

Masterarbeit zur Erlangung des akademischen Grades  
**Master of Arts Sexologie**

---

Studiengang Sexologie IV, 2021 – 2024 ISP Zürich

Fachbereich '*Soziale Arbeit.Medien.Kultur*' der Hochschule Merseburg (D)  
und  
des '*Instituts für Sexualpädagogik und Sexualtherapie*' ISP Zürich

---

# **Frauen mit starkem sexuellen Begehren**

## **Eine qualitative Untersuchung zu möglichen Faktoren**

---

Eingereicht durch

**Laila Schläfli**

Matrikel-Nummer: 28110

████████████████████

Erstgutachter: Prof. Dr. Heinz-Jürgen Voss

Zweitgutachter: Ben Kneubühler

Abgabedatum: 2. August 2024

<b>Abstract</b> .....	<b>1</b>
<b>Persönliches Vorwort</b> .....	<b>2</b>
<b>1 Einleitung</b> .....	<b>3</b>
1.1 Ausgangslage .....	3
1.2 Relevanz des Themas .....	4
1.3 Ziel dieser Arbeit .....	5
1.4 Methodenwahl.....	6
1.5 Aufbau der Arbeit .....	6
<b>2 Wissensstand zur weiblichen Lust</b> .....	<b>7</b>
2.1 Definitionen .....	7
2.1.1 Begrifflichkeiten .....	8
2.1.2 Definition ‚Begehren‘ .....	8
2.1.3 Definition ‚starkes sexuelles Begehren‘ .....	9
2.2 Forschungsstand: Lust der Frau .....	11
2.3 Potenziell hemmende Faktoren .....	12
2.3.1 Masturbation: zu spät und zu selten .....	12
2.3.2 Geschlechtsverkehr – Paarsexualität .....	13
2.3.2.1 <i>Das erste Mal Sex ist nicht lustvoll</i> .....	13
2.3.2.2 <i>Geschlechtsverkehr ist nur PVI</i> .....	13
2.3.2.3 <i>Männliche Bedürfnisse priorisiert</i> .....	15
2.3.2.4 <i>Wenig körperliche Gründe für Sex</i> .....	16
2.3.2.5 <i>Wenig Initiative</i> .....	16
2.3.2.6 <i>Negative bisherige Erfahrungen</i> .....	17
2.3.2.7 <i>Wenig Lustempfinden</i> .....	17
2.3.2.8 <i>Unzuverlässiges Erreichen des Orgasmus</i> .....	18
2.3.2.9 <i>Unzureichende Kommunikation</i> .....	19
2.3.3 Wenig Zugang zum eigenen Geschlecht .....	20
2.3.4 Nicht neutrale Informationen über Sex .....	21
2.3.4.1 <i>Vermittelte Doppelmoral</i> .....	21
2.3.4.2 <i>Vermittelte Geschlechter-Stereotypen</i> .....	22
2.3.4.3 <i>Sexnegatives Umfeld</i> .....	23
2.3.4.4 <i>Ungenügende Aufklärung</i> .....	24
2.4 Einfluss von Hormonen .....	24
2.5 Historischer Rückblick auf die weibliche Lust.....	26
<b>3 Bezüge zum Modell ‚Sexocorporel‘</b> .....	<b>29</b>
3.1 Begriffliches .....	29
3.2 Zusammenhang ‚Sexocorporel‘ – Forschungsfrage .....	29
3.2.1 Kognitive Komponenten.....	29

3.2.2	Physiologische Komponenten .....	30
3.2.3	Sexodynamische Komponenten .....	31
3.2.4	Beziehungskomponenten .....	33
<b>4</b>	<b>Methode .....</b>	<b>34</b>
4.1	Forschungsdesign.....	34
4.2	Literaturrecherche .....	35
4.3	Auswahl der Interviewpartnerinnen.....	35
4.4	Datenerhebung .....	37
4.4.1	Leitfadeninterview.....	37
4.4.2	Durchführung der Interviews.....	38
4.5	Transkription .....	39
4.6	Datenanalyse .....	40
4.7	Forschungsethik.....	42
<b>5</b>	<b>Ergebnisse.....</b>	<b>43</b>
5.1	Vermittelte Rollenbilder und Stereotypen.....	44
5.2	Informationen zu Sexualität.....	45
5.3	Wertvorstellungen zu Hause .....	47
5.4	Erstes Mal Geschlechtsverkehr .....	47
5.5	Paarsexualität .....	48
5.5.1	Gründe für Sex .....	48
5.5.2	PVI.....	49
5.5.3	Erfahrungen Paarsexualität .....	51
5.5.4	PONR .....	52
5.6	Selbstbefriedigung .....	53
5.7	Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit .....	55
5.8	Beziehungsebene .....	56
5.9	Charaktereigenschaften .....	58
5.10	Eigene Erklärungen für ihre Lust.....	59
<b>6</b>	<b>Diskussion.....</b>	<b>59</b>
6.1	Masturbation .....	60
6.2	Paarsexualität .....	60
6.2.1	Das erste Mal .....	60
6.2.2	Geschlechtsverkehr = PVI .....	61
6.2.3	Bedürfnisse beim Sex.....	61
6.2.4	Gründe für Sex .....	62
6.2.5	Initiative .....	63
6.2.6	Bisherige Erfahrungen.....	63
6.2.7	Genusserleben und Lustempfinden.....	64

6.2.8	Erreichen des PONR .....	65
6.2.9	Kommunikation .....	65
6.3	Zugang zum eigenen Geschlecht .....	66
6.4	Vermittelte Informationen über Sex .....	67
6.4.1	Doppelmoral .....	67
6.4.2	Geschlechter-Stereotypen .....	67
6.4.3	Sexpositives Umfeld .....	69
6.4.4	Aufklärung .....	70
<b>7</b>	<b>Limitationen und Ausblick.....</b>	<b>71</b>
7.1	Limitationen.....	71
7.2	Ausblick.....	72
<b>8</b>	<b>Fazit.....</b>	<b>72</b>
8.1	Beantwortung der Forschungsfrage .....	72
8.1.1	Kognitive Komponenten.....	73
8.1.2	Physiologische Komponenten .....	73
8.1.3	Sexodynamische Komponenten .....	74
8.1.4	Beziehungskomponenten .....	75
8.2	Folgerungen für die Sexualberatung .....	75
<b>9</b>	<b>Persönliches Schlusswort.....</b>	<b>76</b>
<b>10</b>	<b>Literaturverzeichnis .....</b>	<b>77</b>
<b>11</b>	<b>Anhang.....</b>	<b>85</b>

## Abstract

Die vorliegende Arbeit zielt darauf ab, Gemeinsamkeiten in der sexuellen Biografie von heterosexuellen Frauen zu identifizieren, die ein starkes sexuelles Verlangen haben. Welche möglichen Faktoren in ihrer Summe zu einem starken sexuellen Begehren führen können, wird mit dieser Arbeit untersucht. Die zugrunde liegende These lautet, dass Frauen in der Lage sind, ein intensives sexuelles Verlangen zu entwickeln – entgegen der verbreiteten Annahme, dass Frauen im Allgemeinen weniger Lust auf Sex haben als Männer (Conley et al., 2011).

Zur Beantwortung der Forschungsfrage wird im ersten Teil dieser Arbeit der aktuelle Wissensstand zum weiblichen Begehren dargestellt und um einen kurzen Rückblick in die Geschichte der weiblichen Sexualität ergänzt. Der zweite Teil erforscht die Fragestellung dieser Arbeit anhand qualitativer Interviews mit fünf Frauen, die ein starkes sexuelles Begehren verspüren. Die Ergebnisse werden anhand des Modells ‚*Sexocorporel*‘ analysiert und vorgestellt.

The present work aims to identify similarities in the sexual biography of heterosexual women who have a strong sexual desire. This work examines which possible factors in their sum can lead to a strong sexual desire. The underlying thesis is that women are able to develop an intense sexual desire – contrary to the widespread assumption that women generally have less desire for sex than men (Conley et al., 2011).

In order to answer the research question, the first part of this work presents the current state of knowledge about female desire and is supplemented by a brief review of the history of female sexuality. The second part explores the question of this work through qualitative interviews with five women who feel a strong sexual desire. The results are analysed and presented using the ‚*Sexocorporel*‘ model.

## Persönliches Vorwort

Seit ich heterosexuelle Beziehungen eingehe, beschäftigt mich die Frage nach den Unterschieden zwischen Mann und Frau – sofern es welche gibt. Als Studentin las ich populärwissenschaftliche Bücher wie «Warum Männer nicht zuhören und Frauen schlecht einparken» und dachte, die Antwort gefunden zu haben. Das Interesse am Thema führte mich schliesslich zum Lesen von Interviews und Artikeln renommierter Paar- und Sexualtherapeuten, weshalb ich mich vor fünf Jahren für die Grundausbildung am ZISS (Zürcher Institut für klinische Sexologie und Sexualtherapie) einschrieb und darauf wegen des Masterstudiums *Sexologie* ans ISP gelangte. Hier traf ich auf unterschiedliche Meinungen zu der Frage, ob Männer grundsätzlich mehr Lust auf Sex als Frauen. Dozent:innen und Sachliteratur ergaben kein einheitliches Bild. Deshalb machte ich dies zum Thema meiner wissenschaftlichen Hausarbeit im sechsten Semester. Bei der Literaturrecherche stiess ich auf Erklärungsansätze, weshalb Frauen zurzeit noch einen weniger ausgeprägten Sexualtrieb haben. Da viele davon mit Inhalten des Modells ‚*Sexocorporel*‘ übereinstimmen, entschied ich mich, diese Faktoren in der Masterarbeit anhand von qualitativen Interviews zu überprüfen – an Frauen, die nicht dem gängigen Bild der lustlosen Frau entsprechen, sondern sich als Frauen sehen, die ein starkes Verlangen nach Sexualität verspüren – ganz im Sinne des ressourcenorientierten Blicks des Modells ‚*Sexocorporel*‘.

# 1 Einleitung

In diesem Kapitel wird der Aufbau der Arbeit, die Relevanz des Untersuchungsgegenstandes sowie die Zielsetzung dargestellt. Die Auswahl der Methoden wird kurz skizziert und im vierten Kapitel detailliert erläutert.

Bei Autor:innen von wissenschaftlichen Studien wird lediglich der Nachname verwendet, während Therapeut:innen und Buchautor:innen bei ihrer ersten Nennung sowohl mit Vor- als auch mit Nachnamen eingeführt werden. Der Verzicht auf die Vornamen bei Studienautor:innen dient der Lesbarkeit und Übersichtlichkeit, da die Anzahl der Autor:innen oft sehr gross ist und eine vollständige Namensnennung die Darstellung unübersichtlich machen würde.

## 1.1 Ausgangslage

Die Grundlage für diese Masterarbeit bildet die wissenschaftliche Hausarbeit der Autorin im Rahmen des ISP-Masterstudiums in Zürich. In dieser Literaturrecherche wurde die Frage untersucht, ob es einen naturgegebenen Unterschied im sexuellen Verlangen zwischen Männern und Frauen gibt? (Schläfli, 2023). Eine Metastudie der Autor:innen Baumeister, Catanese und Vohs aus dem Jahr 2001 bildet die wissenschaftliche Basis für die genannte Hausarbeit. Diese Metastudie kommt zum Schluss, dass Männer aufgrund verschiedener analysierter Faktoren ein stärkeres sexuelles Verlangen verspüren. Die Autor:innen führen Androgene und kulturelle Einflüsse als mögliche Ursachen für die festgestellten Geschlechterunterschiede an und vertreten die Auffassung, dass der Geschlechterunterschied im sexuellen Verlangen durch eine Kombination aus biologischen und kulturellen Einflüssen erklärt werden kann (Baumeister et al., 2001). Knapp 20 Jahre später vertieften sich Conley, Klein, Dawson und Chivers in die Frage nach den Ursachen. Die Autorinnen argumentieren, dass die Sexualität der beiden Geschlechter nicht gleichgesetzt werden kann. Daher sind Studien, die den Unterschied der Geschlechter in der Sexualität untersuchen, während die Sexualität der beiden Geschlechter nicht differenziert betrachtet wird, nicht zielführend (Conley & Klein, 2022; Dawson & Chivers, 2014). In einer Review von 2011 analysierten zudem Conley, Moors, Matsick, Ziegler und Valentine mehrere Studien zu dem Thema und bestätigten, dass die vermeintlichen Unterschiede zwischen den Geschlechtern ihren Ursprung oft in der Sozialisierung haben (Conley et al., 2011). Diese neueren Metaanalysen untersuchen die möglichen soziokulturellen Ursachen für das unterschiedliche

Bedürfnis nach Sexualität von Männern und Frauen und bringen Themen wie den *Orgasmus-Gap*, den *Pleasure-Gap*, sexuelle Skripte, Rollenbilder, gesellschaftliche Ungleichheit, sexuelle Lernschritte, Erziehung und gelebte Varianten von Sexualität als Erklärungsansätze hervor (Conley & Klein, 2022; Dawson & Chivers, 2014; Döring & Mohseni, 2022; Klein & Conley, 2022; Rubin et al., 2019).

Nach den Ergebnissen dieser wissenschaftlichen Hausarbeit im sechsten Semester des Masterstudiums liegt die Vermutung nahe, dass der Unterschied von Männern und Frauen im sexuellen Verlangen weniger stark ausgeprägt sein müsste, als momentan häufig noch angenommen wird. Dies bedeutet, dass Frauen – sofern sie bestimmte Lernschritte gemacht und kognitiv bestimmte Informationen erhalten haben – ein ebenso starkes sexuelles Begehren entwickeln können wie Männer. Diese Hypothese wird in dieser Arbeit exemplarisch untersucht, indem der Fokus auf Frauen gelegt wird, die ein starkes sexuelles Verlangen verspüren. Die genannten Studien bilden zu einem grossen Teil die wissenschaftliche Grundlage für den qualitativen Teil dieser Arbeit. In Interviews werden die möglichen Gründe überprüft, die die Studien als Erklärung für ein schwächer ausgeprägtes sexuelles Verlangen bei Frauen nennen.

