelle Fantasien als hilfreiches Werkzeug zur Auslösung und Steigerung sexueller Fantasien gesehen (Interviewpartnerin sechs, Pos. 191–192) und tragen zur sexuellen Zufriedenheit und Wohlbefinden bei (Interviewpartnerin fünf, Pos. 237–242). Dies deckt sich mit den Erkenntnissen von Arndt et al. (1985), welche in einer Untersuchung von Frauen eine Korrelation zwischen der Häufigkeit sexueller Fantasietätigkeit und sexuellen Zufriedenheit aufzeigen konnten. Weiterhin unklar bleibt, ob die sexuelle Zufriedenheit zu einer vermehrten sexuellen Fantasietätigkeit führt oder die sexuelle Fantasietätigkeit zur sexuellen Zufriedenheit. Diese Ergebnisse widersprechen einmal mehr Freuds Ansicht, dass sexuelle Fantasien als Hinweis auf sexuelle Defizite zu werten sind, und unterstützen die Erkenntnisse von Singer (1975, S. 108). Diese zeigten auf, dass sexuelle Fantasien als Teil einer gesunden Sexualität betrachtet werden können und sich positiv auf sexuelle Erregung und auf die sexuelle Zufriedenheit auswirken. Nach heutigem Wissensstand ist es eher als pathologisch einzuordnen, wenn eine Person keinerlei sexuelle Fantasien hat, als dass sie sexuell fantasiert (Eck, 2020, S. 26). Nach dem diagnostischen und statistischen Manual Psychischer Störungen DSM-5 stellt bei Frauen die Abwesenheit sexueller Fantasien und Gedanken ein Kriterium zur Einschätzung einer «sexual interest und arousal disorder» dar.

Sexuelle Fantasien stellen eine Möglichkeit dar, frei von gesellschaftlichen Normen und Konventionen, ganz für sich allein und ohne Rücksicht auf eine zweite Person, Sexualität zu leben und zu erkunden (vgl. Leitenberg & Henning, 1995; Lehmler & Gormezano, 2023). Mehrere Interviewpartnerinnen geben an, diese Freiheit in den sexuellen Fantasien als Bereicherung zu erleben (Interviewpartnerin vier, Pos. 141–146, Interviewpartnerin fünf, Pos. 236–237). Die Ergebnisse zeigen zudem, dass insbesondere selbst entwickelte, kreative sexuelle Fantasien als besonders positiv

erlebt werden und oftmals detailreich ausfallen. Desjardins et al. (2011, S. 81) werten die Diversität sexueller Fantasien gar als Gradmesser für den Gesundheitszustand. Die Tatsache, dass die sexuelle Fantasie selbst konstruiert wird, lässt vermuten, dass sich inhaltlich eher ich-syntone sexuelle Fantasien ergeben.

Mit Blick auf die Ergebnisse muss allerdings berücksichtigt werden, dass die Teilnehmerinnen, welche sich freiwillig für diese Interviews zur Verfügung gestellt haben, eine nicht repräsentative Stichprobe darstellen. Alle befragten Cis-Frauen beschäftigen sich in einer Weise mit dem Thema Sexualität und zeigen eine grosse Offenheit gegenüber der Thematik. Strassberg und Lowe (1995, S. 369) weisen darauf hin, dass Personen, welche sich freiwillig für eine Untersuchung mit dieser Thematik zur Verfügung stellen, in keiner Weise als repräsentativ einordnen lassen, da diese über eine positivere Einstellung gegenüber Sexualität und mehr sexuelle Erfahrung verfügen. Deshalb sind diese Ergebnisse innerhalb einer Gruppe von jungen Frauen mit einer Sex-positiven Einstellung mit hohem Bildungsabschluss einzuordnen.

Wie bereits im Ergebnisteil aufgeführt, sind sexuelle Fantasien vereinzelt jedoch Anlass für negative Gefühle. So beschreiben fast alle der Interviewpartnerinnen (ausgenommen Interviewpartnerin zwei) das Erleben von Schuld und Scham im Zusammenhang mit sexuellen Fantasien. Diese Erkenntnis deckt sich mit den Ergebnissen von diversen Autor\*innen (vgl. Cado & Leitenberg, 1990; Morokoff, 1985; Davidson & Hoffman, 1986; Gil, 1990; Ellis & Symons, 1990). Dabei können verschiedene Aspekte rund um sexuelle Fantasien das Gefühl der Scham auslösen. Die Interviewpartnerinnen beschrieben unpassende Inhalte sexueller Fantasien, insbesondere ich-dystone Inhalte sowie intrusive sexuelle Fantasien in unpassenden Momenten als häufige Gründe. Gerade die Ich-Dystonie kann, so Eck (2020, S. 32), zu einem inneren Konflikt führen und wird nicht selten so belastend, dass es Thema einer Sexualberatung wird.

Hell (2018, S. 7–8) hat sich dem Thema der Scham gewidmet und beschreibt die Scham als eines der wohl unangenehmsten Gefühle und als Kampf mit sich selbst. Gleichwohl plädiert Hell an die hilfreiche Seite der Scham, da diese auch eine Alarm- und Schutzfunktion innehat. So kann die Scham auf «zwischenmenschliche

oder innere Gefahr» (Hell, 2018, S. 8) aufmerksam machen. Dies kann unter gewissen Voraussetzungen jedoch einen positiven Prozess, wie die Anpassung an soziale Normen, Eindämmung störenden Verhaltens und zu einem persönlichen Lernvorgang zur Vermeidung zukünftiger Scham und Beschämung, beitragen. Dies lässt sich an den Texten von Interviewpartnerin fünf erkennen, welche aufgrund der konfliktbehafteten Beziehung zu ihren sexuellen Fantasien und Gedanken eine sexuelle Lerngeschichte in Angriff genommen hat. Somit stellt die von Hell aufgezeigte positive Sichtweise auf die Scham eine interessante therapeutische Herangehensweise in Bezug auf Scham und sexuelle Fantasien für die Sexualberatung dar.

Des Weiteren wird von den befragten Cis-Frauen das Fantasieren von einer anderen Person als der/die eigene Partner\*in als Grund für ein negatives Gefühl der Schuld beschrieben. Dafür gibt es verschiedene Erklärungsansätze. Zum einen kann dies dadurch begründet sein, dass Unklarheit herrscht, ob es sich um eine sexuelle Fantasie mit Handlungsabsicht handelt. Sprich, ist davon zu fantasieren gleichzusetzen mit einem realen Wunsch dies zu tun oder nicht? Gerade bei einer offenen Kommunikation mit dem/der Partner\*in in Bezug auf solche Fantasien, kann eine potenzielle Verunsicherung ausgelöst werden. Zum anderen wäre denkbar, dass allein das Fantasieren über eine ausserdyadische sexuelle Aktivität mit dem Betrug gleichgesetzt wird.

Bei der Interviewpartnerin fünf zeigen sich negative Kognitionen in Bezug zu Sexualität, Selbstbefriedigung und sexueller Fantasietätigkeit aufgrund früher konservativer christlicher Prägungen (Pos. 30–31, 248–250). Auch Gil (1990) konnte negative Kognitionen in Bezug zu sexuellen Fantasien bei konservativen, christlichen Gläubigen feststellen und sieht eine mögliche Erklärung in der Annahme der christlichen Religion, dass auch hier das Denken und Handeln gleichgesetzt werden (S. 636).

Die Interviewpartnerin eins (Pos. 290–292) und Interviewpartnerin fünf (Pos. 309–312) beschreiben sexuelle Fantasien mit aufdringlicher Natur (wie das Fantasieren über den Sex mit jeder Person, welcher man begegnet oder über das Aussehen des Penis einer sehr unattraktiven Person). Dies führt zu Irritation, insbesondere in un-

passenden Momenten oder bei abwegigen Inhalten. Aufdringliche sexuelle Fantasien und Fantasien mit «falschen» Inhalten stellen jedoch nur dann ein Problem dar, wenn sie einen Leidensdruck zur Folge haben oder eine Gefahr für sich selbst oder andere droht (Eck, 2020, S. 29).

## 10.2 Wie erleben erwachsene Cis-Frauen die eigene Person in der sexuellen Fantasie?

Die Autor\*innen Leitenberg und Henning (1995), Joyal et al. (2015) und Lehmilller (2018) zeigten auf, dass die meisten (90–98 %) Personen in der eigenen sexuellen Fantasie vorkommen. Die vorliegende Masterarbeit wollte jedoch noch genauer wissen, ob die eigene Person in der sexuellen Fantasie als Akteurin oder Zuschauerin aktiv oder passiv erscheint. Dies war dem aktuellen Kenntnisstand noch nie Teil einer wissenschaftlichen Untersuchung. Die Ergebnisse zeigen, dass sich alle sechs befragten Cis-Frauen als Akteurin der sexuellen Fantasie erleben. Dies könnte dadurch mitbegründet sein, dass die Ausschreibung nach Personen gesucht hat, welche in den sexuellen Fantasien vorkommen, was eine begrenzte Aussagekraft hat. Die Hälfte der Probandinnen sieht sich in einer eher passiven Rolle (Interviewpartnerin eins, Pos. 189–190, Interviewpartnerin fünf, Pos. 219, Interviewpartnerin sechs, Pos. 29), welche dadurch gekennzeichnet ist, dass etwas mit ihnen gemacht wird. Thematisch lassen sich die Szenarien solcher Fantasien häufig in den Bereich von Dominanz und Unterwürfigkeit einordnen, welcher zu einem sehr verbreiteten Inhalt sexueller Fantasien zählt (Lehmilller & Gormezano, 2023, S. 2 nennt dies als zweithäufigstes genanntes Thema sexueller Fantasien, Seehus, 2022, erwähnt dies ebenfalls als eines der meistgenannten Themen sexueller Fantasien von Frauen). Lehmilller (2018, S. 24) erklärt, dass die Verbreitung der Rolle der Unterwürfigkeit (Passivität) in der sexuellen Fantasie mit Wunsch danach, Kontrolle abzugeben, einhergehen. Zudem erlauben die psychologischen Veränderungen von Mensch zum Objekt der Begierde das Loslassen im Kopf, was gerade für leicht ablenkbare und ängstliche Personen ansprechend sei, so Lehmilller (2018, S. 24) weiter. Trotz teils passiver Rolle in der sexuellen Fantasie lässt sich anhand der Aussagen erkennen, dass die Erfüllung der Wünsche der fantasierenden Personen

ins Zentrum gerückt werden. Dies lässt eine gewisse Autozentriertheit sexueller Fantasien vermuten.

Sexuelle Fantasien können laut Bischoff-Campbell (2022, S. 58) als eine mögliche Ressource (erstrebenswertes erotisches Selbstbild, erstrebenswerte Handlungen wie etwa bewegter, selbstsicherer) dienen. Auch die befragten Cis-Frauen zeigen, vergleichbar mit den Erkenntnissen von Lehmler (2018, S. 155), veränderte Merkmale und Persönlichkeitsstrukturen und erlangen so mehr sexuelle Selbstsicherheit und erotische Kompetenzen. Sie nennen eine gesteigerte sexuelle Selbstsicherheit, Attraktivität, Initiative (Verführung) und sexuelle Erfahrung als solche. Somit lassen die sexuellen Fantasien Menschen, frei von Wertung und dem kritischen Blick von anderen, Dinge ausprobieren und erleben. Diese Erkenntnis stellt insbesondere für die sexualtherapeutische Arbeit einen interessanten Aspekt dar, welcher als Ausgangslage für die therapeutischen Interventionen zur Annäherung an die Frau in der Fantasie dienen könnte.

### 10.3 Wie hängt das Erleben sexueller Fantasie von Cis-Frauen mit dem unmittelbaren körperlichen Geschehen in Bezug auf die sexuelle Erregung zusammen?