Da die Arbeit und deren Fragestellung auf einem derzeit noch bestehenden Rückstand des weiblichen sexuellen Begehrens basiert (Baumeister et al., 2001; Hooven, 2021; Lippa, 2009; Thomas & Gurevich, 2021), und dies unter anderem mit der Dynamik zwischen Cis-Männern und Cis-Frauen in heterosexuellen Beziehungen zusammenhängen könnte, werden heterosexuelle Cis-Frauen interviewt. Aus diesem Grund eine binäre Denkweise in dieser Arbeit nicht vermieden werden, was diverse Geschlechtsidentitäten ausschliesst. Sind beide Geschlechter gemeint, wird dies mit dem Gender-Doppelpunkt (Student:innen) gekennzeichnet.

## **1.2 Relevanz des Themas**

Zum Thema des weiblichen sexuellen Verlangens gibt es mehrheitlich Studien, die sexuelle Funktionsstörungen bei Frauen thematisieren (Thomas & Gurevich, 2021), oder daraus abgeleitet Studien, die den Effekt von Androgengaben bei Frauen auf ihr sexuelles Verlangen analysieren (Cappelletti & Wallen, 2016; Davis & Wahlin-Jacobsen, 2015; Palacios, 2007). Diese Arbeiten verbindet, dass sie einen defizitären Blick auf das weibliche sexuelle Begehren haben und somit implizieren, dass Frauen normalerweise wenig Lust auf Sex haben. Die vorliegende Arbeit



fokussiert sich deshalb auf jene Gruppe, die (noch) nicht in das sexuelle Gesellschaftsnarrativ passt: die lustvollen, sexuell aktiven Frauen mit starkem sexuellen Verlangen. In qualitativen Interviews wird eruiert, welche Faktoren in der sexuellen Biografie dazu beitragen, ein starkes sexuelles Verlangen zu entwickeln. Da sexuelles Begehren gemäss dem Modell ‚*Sexocorporel*‘ eine Folge von Lernschritten ist (Bischof, 2015, 2020), die Männern und Frauen gleichermaßen offenstehen, sind die erarbeiteten Faktoren mit dem Modell ‚*Sexocorporel*‘ abgeglichen. So wird mit dieser Arbeit eine Verbindung hergestellt zwischen der Forschungslücke *Frauen mit starkem sexuellen Verlangen* und dem Modell ‚*Sexocorporel*‘, das zahlreiche Ansätze für die Entwicklung eines starken sexuellen Begehrens liefert.

### **1.3 Ziel dieser Arbeit**

Die Forschungsfrage dieser Arbeit lautet: *Welche Faktoren sind massgeblich an der Entwicklung eines starken sexuellen Verlangens bei heterosexuellen Frauen beteiligt?*

Die Studien von Baumeister et al., Conley und Klein, Dawson und Chivers, Conley et al., Klein und Conley, Döring und Mohseni sowie Rubin et al. liefern mögliche Erklärungsansätze dafür. Diese Ansätze sind als Faktoren extrahiert und bilden die Grundlage der Untersuchung der Forschungsfrage dieser Arbeit. In den qualitativen Interviews wird überprüft, ob diese Faktoren in der sexuellen Biografie der befragten Frauen zutreffen. Die zugrunde liegende These besagt, dass diese Erklärungsansätze auf die befragten Frauen nicht zutreffen, da sie sich nicht gemäss den in den Studien dargestellten typischen Frauen verhalten. Die daraus abgeleitete Hypothese lautet: Wenn Frauen sexuell anders sozialisiert werden (mehr so wie Jungen / Männer), können sie ein ebenso starkes sexuelles Begehren entwickeln. Um es mit den Worten von Simone de Beauvoir zu sagen: «Man kommt nicht als Frau zur Welt, man wird es» (de Beauvoir, 2008, S. 334).

Die extrahierten Faktoren sind je einer der vier ‚*Sexocorporel*‘-Komponenten zugewiesen. So ist der aktuelle Forschungsstand in das Modell ‚*Sexocorporel*‘ integriert. Aus dieser Verknüpfung entstehen vier Fragekategorien für die Interviews:

- sexuelle Wissens- und Wertevermittlung (kognitive Komponenten)
- Selbstbefriedigung und Partnersexualität (physiologische Komponenten)
- Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit (sexodynamische Komponenten)

- Kommunikation und Auto- vs. Heterozentrierung (Beziehungskomponenten)

Das langfristige Ziel besteht darin, einen Nutzen für die sexualtherapeutische Praxis zu erzielen. Wenn es klare Faktoren gibt, die die Entwicklung eines starken weiblichen sexuellen Begehrens fördern, können diese in der Arbeit mit Frauen, die ein vermindertes sexuelles Verlangen haben, evaluiert und entsprechend in den Behandlungsplan integriert werden.

#### **1.4 Methodenwahl**

Die Arbeit besteht aus zwei Teilen. Der erste Teil basiert auf einer wissenschaftlichen Literaturrecherche, die aus Sachbüchern, Studien und Studiumsunterlagen erstellt wurde. Ergänzt wird diese empirische Datenlage um Beobachtungen und Erfahrungswerte renommierter Paar- und Sexualtherapeut:innen. Die Quellenverzeichnisse aller Bücher, Studien und Artikel dienen als weitere Recherchequelle. Dieser erste, theoretische Teil bildet die wissenschaftliche Grundlage für die Untersuchung der vorliegenden Forschungsfrage. Da bisher noch nicht untersucht wurde, was Frauen mit starkem sexuellen Verlangen gemeinsam haben, wird der theoretische Teil um einen Forschungsteil ergänzt. Diesem liegt ein Forschungsdesign mit qualitativen Interviews zugrunde. Dieser Rahmen ermöglicht das Entdecken neuer Faktoren, die in den bisherigen Studien nicht erwähnt wurden. Alle erfragten Faktoren werden am Ende ausgewertet und in der Diskussion mit den Hypothesen abgeglichen.

Bewusst wurde hauptsächlich auf neuere Literatur ab dem Jahre 2000 zurückgegriffen. Ältere Studien wurden nur dann herangezogen, wenn sie aufgrund ihrer Grösse eine signifikante Aussagekraft besitzen und mit späteren Ergebnissen replizierbar sind (z.B. Sprecher et al., 1995 und Peragine et al., 2022). Auch ältere Quellen wurden berücksichtigt, wenn deren Kerngedanke essenziell für spätere Studien war, die regelmässig darauf referenzieren und ihre Ausführungen darauf aufbauen (z.B. Singer & Toates, 1987).

#### **1.5 Aufbau der Arbeit**

Das erste Kapitel bietet eine Einführung ins Thema. Im zweiten Kapitel wird der derzeitige empirische Wissensstand beleuchtet. Es wird der theoretische Hintergrund vorgestellt, aus dem die Faktoren abgeleitet sind, die hypothetisch für ein derzeit schwächeres weibliches sexuelles Verlangen verantwortlich sind. Zudem

wird ein kurzer historischer Überblick zur weiblichen Sexualität gegeben, um einen möglichen Ursprung des Status Quo zu verstehen. Anschliessend werden im dritten Kapitel im zweiten Kapitel präsentierten Daten und Erkenntnisse mit dem Modell ‚Sexocorporel‘ verknüpft, um aufzuzeigen, dass ‚Sexocorporel‘ viele der möglichen Faktoren ebenfalls beinhaltet. Basierend auf den Theorien aus den Kapiteln zwei und drei entstand der Interviewleitfaden, mit dem fünf Frauen interviewt wurden. Das methodische Vorgehen, einschliesslich der Vorstellung des Interviewleitfadens, wird im vierten Kapitel detailliert beschrieben. Um die Forschungsfrage zu beantworten und die Hypothesen zu überprüfen, wurden die Interviews anhand der im vierten Kapitel dargestellten Methoden ausgewertet. Die rein deskriptive Auswertung wird im fünften Kapitel präsentiert. Aufbauend auf den Kapiteln zwei, drei und fünf werden im sechsten Kapitel die Ergebnisse sowie die Forschungsfrage diskutiert und die zugehörigen Hypothesen aufgegriffen. Die Limitationen dieser Arbeit werden im siebten Kapitel erörtert. Im achten Kapitel wird ein Gesamtfazit gezogen und die Schlussfolgerungen für die sexologische Praxis abgeleitet. Die Arbeit schliesst mit einem persönlichen Schlusswort im neunten Kapitel ab. Im Anschluss folgen das Literaturverzeichnis sowie die Anhänge.

Nach dieser Übersicht über die vorliegende Arbeit folgt die ausführliche Darlegung der theoretischen Grundlagen.

## **2 Wissensstand zur weiblichen Lust**

In diesem Kapitel werden die für diese Arbeit relevanten Begriffe definiert. Der aktuelle Forschungsstand in Bezug auf das weibliche sexuelle Verlangen wird präsentiert und um einen kurzen geschichtlichen Exkurs ergänzt. Zudem werden die Ansätze, welche die Geschlechterunterschiede im sexuellen Verlangen zu erklären versuchen (siehe Abschnitt 1.3), ausführlich erläutert. Dies soll die Herleitung der Fragen verdeutlichen, die in den qualitativen Interviews gestellt werden.

### **2.1 Definitionen**

Um eine einheitliche Terminologie zu gewährleisten und mögliche Missverständnisse zu vermeiden, werden in diesem Abschnitt häufig verwendete Begriffe vorgestellt und definiert.

### 2.1.1 Begrifflichkeiten

Wird im sexuellen Kontext von *Lust* gesprochen wird, kann das zu Verwirrungen führen, da der Begriff *Lust* umgangssprachlich auf zwei Arten verwendet wird: einerseits für das *Lustempfinden während der Sexualität* andererseits für die *Lust auf Sexualität*. In dieser Arbeit wird der Begriff *Lust auf Sexualität* synonym verwendet mit dem wissenschaftlichen Terminus ‚*sexuelles Verlangen*‘ und dem ‚*sexuellen Begehren*‘ des Modells ‚*Sexocorporel*‘ (Chatton et al., 2005; Desjardins et al., 2011; Schütz, 2021). Das englische Äquivalent, das in der Recherche verwendet wurde, ist ‚*sexual desire*‘ (= Motivation, nach sexuellen Erfahrungen zu suchen, alleine oder mit Partner:in) (Dawson & Chivers, 2014) und ‚*sex drive*‘ (= sexuelle Motivation, Drang nach sexueller Aktivität und sexuellem Genuss) (Baumeister et al., 2001).

Da einige Wörter in dieser Arbeit häufig vorkommen, werden folgende Abkürzungen dafür verwendet:

- PONR = «point of no return» (Hartmann, 2018, S. 321) = Orgasmus, Höhepunkt. (gemäss ‚*Sexocorporel*‘ ist der PONR ein rein körperlicher Vorgang, der als «orgastische Entladung» beschrieben wird (Desjardins et al., 2011, S. 66))
- PVI = «penile-vaginal intercourse» (Conley & Klein, 2022, S. 960; Jordan-Young, 2010, S. 140) = sexuelle Interaktion, bei der der Penis in die Vagina eindringt.
- GV = Geschlechtsverkehr. GV wird in den meisten Studien als PVI verstanden, jedoch nie explizit definiert. Deshalb kann GV in dieser Arbeit auch andere sexuelle Formen der Partnersexualität miteinschliessen (z.B. Oralsex).
- SB = Selbstbefriedigung, gleichbedeutend mit Masturbation
- Sex = Sexualität

### 2.1.2 Definition ‚*Begehren*‘

Die Grundfrage zu sexuellem Begehren lautet: Ist *Begehren* ein internes Phänomen wie Hunger, oder Durst, oder ist es als Phänomen zu verstehen, das durch äussere Stimuli ausgelöst wird (Both et al., 2005)? Singer und Toates beschreiben diese Thematik als die «sex-as-drive-or-appetite»-Kontroverse (Singer & Toates, 1987, S. 481). Den ‚*sex drive*‘ definieren sie als intrinsische Motivation für sexuelle Interaktionen, den ‚*sexual appetite*‘ als Reaktion auf äussere Reize. Sie kommen in ihrem Artikel zum Schluss, dass die sexuelle Motivation sowohl durch innere Triebe (innerer Anreiz) als auch durch äussere Reize beeinflusst wird. Diese Erkenntnis

wird durch spätere Studien bestätigt (Both et al., 2005). Ist ein interner Trieb bereits stark ausgeprägt, wirken äussere Reize wie ein Verstärker. So entstehen unterschiedliche Ausprägungsgrade der sexuellen Motivation (Singer & Toates, 1987). Im Gegensatz zur früher vorherrschenden Triebtheorie (Sex als etwas Internes), argumentieren Both, Everaerd und Laan, dass sexuelles Begehren als Folge sexueller Erregung zu verstehen ist, die wiederum eine Reaktion auf einen äusseren Reiz darstellt. Nach dieser Ansicht tritt der äussere Reiz zuerst auf, darauf folgt die sexuelle Erregung und dann erst das bewusste sexuelle Begehren (Both et al., 2005; Laan & Both, 2008). Emily Nagoski unterstützt diese Sichtweise, indem sie erklärt, dass *Begehren* oft als etwas Spontanes erlebt wird, dem jedoch stets eine Antizipation vorausgeht, die die Lust initiiert. Daher ist jedes Begehren eine Reaktion auf einen externen Input, und die Vorstellung von Spontaneität ist häufig eine retrospektive Verklärung im Rahmen der Initialphase einer romantischen Beziehung (Nagoski, 2021). Die Autorin stellt klar: «Sex ist not a drive, it is not a biological need» (Nagoski, 2021). Auch Schnarch stützt diese Ansicht, wenn er sagt: «Verlangen ist [...] nicht einfach nur ein biologischer Trieb», sondern «eine Fähigkeit», die lernbar ist (Schnarch, 2019, S. 218).

Demnach scheint es gegenwärtig Konsens zu sein, dass Begehren nicht als Grundbedürfnis, wie Hunger oder Durst, verstanden werden sollte. Jedoch gibt es keine allgemeingültige Definition von ‚sexueller Lust‘ (‚*sexual desire*‘) (Klein & Briken, 2016).

### **2.1.3 Definition ‚starkes sexuelles Begehren‘**

In der Literatur fehlen präzise Definitionen für die Begriffe *starkes sexuelles Begehren*, oder *viel Lust auf Sex*. Daher wird in diesem Abschnitt zunächst das gesamte Spektrum des sexuellen Begehrens betrachtet, um die beiden Extrempole *kein sexuelles Begehren* und *übermässiges sexuelles Begehren* zu definieren. Im Anschluss daran folgen die vagen Definitionen, die in der vorhandenen Literatur gefunden wurden.

Im aktuellen europäischen Klassifikationssystem für Krankheiten, dem ICD-11, werden zwei extreme Ausprägungen des sexuellen Begehrens beschrieben: zum einen das Extrem der «zwanghaften sexuellen Verhaltensstörung», die gekennzeichnet ist durch ein «anhaltendes Unvermögen intensive, sich wiederholende sexuelle Impulse oder Triebe zu kontrollieren» (Bründl & Fuss, 2021,

S. 22). Dies geschieht in einem Ausmass, dass zentrale Lebensbereiche der betreffenden Person wesentlich vernachlässigt werden. Trotz möglicher Konsequenzen (z.B. Verlust der Arbeit, von Beziehungen) kann das Verhalten nicht gestoppt werden. Die Diagnose erfordert einen persönlichen Leidensdruck, über einen Zeitraum von mindestens sechs Monaten, und eine Ausschlussdiagnose besonderer Umstände (z.B. einschneidende Lebensereignisse) (Bründl & Fuss, 2021). Das andere im ICD-11 beschriebene Extrem ist die «Dysfunktion mit Hypoaktivität des sexuellen Verlangens» (Schwesig et al., 2022). Im Originaldokument der WHO ist diese Dysfunktion definiert als Abwesenheit des Wunsches nach Sex, oder als verminderte Lust auf Sex. Dies umfasst wenig bis kein spontanes Begehren, keine sexuelle Reaktion auf entsprechende Stimuli, oder die Unfähigkeit, Lust aufrechtzuerhalten. Für die Diagnose sind ein persönlicher Leidensdruck sowie eine Dauer des Phänomens von mehreren Monaten erforderlich. Darüber hinaus unterscheidet die Diagnose zwischen «lebenslang» versus «erworben» und «situativ» versus «generell» (WHO, 2024).

Im amerikanischen Klassifikationsmodell für psychische Störungen, dem DSM-5, wird seit 2013 die ‚Hypoaktive sexuelle Luststörung‘, «HSDD» («Hyposexual Desire Disorder»), unter «Female Sexual Interest Arousal Disorder» geführt (O’Loughlin et al., 2018, S. 734; Thomas & Gurevich, 2021, S. 82). Die Kriterien für diese Diagnose umfassen unter anderem: stark vermindertes bis kein Interesse an sexuellen Aktivitäten, Mangel an sexuellen Gedanken oder Fantasien, fehlende Initiative für sexuelle Interaktionen sowie keine Reaktion auf Verführungsversuche des Partners. Für die Diagnose müssen die Symptome mindestens sechs Monate andauern, es muss ein persönlicher Leidensdruck vorliegen, und andere Ursachen müssen ausgeschlossen sein (O’Loughlin et al., 2018). Im Vergleich zum ICD-11 fehlt jedoch im DSM-5 eine Diagnose für ein übermässiges sexuelles Verlangen (Kafka, 2014; Reid & Kafka, 2014).

Um pathologische Zustände von starken sexuellen Begierden abzugrenzen, müsste sich ein starkes sexuelles Verlangen idealerweise zwischen den beiden extremen Definitionen des ICD-11 positionieren.

Eine alternative Methode zur Messung des sexuellen Verlangens, wie sie im ‚*Sexual Desire Inventory*‘ (SDI) 1996 vorgeschlagen wird, besteht darin, die Personen direkt zu fragen, um die gewünschte Häufigkeit sexueller Aktivitäten zu erfassen (Spector et al., 1996). Diese Herangehensweise wurde in den Interviews umgesetzt. Eine Interviewpartnerin beschreibt ihr sexuelles Verlangen als «wichtigen Stellenwert im

Leben» (Frieda, 16), eine andere beschreibt die sexuelle Lust als stetigen Begleiter (Dora, 9-11). Mehrere nehmen im Vergleich mit anderen wahr, dass ihr eigenes sexuelles Verlangen stärker ist als das ihrer Partner oder Freundinnen (Erika, 9; Berta, 7; Nadja, 7). Auf die Frage nach der idealen Häufigkeit sexueller Aktivitäten machen die Interviewpartnerinnen unterschiedliche numerische Angaben: ein- bis zweimal pro Woche (Frieda, 47), zwei- bis dreimal pro Woche im Durchschnitt (Dora, 77), drei- bis viermal pro Woche (Erika, 22), mehrmals pro Woche bis mehrmals pro Tag (Berta, 52-53). Dora und Berta berichteten auch von einer unregelmässigen sexuellen Lust: Berta bezieht sich auf ihren Menstruationszyklus und Dora erklärt, dass sie ihren Partner nicht täglich sieht, was zu Schwankungen in den angegebenen Frequenzen führt. Nadja wurde die Frage nicht gestellt.

Peggy Kleinplatz ist eine der wenigen Forscherinnen, die eine spezifische Zahl in Bezug auf «normale» Paarsexualität angibt. In ihrer Arbeit beobachtet sie ein «ungeschriebenes Gesetz», wonach zwei- bis dreimal GV pro Woche als normative Frequenz für GV angesehen wird (Kleinplatz, 2011, S. 9f.). Kleinplatz selbst distanziert sich von dieser numerischen Festlegung und plädiert stattdessen für einen Fokus auf die Qualität, statt Quantität.

## **2.2 Forschungsstand: Lust der Frau**

Derzeit scheinen Frauen überdurchschnittlich von einem niedrigen sexuellen Verlangen betroffen zu sein (Hartmann et al., 2002), was von Dawson und Chivers unter dem Begriff «Störungen» eingeordnet wird (Dawson & Chivers, 2014, S. 212). Diese Beobachtung deckt sich mit der Tatsache, dass mehr Frauen als Männer mit ‚*HSDD*‘ (Hypoactive Sexual Desire Disorder) diagnostiziert werden (Baumeister et al., 2001; Hartmann et al., 2002; Thomas & Gurevich, 2021). Das sexuelle Stereotyp der Geschlechter besagt weiterhin, dass Männer ein kaum kontrollierbares Verlangen nach Sexualität haben, während es Frauen an sexuellem Verlangen mangelt (Rubin et al., 2019).

Der Paar- und Sexualtherapeut David Schnarch (2019) ist hingegen «überzeugt, dass Frauen stärker an Sex interessiert sind als Männer – vorausgesetzt, es ist guter Sex» (Schnarch, 2019, S.399). Diese Überzeugung stützt sich auf seine langjährige Praxiserfahrung. Schnarch beobachtete, dass Personen, die schlechten Sex erleben, auch wenig Lust darauf haben. Damit liefert Schnarch bereits einen ersten Hinweis auf einen möglichen Einflussfaktor.

## **2.3 Potenziell hemmende Faktoren**

Basierend auf die in der Einleitung referenzierten Studien könnten die folgend aufgeführten Faktoren kausal dafür verantwortlich sein, dass Frauen gegenwärtig einen Geschlechterrückstand in Bezug auf das sexuelle Begehren aufweisen. In diesem Sinne enthält jeder Abschnitt automatisch eine Hypothese, die anhand der qualitativen Interviews untersucht wird. Die in diesem Unterkapitel vorgestellten Faktoren werden in der Diskussion aufgegriffen und mit den Ergebnissen der Interviews verglichen. Die folgenden Abschnitte sind thematisch geordnet und noch nicht nach den ‚*Sexocorporel*‘-Komponenten differenziert. Dies dient dem besseren Verständnis der Zusammenhänge zwischen den verschiedenen Faktoren und den jeweiligen sexuellen Hauptthemen.

### **2.3.1 Masturbation: zu spät und zu selten**

Frauen masturbieren seltener (Gerressu et al., 2008; Herbenick et al., 2010; Petersen & Hyde, 2010) und beginnen später damit als Männer (Bischof, 2013; Robbins, 2011; Weller, 2013, 2021). Ein möglicher Grund dafür ist die bessere Sichtbarkeit der männlichen Geschlechtsorgane sowie die zusätzliche biologische Funktion des Penis beim Urinieren. Jungen fassen ihr äusseres Geschlecht daher tendenziell früher und häufiger an als Mädchen und lernen dabei, ihren Penis schamfrei zu berühren. Durch diesen frühen taktilen Kontakt wissen Jungen früher als Mädchen, wie sie einen Orgasmus erreichen können. Diese Faktoren können dazu führen, dass Frauen seltener masturbieren und dadurch weniger gut lernen, wie sie einen Orgasmus erreichen (Bischof, 2018a; Conley & Klein, 2022). SB in der Kindheit ist ein wichtiger Baustein für späteres Genusserleben in der Sexualität (Abramson & Pinkerton, 2002).

Im Gegensatz zu Jungen, die frühzeitig Stolz auf ihr Geschlecht entwickeln, fehlen Mädchen erste positive Erfahrungen mit ihrem inneren Geschlecht. Ihre Vagina wird ihnen oft erst nach negativen Erfahrungen bewusst, wie beispielsweise einem Gynäkolog:innenbesuch, der Menstruation oder dem ersten Mal der Paarsexualität (Schiftan, 2018).

Der Zusammenhang zwischen dem sexuellen Verlangen und der Häufigkeit der SB wird von Baumeister et al. für beide Geschlechter als bewiesen angesehen (Baumeister et al., 2001). Diese Annahme darf jedoch hinterfragt werden, da sexuelle Handlungen nicht zwingend durch einen sexuellen Impuls ausgelöst werden müssen. Der Wunsch nach Stressreduktion oder der Steigerung des



Selbstwertgefühls kann ebenfalls eine Rolle spielen (Dawson & Chivers, 2014). Aus diesem Grund wurde in den Interviews nicht explizit nach der Häufigkeit der SB gefragt.

Aufbauend auf diesen Theorien lässt sich die Hypothese formulieren, dass Frauen mit einem starken sexuellen Verlangen früh mit der SB begonnen haben sowie dies regelmässig praktizieren und dabei die Vagina miteinbeziehen.

### **2.3.2 Geschlechtsverkehr – Paarsexualität**

Die Paarsexualität stellt ein umfassendes Themengebiet dar, weshalb im Folgenden verschiedene relevante Faktoren erörtert werden.

#### **2.3.2.1 Das erste Mal Sex ist nicht lustvoll**

Beim ersten GV erreichen nur sehr wenige Mädchen den PONR. *Das erste Mal'* stellt für Mädchen häufig eine weniger genussvolle Erfahrung dar als für Jungen. Dies wird unter anderem dadurch erklärt, dass Jungen häufiger beim ersten Mal den PONR erreichen als Mädchen (Sprecher et al., 1995). Die Autor:innen dieser gross angelegten Studie, die 1659 Student:innen umfasste, stellen fest, dass Frauen, die beim ersten GV einen Orgasmus erreichen, diese sexuelle Interaktion ähnlich lustvoll erleben wie Männer. Dieses Ergebnis wurde rund 20 Jahre später durch Peragine et al. repliziert: Ein befriedigender erster GV, also eine positive Erinnerung, beeinflusst das spätere sexuelle Verlangen einer Frau. Den grössten Einfluss hatte das Erleben eines Orgasmus. Frauen, die beim ersten GV einen Höhepunkt erlebten, unterschieden sich im sexuellen Verlangen zu Männern nicht, und sie wiesen ein signifikant höheres sexuelles Verlangen auf als jene Frauen, die beim ersten GV keinen PONR erlebten (Peragine et al., 2022).

Daraus ergibt sich die Hypothese, dass das positive Erleben der ersten Paarsexualität entscheidend für das spätere sexuelle Verlangen ist.

#### **2.3.2.2 Geschlechtsverkehr ist nur PVI**

Wird von Sex gesprochen, ist oft PVI gemeint: «penile-vaginal intercourse» (Conley & Klein, 2022, S.960; Jordan-Young, 2010, S.140). PVI ist für Männer der zuverlässigere Weg zum PONR als für Frauen (Fahs, 2014; Richters et al., 2006), was PVI für Männer interessanter macht als für Frauen (Fahs, 2014). Conley und Klein führen die Problematik des PVI aus: Dieser wird meistens in der

Missionarsstellung vollzogen, was eine nahezu optimale mechanische Stimulation für den Penis und somit für den männlichen Orgasmus darstellt. Dies impliziert, dass Partnersexualität meistens auf die Bedürfnisse des Mannes ausgerichtet ist. Bei PVI in der Missionarsstellung kontrolliert der Mann die Intensität und den Rhythmus und kann gegebenenfalls eigenständig Anpassungen vornehmen, um seine Erregung zu steigern. Da PVI eine häufig praktizierte Form der Paarsexualität ist und mit unterschiedlichen Erfahrungen für Männer und Frauen einhergeht, kommen die Autorinnen zum Schluss, dass heterosexuelle Paarsexualität oft die Lust des Mannes priorisiert (Conley & Klein, 2022). Klein bezeichnet PVI als «Koitusimperativ» (Klein, 2019, S. 378) und schreibt, PVI könnte ein weiterer Grund sein, weshalb Frauen weniger Lust auf Sex haben (Klein, 2019). Nagoski unterstützt diese Erkenntnis, indem sie schreibt, dass Männer durch PVI zuverlässig einen Orgasmus erreichen und fälschlicherweise daraus geschlossen wird, dies gelte auch für Frauen (Nagoski, 2021).

Daher wurde in den Interviews nach der Varietät der gelebten Paarsexualität gefragt und ergründet, ob nur PVI als Sex zählt. Laut Conley und Klein könnte die Erweiterung der Definition Sex um andere Varianten als bloss PVI dazu beitragen, den Gendergap bezüglich sexuellem Verlangen zu schliessen (Conley & Klein, 2022).