Alle befragten Cis-Frauen sprechen unaufgefordert davon, dass sexuelle Fantasien als Auslöser oder Begleiter der unmittelbaren Reaktion der sexuellen Erregung fungieren. Dies deckt sich mit den Aussagen diverser Autor\*innen (vgl. Crépault et al., 1977; Byers et al., 1998; Morokoff, 1985; Seehuus et al., 2022), welche die sexuelle Erregung als Kernfunktion der sexuellen Fantasietätigkeit bezeichnen. Dabei stellt die sexuelle Fantasie bei einigen eine Notwendigkeit zur effizienten Steigerung der sexuellen Erregung dar und sie müssen sich regelrecht an den Fantasien «festhalten». Andere wiederum sind flexibler und wechseln während der sexuellen Aktivität spielerisch den Fokus zwischen sexueller Fantasie, Körperwahrnehmung und Interaktion mit dem Gegenüber.

Nicht immer sind die sexuellen Fantasieinhalte Anlass zur Steigerung sexueller Erregung. Im Gegenteil: So gaben zwei Drittel der befragten Cis-Frauen an, dass «falsche» Inhalte in sexuellen Fantasien zu einem Einbruch/Abflachen der sexuellen

Erregung führen können. Die Forschung hat allerdings noch keine Antwort darauf, wie oft dies vorkommt und es bedarf weiterer Forschung zu diesem Thema.

Sexuelle Fantasien zeigen sich zu unterschiedlichen Zeitpunkten innerhalb des sexuellen Erregungszyklus beziehungsweise innerhalb der Erregungskurve. Deckend mit den Forschungsergebnissen von Crépault et al. (1977, S. 272) sind sie als Erregungsquelle in der Erregungsphase und während der Steigerung der sexuellen Erregung vertreten. Anders als die Ergebnisse von Crépault et al. (1977, S. 272) gaben die befragten Frauen auch eine Orgasmusfantasie an. Dies lässt sich entweder durch eine mangelhafte Definition beziehungsweise Abgrenzung während der Erhebung erklären oder diese Erkenntnis ist mit der Forschung von Crépault et al. nicht deckend und bedarf weiterer Verifizierung und Forschung.

#### 10.4 Wie sind körperliche Geschehnisse in das Erleben und Inhalte sexueller Fantasien involviert?

Die Schilderungen der Interviewteilernehmerinnen zeigen, dass der Fantasie entsprechende Körperpositionen als Stütze der sexuellen Fantasie dienen können. Auch Eck (2020, S. 70) beschreibt, dass sexuelle Fantasien, welche das Körpererleben unterstützen, hilfreich sein können. So scheint es naheliegend, dass auch Körperhaltungen, welche die sexuelle Fantasie unterstreichen, eine Hilfestellung darstellen können und die Intensität und Kreativität sowie die Steigerung sexueller Erregung unterstützen. Grundsätzlich lassen sich zum einen sexuelle Fantasien nahe an der Realität erkennen, was in der Tendenz mit einer ich-syntonen Wahrnehmung der eigenen Person in der sexuellen Fantasie einherging. Von der Realität weit entfernte, insbesondere sehr abwegige Szenarien mit Gewalt und Zwang führten im Umkehrschluss aufgrund der Ich-Dystonie eher zu Konflikten mit den sexuellen Fantasien.

Anhand der Erzählungen von Interviewpartnerin fünf lässt sich erkennen, dass eine Entwicklung in der sexuellen Lerngeschichte, wie etwa die Auseinandersetzung/in Kontakt treten mit dem eigenen Geschlecht, Ausbau der Aktivität/Bewegung in der sexuellen Aktivität und Veränderungen der Kognitionen zu einer veränderten

Selbstwahrnehmung, wie das Hineinwachsen in die Rolle der Akteurin in der sexuellen Fantasie als inneren Spiegel nahelegen. Dies deckt sich mit der Erklärung von Gehrig (2010, S. 51), dass eine Veränderung der Beziehung zum eigenen Körper das Erleben und die innere Symbolisierung verändert.

Wird die Art und Weise der Erregungssteigerung in den Zusammenhang mit den Inhalten und dem Erleben der eigenen Person in der sexuellen Fantasie gestellt, so lässt sich erkennen, dass diejenigen Interviewpartnerinnen (Interviewpartnerin zwei und vier), welche in der Evaluation der Art und Weise der Erregungssteigerung in einem Bewegungsmodi einzuordnen sind, eher von affektiven Themen der sexuellen Fantasien sprechen und immer wieder betonen, wie wichtig das Gefühl und Berührung (auch in Bezug zum Fantasieerleben) sind. Zudem beschreiben beide einen optimalen Zugang zu ihren sexuellen Fantasien und verneinen, intrusive sexuelle Fantasien zu haben. Hingegen beschreiben diejenigen Interviewpartnerinnen, welche eher in einem Spannungsmodi einzuordnen sind, eher sexuelle Fantasien in der Thematik der Dominanz und Unterwürfigkeit sowie etwas Verbotenes zu tun und erleben sich in der sexuellen Fantasie eher in der passiven Rolle. Eine mögliche Erklärung lässt sich in der Emodimentforschung finden. Demnach ist das Denken bei körperlicher Immobilisation durch hohe muskuläre Spannung und eingegengtem Bewegungsraum (analog der Charakteristika der Spannungsmodi) eher eingeschränkt und haben einen Einfluss auf unsere Selbstwahrnehmung (Storch et al., 2017, S. 46).

In Bezug zum eigenen Genital stimuliert oder nicht lässt sich erkennen, dass bei den zwei Frauen, welche viel Bewegung in der Selbstbefriedigung beschreiben (Interviewpartnerin zwei und vier) die Genitalien in den sexuellen Fantasien eine weniger zentrale Rolle spielen als bei den anderen. Gerade Interviewpartnerin vier erzählte, dass sie in der Selbstbefriedigung oft ihr Geschlecht betrachtet und erkundet (Pos. 349–351). Dies widerspricht der Annahme, dass sich die Genitalität im realen Leben in den sexuellen Fantasien widerspiegeln würde.

## 11 Fazit

Abschliessend lässt sich sagen, dass es einige Hinweise gibt, welche darauf hindeuten, dass die sexuellen Fantasien in enger Verbundenheit mit den körperlichen Geschehnissen stehen. Dies versteht sich nicht nur in Bezug auf die sexuelle Erregung, sondern auch auf die spezifischen Stimulationen, Körperhaltungen und die Gesamtheit der Sensusmotorik. Jegliche Phänomene, welche eine geistige Aktivität mit körperlichen Folgen und umgekehrt haben, sind nicht isoliert, sondern im Kontext der Körper-Hirn-Einheit zu betrachten. Vor dem Hintergrund der Embodimentforschung, der klinischen Erfahrung mit dem Modell Sexocorporel und den Hinweisen aus der vorliegenden Forschungsarbeit ist eher nicht davon auszugehen, dass eine Frau, die ihren sexuellen Archetypus in hohem Masse erotisiert, sich intensiv mit dem eigenen Geschlecht und dem eigenen weiblichen Innenraum auseinandersetzt sowie in der sexuellen Aktivität aktiv in Bewegung ist, sich in den sexuellen Fantasien als Spiegel der inneren Selbstwahrnehmung in einem unbewegten Szenario der Unterwerfung wiederfindet. Hinsichtlich der Forschungsfrage nach der Involviertheit des körperlichen Geschehens in das Erleben sexueller Fantasien konnten jedoch nur bedingt Aussagen gemacht werden.

Die Ergebnisse der vorliegenden Forschungsarbeit zeigen auch auf, dass die Einflüsse auf das Erleben sexueller Fantasien gleichwohl in der Sexodynamik, der Kognitionen, Beziehungskomponente als auch der Physiologie, insbesondere der Art und Weise der Erregungssteigerung, zu finden sind. Die Fantasien bewegen sich dabei als ein Teil des grossen Mobiles, welches durch alle anderen Komponenten als weitere Mobileteile in Balance gehalten wird.

## 12 Limitationen

Die Aussagekraft wird durch die kleine Anzahl von sechs Cis-Frauen stark eingeschränkt und ist eher im Sinne einer exemplarischen Aufzeichnung des persönlichen Erlebens der sexuellen Fantasie und deren Zusammenhang mit der Art und Weise der Erregungssteigerung zu verstehen. Eine weitere Limitation stellt die mögliche Rekrutierungsverzerrung dar, welche die Generalisierbarkeit der Ergebnisse einschränkt. Ein wichtiger Kritikpunkt an der Forschung zu sexuellen Fantasien,

diese nicht ausgenommen, ist das Fehlen einer objektivierbaren Bewertung der sexuellen Fantasien, da sie auf Selbstberichten beruhen (Leitenberg & Henning, 1995, S. 470). Zudem muss stark davon ausgegangen werden, dass die befragten Personen eine sozial akzeptierte Antwort geben und diese somit in Teilen immer im Verborgenen bleibt.

Die vorliegende Arbeit hat einen Versuch unternommen, zwei Phänomene, die des Erlebens der eigenen Person in der sexuellen Fantasie und die der Art und Weise der Erregungssteigerung in der Interaktion miteinander, zu erforschen. Da beide Phänomene komplex sind und von verschiedenen Faktoren beeinflusst werden, ist es schwierig, mit diesem Forschungsdesign eine eindeutige Aussage zu den Forschungsfragen zu treffen. Die vollständige Evaluation beider Aspekte ist in einem leitfadengestützten Einzelinterview aufgrund des einmaligen Gesprächs von 75–90 Minuten nur sehr bedingt möglich und ein differenziertes Bild kann somit nicht gezeichnet werden. Die Evaluation der sexuellen Fantasien, insbesondere des Erlebens der eigenen Person, war herausfordernd. Eine weitere Eingrenzung auf einen kleineren Bereich des Forschungsthemas wäre daher sinnvoll gewesen.

Die Interviewteilnehmerinnen waren hauptsächlich ab den Fragen zum Erleben der eigenen Person und der Frage nach dem Ausmass der Erotisierung des eigenen Archetyps in der sexuellen Fantasie herausgefordert und haben geäußert, dass es hilfreich gewesen wäre, einen Teil der Fragen im Voraus zu erhalten, um die Möglichkeit zu erhalten, sich im Vorfeld darüber Gedanken zu machen. Auch die Instruktion zum Führen eines Fantasietagebuchs wäre retrospektiv sinnhaft gewesen. In der Evaluation der Interviews sind zudem einige Suggestivfragen aufgefallen und weisen auf eine unvoreilhaft, unerfahrene Vorgehensweise seitens der Interviewenden hin. Trotz des Kodierleitfadens ist davon auszugehen, dass die Kodierung und Interpretation der Daten von der persönlichen Perspektive der Forschenden beeinflusst wurden.

### 13 Ausblick

Verschiedene Aussagen geben Hinweise darauf, dass eine Entwicklung in der sexuellen Lerngeschichte auf einer oder allen Ebenen der Kognition, Sexodynamik, Beziehungskomponente oder der Physiologie eine Veränderung der Inhalte und Auftreten sexueller Fantasien zur Folge hat. Diese Erkenntnisse sollten weiter verifiziert und ausgeführt werden. Sie erlauben ein tiefes Verständnis komplexer Zusammenhänge der menschlichen Sexualität und können einen Beitrag zur Wiederherstellung und Aufrechterhaltung sexueller Gesundheit darstellen. Die Erforschung des Einflusses der Erregungsmodi nach dem Modell Sexocorporel bietet sich ebenfalls an. Eine Einzelfallstudie eines therapeutischen Prozesses in Bezug zu sexuellen Fantasien und der Art und Weise der Erregungssteigerung könnte eine erste Herangehensweise sein, um das Thema differenzierter und tiefgründiger zu erschliessen, bevor weitere Daten mit einer grösseren Stichprobe erhoben werden sollten.

### 14 Implikationen für die Sexualberatung

- Sexuelle Fantasien sollten ein unerlässlicher Teil der Sexualevaluation sein und geben Aufschluss über die innere Selbstwahrnehmung der Klienten.
- Das Erleben der eigenen Person in der sexuellen Fantasie gibt Aufschluss darüber, ob sie sich als Handelnde oder Zuschauerin, Akteurin oder nicht, rezeptiv oder intrusiv erlebt sowie ob die Person auf emotionale oder genitale Aspekte fokussiert.
- Die Evaluation sexueller Fantasien sollte auch in Bezug auf körperliche Geschehnisse wie der sexuellen Erregung evaluiert werden. Insbesondere Einbrüche der Erregung oder besonders erregungssteigernde Punkte können interessante Ausgangspunkte zur weiteren Evaluation sein.
- Inhalte sexueller Fantasien sollten gut evaluiert und eine Unterscheidung zwischen explizitem und implizitem Thema gemacht werden.