Die Sexualtherapeutin Dania Schiffan erklärt, dass PVI aus sexologischer Sicht uninteressant für Frauen sein kann, wenn die Vagina noch nicht «aufgeweckt» ist (Schiffan, 2018, S. 14). Damit meint Schiffan die Sensibilisierung der Vaginalnerven, die über vermehrten Kontakt lernen, Berührungen positiv zu empfinden. Dies führt zu vaginaler Erregbarkeit, was wiederum Sex variantenreicher macht und die Lust auf Sex steigert (Schiffan, 2020). Der Sexualtherapeut Michael Sztenc beschreibt diese genitale Wahrnehmen mit den Worten sein «Genital bewohnen» (Sztenc, 2020, S.63) und führt – ergänzend zu Schiffan – aus, dass damit gemeint ist, die genitale Wahrnehmung «als sexuell erregend zu empfinden» (Sztenc, 2020, S. 64). Fortan wird in dieser Arbeit für dieses Phänomen das Wort *bewohnt* benutzt, um diese Sensibilisierung der Vagina zu beschreiben. Die Relevanz des Zugangs zur Vagina und deren Belebung bestätigt auch die Sexualtherapeutin Karoline Bischof: «Fehlende vaginale Erregbarkeit ist einer der häufigsten Gründe überhaupt für vermindertes sexuelles Begehren bei Frauen» (Bischof, 2018b, S.189).

Daraus ergibt sich die Hypothese, dass das sexuelle Verlangen zunimmt, wenn eine grössere Vielfalt an GV praktiziert und als Sex definiert wird, und je sensorischer die Vagina belebt ist.

### **2.3.2.3 Männliche Bedürfnisse priorisiert**

Frauen tendieren dazu, ihre sexuelle Lust jener des Mannes unterzuordnen, während Männer sich häufiger berechtigt fühlen, ihren Orgasmus zu priorisieren (Conley & Klein, 2022; Fahs, 2014; Klein & Conley, 2022). Diese Dynamik erfordert von Frauen eine sexuelle Selbstsicherheit, um sexuelle Gleichberechtigung anzustreben. Erschwerend kommt hinzu, dass Frauen häufig Schwierigkeiten haben, ihre sexuellen Wünsche und Bedürfnisse klar zu kommunizieren und einzufordern (Satinsky & Jozkowski, 2015). Das «typisch heterosexuelle Skript» (Döring & Mohseni, 2022, S.75) orientiert sich meist am männlichen Orgasmus, was sich darin äussert, dass der GV häufig mit dem PONR des Mannes endet (Muehlenhard & Shippee, 2010) und dieser von beiden Partnern priorisiert wird (Klein, 2019). Sobald Frauen ihre Bedürfnisse priorisieren, kann das einen positiven Einfluss auf ihr sexuelles Verlangen haben (Rubin et al., 2019). Dennoch neigen Frauen dazu, ihre Bedürfnisse jenen des Partners unterzuordnen (Nagoski, 2021; Schiffan, 2018). Dies manifestiert sich in der Sexualität und als weiblicher Wesenszug im Allgemeinen (Perel, 2006).

Die Tendenz, die eigene Befriedigung jener des Mannes unterzuordnen (Döring & Mohseni, 2022; Klein, 2019) und die häufige Abhängigkeit des weiblichen sexuellen Erlebens von der Befriedigung des Partners (Conley & Klein, 2022), führen zum sogenannten «Pleasure Gap» (Klein & Conley, 2022). Dies beschreibt den Umstand, dass die sexuelle Erfahrung von Frauen im Durchschnitt eine geringere Qualität aufweist als jene ihrer männlichen Partner, was teilweise zu einem geringeren Interesse an Sexualität bei Frauen führt (Conley & Klein, 2022). Daher wird in den Interviews untersucht, wie gut die Frauen ihre Bedürfnisse formulieren und verfolgen können.

Schnarch beschreibt das Priorisieren der eigenen Bedürfnisse mit der Bedeutsamkeit der Wahrnehmung: Diese soll bei sich bleiben, um sich nicht im Gegenüber zu verlieren. Ein externer Fokus mindert das sexuelle Verlangen (Schnarch, 2019). Schnarch stellt fest: «Autonomie ist ein [...] wichtiger Bestandteil des sexuellen Verlangens» (Schnarch, 2019, S.239). Das Gefühl selbstbestimmt agieren zu können, ist demnach essenziell für die Aufrechterhaltung des sexuellen Begehrens.

In diesem Sinne lautet die Hypothese, dass die Priorisierung eigener sexueller Bedürfnisse das sexuelle Verlangen positiv beeinflusst.

#### **2.3.2.4 Wenig körperliche Gründe für Sex**

Männer und Frauen verfolgen in der Paarsexualität verschiedene Ziele. Männer streben vermehrt körperliche Ziele an, wie Genuss oder Orgasmus, während Frauen häufig zwischenmenschliche Ziele wie Intimität oder Nähe suchen (Mark et al., 2014). Da Männer derzeit als das Geschlecht mit dem stärkeren sexuellen Begehren gelten (Baumeister et al., 2001; Lippa, 2009), könnte es von Bedeutung sein, welche Motivation hinter dem Wunsch nach GV steht. Laut Mark et al. könnte es für ein stärkeres sexuelles Verlangen relevant sein, ob Sexualität aus körperlichen oder romantischen Gründen angestrebt wird (Mark et al., 2014). Ihre Studie zeigt, dass Frauen, die Wert auf die physischen Aspekte der Sexualität legen, tendenziell ein stärkeres sexuelles Verlangen haben. Diese Erkenntnis stimmt mit der Aussage von Bischof überein, die im Buch von Angelika Eck (Hrsg.), *'Der erotische Raum'*, darauf hinweist, dass viele Motive für Sex nicht direkt mit sexueller Körperlichkeit zusammenhängen. Motive, die auch anderweitig befriedigt werden können, «verlieren auf Dauer an Kraft» (Bischof, 2018b, S. 184).

Daraus ergibt sich die Hypothese, dass körperlich motivierte Paarsexualität mit einem starken sexuellen Verlangen korreliert.

#### **2.3.2.5 Wenig Initiative**

Männer ergreifen häufiger die Initiative zu sexuellen Aktivitäten (Baumeister et al., 2001; Meston & Buss, 2007; Satinsky & Jozkowski, 2015). Zeigen jedoch Frauen eine erhöhte Initiativrate, sind es oft Frauen mit einem starken sexuellen Verlangen (Baumeister et al., 2001). Daher kann eine erhöhte Initiativbereitschaft als Indikator für ein starkes sexuelles Begehren interpretiert werden. Die Autor:innen berücksichtigen jedoch, dass nicht abschliessend geklärt werden kann, inwiefern dies auf gesellschaftliche Rollenbilder zurückzuführen ist, die den Mann als Initiator von Sexualität darstellen, oder ob diese Rollenbilder aus den beobachteten Verhaltensmustern hervorgegangen sind (Baumeister et al., 2001). Damit sprechen die Autor:innen ein klassisches Kausalitätsproblem an, besser bekannt als die *'Huhn-oder-Ei'-Frage*.

Da das Initiieren von Sexualität ein möglicher Indikator für starkes sexuelles Verlangen ist, wird die Initiativbereitschaft in den qualitativen Interviews erfragt.

Zur Überprüfung wurde die Hypothese von Baumeister et al. herangezogen, die besagt, dass Frauen mit einem starken sexuellen Begehren auch vermehrt Sexualität initiieren (Baumeister et al., 2001).

### **2.3.2.6 Negative bisherige Erfahrungen**

Bereits 1949 erkannte Simone de Beauvoir, dass «die erotischen Anfänge für die Frau von extremer Bedeutung sind: Sie wirken sich auf ihr ganzes Leben aus.» (de Beauvoir, 2008, S. 452). Diese Aussage wird durch die Forschung von Pfaus et al. unterstützt, die darauf hinweisen, dass frühe Erfahrungen mit sexueller Erregung und Belohnung das sexuelle Verlangen beeinflussen können (Pfaus et al., 2012). Diese Erkenntnis untermauert die Hypothese, dass die Intensität des sexuellen Begehrens eng mit den bisherigen Erfahrungen verknüpft ist. Both et al. formulieren dies umgekehrt: Waren sexuelle Erfahrungen in der Vergangenheit wenig «belohnend» waren, tendieren äussere Stimuli dazu, wenig Lust auf Sex zu erzeugen (Both et al., 2005, S. 377). Deshalb wird in den qualitativen Interviews gezielt nach den Erfahrungen in der Paarsexualität gefragt und somit zuvor beschriebene Hypothese überprüft.

### **2.3.2.7 Wenig Lustempfinden**

Sexueller Genuss spielt eine wesentliche Rolle bei der Motivation für sexuelle Aktivitäten (Abramson & Pinkerton, 2002). Erleben Menschen Sex zunehmend als wenig lustvoll, besteht die Gefahr, dass sie im Laufe der Zeit das Interesse an Sexualität verlieren (Conley et al., 2011; Conley & Klein, 2022; Schnarch, 2019). Schnarch erläutert diese Hypothese prägnant: «Menschen verbringen ihre Zeit dort, wo sie die besten Belohnungen bekommen. Es gibt viele, die lieber zur Arbeit gehen, als sich im Bett zu vergnügen [...]» (Schnarch, 2019, S. 194). Nagoski unterstützt diese Perspektive, indem sie argumentiert, dass mangelnde Aussicht auf Lusterleben im Bett zu einer geringeren Priorisierung von Sexualität führt (Nagoski, 2021). Dies wird durch eine Vier-Länder-Studie von Rubin et al. bestätigt: Die Aussicht auf eine lustvolle sexuelle Begegnung ist ein entscheidender Faktor bei der Entscheidung von Frauen für oder gegen Sexualität (Rubin et al., 2019). Daher scheint die sexuelle Zufriedenheit in langfristigen Beziehungen ein wesentlicher Faktor für ein starkes weibliches sexuelles Begehren zu sein. Die Studie legt nahe, dass ein starkes sexuelles Verlangen wahrscheinlicher ist, wenn Frauen ihre Lust und ihren Orgasmus priorisieren (Rubin et al., 2019).

Bischof erläutert, weshalb das Lusterleben während sexuellen Begegnungen essenziell für das sexuelle Verlangen ist. Demnach ist Sex, den das Gehirn als *gut* bewertet, entscheidend für das Entwickeln eines sexuellen Begehrens. Neurophysiologisch bedeutet *gut*, dass ausreichend Belohnungshormone ausgeschüttet werden. Dies geschieht insbesondere, wenn die sexuelle Interaktion als insgesamt lustvoll empfunden wird – und nicht nur der PONR (Bischof, 2018b). Die Bedeutung des Genusses ist nicht neu. De Beauvoir erkannte bereits 1949 die Bedeutung des Erlebens von sexuellem Genuss für Frauen. Sie erklärte die Frigidität von Frauen durch unerfüllte sexuelle Begierden, aufgrund von ungeschickten oder zu selbstbezogenen Liebhabern (de Beauvoir, 2008). Obwohl de Beauvoirs Ansichten im Kontext ihrer Zeit betrachtet werden müssen, bleibt ihre Erkenntnis relevant. Um diese Perspektive in die Gegenwart zu übertragen, wird die Sexualtherapeutin Dania Schiffan zitiert: Paare haben auch nach vielen Jahren noch Sex, «weil sie es geil finden» (Schiffan, 2020, S.147). Es scheint Konsens zu herrschen, dass der Genuss und das Lusterleben während sexuellen Interaktionen wesentliche Faktoren für das sexuelle Begehren sind. Naomi Wolf bestätigt diese Ansicht. Je genussloser die bisher erlebte Sexualität ist, desto weniger Lust haben die Frauen darauf (Wolf, 2021). Dr. Jim Pfaus, der für Wolfs Buch interviewt wurde, fügt hinzu: «Wenn Sie Ihrer Partnerin eine Zeit lang genug schlechten Sex gegönnt haben, ist irgendwann der Punkt erreicht, ab dem sie auf absehbare Zeit nicht mehr mit Ihnen schlafen will.» (Pfaus, in: Wolf, 2021, S.386). Diese Sichtweise wird auch durch Peggy Kleinplatz unterstützt, die betont, dass die Qualität des Sexes wichtiger werden soll als die Quantität. Sie schreibt, dass aussergewöhnlich guter Sex das sexuelle Verlangen fördert (Kleinplatz, 2011, S.11) – und liefert damit auch die Hypothese für die Interviews.

### **2.3.2.8 Unzuverlässiges Erreichen des Orgasmus**

Als ein Indikator für Genuss wird von Baumeister et al. der Orgasmus genannt. Die Autor:innen erkennen jedoch, dass *lustvolle Sexualität* nicht zwangsläufig mit dem Erreichen des PONR zusammenhängen muss, da viele Menschen Sexualität auch ohne Orgasmus geniessen können (Baumeister et al., 2001; Döring & Mohseni, 2022). Conley und Klein hingegen legen einen stärkeren Fokus auf die Bedeutung des PONR und argumentieren, dass das Ausbleiben des PONR beim GV zu einem verminderten sexuellen Genuss bei Frauen führt, was sich schliesslich hemmend auf ihr sexuelles Verlangen auswirkt (Conley & Klein, 2022). Rubin et al. unterstützen diese Hypothese. Demnach zeigen Frauen tendenziell mehr Interesse

an Sex, wenn sie den PONR anstreben, diesen priorisieren und allgemein einen Genuss von der sexuellen Interaktion erwarten können (Rubin et al., 2019). Jedoch erreichen Frauen in der heterosexuellen Partnersexualität den PONR seltener als Männer, da der häufig praktizierte PVI tendenziell die Befriedigung des Mannes priorisiert und somit das sexuelle Lusterleben der Frauen vernachlässigt wird (Conley & Klein, 2022; Döring & Mohseni, 2022; Fahs, 2014; Richters et al., 2006). Dies kann ein Grund dafür sein, dass Frauen ein vermindertes sexuelles Begehren haben. Die Autorinnen fassen am Ende ihrer Studie die Zusammenhänge zwischen Sex, Orgasmus und Genuss prägnant zusammen: Frauen erreichen beim GV im Durchschnitt seltener den PONR als Männer, was zu einem geringeren Genuss führt und somit die Wahrscheinlichkeit für ein reduziertes sexuelles Verlangen erhöht (Conley & Klein, 2022). Auch Döring und Mohseni sprechen von einem «patriarchal geprägten Skript», das der heterosexuellen Paarsexualität zugrunde liegt (Döring & Mohseni, 2022, S.74) und wonach der weibliche Orgasmus als weniger zuverlässig erreichbar gilt als der männliche.