- Die eigene Haltung des\*der Therapeut\*in gegenüber sexuellen Fantasien sollte stets reflektiert werden.
- Sexuelle Fantasien sollten unter der Berücksichtigung aller vier Komponenten des Modells Sexocorporel betrachtet werden.
- Während des therapeutischen Prozesses, insbesondere bei der Arbeit am Erregungsmodus oder an den sexuellen Fantasien, sollte evaluiert werden, was und wie sich etwas verändert hat.
- Sexuelle Fantasien sind eine Möglichkeitsform, Dinge auszuprobieren. Dies empfiehlt sich als Ausgangslage zur Erarbeitung neuer Kompetenzen und Fähigkeiten in der Sexualität.
- Die Unterscheidung von sexuellen Fantasien mit Handlungsabsicht und Themen sexueller Fantasien, die in der Fantasiewelt bleiben, ist von zentraler Bedeutung und sollte Teil der Evaluation sexueller Fantasien sein.

## Persönliches Schlusswort

Ich wurde, allein schon durch die Gespräche mit diesen sechs Frauen, ganz abgesehen von allen Hindernissen, welche ich im Laufe der Erarbeitung dieser Masterarbeit zu überwinden hatte, enorm bereichert. Es macht mich demütig und dankbar, dass sich diese Frauen die Zeit genommen haben, über einen so intimen Teil ihrer Sexualität Auskunft zu geben. Die Durchführung dieser Erhebung hat mir einmal mehr gezeigt, dass der Kontakt mit Menschen für mich als Person unerlässlich ist und mir am allermeisten Spass bereitet hat. So ist es der sehr praktische Teil dieser Arbeit, die Sexualevaluation, welche Lust auf mehr macht. So freue ich mich auf jede persönliche Begegnung in meiner zukünftigen Tätigkeit als Sexologin.

Bereits bei der Vorarbeit zu dieser Masterarbeit habe ich mir immer wieder die Frage gestellt, wie das Phänomen der sexuellen Fantasien in unseren Köpfen, welches einen Menschen auf körperlicher und emotionaler Ebene so bewegen kann, nicht unter dem Aspekt der Körper-Hirn-Einheit betrachtet werden kann. Auch wenn sich die Erarbeitung des Themas dieser Masterarbeit eben gerade durch diese Tatsache immer wieder sehr komplex und herausfordernd gestaltet hat, bin ich doch froh darüber, mich diesem Thema angenommen zu haben. Dies auch in der Überzeugung, dass das Sexocorporel-Modell, welches sich unter diesem Postulat mit den kausalen Zusammenhängen auseinandersetzt, eine so grosse Chance bietet, Klient\*innen auf ihrem Weg zur Erhaltung und Wiederherstellung sexueller Gesundheit zu begleiten, damit Sexualität durch vielfältige, kreative, erregende und bewegende sexuelle Fantasien bereichert werden kann.

## Literaturverzeichnis

- Ahrold, T. K., Farmer, M., Trapnell, P. D. & Meston, C. M. (2011). The relationship among sexual attitudes, sexual fantasy, and religiosity. *Archives of Sexual Behavior*, 40(3), 619–630. <https://doi.org/10.1007/s10508-010-9621-4>
- Barker, M. (2014). The 'problem' of sexual fantasies. *Porn Studies*, 1(1-2), 143–160. <https://doi.org/10.1080/23268743.2013.863656>
- Bischof, K. (2020). *Wissenschaftliche Grundlagen des Sexocorporel*. <https://doi.org/10.23668/PSYCHARCHIVES.5535>
- Bischoff-Campbell, A. (2022, 7. Januar). *Sexuelle Fantasien: ISP Zürich, Block 16*. Unterrichtsmaterialien,
- Bivona, J. M., Critelli, J. W. & Clark, M. J. (2012). Women's rape fantasies: an empirical evaluation of the major explanations. *Archives of Sexual Behavior*, 41(5), 1107–1119. <https://doi.org/10.1007/s10508-012-9934-6>
- Gonin-Spahni, S., Borgmann, M., & Gloor, S. (2019). Se-Be-Ge Sexualität Beziehung Gesundheit (Newsletter). Universität Bern, Bern. Abgerufen von [https://www.gpv.psy.unibe.ch/forschung/sebege/index\\_ger.html](https://www.gpv.psy.unibe.ch/forschung/sebege/index_ger.html)
- Cado, S. & Leitenberg, H [H.] (1990). Guilt reactions to sexual fantasies during intercourse. *Archives of Sexual Behavior*, 19(1), 49–63. <https://doi.org/10.1007/BF01541825>
- Chatton, Dominique, Jean-Yves Desjardins, Lise Desjardins & Mélanie Tremblay (2005). La sexologie clinique basée sur un modèle de santé sexuelle. *Psychotherapies*, 25(1), 3–19. <https://www.cairn.info/revue-psychotherapies-2005-1-page-3.htm>
- Cogan, R., Cochran, B. S., Velarde, L. C., Calkins, H. B., Chenault, N. E., Cody, D. L., Kelley, M. D., Kubicek, S. J., Loving, A. R., Noriega, J. P., Phelan, K. A., Seigle, S. C., Stout, T. I., Styles, J. W. & Williams, H. A. (2007). Sexual fantasies, sexual functioning, and hysteria among women: A test of Freud's (1905) hypothesis. *Psychoanalytic Psychology*, 24(4), 697–700. <https://doi.org/10.1037/0736-9735.24.4.697>
- Conn, A. & Hodges, K. (2023). *Übersicht zu Sexualfunktionen und Sexualstörungen der Frau*. <https://www.msmanuals.com/de-de/profil/gyn%C3%A4kologie-und-geburtshilfe/sexualfunktionen-der-frau-und-weibliche-sexuelle-dysfunktion/%C3%BCber-sicht-zu-sexualfunktionen-und-sexualst%C3%B6rungen-der-frau>
- Crépault, C., Abraham, G., Porto, R. & Couture, M. (1977). Erotic Imagery in Women. In R. Gemme & C. C. Wheeler (Hrsg.), *Perspectives in sexuality. Progress in sexology: Selected papers from the proceedings of the 1976 International Congress of Sexology* (S. 267–283). Plenum Press. [https://doi.org/10.1007/978-1-4684-2448-5\\_30](https://doi.org/10.1007/978-1-4684-2448-5_30)
- Crépault, C. (1997). *La sexoanalyse*. Paris: Payot & Rivages.
- Davidson, J. K. & Hoffman, L. E. (1986). Sexual fantasies and sexual satisfaction: An empirical analysis of erotic thought. *The Journal of Sex Research*, 22(2), 184–205. <https://doi.org/10.1080/00224498609551299>
- Desjardins, J.-Y., Chatton, D., Desjardins, L. & Tremblay, M. (2011). Chapitre 2. Le sexocorporel. La compétence érotique à la portée de tous. In M. El Feki, J.-Y. Desjardins, C. Crépault & J. Bureau (Hrsg.), *Carrefour des psychothérapies. La sexothérapie: Quelle thérapie choisir en sexologie clinique?* (2e édition revue et augmentée, S. 63–102). De Boeck Supérieur. <https://doi.org/10.3917/dbu.elfek.2011.01.0063>

- Döring, N. & Bortz, J. (2016). *Forschungsmethoden und Evaluation in den Sozial- und Humanwissenschaften* (5., vollst. überarb., aktualisierte und erw. Aufl.). SpringerLink Bücher. SPRINGER. <http://link.springer.com/book/10.1007/978-3-642-41089-5>  
<https://doi.org/10.1007/978-3-642-41089-5>
- Eck, A. (2020). *Sexuelle Fantasien in der Therapie* (1. Auflage 2020). *Leben. Lieben. Arbeiten: systemisch beraten*. Vandenhoeck & Ruprecht.
- Fawcett, D. & Gerber, K. A. (2022). *Lust, Rausch und Crystal Meth: Wege aus dem Chemsex-Konsum bei MSm* (1. Auflage). *Fachwissen*. Psychiatrie Verlag. <https://livivo.idm.oclc.org/login?url=https://ebookcentral.proquest.com/lib/zbmed-ebooks/detail.action?docID=7086744>
- Freud, S. (1908). *Der Dichter und das Phantasieren: Originaltext von Neue Revue. Halbmonatschrift für das öffentliche Leben 1 (1907/08)*. S. 716–724. BoD - Books on Demand, <https://www.gutenberg.org/files/28863/28863-h/28863-h.htm>.
- Gehrig, P. (2010). Erektionsstörung – erektile Dysfunktion – ED. *Sexualtherapie und Sexualberatung. Sexualtherapie und Sexualberatung*.
- Geuter, U. (2014). Stichwort: Embodiment. *körper – tanz – bewegung*, 2(3), 125. <https://doi.org/10.2378/ktb2014.art20d>
- Gil, V. (1990). Sexual fantasy experiences and guilt among conservative Christians: An exploratory study. *The Journal of Sex Research*, 27(4), 629–638. <https://doi.org/10.1080/00224499009551584>
- Hariton, E. B. & Singer, J. L. [J. L.] (1974). Women's fantasies during sexual intercourse: normative and theoretical implications. *Journal of consulting and clinical psychology*, 42(3), 313–322. <https://doi.org/10.1037/h0036669>
- Hasson, R. & Ginzburg, K. (2024). The Development and Psychometric Evaluation of the Sexual Fantasy Experience Scale. *Archives of Sexual Behavior*, 53(3), 1015–1030. <https://doi.org/10.1007/s10508-023-02794-1>
- Hell, D. (2018). *Lob der Scham: Nur wer sich achtet, kann sich schämen* (Originalausgabe). *Sachbuch psychosozial*. Psychosozial-Verlag. <https://www.nomos-elibrary.de/10.30820/9783837974287/lob-der-scham>  
<https://doi.org/10.30820/9783837974287>
- Hopf, C.-M. (2016). *SpringerLink Bücher. Schriften zu Methodologie und Methoden qualitativer Sozialforschung: Christel Hopf; herausgegeben von Wulf Hopf und Udo Kuckartz* (W. Hopf & U. Kuckartz, Hg.). Springer Fachmedien Wiesbaden GmbH; Springer VS.
- Joyal, C. C., Cossette, A. & Lapierre, V. (2015). What exactly is an unusual sexual fantasy? *The journal of sexual medicine*, 12(2), 328–340. <https://doi.org/10.1111/jsm.12734>
- Kuckartz, U., Dresing, T., Rädiker, S. & Stefer, C. (2008). *Qualitative Evaluation: Der Einstieg in die Praxis* (2., aktualisierte Auflage). *Springer eBook Collection Humanities, Social Science*. VS Verlag für Sozialwissenschaften. <http://link.springer.com/978-3-531-91083-3> <https://doi.org/10.1007/978-3-531-91083-3>
- Lehmiller, J. J. (2018). *Tell me what you want*. [https://www.migrationscotland.org.uk/uploads/user\\_contributed/pdf-tell-me-what-you-want-justin-j-lehmiller-pdf-download-free-book-cf2adb3.pdf](https://www.migrationscotland.org.uk/uploads/user_contributed/pdf-tell-me-what-you-want-justin-j-lehmiller-pdf-download-free-book-cf2adb3.pdf)
- Lehmiller, J. J. (2022). *The science of sexual fantasy and desire: Part 1*. <https://sexual-healthalliance.com/justin-lehmiller-science-of-fantasy>
- Lehmiller, J. J. & Gormezano, A. M. (2023). Sexual fantasy research: A contemporary review. *Current Opinion in Psychology*, 49, 101496. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2022.101496>

- Leitenberg, H [Harold] & Henning, K. (1995). Sexual fantasy. *Psychological Bulletin*, 117(3), 469–496. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.469>
- Masters, W. H. & Johnson, V. E. (1966). *Human sexual response*. Little, Brown.
- Mayring, P. (2022). *Qualitative Inhaltsanalyse: Grundlagen und Techniken* (13., überarbeitete Auflage). *Beltz Pädagogik*. Beltz; Preselect.media GmbH. <http://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-epflicht-2019387>
- Néret, G. (2013). *Erotica universalis: From Pompeii to Picasso*. Taschen.
- Nimbi, F. M., Galizia, R., Limoncin, E., Levy, T., Jannini, E. A., Simonelli, C. & Tambelli, R. (2023). Sexual Desire and Erotic Fantasies Questionnaire: The Development and Validation of the Erotic Fantasy Use Scale (SDEF2) on Experience, Attitudes, and Sharing Issues. *Healthcare (Basel, Switzerland)*, 11(8). <https://doi.org/10.3390/healthcare11081159>
- Preisendörfer, P. (2008). *Heikle Fragen in mündlichen Interviews: Ergebnisse einer Methodenstudie im studentischen Milieu*. <https://core.ac.uk/download/pdf/6442668.pdf>
- Renaud, C. A. & Byers, E. S. (2001). Positive and negative sexual cognitions: Subjective experience and relationships to sexual adjustment. *The Journal of Sex Research*, 38(3), 252–262. <https://doi.org/10.1080/00224490109552094>
- Shtarkshall, R. A., Anonymous & Feldman, B. S. (2008). A woman with a high capacity for multi-orgasms: a non-clinical case-report study. *Sexual and Relationship Therapy*, 23(3), 259–269. <https://doi.org/10.1080/14681990802094978>
- Singer, J. L [Jerome L.]. (1975). *Daydreaming and fantasy*. Allen & Unwin Ltd.
- Storch, M., Cantieni, B., Hüther, G. & Tschacher, W. (2017). *Embodiment: Die Wechselwirkung von Körper und Psyche verstehen und nutzen* (3., unveränderte Auflage). Hogrefe. <https://elibrary.hogrefe.com/9783456958163>  
<https://doi.org/10.1024/85816-000>

## Abbildungsverzeichnis

<b>Abbildung 1</b>	HILDA or the Triumph of a big woman.....	7
<b>Abbildung 2</b>	Sexueller Reaktionszyklus der Frau .....	28
<b>Abbildung 3</b>	Einsatz des Körpers und sexuelles Erleben nach Erregungsmodus .....	31
<b>Abbildung 4</b>	Sexuelle Funktionalität.....	35
<b>Abbildung 5</b>	Erregungskurve Interviewpartnerin 1 (2024).....	57
<b>Abbildung 6</b>	Erregungskurve Interviewpartnerin 2 (2024).....	58
<b>Abbildung 7</b>	Erregungskurve Interviewpartnerin 3 (2024).....	59
<b>Abbildung 8</b>	Erregungskurve Interviewpartnerin 4 (2024).....	60
<b>Abbildung 9</b>	Erregungskurve Interviewpartnerin 5 (2024).....	61
<b>Abbildung 10</b>	Erregungskurve Interviewpartnerin 6 (2024).....	62
<b>Abbildung 11</b>	Bildauslage Interview (Bild 1).....	93
<b>Abbildung 12</b>	Bildauslage Interview (Bild2).....	94
<b>Abbildung 13</b>	Bildauslage Interview (Bild3).....	95
<b>Abbildung 14</b>	Bildauslage Interview (Bild4).....	96
<b>Abbildung 15</b>	Bildauslage Interview (Bild 5).....	97
<b>Abbildung 16</b>	Bildauslage Interview (Bild 6).....	98
<b>Abbildung 17</b>	Bildauslage Interview (Bild7).....	99
<b>Abbildung 18</b>	Bildauslage Interview (Bild 8).....	100
<b>Abbildung 19</b>	Bildauslage Interview (Bild9).....	101
<b>Abbildung 20</b>	Bildauslage Interview (Bild10).....	102
<b>Abbildung 21</b>	Bildauslage Interview (Bild 11).....	103
<b>Abbildung 22</b>	Bildauslage Interview (Bild 12).....	104
<b>Abbildung 23</b>	Bildauslage Interview (Bild 13).....	105

## Anhang

Anhang I Informationsschreiben

Anhang II Einverständniserklärung

Anhang III Interviewleitfaden

Anhang IV Bildauslage Interview

Anhang V Interviewausschnitte

Anhang VI Kodierleitfaden

Anhang VII Stick mit den vollständigen Interviewtranskriptionen

Eigenständigkeitserklärung

## Anhang I: Informationsschreiben

### **Informationen für Interviewpersonen zur Datenerhebung, Transkription und Auswertung**

Sehr geehrte Interviewteilnehmerinnen

Vielen Dank für das Interesse an meiner Masterarbeit und die Bereitschaft, ein Interview zu geben. Hiermit möchte ich Ihnen einige wichtige Informationen zum Zweck, zur Datenerhebung, zur Auswertung und zum Datenschutz geben. Nehmen Sie sich bitte Zeit, um die vorliegende Information zu lesen und stellen Sie mir allfällige Fragen gerne im Voraus.

Diese Masterarbeit ist der letzte qualifizierende Schritt zur Erlangung des akademischen Grades Master of Arts in «Sexologie» an der Hochschule Merseburg (DE) und dem ISP Institut für Sexualpädagogik und Sexualtherapie Zürich.

#### **Zweck der Datenerhebung**

Für meine Masterarbeit führe ich leitfadengestützte, halbstrukturierte Interviews durch. Im Rahmen meiner Untersuchung interessiere ich mich dafür, wie die eigene Person in den sexuellen Fantasien erlebt wird. Zudem wird untersucht inwiefern Inhalte sexueller Fantasien und die Art und Weise der Erregungssteigerung in einem Zusammenhang stehen.

#### **Teilnahme Interview und Vorgehen**

Das Interview findet in Form eines Gesprächs von maximal 90 Minuten in einem vorgegebenen Setting statt. Wichtig dabei ist, dass Sie sich wohlfühlen. Vom Interview wird eine digitale Audioaufnahme gemacht, welche anschliessend transkribiert wird. Das Transkript wird danach anonymisiert, mittels einer qualitativen Inhaltsanalyse ausgewertet und einzelne Passagen des Interviews anonymisiert in die Masterarbeit aufgenommen.

#### **Empfänger\*innen der Daten**

Die Audiodateien werden durch Martina Güdel unter Schweigepflicht transkribiert, anonymisiert und analysiert. Das Transkript ist den Prüfenden Prof. Dr. Maika Böhm und Ben Kneubühler anonymisiert zugänglich. Da die Interviews die Grundlage für Aussagen in der Masterarbeit bilden, sind darin Auszüge aus den anonymisierten Transkripten vorhanden. Nach Abschluss des Studiums, wird diese online im Hochschulkatalog veröffentlicht.

#### **Dauer der Abspeicherung der personenbezogenen Daten und Audiodateien**

Die Audiodateien werden sicher getrennt von personenbezogenen Daten und sicher verschlossen aufbewahrt und mit der Abgabe der Masterarbeit vollständig gelöscht. Die personenbezogenen Daten werden nach bestandener Masterarbeit ebenfalls vollständig gelöscht.

#### **Ihre Rechte**

Ihre Teilnahme an diesem Interview ist freiwillig und Sie können dieses jederzeit abbrechen, ohne Begründung und ohne, dass Ihnen dadurch Nachteile entstehen. Sie können Ihr Einverständnis zur Datennutzung auch nach dem Interview bis am 01.06.24 widerrufen. Sofern Sie in die Verarbeitung Ihrer Daten eingewilligt haben, besteht die Möglichkeit, diese jederzeit für die Zukunft zu widerrufen.

Ich bedanke mich sehr herzlich für Ihre Unterstützung. Bei Fragen können Sie mich gerne kontaktieren.

#### **Angaben zur Studienleitung**

Martina Güdel  
martina.guedel@stud.hs-merseburg.de

## Datenschutz- und Einwilligungserklärung zur Teilnahme an Befragungen im Rahmen von Forschung und Lehre

Forschungsprojekt: Masterarbeit zur Einreichung des akademischen Grades  
Master of Arts in Sexologie zum Thema:  
«Das Erleben der eigenen Person in der sexuellen Fantasie.  
Eine empirische Untersuchung zum persönlichen Erleben  
sexueller Fantasien bei erwachsenen Cis-Frauen und deren  
Zusammenhang mit der Art und Weise der Erregungsstei-  
gerung»

Betreuer\*in: Prof. Dr. Maika Böhm  
Durchführende Person: Martina Güdel

- Das Interview findet im Rahmen der Masterarbeit von Martina Güdel zur Einreichung des akademischen Grades «Master of Arts in Sexologie» statt und dauert 60 bis 90 Minuten.
- Meine Fragen im Zusammenhang mit der Teilnahme an dieser Studie sind mir zufriedenstellend beantwortet worden.
- Ich nehme an dieser Studie freiwillig teil. Ich kann jederzeit und ohne Angabe von Gründen meine Zustimmung zur Teilnahme widerrufen, ohne dass mir deswegen Nachteile entstehen.
- Ich bin mir bewusst, dass das Interview aufgenommen (Ton) und anschliessend transkribiert wird. Die Erhebung und Verarbeitung der Daten dienen ausschliesslich wissenschaftlichen Zwecken. Die interviewende Person geht vertraulich mit personenbezogenen Angaben um und unterliegt dem Datenschutz gemäss der EU-Datenschutzverordnung (DSGVO).
- Nach abgeschlossener Beurteilung der Arbeit wird die Tonaufzeichnung gelöscht (voraussichtlich 14. September 2024). Die Löschung der Einwilligungserklärung erfolgt spätestens 5 Jahre nach Abschluss der Masterarbeit (14. September 2029).
- Ich weiss, dass meine persönlichen Daten gesondert und nur für die interviewende Person zugänglich gespeichert werden. In der Masterarbeit werden jegliche Aussagen anonymisiert, in Veröffentlichungen können einzelne anonymisierte Zitate in sprachlich geglätteter Form wiedergegeben werden.
- Ich hatte genügend Zeit, um die Entscheidung zu treffen, an der Studie teilzunehmen.
- Bis 1. Juni 2024 kann ich verlangen, dass die Tonaufzeichnungen gelöscht wird und mein Interview nicht Teil der Studie wird.

Ort, Datum

\_\_\_\_\_

Vor- und Nachname (in Druckschrift)

\_\_\_\_\_

Unterschrift

\_\_\_\_\_

Unterschrift interviewende Person

\_\_\_\_\_ Martina Güdel

## Anhang III: Interviewleitfaden

### Leitfaden für Interviews

Interviewnummer	Name	Ort	Datum	Dauer
-----------------	------	-----	-------	-------

#### Vorbereitung + Einführung

- Befragte Person begrüßen und für die Teilnahme bedanken
- **Um was geht es:** Masterarbeit zum Thema: Das Erleben sexueller Fantasien und deren Zusammenhang mit der Art und Weise der Erregungssteigerung
- **Ziel des Interviews:** Die Evaluation ihres persönlichen Erlebens der SF und der Art und Weise der Erregungssteigerung
- **Zeitraumen:** 60-90 Minuten
- **Freiwilligkeit betonen:** Wenn immer Sie etwas nicht tun wollen, müssen Sie selbstverständlich nicht. Sie können das Interview jederzeit abbrechen, falls Sie sich dabei nicht wohl fühlen. Wichtig: Das hat selbstverständlich keine Nachteile oder Folgen!
- **Vertraulichkeit:** Das Interview wird aufgezeichnet, damit das Gespräch anschliessend verschriftlicht und ausgewertet werden kann. Ihre Angaben sind natürlich vertraulich. Ihre Aussagen werden anonymisiert und nicht mit Ihrem Namen veröffentlicht. Somit wird niemand ausser Ihnen oder uns erfahren, was Sie in diesem Interview gesagt haben.

#### Einverständniserklärung mündlich erläutern und zur Unterzeichnung vorlegen: DATENSCHUTZ VERLANGT DIES!

- Haben Sie Fragen?