Die Hypothese für diesen Faktor wird von Conley und Klein sowie Rubin et al. übernommen und lautet: Das sexuelle Verlangen bei Frauen wird gestärkt, indem sie vermehrt den PONR anstreben und erleben (Conley & Klein, 2022; Rubin et al., 2019).

### **2.3.2.9 Unzureichende Kommunikation**

Das Offenlegen und Aussprechen der «geheimen sexuellen Wünsche» fördert das Entwickeln eines echten sexuellen Begehrens (Schnarch, 2019, S.211). Diese Ansicht teilt auch Schiffan: Um die Lust aufrechtzuerhalten, ist es für Frauen essenziell zu kommunizieren, was sie erregt (Schiffan, 2020).

Frauen erreichen den PONR durch Cunnilingus zuverlässiger als durch PVI. Da Cunnilingus oft eine aktivere Kommunikation über Rhythmus, Ort oder Intensität erfordert, entsteht eine «Asymmetrie» in der Notwendigkeit der Kommunikation zwischen den Partnern, die zu einer niedrigeren PONR-Quote bei Frauen führen kann (Conley & Klein, 2022, S. 968; Richters et al., 2006). Eine Erklärung für die geringere Häufigkeit von Cunnilingus, im Vergleich zu Fellatio, könnte die negative Konnotation sein, die viele Frauen mit ihren Genitalien verbinden. Dies erschwert es ihnen, Cunnilingus zu geniessen. Wie selbstsicher Frauen mit ihren Genitalien umgehen, beeinflusst demnach auch ihr sexuelles Lusterleben (Herbenick et al.,

2011; Satinsky & Jozkowski, 2015; Schick et al., 2010). Vertiefter wird die Selbstsicherheit bezüglich der eigenen Genitalien im nächsten Abschnitt behandelt.

Die daraus abgeleitete Hypothese lautet: Das Formulieren eigener sexueller Bedürfnisse und Wünsche hat einen positiven Einfluss auf das weibliche sexuelle Begehren.

### **2.3.3 Wenig Zugang zum eigenen Geschlecht**

Männer nehmen körperliche Erregung tendenziell zuverlässiger wahr als Frauen. Dies wird durch eine Metastudie von Chivers et al. gestützt, die 132 Studien aus dem Zeitraum von 1969 bis 2007 untersuchte und feststellte, dass die Übereinstimmung zwischen genitaler Erregung und subjektiv empfundener Erregung bei Männern signifikant höher ist als bei Frauen (Chivers et al., 2010). Ein möglicher Grund könnte die stärkere Sichtbarkeit der körperlichen Erregung bei Männern im Vergleich zur weniger sichtbaren vaginalen Lubrikation der Frauen sein. Möglicherweise werden Jungen deswegen früher sexuell aktiv als Mädchen (Baumeister et al., 2001). Diese Erkenntnisse führen zur These, dass die Fähigkeit, sexuelle Erregung wahrzunehmen, mit der Entwicklung des sexuellen Begehrens zusammenhängt. Deshalb wird in den Interviews danach gefragt, wie die Frauen ihre sexuelle Erregung wahrnehmen.

Nagoski weist in ihrem Buch jedoch darauf hin, dass genitale Erregung nicht notwendigerweise mit sexuellem Verlangen gleichzusetzen ist (Nagoski, 2021). Ähnliche Ergebnisse wie Chivers et al. erzielten Laan und Both mit ihrem Experiment an 30 Frauen und 30 Männern. Laan und Both zeigten, dass die Übereinstimmung zwischen gemessener sexueller Erregung (bei Männern mittels Durchblutung im Penis, bei Frauen mittels Durchblutung in der Vagina) und der subjektiv empfundenen Erregung bei Männern höher war als bei Frauen. Die Autorinnen schliessen jedoch daraus, dass Männer den Grad ihrer sexuellen Erregung an der genitalen Erregung messen, während die gefühlte sexuelle Erregung bei Frauen stärker durch die Bedeutung beeinflusst wird, die sie dem äusseren Reiz beimessen (Laan & Both, 2008). Die Autor:innen widerlegen zudem die Argumentation, dass die Ergebnisse anders ausgefallen wären, wenn die Durchblutung des Beckenbodens statt der vaginalen Durchblutung gemessen worden wäre. Sie verweisen auf eine Studie von Heiman und Maravilla (2007), bei der die Übereinstimmung noch tiefer ausgefallen ist (Laan & Both, 2008).



### **2.3.4 Nicht neutrale Informationen über Sex**

Die Ausprägung des sexuellen Begehrens resultiert vermutlich aus einer Wechselwirkung zwischen biologischen Gegebenheiten und kulturellen Einflüssen (Baumeister et al., 2001). In Übereinstimmung mit dieser Perspektive argumentiert Anne Fausto-Sterling in ihrem Buch *Myths of Gender*, dass viele Unterschiede zwischen den Geschlechtern sozial konstruiert sind und in wissenschaftlichen Studien häufig nicht ausreichend berücksichtigt werden (Fausto-Sterling, 1992). Dies deutet darauf hin, dass Umweltfaktoren einen Einfluss auf die sexuelle Entwicklung haben. Daher ist es wesentlich, alle äusseren Einflüsse zu untersuchen, die die sexuelle Entwicklung von Frauen prägen können. Nachfolgend werden einige potenziell prägende äussere Einflüsse aufgeführt und erläutert.

#### **2.3.4.1 Vermittelte Doppelmoral**

Sexuelle Aktivität wird bei Frauen und Männern unterschiedlich bewertet. Männer werden im Rahmen des «double standard» (zu Deutsch: Doppelmoral) (Petersen & Hyde, 2010, S.36) zu sexuellen Aktivitäten ermutigt, da der männliche Stereotyp Männlichkeit mit Sexualität verbindet. Im Gegensatz dazu sieht der weibliche Stereotyp ein Verhalten vor, bei dem ein weniger ausgeprägtes sexuelles Verlangen gezeigt wird und das oft auf die Lust der Männer ausgerichtet ist. Derartige Stereotypen, die den Sex von Frauen und Männern unterschiedlich bewerten, tragen dazu bei, die vorherrschende Doppelmoral aufrechtzuerhalten (Conley & Klein, 2022; Petersen & Hyde, 2010). Diese Unterschiede perpetuieren sich somit selbst. Daher ist es interessant, die Interviewpartnerinnen zu fragen, welches Rollenbild und welches Geschlechterstereotyp ihnen vermittelt wurde. Frauen werden heute häufig noch für frivoles Verhalten stigmatisiert, wie z.B. die Zustimmung zu «casual sex» (Conley et al., 2011). Diese Doppelmoral beobachtete schon de Beauvoir 1949, als sie beschrieb, dass Männer «mehr oder weniger offen» ihre sexuellen Bedürfnisse befriedigen dürfen, während Frauen für dieselben Aktivitäten Verachtung erfahren (de Beauvoir, 2008, S.455). Jedoch existiert auch innerhalb des weiblichen Geschlechts eine Doppelmoral: Innerhalb einer Beziehung sollen und dürfen Frauen Begehren zeigen, ausserhalb ist dies jedoch noch immer nicht erwünscht (Klein, 2019).

Die diesbezüglich zu untersuchende Hypothese daraus lautet: Sexuelle Doppelmoral hindert Frauen daran, ein starkes sexuelles Begehren zu entwickeln.

### 2.3.4.2 Vermittelte Geschlechter-Stereotypen

Die vorherrschenden Rollenbilder von Männern und Frauen in der Sexualität sind nicht gleich. Männern wird der aktive Part in der Sexualität zugeschrieben, den Frauen der passive (Klein, 2019; Rubin et al., 2019). Die Hypothese von Rubin et al. lautet: Frauen, die derartigen gesellschaftlichen Skripts folgen, unterdrücken ihr sexuelles Verlangen. Weibliche sexuelle Lust hängt damit zusammen, inwiefern Frauen kulturelle Stereotype über sexuelles Verlangen internalisieren. Je stärker sie diesen folgen und sie integrieren, desto schwächer wird ihr sexuelles Verlangen ausgeprägt sein (Rubin et al., 2019). Wird Frauen ein kulturelles Stereotyp vermittelt, das sie nicht als lustvolle Wesen sieht, besteht die Gefahr, dass sie dieses Rollenbild übernehmen und sich entsprechend verhalten, anstatt ihrem tatsächlichen Naturell zu folgen (Schifftan, 2020).

Mädchen wird noch immer vermittelt, dass Männer ein stärkeres Verlangen nach Sexualität haben als Frauen. Diese Botschaft könnte die nach wie vor bestehenden Geschlechterunterschiede im sexuellen Begehren erklären (Abramson & Pinkerton, 2002). Wenn Frauen lernen, dass sie von Natur aus weniger Lust auf Sex haben, könnten sie diese Auffassung internalisieren und ihr Verhalten entsprechend anpassen (Petersen & Hyde, 2010). Nagoski bestätigt, dass «sexuelle Skripte» die sexuelle Biografie prägen (Nagoski, 2021, S.284). Sie identifiziert drei gesellschaftliche Erwartungen, mit denen Frauen heute konfrontiert sind:

- Moralische Erwartung: Dies umfasst das Streben nach Jungfräulichkeit, Reinheit und das Abwerten des Sexuellen.
- Medizinische Erwartung: Diese vermittelt, dass Sex gefährlich ist und zu Krankheiten oder Schwangerschaften führen kann.
- Mediale Erwartung: Diese zeigt Frauen ihre vermeintlichen sexuellen Unzulänglichkeiten auf und fordert, dass die moderne Frau offen und keinesfalls prüde sein soll.

Diese drei Erwartungen prägen die Sexualität von Frauen (Nagoski, 2021), und es ist nahezu unmöglich, allen Erwartungen gleichzeitig gerecht zu werden.

Gemäss Schnarch resultieren aus der jahrelangen «Konditionierung der Frauen auf Sex hin» die «vielen Frauen mit schwachem Verlangen» (Schnarch, 2019, S.203). Intrinsisch sind diese Frauen zwar sexuell lustvoll, zeigen dies jedoch aufgrund gesellschaftlicher Erwartungen nicht. Da sie ihre Lust nicht ausleben, langweilt sie die Paarsexualität irgendwann, was sich in einem schwach ausgeprägten Begehren

manifestiert. Die Sexualtherapeutin Esther Perel unterstützt diese Ansicht, indem sie schreibt, Frauen hätten gelernt, ihre animalische Seite zu zähmen (Perel, 2006).

Mit der Frage nach den vermittelten Rollenbildern und Geschlechterstereotypen im Interview wird die Hypothese überprüft, dass gesellschaftliche Erwartungen und Konditionierungen das sexuelle Verlangen von Frauen beeinflussen.

#### **2.3.4.3 Sexnegatives Umfeld**

Dass der Kontext relevant dafür ist, wie das Gehirn auf Sex reagiert, beschreibt Nagoski in ihrem Buch. Sie vergleicht das sexuelle Lernen mit dem Erlernen einer Sprache. Bei beidem spielt die Umgebung eine wesentliche Rolle. Ein sexpositives Umfeld fördert eine neugierige Herangehensweise an Sex (Nagoski, 2021). Sexnegative Faktoren, die sich hemmend auf das sexuelle Verlangen auswirken, sind laut Conley et al. Schmerzen und Risiken. Mädchen wird oft gesagt, dass der erste GV mit grosser Wahrscheinlichkeit schmerzen wird, wodurch die Assoziation zwischen Sex und Schmerz etabliert wird. Dies kann zur Annahme führen, es sei normal, Schmerzen während dem GV zu haben (Conley & Klein, 2022). Neben *Schmerzen* werden Mädchen vermehrt die Risiken der Paarsexualität vermittelt – wie das Risiko einer Schwangerschaft (Conley & Klein, 2022). Zusätzlich zu *Schmerzen* und *Angst* können auch Schuldgefühle und Reue das sexuelle Verlangen und die Freude am Sex beeinträchtigen (Abramson & Pinkerton, 2002).

Den Einfluss des Umfeldes verdeutlichen Abramson und Pinkerton am Beispiel der sexpositiven Kultur der Bewohner von Mangaia, einer Insel im Südpazifik. Dort ist Sex ein integraler Bestandteil des täglichen Lebens. Frauen lernen, beim Paarsex den PONR zu erreichen, und von den Männern wird erwartet, mindestens 15 Minuten lang penetrieren zu können, bevor sie den PONR erreichen (Abramson & Pinkerton, 2002). Im Vergleich zu westlichen Ländern treten sexuelle Dysfunktionen (wie erektile Dysfunktion, oder wenig Lust auf Sex) selten auf (Diamond, 2024). Allerdings sind viele der beschriebenen Praktiken aus heutiger westlicher Sicht fragwürdig in Bezug auf sexuellen Konsens.

Um die Hypothese zu überprüfen, wird in den Interviews untersucht, welche sexpositiven und sexnegativen Werte den befragten Frauen implizit oder explizit vermittelt wurde.

#### **2.3.4.4 Ungenügende Aufklärung**

Die sexuelle Aufklärung durch die Eltern spielt eine zentrale Rolle in der sexuellen Entwicklung (Conley & Klein, 2022). Häufig werden die Geschlechtsteile entweder unklar benannt, oder euphemistisch umschrieben. Zudem neigen Eltern dazu, mit Mädchen eher über die Risiken der Sexualität sprechen, während bei Jungen sexpositive Aspekte thematisiert werden (Evans et al., 2020; Flores & Barroso, 2017). Mädchen wird ein «wenig lustvolles Bild der Sexualität vermittelt» (Klein, 2019, S.381), wobei insbesondere die sexnegativen Aspekte, und das Fehlen der Thematik «sexuelles Vergnügen von Frauen» hervorgehoben wird (Klein, 2019, S.381). Diese Art der sexuellen Bildung vermittelt den Mädchen implizit, dass die männliche Sexualität und deren Interessen im Mittelpunkt einer sexuellen Begegnung stehen (Klein, 2019).