Material Vorbereitung + Einführung

– Einverständniserklärung

### Allgemeine Angaben erfassen

Alter:

Geschlechtsidentität:

Sexuelle Orientierung:

Beziehungsstatus: in einer Beziehung Ja

Nein

Monogam Ja

Nein

Wenn in einer Beziehung, Dauer der Beziehung:

Höchster Bildungsabschluss:

Wohnort: städtisch

Ländlich

Interviewfragen 1 Teil: sexuelle Fantasien

Nr.	Leitfaden/Stimuli/Erzählaufforderung	Inhaltliche Aspekte	(Nach-)Fragen mit
		Stichworte, nur erfragen, wenn nicht von allein thematisiert	obligatorischer Formulierung
1	<b>Früheste Erinnerung an sexuelle Fantasien</b> Lassen Sie uns zunächst ein wenig zurückreisen in die Vergangenheit. Was sind die ersten Erinnerungen an sexuelle Fantasien, die Sie haben? Wann war das und worum ging es dabei?	Was waren Inhalte der sexuellen Fantasien aus der Kindheit	Was waren Inhalte der sexuellen Fantasien aus der Kindheit
2	<b>Häufigkeit und Vorkommen SF</b> Wann und in welchen Momenten erleben sie SF?  Wie häufig haben sie SF?  Haben sie immer die gleichen SF oder sind diese wechselnd?	Sexuelle Fantasien in der SB? <input type="checkbox"/> Sexuelle Fantasien in der Interaktion mit anderen? <input type="checkbox"/> Sexuelle Fantasien im Alltag? <input type="checkbox"/>  Gleichbleibend <input type="checkbox"/> Wechselnd <input type="checkbox"/>	
3	<b>Explizite Handlung und implizites Thema der SF</b> <b>Intervention:</b> Bildauslage Ist eines der ausgelegten Bilder besonders interessant, wenn ja weshalb? Hier wichtig Info über wissenschaftlichen Stand bezüglich SF und paraphilien Inhalten!	Wo liegt der Reiz? (Annäherung an thematische Inhalte SF)	Gibt es eine bestimmte Sequenz in ihrer SF zu der sie im-

#### 4 **Das Erleben der SF**

##### **Die eigene Person in der SF**

Wie erleben sie die eigene Person in der SF?

- Zuschauend? Handelnd?
- Aktiv oder passiv?
- Genital stimuliert oder nicht genital stimuliert? (Kommt das eigene Geschlecht in der SF vor?)
- Sexueller Körper erotisiert? Sexueller Körper nicht investiert? Sexueller Körper abgelehnt?
- Geht es um Penetration/ aktives Aufnehmen?

---

#### 5 **Konflikte mit der SF /Kognitionen zu SF**

Was denken sie selbst über ihre SF?

Stört sie etwas an ihren SF?

Wie wäre es für sie, wenn ihr Umfeld ihre SF erraten könnten?

##### **ich-synton/ ich-dyston**

Inwieweit können sie den Inhalt und Auftreten des SF steuern?

---

#### 6 **SF in der sexuellen Interaktion mit einer oder mehreren Personen**

Kommt ihr Sexualpart\*in in der SF vor?

Kommen ihnen bekannte Personen in der SF vor?

---

---

Nutzen sie SF während der sex. Interaktion mit anderen Menschen, wenn ja wie betten sie diese ein?

Gelingt es ihnen, falls sie SF in der sex. Interaktion haben in Kontakt mit ihrem Gegenüber zu bleiben?

---

**7 SF und Realität**

Was haben ihre SF mit der Realität zu tun?

Wurden bereits SF in die Realität umgesetzt?  
Dienen SF als Inspiration für das reale Leben?  
Sind SF durch reale Erlebnisse geprägt worden?

Welche Fähigkeiten besitzen sie in der SF?

Gibt es Fähigkeiten, welche sie gerne im realen Leben haben würden?

Wodurch wird ihrer Erfahrung/Meinung nach SF beeinflusst?

Inwiefern haben reale Geschehnisse mit ihren SF zu tun?  
Hat es jemals eine Zeit gegeben, in welchen sich ihre SF verändert haben, wenn ja warum und wodurch?

---

**8 SF und Körper**

**SF und sexuelle Erregung**

Welche Rolle spielen SF in der Steigerung ihrer sex. Erregung?

Wo liegt der Erregungsfokus?

Gibt es einen bestimmten Zeitpunkt, wann sie SF nutzen?  
SF erregungssteigernd? erregungshemmend?

**SF und die drei Gesetze des Körpers**

Können sie aus der Erinnerung sagen, was sie mit ihrem Körper machen, wenn sie SF erleben?

Spannung?

Rhythmus?

Atmung?

Gibt es Unterschiede bezüglich Auftretens und Inhalt SF je nach Körperhaltung? Zum Beispiel je nach Position, Körper in Bewegung, Körper unbeweglich?

---

Bewegung?

---

**9 Wunschfrage**

Wenn sie etwas an ihren sex. Fantasien verändern könnten? Was wäre das? Und Warum gerade das?

---

**10** Wie geht es ihnen jetzt, wie war es für sie, mit mir über diese Themen zu sprechen?

Gibt es noch etwas, das sie an dieser Stelle ergänzen möchten?

---

Interviewfragen 2 Teil: Art und Weise der Erregungssteigerung (Erregungsmodus)

<b>Nr.</b>	<b>Leitfaden/Stimuli/Erzählaufforderung</b>	<b>Inhaltliche Aspekte</b>	<b>(Nach-)Fragen mit</b>
		<b>Stichworte, nur erfragen, wenn nicht von allein thematisiert</b>	<b>obligatorischer Formulierung</b>
	Informationsabgabe: Der Sexocorporel geht davon aus, dass die Art und Weise der Erregungssteigerung das Auftreten und Inhalte sexueller Fantasien beeinflusst. Zudem sind die Inhalte SF von der eigenen sexuellen Lerngeschichte geprägt. Deshalb werde ich im Folgenden die Art und Weise der Erregungssteigerung mit ihnen evaluieren. Ist das für die in Ordnung?		
<b>11</b>	<b>Erregungskurve aufzeichnen SB und in der sex. Interaktion mit einer oder mehreren Personen</b>		
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Wie nehmen sie den Erregungsreflex, also ein erstes Wahrnehmen sexueller Erregung wahr?</li><li>• Welches sind ihre Erregungsquellen?</li><li>• Wie und wo berühren sie sich? (Rezeptoren, Ort, Ausdehnung)</li><li>• Wie sind die drei Dimensionen der Bewegung (Raum, Tonus, Rhythmus) in der Erregungssteigerung?</li></ul>		

- 
- Ist eine Entladung möglich?
- 

**12 Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit**

Wie stehen sie zu ihrem eignen Frauenkörper?  
Was für Berührungspunkte haben sie mit ihrem Frauenkörper?

Als Frau hat man eine Vagina, eine Gebärmutter. Ist die aktive Aufnahme von etwas (Finger, Gegenstand, Penis) etwas, dass ihr Interesse weckt?

Ist das Aufnehmen als Fähigkeit etwas, was sie in ihrer Vorstellung, in ihrer Fantasie integrieren? Wenn ja wie zeigt sich das?

---

**13 Sexuelle Selbstsicherheit**

Wie ist es für sie sich selber in einem Spiegel zu betrachten?

Wie ist es für sie sich selbst in der sexuellen Interaktion dem Gegenüber zu zeigen?

---

**14** Möchten Sie etwas ergänzen, was Ihnen noch wichtig ist?

---

**Abschluss des Gespräches und für die Teilnahme und das Vertrauen bedanken**

**Hinweis: Anlaufstelle für Sexualberatung abgeben**

---

Nachbereitung

- Besonderheiten der Befragungssituation und persönlichen Eindruck von der befragten Person nach dem Interview auf entsprechendem Protokoll festhalten

Material Interview

- 2 Aufnahmegeräte (Ersatzgerät!)
- evtl. Stromkabel/Stromschiene oder Ersatzbatterie

## Anhang IV: Bildauslage Interview

### Abbildung 11

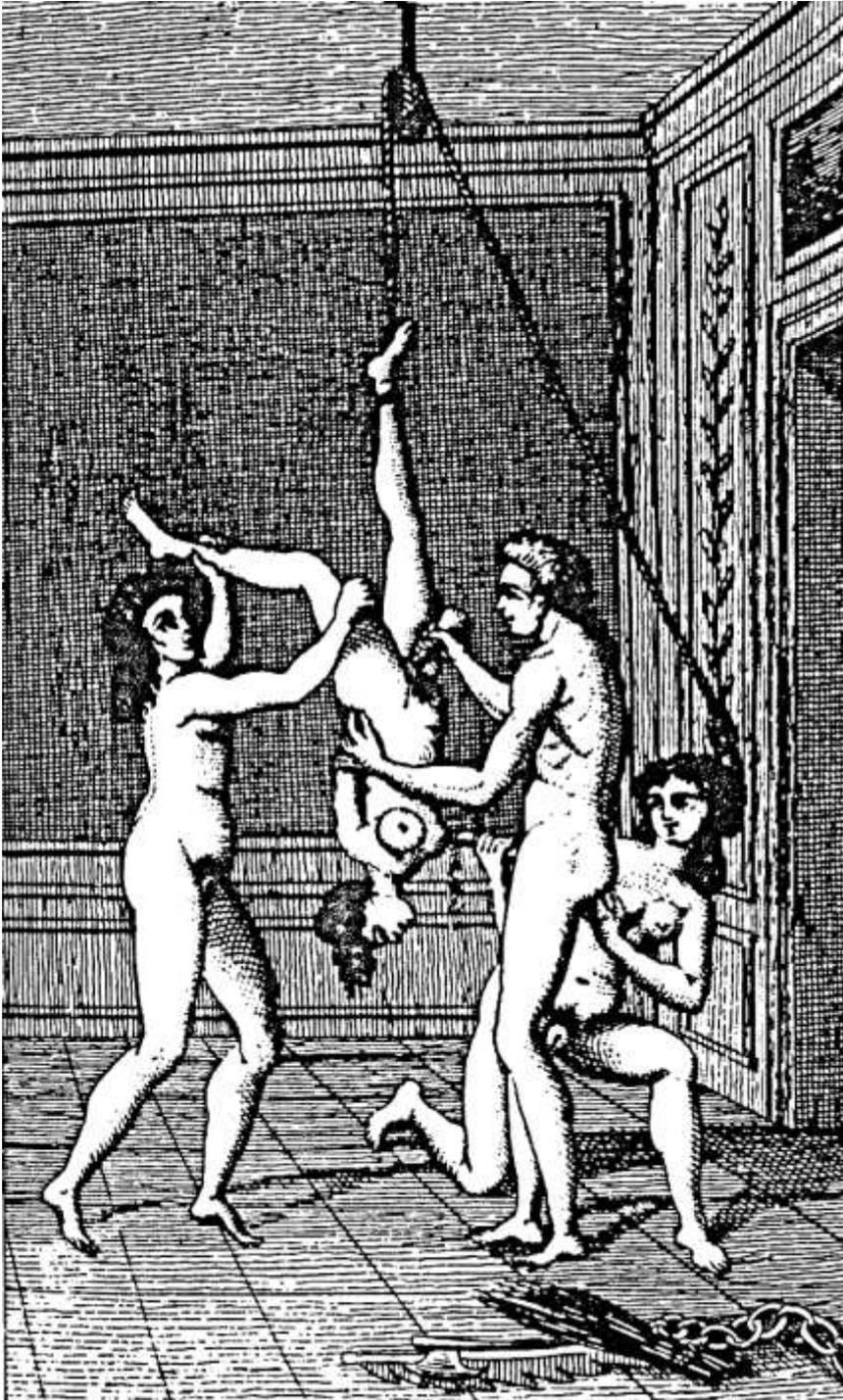
*Bildauslage Interview (Bild 1) Tomi Ungerer: The FORNICON*



*Quelle: Néret (2013, S. 569)*

Abbildung 12

Bildauslage Interview (Bild 2) Engravings accompanying the 1989 Dutch edition of Sade's *The story of Juliette, her sister, or The Prosperity of Vice* (Sequel to *La Nouvelle Justine*)



Quelle: Néret (2013, S. 178)

Abbildung 13

Bildauslage Interview (Bild 3) Martin Van Maele: *The Great Danse Mascabre oft he Quik (Prock)* c. 1907



Quelle: Néret (2013, S. 402)

**Abbildung 14**

*Bildauslage Interview (Bild 4) Bernard Montorgueil: Illustrations and texts from works variously entitiled The Four Thursdays, Dressage, A Piquante Brunette, 1930s*



*Quelle: Néret (2013, S. 506)*

**Abbildung 15**

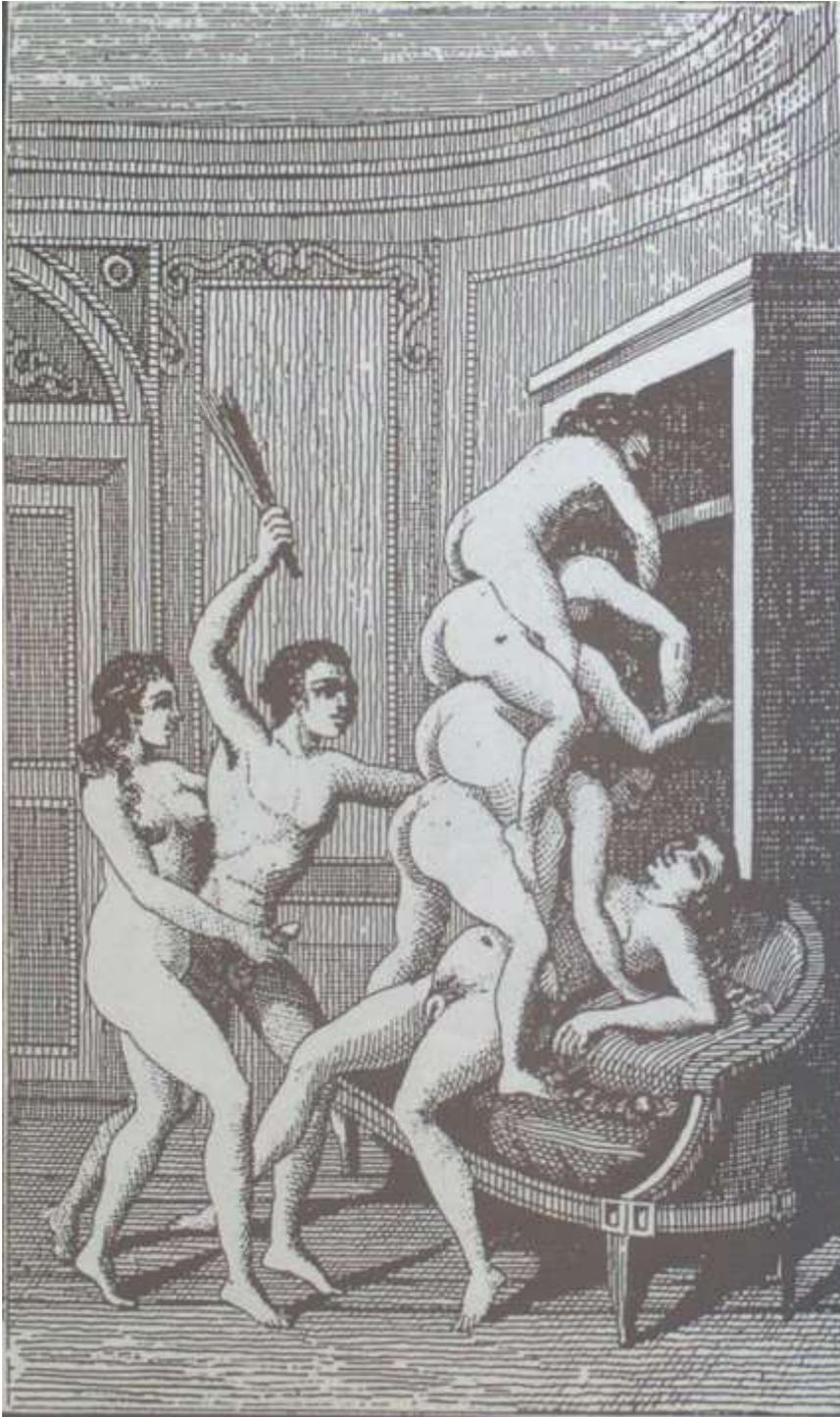
*Bildauslage Interview (Bild 5): Hilda or The Triumph of a Big Women*



*Quelle: Néret (2013, S. 520)*

**Abbildung 16**

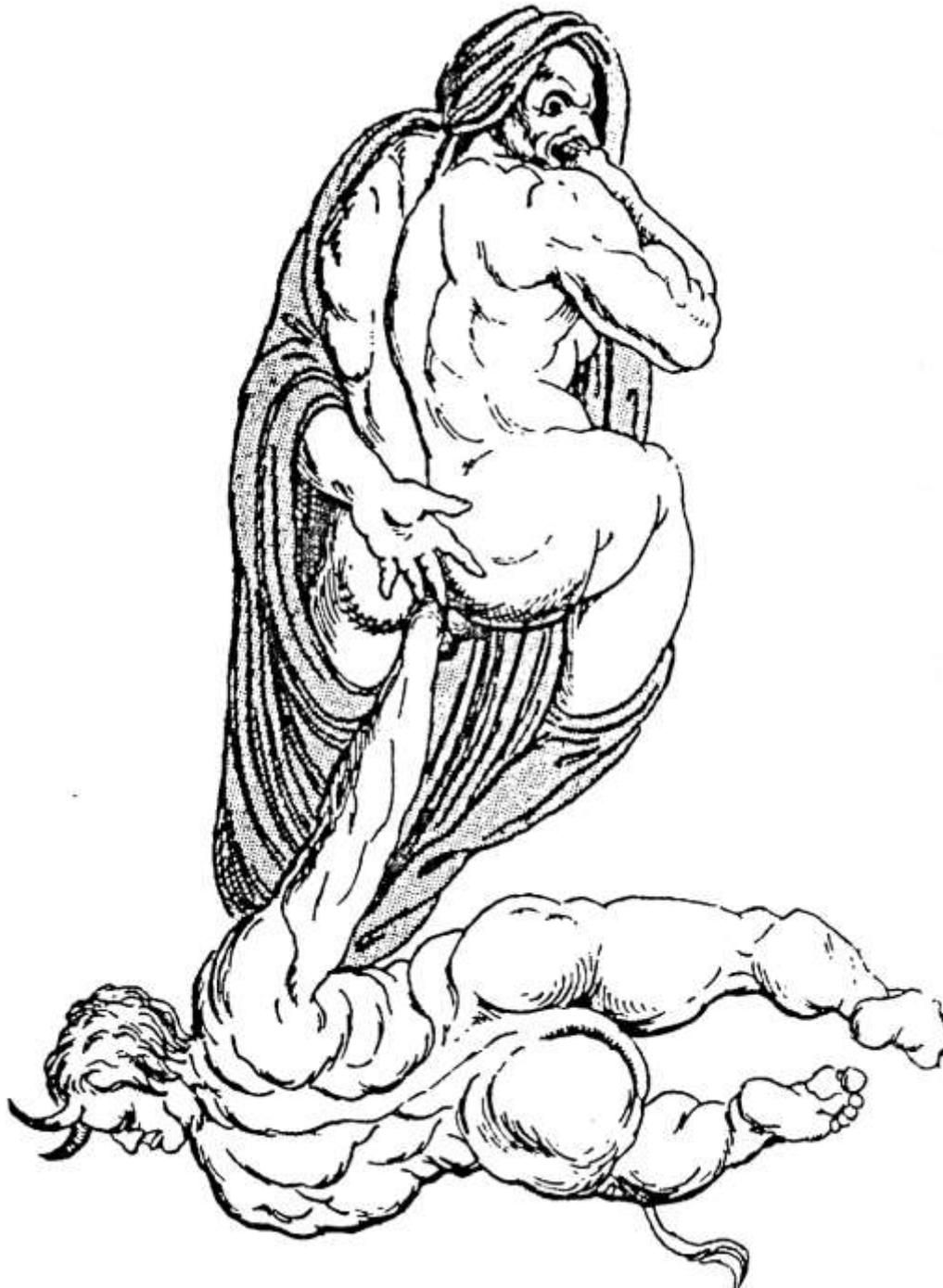
*Bildauslage Interview (Bild 6): Engravings accompanying the 1789 Dutch edition of de Sade's The Story of Juliette, her sister, or The Prosperity of Vice (Sequel to La Nouvelle Justine)*



*Quelle: Néret (2013, S. 186)*

Abbildung 17

*Bildauslage Interview (Bild 7): Michelangelo: Punishment of Sodom. Detail of the Last Judgement from the Sistine Chapel, 1536-1541. Copy by Witwowski*



Quelle: Néret (2013, S. 66)

Abbildung 18

Bildauslage Interview (Bild 8): Tom of Finland, Kake, comic-strip hero, 1975



Quelle: Néret (2013, S. 546)

Abbildung 19

*Bildauslage Interview (Bild 9): Anonymous, Illustration for The Book of Lust by Pierre Lacombière, 1920-30s*



Quelle: Néret (2013, S. 456)

**Abbildung 20**

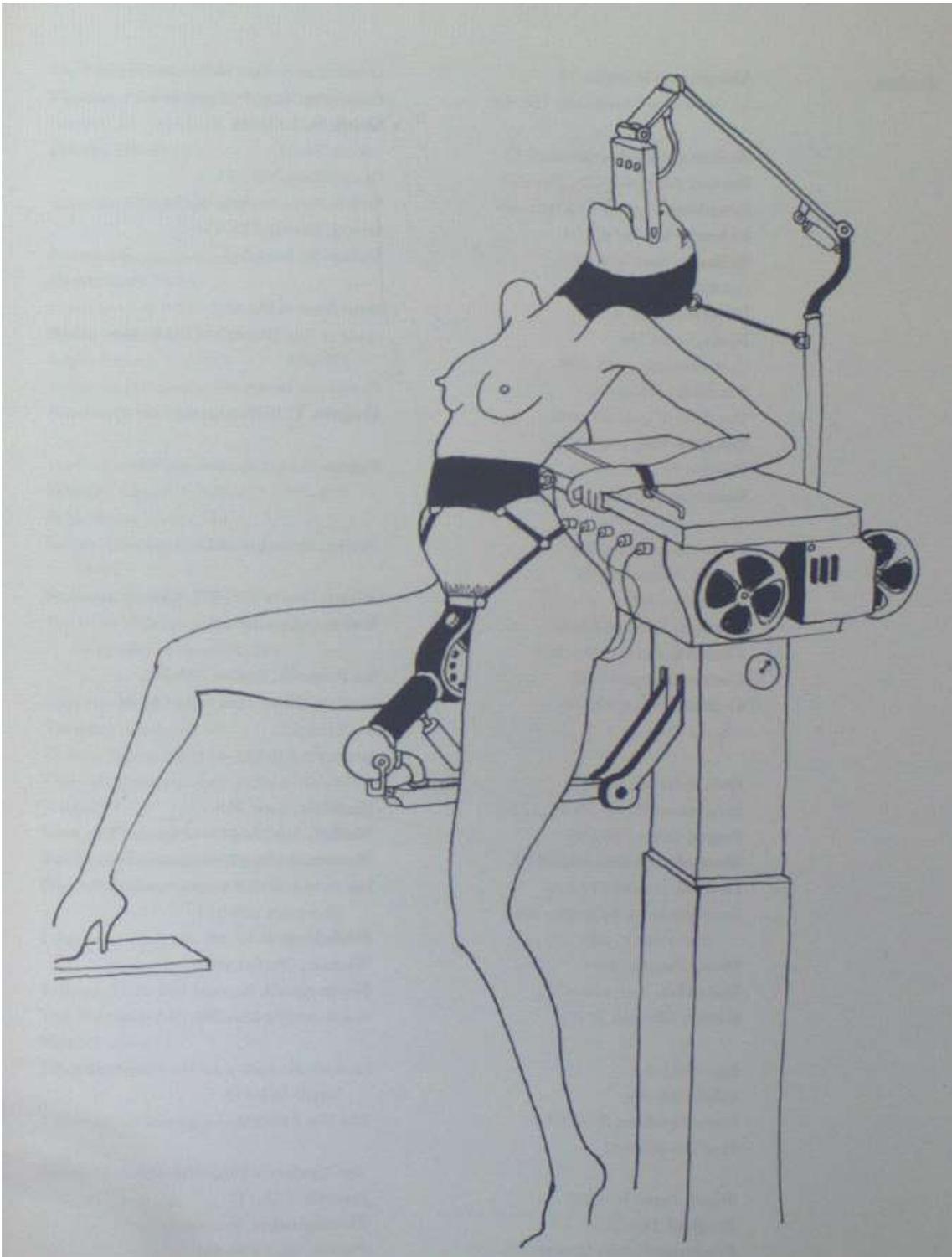
*Bildauslage Interview (Bild10): Auguste Rodin, Sapphic Couple, c. 1900*