Bereits de Beauvoir stellte in den 1940-er Jahren fest, dass Jungen und Mädchen von ihrer Umgebung unterschiedliche Reaktionen entgegengebracht werden. Jungen erfahren durch ihre Mütter und Ammen eine positive Konnotation ihres Penis, während dem weiblichen Geschlecht keine Bedeutung beigemessen wird. Das Urinieren erleichtert es den Jungen zudem, Stolz auf ihr Geschlecht zu entwickeln. So lernen Jungen auch, dass sie ihr Geschlecht anfassen dürfen, was für Mädchen nicht akzeptiert ist (de Beauvoir, 2008). Diese Beobachtungen sind auch heute noch relevant (Conley & Klein, 2022).

Die zu überprüfende Hypothese lautet daher: Frauen weisen ein stärkeres sexuelles Verlangen auf, wenn sie ausgewogen über sachliche, lustvolle und gefährliche Aspekte der Sexualität informiert werden.

#### **2.4 Einfluss von Hormonen**

Androgene wurden die männlichen Hormone (u.a. Testosteron) genannt, Östrogene die weiblichen (z.B. Östradiol). Diese Unterscheidung ist aus heutiger Sicht unsauber, da beide Geschlechter beide Hormone bilden – und zwar unter anderem in den jeweiligen Gonaden (Hoden und Eierstöcke). Sie wurden zudem fälschlicherweise ‚Sex-Hormone‘ genannt, obwohl diese Hormone in unzählige Vorgänge im Körper involviert sind (Fausto-Sterling, 2020). Inwiefern diese Hormone einen direkten Einfluss auf das sexuelle Verlangen haben, ist empirisch nicht eindeutig zu belegen. Um die Uneinigkeit aufzuzeigen, folgen hier einige sich teilweise widersprechende wissenschaftliche Belege.

In ihrem Buch ‚*Vagina*‘ schreibt Naomi Wolf (2021), Frauen seien selbst für ihre Lust verantwortlich. Jedoch gesteht die Autorin den Androgenen eine Beteiligung zu, wenn sie sagt, dass eine verminderte sexuelle Appetenz bei Frauen «das Ergebnis eines gestörten Zusammenspiels oder eines Ungleichgewichts zwischen Neurotransmittern und Hormonen» sein könne (Wolf, 2021, S.102).

Die hormonellen Schwankungen, denen Frauen monatlich unterliegen, können ihr sexuelles Verlangen beeinflussen (Dawson & Chivers, 2014; Komisaruk, 2012). In Bezug auf Testosteron bestätigen Dawson und Chivers in ihrer Review, dass es starke Hinweise für dessen Einfluss bei bestimmten Gruppen gibt. Aufgrund der unklaren Studienlage sei dies jedoch kein Beweis dafür, dass Unterschiede im sexuellen Verlangen zwischen Mann und Frau durch Testosteron verursacht würden (Dawson & Chivers, 2014). Auch Basson bestätigt in ihrem Artikel, dass klare Zusammenhänge zwischen Hormonen und sexueller Funktion (inklusive sexuellem Verlangen) noch fehlen (Basson, 2006). Was dafürsprechen könnte, dass Testosteron einen Einfluss auf die sexuelle Appetenz der Frau hat, ist der Anstieg des Testosterons vor dem monatlichen Eisprung. Da Frauen zu dieser Zeit meist mehr Lust auf Sex haben, könnte ein Zusammenhang bestehen (Hartmann, 2018). Both et al. hingegen sehen es als erwiesen an, dass Androgene ein zentraler Treiber des sexuellen Begehrens sind (Both et al., 2005).

Viele Studien untersuchten den Einfluss von Testosteron – oder Testosteron in Kombination mit Östrogen – bei menopausalen Frauen. Inwiefern die Testosterongabe einen Einfluss auf das weibliche sexuelle Verlangen haben kann, ist bislang nicht abschliessend geklärt, denn es scheint zurzeit keinen empirischen Konsens zu geben (Cappelletti & Wallen, 2016; Davis & Wahlin-Jacobsen, 2015; Palacios, 2007). Teilweise ist es schwierig, klare Kausalitäten zu benennen, wie in der Studie von Labrie et al. (2009), bei der DHEA (eine Vorstufe von Testosteron und Östrogen) vaginal appliziert wurde. Die rund 200 menopausalen Frauen in der Studie berichteten mehrheitlich von einer rundum besseren sexuellen Funktionalität. Damit eingeschlossen ist z.B. auch die bessere Lubrikation der Vagina, was eine Grundvoraussetzung für Verlangen und Genuss beim Sex darstellt (Labrie et al., 2009). Wird über Hormone in Zusammenhang mit Lust gesprochen, ist auch das Östrogen isoliert zu erwähnen, denn dieses hat ebenso einen – wenn auch eher indirekten – Einfluss auf das sexuelle Verlangen der Frau. Es unterstützt die körperlichen Voraussetzungen für das Entstehen körperlicher Erregung (z.B.

Vasokongestion). Direkte Zusammenhänge wurden noch nicht gesichert beobachtet (Leeners, 2013).

Interessant ist darüber hinaus der Blick in die Transgender-Forschung. Bei Transgendermännern scheint die Testosterongabe das sexuelle Verlangen zu erhöhen, so das Fazit von Irwig in seiner Review (Irwig, 2017). Transgenderstudien weisen jedoch häufig kleine Kohortengrößen auf, was die Generalisierbarkeit der Ergebnisse und die Ableitung allgemeingesicherter Aussagen einschränkt.

## **2.5 Historischer Rückblick auf die weibliche Lust**

Um zu verstehen, wie die sexuellen Rollenbilder der Geschlechter entstanden, die die Männer und Frauen bis heute prägen, wird in diesem Abschnitt ein Blick in die letzten 2000 Jahre geworfen, die von einem patriarchalen System der katholisch-christlichen Gesellschaft geprägt sind – entstanden aus der «Allianz von Kirche und Staat» (Schaik & Michel, 2022, S.563). Aus Sicht der christlich-katholischen Kirche ist die Sexualität etwas Teuflisches, das bekämpft werden muss. Der «Kampf gegen das Böse» (Schaik & Michel, 2022, S.548) ist ein Kampf gegen die eigenen Triebe, und gegen die Frauen, die als Quelle sexueller Erregung angesehen wurden. Es gab auch einen inneren Kampf des Körpers gegen den Geist, da der Körper im Gegensatz zur menschlichen Vernunft und dem menschlichen Geist in der christlichen Lehre für niedere, animalische Triebe stand (Nagoski, 2021). Aufgrund dieser prägenden Werte entstanden in Europa drei Lebensentwürfe für die Frau: die Heilige, die Hure und die Verführerin (Eck, 2022; Schaik & Michel, 2022). Alle diese Varianten haben die Unterdrückung der weiblichen Lust zum Ziel. Angelika Eck identifiziert zwei «gegenteilige Gefühle» hinter diesem Phänomen: Eine Faszination und gleichzeitig eine Angst vor der weiblichen Lust (Eck, 2022, S.12).

### Die Heilige

Im christlich-patriarchalen Kontext entspricht die ideale Frau der demütigen Figur der Jungfrau Maria, die ohne Körperlichkeit existiert. Daraus ergibt sich die Vorstellung, dass «die perfekte Frau des Christentums – Maria – ganz ohne Sex auskommt» (Schaik & Michel, 2022, S.539). Dieser Gedanke hat die Forderung nach weiblicher Jungfräulichkeit vor der Ehe geprägt, um sicherzustellen, dass der Kindsvater keine unehelichen Kinder unwissend aufzieht. Darüber hinaus ist mit der Erwartung an Jungfräulichkeit oft die Forderung nach Keuschheit verbunden. In patriarchalen Gesellschaften führte dies teilweise dazu, dass Mädchen jung

verheiratet wurden (Schaik & Michel, 2022). De Beauvoir bemerkte bereits: «Die patriarchalische Zivilisation hat der Frau Keuschheit auferlegt» (de Beauvoir, 2008, S.455).

Aus evolutionärer Perspektive stellte die sexuelle Autonomie der Frauen eine wichtige Strategie dar, um sich gegen männliche Unterdrückung zu wehren. Als Reaktion darauf versuchten Männer seit jeher, die weibliche Sexualität durch verschiedene Mittel zu kontrollieren und einzuschränken (Schaik & Michel, 2022). Zudem wurde die Frau mit sexueller Triebhaftigkeit assoziiert, was sie als Gefahr für den spirituellen Weg des Mannes darstellte, der als der Vernünftige der beiden Geschlechter galt (Heller, 2024).

### Die Verführerin

In einer patriarchalen Gesellschaft ist die Frau im Wettbewerb mit anderen Frauen, wodurch das sogenannte «erotische Kapital» (Schaik & Michel, 2022, S.363) eine wesentliche Rolle spielt. Dieses Kapital war entscheidend, um sich gegenüber Konkurrentinnen durchzusetzen und die Gunst des Mannes zu gewinnen. Aus der Sicht des Mannes galt die Frau als gefährlich, da die Männer den weiblichen Verführungsversuchen angeblich willenlos ausgeliefert waren. Diese Denkweise impliziert, dass Männer Opfer ihrer eigenen Lust wurden, wobei die Verantwortung für die Verführung auf die Frau übertragen wurde. Dieser Mechanismus wird in der heutigen Zeit als «Victim Blaming» bezeichnet (Schaik & Michel, 2022, S.364). Die biblische Erzählung des Sündenfalls von Adam und Eva illustriert diese Verführerin-Rhetorik. Eva wird als die Initiatorin des Sündenfalls dargestellt: Sie verführte Adam zur verbotenen Frucht, was schliesslich zur Erweckung beider sexueller Begierde führte. Da Eva somit indirekt die Lust nach Sexualität erweckte und Sexualität als etwas Böses galt, wurde die Frau aus christlicher Sicht fortan verteufelt (Schaik & Michel, 2022). Eva wurde als «Verbündete des Satans» betrachtet und die Sexualität «dämonisiert» (Schaik & Michel, 2022, S.557). Diese Darstellung ist ein markantes Beispiel für «die männliche Furcht vor der potenten Frau» (Flasspöhler, 2018, S.41).

### Die Hure

Mit der Figur der «reiligen Hure» (Schaik & Michel, 2022, S. 560), Maria Magdalena, eliminiert die christlich-patriarchale Geschichtsschreibung die Möglichkeit einer starken und selbständigen weiblichen Persönlichkeit als Rollenbild. Maria

Magdalena wird aufgrund ihrer als unkeusch betrachteten Vergangenheit zur schwachen Frauenfigur, die den Dämonen zum Opfer gefallen ist (Schaik & Michel, 2022). Ihr Lebensentwurf reflektiert die christlich-patriarchale Norm, die eine Unterdrückung der weiblichen Sexualität fordert, indem die Frau die «Sexualität in sich abtötet» (Schaik & Michel, 2022, S. 561).

Mit dem zunehmenden Verlust des Einflusses der Kirche im Zuge der Aufklärung blieb die Gesellschaft weiterhin stark patriarchal geprägt. Die Erklärungen für geschlechtliche Ungleichheit verschoben sich von religiösen zu naturwissenschaftlichen Argumenten, wobei die Frau weiterhin als das schwache Geschlecht (Schaik & Michel, 2022) betrachtet wurde. Diese Perspektive manifestierte sich auch im idealisierten Bild der sexuellen Frau, die weiterhin passiv bleiben, Sex nicht geniessen und kein sexuelles Begehren entwickeln sollte (Abramson & Pinkerton, 2002). In der Renaissance galten Frauen als sexuell unstillbar, während Männern nachgesagt wurde, dass sie ihre Triebe aufgrund ihrer Vernunft kontrollieren können (Jordan-Young, 2010). Sexualität wurde weiterhin als Ursprung vieler Übel betrachtet, insbesondere als Ursache für weibliches Leiden wie Hysterie und Nymphomanie. Die Sexualität wurde pathologisiert (Schaik & Michel, 2022). Diese Doppelmoral, nach der Frauen keusch und rein sein sollten, während Männern der Besuch bei Prostituierten legitimiert wurde, hält sich bis in die heutige Zeit (Abramson & Pinkerton, 2002; Schaik & Michel, 2022). Das zeitgenössische weibliche Sexualideal bewegt sich zwischen dem «pornographischen Phantasma» und der Pathologisierung (Flasspöhler, 2018, S.20), ohne Raum für die Anerkennung der Vielzahl sexueller Facetten dazwischen zu bieten. Perel beschreibt als Konsequenz dieser jahrelangen Unterdrückung das sexuell passive Verhalten von Frauen, das sie abhängig macht von der sexuellen Initiative der Männer, in deren Verantwortung die Verführung nun liegt (Perel, 2006).

In diesem zweiten Kapitel wurden fünfzehn potenzielle Faktoren erläutert, die möglicherweise direkt mit dem weiblichen sexuellen Begehren zusammenhängen. Der Exkurs zu den Hormonen verdeutlichte, warum diese in der vorliegenden Arbeit nicht weiter berücksichtigt werden und der kurze Rückblick auf die Geschichte der weiblichen Sexualität ermöglichte einen Einblick in die Entstehung der gegenwärtigen Geschlechterrollen. Zur Vervollständigung des Theorieteils wird im Folgenden die bisher vorgestellte Theorie um das Wissen des ‚*Sexocorporel*‘ ergänzt.



### 3 Bezüge zum Modell ‚Sexocorporel‘

Da sich diese Masterarbeit mit dem sexuellen Verlangen von Frauen beschäftigt, und das Masterstudium auf dem Konzept des ‚Sexocorporel‘ basiert, zielt dieses Kapitel darauf ab, eine Verbindung zwischen der empirischen Datenlage aus den Studien und dem Modell ‚Sexocorporel‘ herzustellen. In diesem Zusammenhang werden die im Unterkapitel 2.3 erarbeiteten Faktoren mit den Erkenntnissen des Modells ‚Sexocorporel‘ verknüpft und ergänzt.