*Quelle: Néret (2013, S. 422)*

**Abbildung 21**

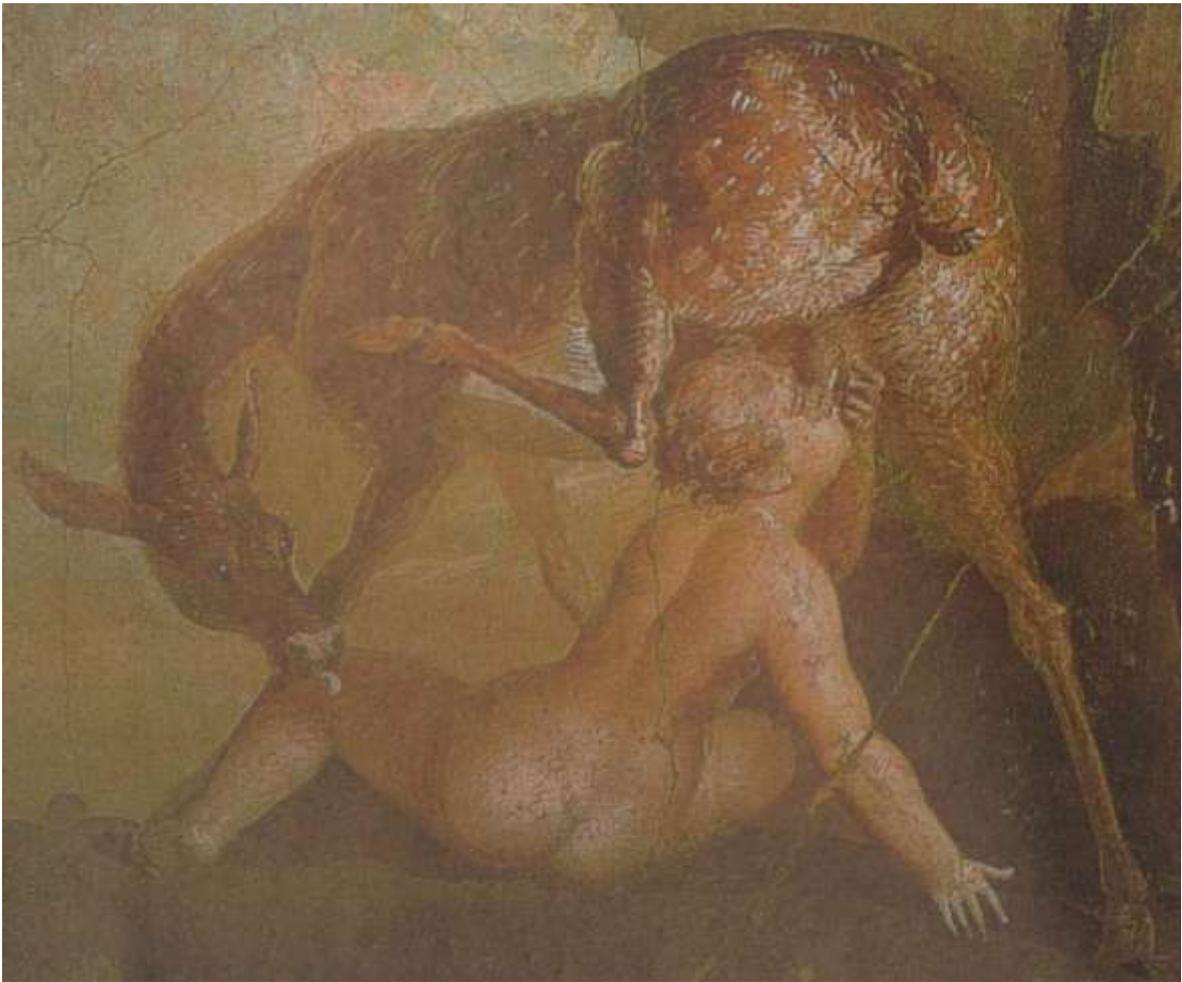
*Bildauslage Interview (Bild11): Tom Ungerer, The FORNICON*



*Quelle: Néret (2013, S. 571)*

**Abbildung 22**

*Bildauslage Interview (Bild12): Hereulaneum, Telephus suckling to doe on Mount Parthenion, 1st C*



*Quelle: Néret (2013, S. 36)*

**Abbildung 23**

*Bildauslage Interview (Bild 13): Achille Deveria, Diabolico Foutro Manie c. 1835*



*Quelle: Néret (2013, S. 286)*

## Anhang V: Interviewausschnitte

### Persönliches Erleben der sexuellen Fantasie, Interviewpartnerin fünf

230 I: Was denkst du selber über deine sexuellen Fantasien? Du hast bereits erwähnt, dass du im  
231 christlichen Glauben aufgewachsen bist und du dir Gedanken gemacht hast, ob das in Ordnung ist. Wie  
232 ist das zum jetzigen Zeitpunkt?

233 B: Ich finde es toll, dass ich so mit meinen Gedanken spielen kann. Ich schaue seit fast einem Jahr  
234 keine Pornos mehr oder hole etwas von Aussen. Es ist nicht so, dass ich das nicht gut finde aber ich  
235 habe mich im Innern, in meinen Fantasien, eingegrenzt gefühlt. Es ist etwas Vorgegebenes und spielt  
236 sich in diesem Rahmen ab. In meiner Fantasie kann ich machen, was ich will und auf meinen Körper  
237 hören. Wenn ich realisiere, dass mich etwas erregt, dann gehe ich dort rein und male das aus. Ich  
238 finde es mega, dass ich mit meiner Sexualität spiele und immer mehr sexuelle Fantasien entwickle und  
239 diese immer detailreicher werden. Vielleicht auch mehr über mich lerne, das ist cool und macht Spass.  
240 Die Selbstbefriedigung ist durch die sexuellen Fantasien ein Moment der Erholung und der Zeit mit  
241 mir selbst geworden. Ich tue mir etwas Gutes. Ich gönne mir das (lacht). Es gehört für mich zu meiner  
242 *qualitytime*.

243 I: Das ist mega schön.

244 B: Ich erlebe es immer mehr so und so möchte ich es auch erleben.

245 I: Toll, dass du dir das so als etwas Wohltuendes erlauben kannst. Erfahren wohin es dich zieht und  
246 dies zu explorieren, zu erleben und zu zelebrieren.

247 B: Es ist mir sehr wichtig, dass ich das darf. Ich glaube nicht mehr, ich bin nicht mehr christlich.  
248 Ein Teil meiner Familie ist es noch gläubig, ein Teil nicht. Ich habe mich früher dafür gehasst,  
249 dass ich sexuelle Fantasien gehabt habe und so oft an Sex gedacht habe. Es hat mich verfolgt und war  
250 wirklich nicht genussvoll. Auch nach dem Orgasmus, das war früher nicht immer der Fall. Es war eher wie  
251 eine Art Höhepunkt, den ich nicht als Orgasmus bezeichnen würde.

252 I: Wie ein verpuffen?

253 B: Ja genau. Dort habe ich mich immer schlecht gefühlt. Ich dachte ich bin die Einzige, welche das  
254 macht, blablabla. Im christlichen Kontext konnte ich nicht mit meinen Eltern darüber sprechen.  
255 Früher war es eine Sünde, etwa Schlechtes, eine Sünde. Seit ich nicht mehr glaube und meiner  
256 Maturaarbeit hat sich einiges in meinem Leben verändert. Ich denke das ist jetzt drei Jahre her.  
257 Meine Sexualität hat sich stark verändert. Viel mehr Freiraum. Ich weiss auch nicht, ich möchte es  
258 genießen. Sexualität ist etwas Wichtiges und ich denke, man kann dabei sehr viel Genuss erleben.  
259 Wenn ich mal eine Partnerschaft eingehe, wünsche ich mir, dass ich guter Sex habe und dass wir  
260 unsere Sexualität ausleben können. Richtig eintauchen. Das sind wünsche ich mir und ich denke  
261 Sexualität ist etwas sehr Wichtiges und ich möchte dem viel Freiraum geben. Es ist ein Prozess und  
262 ich bin erst am Anfang.

## Thema sexueller Fantasien, Interviewpartnerin sechs

53 Wenn du deine sexuellen Fantasien betrachtest, sind es immer die gleichen oder sind sie wechselhaft?  
54 Ich habe herausgehört, dass es ein Kernthema gibt.

55 B: Es ist immer in etwa das gleiche Grundthema. Sexualität mit anderen Männern auszuleben, gehört  
56 sicherlich auch zu diesen Fantasien dazu. Sowohl während dem ~~Solosex~~ und dem Sex mit meinem Partner.  
57 Ich habe auch schon besonders ansprechende Bilder aus einem Porno in die Fantasie genutzt. Zum  
58 Beispiel eine Szene, in welcher die Frau fest gehalten wurde beim Sex im Stehen und ihr dies sehr zu  
59 gefallen scheint. Ich finde das in Pornos immer ein bisschen heikel, es ekelt einem manchmal fast,  
60 wenn man denkt, dass es ihr gar nicht gefällt. Ich habe zwei, drei Standardbilder, von welchen ich  
61 weiss, dass sie mich sehr anregen und dann denke ich wieder an diese Bilder von einem Porno, wen ich  
62 vor etwa zehn Jahren gesehen habe.

63 I: Es gibt also Ankerthemen, welche eine zuverlässige Erregungsquelle darstellen und auf welche du  
64 deshalb immer wieder zurückgreifen kannst.

65 B: Genau, wenn ich weiss, jetzt muss ich dieses Tool herholen.

66 I: Das ist eine gute Ressource. Eine ältere Kiste.

67 B: Ja es ist vielleicht etwas langweilig. Ich versuche eigentlich auch immer wieder an neue Dinge zu  
68 denken. Aber so ist es mir ergangen vor dieser Zeit. Ich spreche vielleicht etwas viel von den 33  
69 Jahren vorher.

70 I: Alles gut.

71 B: Vorher ging es mir stark so, dass ich versucht habe an neue Dinge zu denken. Wenn ich nicht  
72 erregt wurde und das nicht funktioniert hat, dann wusste ich, dass ich mir diese Fantasie herholen  
73 kann.

74 I: Das ist spannend. Man sagt, dass ein Reiz mit vielen Wiederholungen die Intensität verliert.  
75 Irgendetwas schient an diesen Szenarien so interessant zu sein, dass du dort verweilst.

76 B: Ich habe schon einige Pornos gesehen und es gibt viele spannende Dinge. Es ist jedoch einfach nur  
77 eine Frau die steht, sie haben im Stehen Sex und er dringt von hinten in sie ein und er hält sie.  
78 Eigentlich unspektakulär. Sie sind von vorne gefilmt. Das ist mein ~~go to~~, welches ich herholen kann,  
79 wenn es anders nicht funktioniert.