#### 3.1 Begriffliches

Im Kontext des Modells ‚Sexocorporel‘ bezeichnet der Begriff «sexuelles Begehren» (Bischof, 2015, 2018a) («le désir sexuel» (Chatton et al., 2005)) das, was umgangssprachlich als *sexuelle Lust* beschrieben wird. Dies umfasst die positive Vorwegnahme einer sexuellen Begegnung und den Wunsch, den Erregungsreflex auszulösen (Desjardins et al., 2011). *Sexuelles Begehren* ist gleichbedeutend mit den Begriffen *Lust auf Sex*, *sexuelles Verlangen* oder *sexuelle Appetenz*. Im Gegensatz dazu bedeutet im ‚Sexocorporel‘ die *Lust beim Sex* die als «subjektiv erlebte Körperlichkeit während einer sexuellen Begegnung» (Sztenc, 2020, S. 151). Diese *Lust beim Sex* bezieht sich auf das Genusserleben und die emotionale Wahrnehmung während des sexuellen Aktes.

#### 3.2 Zusammenhang ‚Sexocorporel‘ – Forschungsfrage

An dieser Stelle werden die im Unterkapitel 2.3 vorgestellten Faktoren in Zusammenhang mit dem Modell ‚Sexocorporel‘ gebracht, um einerseits die logische Aufteilung in die vier ‚Sexocorporel‘-Komponenten im Interviewleitfaden zu erklären und andererseits die identifizierten Faktoren durch die Perspektive des Modells ‚Sexocorporel‘ zu ergänzen und vertiefen.

##### 3.2.1 Kognitive Komponenten

###### Vermittelte Informationen

Negative Glaubenssätze können das sexuelle Begehren negativ beeinflussen (Bischof, 2013, 2018a; Bischof & Fuchs, 2020a). Dieses Erkenntnis unterstützt somit die Hypothese, dass die in den sozialen Rollenbildern verankerten negativen Vorstellungen das sexuelle Begehren mindern.

## Aufklärung / Stereotypen

Kognitionen beeinflussen die Wahrnehmung und Bewertung einer Situation. Ob eine sexuelle Begegnung lustvoll erlebt wird und positiv in Erinnerung bleibt, steht in direktem Zusammenhang mit den Kognitionen, die in der sexuellen Biografie erworben wurden. Dazu zählen implizite und explizite Botschaften, Überzeugungen und Vorstellungen, die durch das soziale Umfeld vermittelt werden. Diese Kognitionen können entweder hemmend oder förderlich auf die Sexualität wirken. (Bischof, 2013; Desjardins et al., 2011). Bischof illustriert diesen Zusammenhang anhand des Placebo-Effekts, bei dem eine positive Erwartungshaltung die Wahrscheinlichkeit eines positiven Erlebnisses erhöht. Umgekehrt kann eine negative Erwartungshaltung, verbunden mit Schuldgefühlen, zu einem tatsächlich negativen Erlebnis führen (Bischof, 2013). Daher ist die positive Bewertung von Sexualität ein wesentlicher Aspekt um Sexualität lustvoll zu erleben (Bischof, 2015). Wie im Abschnitt 2.3.2.7 dargelegt wurde, beeinflusst das sexuelle Lusterleben wiederum das sexuelle Begehren.

### **3.2.2 Physiologische Komponenten**

#### Selbstbefriedigung

Früher Kontakt mit den eigenen Genitalien fördert das Entwickeln einer Orgasmusfähigkeit in der späteren Paarsexualität (Bischof, 2018a). Vielen Frauen fehlen entsprechende sexuelle Lernschritte, da sie nicht in einem Umfeld aufwachsen, das SB und die Erkundung des Geschlechts unterstützt (Bischof, 2018a).

#### Geschlechtsverkehr

Die Vagina reagiert primär auf Druck und weniger auf Reibung, da sie kaum über Oberflächenrezeptoren verfügt (Bischof, 2015). Dieses Wissen ist relevant, um zu verstehen, warum PVI von Frauen oft nicht lustvoll erlebt wird und daher nicht zu einem gesteigerten sexuellen Verlangen führt (siehe Abschnitt 2.3.2.2). In der Praxis konnte zudem ein Zusammenhang zwischen der vaginalen Erregbarkeit und dem «Appetit auf Sex» festgestellt werden (Bischof, 2018a, S.41). Die Fragen im Interview nach dem vaginalen Empfinden während PVI reflektieren diesen Aspekt des ‚Sexocorporel‘.

### 3.2.3 Sexodynamische Komponenten

#### Genusserleben

Sexuelles Begehren wird durch die Aussicht auf Belohnungen, beispielsweise den Orgasmus, stimuliert. Darüber hinaus spielen Erinnerungen an vergangene sexuelle Erfahrungen bei der Entwicklung des Begehrens eine wesentliche Rolle – sowohl in positiver als auch in negativer Hinsicht (Bischof, 2018a). Daher ist es wichtig, positive Erfahrungen sowie das Erreichen des PONR zu erfragen. Allerdings bedeutet das Erreichen des PONR nicht zwangsläufig, dass der Akt auch lustvoll erlebt wurde (Desjardins et al., 2011). Umgekehrt kann Sexualität auch ohne Erreichen des PONR genossen werden. Entscheidend ist vielmehr, wie anstrengend der Weg zum Orgasmus ist und ob Schmerzen auftreten, da sich dies negativ auf das sexuelle Begehren auswirken kann (Bischof, 2015). Das Genusserleben wird im ‚*Sexocorporel*‘ als eine «grundlegende Voraussetzung für sexuelles Begehren» betrachtet (Bischof, 2015, 2018b, S.187). Aus diesem Grund wird in den Interviews nach dem Lusterleben gefragt. Zu beachten gilt, dass sexuelle Erregung nicht gleichbedeutend ist mit sexueller Lust (Bischof, 2020). Am besten ist dies illustrierbar durch den Verweis auf Viagra, das körperlich wirkt und nicht die sexuelle Lust aktiviert (Klein & Briken, 2016).

#### Zugang zum eigenen Geschlecht

Im Modell ‚*Sexocorporel*‘ beinhaltet das ‚*Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit*‘ die Verbindung mit dem eigenen sexuellen Körper. Eine wesentliche Voraussetzung dafür ist die Fähigkeit, lustvolle sexuelle Erfahrungen mit dem Genital zu erleben (Sztenc, 2020). ‚*Sexocorporel*‘ baut daher auf der Wahrnehmungskompetenz auf und steigert sie weiter in die «Erotisierung» (Bischof, 2018a, S.47; Sztenc, 2020, S.63) des Geschlechts. Für die Erotisierung sollten Frauen die Rezeptivität als aktiven Akt und Männer das aktive Eindringen als lustvoll erleben (Bischof, 2018a; Sztenc, 2020). Die Fähigkeit, das eigene Geschlecht und dessen Erregung wahrzunehmen, ist ein zentraler Aspekt der «erotischen Besetzung der eigenen Geschlechtsorgane», die als Voraussetzung für das Entwickeln eines sexuellen Begehrens gilt (Sztenc, 2020, S.116ff.). Diese Hypothese wird auch von Fachpersonen ausserhalb des Modells ‚*Sexocorporel*‘ geteilt: Klein und Briken schreiben, dass eine «positive körperliche Selbstwahrnehmung und Genitalwahrnehmung» das Entwickeln einer lustvollen Sexualität unterstützen kann (Klein & Briken, 2016). Die Frage in den Interviews, wie die Frauen ihre Erregung

sowie ihre Vagina während dem GV wahrnehmen, deckt diesen ‚*Sexocorporel*‘-Aspekt ab.

Die sexuelle Selbstsicherheit ist eine weitere wichtige Säule beim ‚*Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit*‘ im ‚*Sexocorporel*‘. Sie bezeichnet die Fähigkeit, sich sowohl in der Nacktheit als auch in der sexuellen Erregung offen zeigen zu können und dabei Stolz sowie «Freude an der eigenen Geschlechtlichkeit und Sexualität» (Sztenc, 2020, S.86) zu empfinden.

### Begehren – Gründe für Sex

Im ‚*Sexocorporel*‘ werden vier Formen von *Begehren* unterschieden (Bischof & Fuchs, 2020a):

- *Emotionales Begehren*: Wunsch nach Koitus aus Liebes- und Verschmelzungswünschen, schliesst genitale Bedürfnisse aus.
- *Biologisches Begehren*: Ausdruck eines Kinderwunsches
- *Genitales Begehren*: Wunsch nach genitaler Entladung, schliesst emotionale Nähe aus.

Diese drei Formen des Begehrens werden nach Desjardins unter «*désir coïtal*» beschrieben (zu Deutsch: *koitales Begehren*) (Chatton et al., 2005, S.10).

- *Koital-sexuelles Begehren*: beinhaltet sowohl die genitale als auch die affektive Ebene, also die Verbindung zwischen körperlichem Empfinden und einer gleichzeitigen emotionalen Nähe. Dieses Begehren beinhaltet für die Frau den Wunsch nach Penetration (Chatton et al., 2005; Desjardins et al., 2011; Schütz, 2021).

Alle diese Formen des Begehrens reflektieren den Wunsch nach einer sexuellen Begegnung, jedoch aus unterschiedlichen Gründen. Daher ist es wesentlich, im Interview nach den Gründen und der Motivation für Paarsexualität zu fragen. Nach dem Modell ‚*Sexocorporel*‘ wird Sexualität, die aus emotionalen Gründen initiiert wird, auf Dauer unzuverlässig, da emotionale Bedürfnisse auch anderweitig erfüllt werden können. Ebenso neigen der Wunsch nach genitaler Entladung und der hormonell bedingte Koituswunsch dazu, nach der Anfangsphase einer Beziehung abzunehmen. Lediglich das *koital-sexuelle Begehren* hat das Potenzial ein langfristiges sexuelles Begehren aufrechtzuerhalten (Bischof & Fuchs, 2020b), da nur diese Form des Begehrens sowohl die Nähe zur anderen Person als auch die

eigenen genitalen Bedürfnisse verbindet. Das *koital-sexuelle Begehren* umfasst den Wunsch nach genitaler Penetration mit einem Gegenüber bei gleichzeitiger Erotisierung des eigenen Geschlechts (Desjardins et al., 2011). Ein entscheidender Lernschritt ist daher, «emotionale Bedürfnisse mit sexuellen Handlungen» zu verknüpfen (Bischof, 2015, S. 696). Damit der GV begehrt wird, ist es bedeutsam, diesen Akt zu geniessen und gleichzeitig die eigene Weiblichkeit, respektive Männlichkeit, zu erotisieren (Bischof & Fuchs, 2020a; Sztenc, 2020). Im ‚*Sexocorporel*‘-Jargon bedeutet «erotisieren» (Bischof, 2018a, S.46f.), wenn das Geschlecht bewohnt ist (siehe Abschnitt 2.3.2.2). Somit stellt das *koital-sexuelle Begehren* die zuverlässigste Grundlage für ein starkes sexuelles Begehren dar. Eine wesentliche Voraussetzung dafür ist das Wahrnehmen der Erregung in der eigenen Genitalregion (Chatton et al., 2005). Daher wird in den Interviews auch nach dem Erleben des vaginalen Innenraums sowie dem Wunsch, vaginal etwas aufzunehmen, gefragt.

Obwohl Schnarch nicht mit dem Modell ‚*Sexocorporel*‘ in Verbindung steht, gelangt er durch seine praktischen Beobachtungen zu ähnlichen Schlussfolgerungen. Er betont, dass zur Stärkung des sexuellen Verlangens sowohl ein tiefes Verlangen nach dem Partner als auch ein körperliches Verlangen nach Sexualität erforderlich ist. Ist nur die affektive oder nur die körperliche Ebene vorhanden, kann dies das sexuelle Verlangen auf lange Sicht schwächen (Schnarch, 2019).

### Bestätigung

Zu den emotionalen Bedürfnissen im Kontext von Sexualität zählt auch das Bedürfnis nach Bestätigung. Hierbei kann es sich um die Bestätigung der Beziehung, oder um «narzisstische Bestätigung» (Bischof, 2013, S.19) handeln, die sich auf die eigene Weiblich- oder Männlichkeit oder sexuelle Kompetenz bezieht.

## **3.2.4 Beziehungskomponenten**

### Auto- versus Heterozentrierung

Im ‚*Sexocorporel*‘ wird damit der Grad der Fähigkeit definiert, inwieweit die Person sowohl die eigenen Bedürfnisse als auch jene des Partners wahrnimmt. Eine autozentrierte Person ist in der Lage, «auch in Anwesenheit der anderen Person achtsam sich selbst» gegenüber zu sein (Bischof & Fuchs, 2020a, S. 30) und Verantwortung für ihre sexuelle Erregung und sexuelle Lust zu übernehmen (Bischof & Fuchs, 2020a). Eine Person in der Autozentrierung kann ihre

Wahrnehmung flexibel zwischen sich selbst und ihrem Sexualpartner wandeln lassen. Diese Fähigkeit ist entscheidend für das Erleben einer intimen Einheit, ohne dabei sich selbst aufzugeben (Sztenc, 2020). Die Heterozentrierung bezeichnet die Fokussierung ausschliesslich auf die Bedürfnisse des Partners, während die Egozentrierung sich durch die ausschliessliche Konzentration auf die eigenen Bedürfnisse definiert. Beide Extreme bieten keine Grundlage für ein gemeinsames, lustvolles Sexualerlebnis. Ein «Gefühl der Verschmelzung» kann nur lustvoll empfunden werden, wenn die eigene Identität dabei nicht aufgegeben wird (Sztenc, 2020, S.172).