## Evaluation der Art und Weise der Erregungssteigerung/Erregungsmodus, Interviewpartnerin vier

- 332 I: Es ist ja spannend, dass einem bereits ein Gedanke in die Erregung bringen kann und das taktile  
333 sowieso. Wenn du nun Erregung spürst und dich darauf einlässt, weiter zu gehen. Wo berührst du dich?  
334 Was ist dann interessant um die Erregung zu steigern?
- 335 B: Meistens berühre ich mich erst am Bauch und der Brust. Danach am Oberschenkel und am Gesäss.  
336 Danach gehe ich mehr zur Klitoris. Manchmal mache ich das vor dem Spiegel.
- 337 I: Das ist ja kuul. Du beziehst den ganzen Körper mit ein?
- 338 B: Ja, es ist die Berührung, welche mir sehr wichtig ist und mir ein gutes Gefühl gibt.
- 339 I: Habe ich dich richtig verstanden, dass du dann mit der Zeit spezifischer wirst und du zur  
340 Klitoris übergehst?
- 341 B: Ja genau.
- 342 I: Ist das eher Reibung oder Druck?
- 343 B: Ein leichtes kreisen. Aber auch mit den Fingern rein.
- 344 I: Wie ist deine Position? Stehst du vor dem Spiegel, oder sitzt du, liegst du?
- 345 B: Es ist unterschiedlich vielleicht stehe ich erst Mal und setze mich nachher hin.
- 346 I: Ist es interessant zu schauen, wie die Vulva in der Erregung aussieht? Wo geht der Blick hin?  
347 Das ist eine sehr schöne Fähigkeit, sich selber so im Spiegel betrachten zu können. Ein toller  
348 Lernschritt der sexuellen Lerngeschichte. Das ist wunderschön.
- 349 B: Ich finde es schön meinen Körper in diesem Moment zu betrachten. Man sieht, wie die Brüste fester  
350 sind, die Brustwarzen fester werden. Ich schaue an, wie ich etwas einführe und mich das erregt, Ich  
351 denke dann auch, es könnte auch ein Mann sein.
- 352 I: Heisst das, dass das visuelle wichtig ist, oder ist es auch das spüren?
- 353 B: Es ist vor allem das spüren. Das visuelle macht aber auch einen Teil aus. Wenn ich berühre, du  
354 hast vorher noch gefragt wie ich berühre, manchmal da ist es auch ein leichtes Klopfen.
- 355 I: Auf der Klitoris?
- 356 B: Ja in diesem Bereich.

## Anhang VI: Kodierleitfaden

Kategorie	Unterkategorie	Definition	Ankerbeispiel	Kodierregel
Kategorie 1: <b>Auftreten sexueller Fantasien</b> (deduktiv)		Darunter versteht sich, in welchen Lebenssituationen sexuelle Fantasien auftreten. Dies kann während der Selbstbefriedigung und/oder in der sexuellen Interaktion und/oder im Alltag sein. Zudem können sexuelle Fantasie intrusiv auftreten oder bewusst herbeigezogen werden.	«Wenn ich die Person sehe, diese vielleicht das T-Shirt wechselt, dann schaue ich natürlich hin. Es kann sein, dass dann so Dinge aufkommen. Häufiger ist es dann aber so, dass es später Zuhause, bei der Selbstbefriedigung, aufkommt.» (Interviewpartnerin vier, Pos. 18–20)	Alle Beschreibungen zum Auftreten sexueller Fantasien, sowohl in welcher Situation als auch auf welche Art und Weise diese auftreten.
Kategorie 2: <b>Inhalte sexueller Fantasien</b> (deduktiv)		Sexuelle Fantasien umfassen sowohl explizite als auch implizite Inhalte. Der Fokus kann auf emotional oder genital polarisierten Aspekten liegen. (Desjardins et al., 2011, S. 81)	«Es ist immer das selbe Thema. Die Dominanz eines Mannes zu spüren. Ich denke eben, weil ich einen so liebevollen, einfühlsamen und vorsichtigen Partner habe. Das ist sehr schön und soll auch so sein. Manchmal da wünsche ich mir an die Wand gedrückt zu werden und es geschehen zu lassen.» (Interviewpartnerin sechs, Pos. 29–31)	Alle Beschreibungen zu Inhalten sexueller Fantasien, insbesondere den Höhepunkt der sexuellen Fantasie und den darunterliegenden Kernthemen sexueller Fantasien.

Kategorie 3: <b>Persönliches Erleben der sexuellen Fantasien</b> (deduktiv)				Alle Beschreibungen zum persönlichen Erleben sexueller Fantasien.
	Unterkategorie 3.1: <b>positives Erleben sexueller Fantasien</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ich-synton (deduktiv)</li> <li>- Fantasie-Intentionalität (deduktiv)</li> <li>- Diversität/Kreativität (induktiv)</li> <li>- Sexuelle Fantasie als gesundheitsfördernden Faktor (induktiv)</li> </ul>	Umfasst das Erleben von positiven Aspekten und Gefühlen im Zusammenhang mit der eigenen Fantasietätigkeit.	«Ich denke immer wieder, dass sie ein gutes Tool sind. Praktisch, dass ich daran denken kann und besser zum Orgasmus komme.» (Interviewpartnerin sechs, Pos. 191–192)	Alle Äusserungen zu positivem Erleben der sexuellen Fantasie.
	Unterkategorie 3.2: <b>negatives Erleben sexueller Fantasien</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ich-dyston (deduktiv)</li> <li>- Intrusiv (deduktiv)</li> <li>- Scham, Schuld, Irritation (deduktiv)</li> <li>- Prägung durch religiöse Glaubenssätze (induktiv)</li> </ul>	Umfasst das Erleben negativer Aspekte und Gefühle im Zusammenhang mit der eigenen sexuellen Fantasietätigkeit.	«Ich habe mich früher dafür gehasst, dass ich sexuelle Fantasien gehabt habe und so oft an Sex gedacht habe. Es hat mich verfolgt und war wirklich nicht genussvoll. Auch nach dem Orgasmus, dass war früher nicht immer der Fall. Es war eher wie eine Art Höhepunkt, den ich nicht als Orgasmus bezeichnen würde.»	Alle Äusserungen zu negativem Erleben der sexuellen Fantasie.

			(Interviewpartnerin 5, Pos. 248–201)	
<b>Kategorie 4: Die eigene Person in der sexuellen Fantasie (deduktiv)</b>				Alle Äusserungen zur Selbstwahrnehmung der eigenen Person in der sexuellen Fantasie.
	<p>Unterkategorie 4.1: <b>Selbstwahrnehmung in der Sexuellen Fantasie im Bezug zu den im Modell Sexocorporel definierten Aspekte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zuschauerin/Handelnde</li> <li>• genital stimuliert/nicht genital stimuliert</li> <li>• aktiv/passiv</li> <li>• sexueller Körper erotisiert/nicht investiert/abgelehnt</li> </ul> <p>(deduktiv)</p>	Die Evaluation dessen, wie sich eine Person in den sexuellen Fantasien situiert.	«Es ist schwierig, es ist beides. In gewissen Fantasien ist es klar passiv, bei anderen aktiv und nochmals andere, da ist es beides.» (Interviewpartnerin drei, Pos. 116–117)	Beschreibungen, welche aufzeigen, wie sich eine Person in der sexuellen Fantasie in Bezug auf die Aspekte des Modells Sexocorporel situiert.
	<p>Unterkategorie 4.2: <b>Fähigkeiten der eigenen Person in der sexuellen Fantasie</b> (deduktiv)</p>	Das Hinzufügen oder Verändern von Charaktereigenschaften, Fähigkeiten und körperlichen Merkmalen der eigenen Person in der sexuellen Fantasie.	«Ich bin mutiger und abenteuerlustiger. Ich kenne mich gut mit dem Körper vom Gegenüber aus und zeige mich selbstsicher mit dem, was ich mache. Ich habe bis anhin nicht viele sexuelle Erfahrungen	Beschreibung jeglicher Fähigkeiten, Eigenschaften und/oder Merkmalen, die nicht 1:1 der Realität entsprechen.

			gemacht. Dementsprechend bin ich in der sexuellen Interaktion teils zurückhaltend und unsicher. In der Fantasie jedoch gar nicht. Dort weiss ich was ich machen möchte und was erregend ist. Dort mache ich viel mehr.» (Interviewpartnerin fünf, Pos. 370–347)	
Kategorie 5: <b>Erregung in Zusammenhang mit sexuellen Fantasien</b> (deduktiv)		Sexuelle Fantasien können Auslöser für die sexuelle Erregung sein oder dazu beitragen, die sexuelle Erregung zu steigern. Auftreten der sexuellen Fantasien innerhalb des sexuellen Erregungszyklus.	«Durch die richtigen Gedanken kommt es zu einem Aufbau meiner körperlichen Erregung. Ich versuche wirklich an das zu denken, was mich in diesem Moment gerade erregt. Irgendwann bin ich in so hoher Erregung, dass ich, egal an was ich dann denke, zum Orgasmus komme.» (Interviewpartnerin fünf, pos. 174–177)	Alle Aussagen zum Erleben sexueller Erregung im Zusammenhang mit sexueller Fantasietätigkeit. Dies umfasst sowohl Momente in welchen sexuellen Fantasien erregungssteigernd als auch erregungshemmend erlebt werden sowie die Beschreibung zum Zeitpunkt der Nutzung sexueller Fantasien entlang der aufgezeichneten Erregungskurve.
Kategorie 6: <b>Art und Weise der Erregungssteigerung</b> (deduktiv)		Beschreibt das spezifische, individuelle Stimulationsmuster unter der Berücksichtigung der	«Ja, Druck ist das, was ich gelernt habe und womit ich angefangen habe zu masturbieren. Ich habe	Alle Beschreibungen des persönlichen Stimulationsmusters der sexuellen Erregung. Zudem werden

		drei Dimensionen des Körpers zur Steigerung sexueller Erregung.	mich an ein Stuhlbein oder die Couch gedrückt und gerieben. Jetzt ist es meistens eine zusammengedrückte Bettdecke auf welcher ich mich platziere und über Druck errege.» (Interviewpartnerin drei, Pos. 357–359)	Äusserungen und Hinweise zu den sexuellen Lernschritten im Bezug zur sexuellen Selbstsicherheit werden ebenfalls berücksichtigt.
Kategorie 8: <b>Interaktion von sexuellen Fantasien und Körpergeschehnisse</b> (deduktiv)		Die Art und Weise der Erregungssteigerung beeinflusst Inhalt und Auftreten der sexuellen Fantasien und umgekehrt. (Eck 2020, S. 10, Desjardins et al. 2011, S. 81)	«Ich konzentriere mich dann ganz fest auf mich und meine Fantasien. Ich versuche das so einen Mix zu machen, denke an die Fantasie in welcher sie im Stehen von hinten genommen wird. Ich platziere dann die Hände meines Partners wie der Mann in der Fantasie es macht. Ich konzentriere mich dann stark auf das Gefühl der Penetration.» (Interviewpartnerin sechs, Pos. 243–246)	Alle Aussagen, welche eine Interaktion von Körpergeschehnisse und sexuellen Fantasien oder umgekehrt beschreiben.

## Anhang VII: USB Stick mit den vollständigen Interviewtranskriptionen

## Eigenständigkeitserklärung

Martina Güdel

Matrikelnummer: 28162

Ehrenwörtliche Erklärung/Selbstständigkeitserklärung

Ich versichere hiermit ehrenwörtlich, dass ich die vorliegende Masterarbeit

Titel Masterarbeit

### **Das Erleben der eigenen Person in der sexuellen Fantasie**

Eine empirische Untersuchung zum persönlichen Erleben sexueller Fantasien bei erwachsenen Cis-Frauen und deren Zusammenhang mit der Art und Weise der Erregungssteigerung.

selbstständig verfasst und keine anderen als die angegebenen Hilfsmittel benutzt habe. Sämtliche Stellen der Arbeit, alle Formulierungen, Ideen, Untersuchungen, Gedankengänge, Analysen und sonstigen schöpferischen Leistungen, Grafiken, Tabellen und Abbildungen, die benutzten Werken oder Quellen aus dem Internet eins zu eins oder dem Sinn nach entnommen sind, habe ich durch Quellenangaben korrekt kenntlich gemacht. Die Arbeit wurde bisher in gleicher oder ähnlicher Form keiner anderen inländischen oder ausländischen Prüfungsbehörde vorgelegt und noch nicht veröffentlicht. Die vorliegende schriftliche Fassung entspricht der eingereichten elektronischen Version.

Ort: Zürich

Datum: 31.07.2024

Vorname Name: Martina Güdel