### Kommunikation

Erotische Kommunikation stellt einen wesentlichen Bestandteil der Verführungskompetenz dar. Diese Art der Kommunikation beinhaltet das Erkennen und Formulieren eigener Wünsche in einer Art, die sowohl positiv als auch zielgerichtet ist (Bischof, 2018a; Bischof & Fuchs, 2020a; Desjardins et al., 2011). Diese Fähigkeit ermöglicht es, intime Bedürfnisse adäquat zu vermitteln, und trägt so zur Schaffung einer erfüllenden Sexualität bei.

Der theoretische Teil dieser Arbeit ist hiermit abgeschlossen. Im Anschluss folgt die Darstellung der Methodik, mit der die im Theorieteil erarbeiteten Faktoren in der qualitativen Untersuchung überprüft wurden.

## **4 Methode**

In diesem Kapitel wird das methodische Vorgehen zur Untersuchung der Forschungsfrage und der dazugehörigen Hypothesen detailliert beschrieben.

### **4.1 Forschungsdesign**

Die Ergebnisse wurden durch qualitative Forschung erhoben mittels problemzentrierter Interviews mit fünf Frauen, die die Ausgangslage der Forschungsfrage erfüllen: Sie sind in Langzeitbeziehungen (mind. 5 Jahre), leben eine aktive und lustvolle Sexualität leben, sagen von sich, dass sie eine starke sexuelle Appetenz verspüren, und zwischen 35 und 55 Jahre alt.

Der Vorteil von problemzentrierten Interviews ist der offene, halbstrukturierte Rahmen (Mayring, 2023). Da untersucht werden soll, ob die für das Interview

erarbeiteten Faktoren an der Entwicklung eines starken sexuellen Begehrens bei Frauen mitverantwortlich sind, ist diese Erhebung mit einem problemzentrierten Fokus passend. Die Befragten haben so die Möglichkeit, sich frei zu äussern, dennoch gibt es eine zentrale Problemstellung, die vorab theoretisch aufbereitet wurde (Mayring, 2023) und aus der sich der Interviewleitfaden ableitet. Dieser Interviewleitfaden ist die Basis eines halbstrukturierten Interviews (Döring, 2023) und gibt dieser Interviewform mehr Struktur als ein narratives Interview. Der Interviewleitfaden enthält offene Fragen und der Leitfaden beschreibt den Rahmen des Interviews (Ablauf und Reihenfolge der Fragen). Die halbstrukturierte Form lässt der interviewenden Person genug Spielraum, das Interview situativ anzupassen und dabei etwas vom Leitfaden abzuweichen, z.B. mit spontanen Zusatz- oder Vertiefungsfragen (Döring, 2023).

Die Interviewleitfadenfragen dieser Arbeit orientieren sich an den erarbeiteten Faktoren (siehe Abschnitt 2.3). Der Interviewleitfaden wurde vorab in einer Pilotphase an einer Person getestet und evaluiert. Einzelne Abschnitte wurden zusätzlich mit einigen Mitstudentinnen des ISP evaluiert und verfeinert. Der gesamte Prozess der Interviewevaluation und Überarbeitung dauerte rund einen Monat.

## **4.2 Literaturrecherche**

Jeder empirischen Studie muss eine systematische Literaturrecherche vorangehen, ohne die kein Anschluss an bestehendes Wissen gewährleistet werden kann, und die die Grundlage für die Formulierung von Thesen, Hypothesen und Forschungsfragen ist (Döring, 2023). Die theoretische Durchdringung des Themas wurde in den Kapiteln eins bis drei dieser Arbeit aufgezeigt.

## **4.3 Auswahl der Interviewpartnerinnen**

Die Befragten sollen in Langzeitbeziehungen (mindestens fünf Jahre) sein, da zu Beginn einer Beziehung die sexuelle Appetenz von der Verliebtheit beeinflusst wird (Gottman & Gottman, 2017). Wie Singer und Toates betonen, unterliegt die Sexualität zunehmend einer Routine und somit einer Gewöhnung der äusseren Reize. Dies führt zu einer Abnahme des sexuellen Verlangens (Both et al., 2005; Singer & Toates, 1987). Schmidt et al. bewiesen dies in einer kleinen Studie an 776 Männern und Frauen aus zwei deutschen Grossstädten und aus drei Generationen: Die Koitusfrequenz nahm nach zwei Jahren ab und etablierte sich nach sechs Jahren auf einem tieferen Niveau als die Startfrequenz (Schmidt et al., 2004). Zu

einem ähnlichen Schluss kommt Klusmann mit einer Studie an 1865 deutschen Student:innen. Klusmann konnte zeigen, dass die Lust bei Frauen nach drei Beziehungsjahren sank, und nach dem dritten Jahr gab es eine weitere Abnahme (Klusmann, 2002). Die Studien von Klusmann und von Schmidt et al. zeigen beide, dass das sexuelle Begehren bei beiden Geschlechtern mit zunehmender Beziehungsdauer abnimmt. Da bei dieser Masterarbeit die intrinsische Motivation für Paarsexualität im Fokus steht, wurde der fördernde Faktor der Verliebtheitsphase möglichst ausgeschaltet mit der Eingrenzung der Beziehungsdauer auf mindestens fünf Jahre. Ein ähnlicher Gedanke steckt hinter dem Alters-Range: In jungen Jahren gibt es weniger Störfaktoren für das sexuelle Verlangen nach Paarsexualität (Alltag, Haushalt, Kinder, Verantwortung im Job), und nach oben ist das Alter auf maximal 55 Jahre beschränkt, da mit der Menopause das sexuelle Verlangen oft abnimmt (Leiblum et al., 2006). Um sicherzugehen, dass die Interviewpartnerinnen noch nicht in der Menopause sind, wurde dies am Ende der Interviews erfragt.

Der Interviewaufruf (Anhang I) wurde Anfang März über die sozialen Medien ‚Facebook‘, ‚Instagram‘ und ‚WhatsApp‘ gestreut, und Mitte März auch analog in der ‚ZHAW‘ in Zürich sowie im Yogastudio ‚Yogaholics United‘ in Zürich ausgehängt. Die Resonanz in den sozialen Medien erwies sich als einzig erfolgreich. Je mehr Zeit seit Anfang März verstrich, desto mehr Frauen meldeten sich. Bis Anfang April waren es fünf Frauen, die alle ins Schema passten. Drei hatten sich direkt auf den Aufruf gemeldet, zwei wurden indirekt via Bekannte weitergeleitet. Weil die ersten Interviews für Mitte April geplant waren, wurde die Suche nach der Zusage der fünften Frau beendet.

Folgende fünf Frauen wurden schliesslich interviewt:

- Nadja (51): seit sieben Jahren in der aktuellen, monogamen Beziehung, lebt urban, mit Kindern, noch nicht in der Menopause.
- Berta (46): seit 20 Jahren in der aktuellen, monogamen Beziehung, lebt urban, mit Kindern, noch nicht in der Menopause.
- Erika (50): seit 18 Jahren in der aktuellen, monogamen Beziehung, lebt ländlich, mit Kindern, noch nicht in der Menopause.
- Dora (42): seit fünfeinhalb Jahren in der aktuellen, monogamen Beziehung, lebt urban, mit Kindern, und ist noch nicht in der Menopause.



- Frieda (44): seit zehn Jahren in der aktuellen, monogamen Beziehung, lebt urban, mit Kindern, und ist noch nicht in der Menopause.

Alle Angaben beziehen sich auf den Zeitpunkt des Interviews.

#### **4.4 Datenerhebung**

Mit allen fünf Interviewpartnerinnen wurden vorab telefonische Kurzgespräche geführt, um den Zweck dieser Erhebung, den Rahmen sowie die zeitliche Planung des Interviews zu klären. Dies geschah mindestens vier Wochen vor dem Interviewtermin. Die Einwilligungserklärung (Anhang II) wurde jeder Frau gleich nach dem Telefongespräch digital zugeschickt, sodass allfällige Fragen im Vorfeld hätten geklärt werden können.

##### **4.4.1 Leitfadeninterview**

Das Leitfadeninterview (Anhang III) ist standardisiert, damit die Interviewantworten untereinander verglichen werden können (Mayring, 2023). Das Interview für diese Erhebung ist so gestaltet, dass der Zweck dieses Interviews vor Start der Aufnahme erneut erläutert wird, um den Frauen eine letzte Gelegenheit für Fragen zu geben. Bevor die möglichen Faktoren erfragt werden, sollten die Frauen ihre eigene Definition eines starken sexuellen Begehrens darlegen. Dies war die Einstiegsfrage, auch um Bezug darauf zu nehmen, dass sie sich auf diesen Aufruf gemeldet hatten. Danach ist das Interview entlang der vier ‚*Sexocorporel*‘-Komponenten aufgebaut. Da die scharfe Trennung nach ‚*Sexocorporel*‘-Komponenten teilweise für Laien ein inhaltlicher Sprung bedeuten kann, wurde teilweise der inhaltliche Zusammenhang priorisiert, sodass die Komponenten nicht immer strikt getrennt wurden. So wurde z.B. bei den körperlichen Komponenten auch das Genuss-, und Lusterleben während des GV erfragt – obwohl dies zu den sexodynamischen Komponenten gehört. Für die interviewte Frau ist es jedoch angenehmer, wenn beim Thema Paarsexualität gleich alle damit zusammenhängenden Aspekte erfragt werden. Die kognitiven Komponenten wurden als erste Kategorie gewählt, da sie einen retrospektiven Blick in die Kindheit ermöglichen. Diese Anordnung verleiht dem Interview einen chronologischen Charakter, der es den Befragten potenziell erleichtert, sich an vergangene Ereignisse zu erinnern. Zudem sind die kognitiven Komponenten die unpersönlichste Kategorie, weil sie vermehrt die Eltern und das Umfeld thematisiert. Damit sollte ein einfacher Start in das Interview ermöglicht werden, bevor der Übergang zu den sehr persönlichen Kategorien stattfindet, bei

denen die eigene Sexualität und dessen Erleben konkret erfragt werden. Der Entscheid, die Fakten erst am Schluss zu befragen, entstand aus der Überlegung, ansonsten zu Beginn wertvolle Zeit zu verlieren, falls die Interviewten hierbei ausschweifende Antworten geben.

Das Interview besteht aus drei Frageformen. Die Hauptfragen einer Fragekategorie sind jeweils offen formuliert und sind im Interviewleitfaden mit einem schwarzen Aufzählungspunkt dargestellt. So hat die Interviewerin die Möglichkeit, frei und assoziativ zu erzählen. Darunter sind in grauer Schrift Detaillierungsfragen notiert, falls die Interviewte auf die erste, offen gestellte Hauptfrage wenig bis nichts antworten kann. Diese Detaillierungsfragen wurden daher nicht zwingend gestellt. Als Abschluss zur Hauptfrage sind Ergänzungsfragen notiert, die im Interviewleitfaden mit einem Pfeil dargestellt sind. Diese Ergänzungsfragen wurden immer gestellt, um klare Antworten für die Fragestellung im Rahmen dieser Arbeit zu gewinnen. Bestimmte Fragen im Interview zielen auf dasselbe ab und sind lediglich anders formuliert – oder erscheinen in einer späteren Kategorie in einer etwas veränderten Formulierung erneut. Ein Beispiel ist die Frage nach dem Erleben der Vagina bei PVI, in der Fragekategorie ‚*Geschlechtsverkehr*‘. Dasselbe wird in der Kategorie ‚*Zugang zum eigenen Geschlecht*‘ mit der Frage nach dem Wunsch, etwas beim Sex vaginal aufzunehmen, erfasst. Diese Doppelspurigkeit entstand durch den Versuch, die inhaltlichen Themen nach den ‚*Sexocorporel*‘-Komponenten aufzuteilen. Um die Antworten zu überprüfen, wurde diese doppelte Befragung beibehalten. War die Antwort bei der zweiten ähnlichen Frage anders als bei der ersten, hatte die Interviewerin so die Möglichkeit, erneut nachzufragen, um schliesslich eine kohärente Aussage zu erhalten.

Das Interview wurde mit einer offenen Frage beendet, die den Befragten die Möglichkeit gab, sich ein letztes Mal zum Thema zu äussern. Dies galt für den Fall, dass etwas, ihrer Meinung nach etwas Wichtiges, nicht zur Sprache kam.

#### **4.4.2 Durchführung der Interviews**

Die Rahmenbedingungen stellen eine wichtige Komponente für das Gelingen der Interviews dar: Der Termin soll günstig gewählt werden, zeitlicher Druck soll vermieden werden und der Ort soll Privatsphäre gewährleisten (Döring, 2023). Hierbei richtete sich die Interviewerin ganz den Bedürfnissen der Interviewpartnerinnen, deren Wünsche – sowohl zeitlich als auch örtlich – priorisiert

und entsprechend eingeplant wurden. Die einzige Vorgabe war, dass das Treffen persönlich sein muss und nicht per Zoom geführt wird. Damit sollte eine maximale Nähe zur Person und zum Thema gewährleistet werden. Die Interviews fanden zeitlich und örtlich folgendermassen statt:

- Nadja: 22. April, in der Wohnung der Interviewerin. Dauer: 80 Minuten.
- Berta: 23. April, im Büro der Interviewerin. Dauer: 82 Minuten.
- Erika: 27. April, bei ihr zu Hause. Dauer: 88 Minuten.
- Daniela: 11. Mai, bei ihr zu Hause. Dauer: 62 Minuten.
- Frieda: 21. Mai, in der Wohnung der Interviewerin. Dauer: 70 Minuten.

Die Angaben der Gesprächsdauer umfassen die reine Interviewzeit und exkludieren Pausen sowie persönliche Gespräche davor und danach.

Die Interviews wurden mit der Videokamera ‚Zoom Q2n‘ aufgenommen, damit die Daten lediglich auf einer SD-Karte gespeichert sind. Damit wurde das Risiko minimiert, dass die Daten unbeabsichtigt in eine Cloud-Speicherlösung eines Mobilgerätes, oder eines Computers gelangen. Dieser Entscheid entstand aus den forschungsethischen Überlegungen, die im Abschnitt 4.7 erläutert werden. Obwohl die Interviews auch visuell aufgenommen wurden, machte sich die Befragerin Notizen zu auffälliger Mimik und Gestik sowie zu sprachlichen Eigenheiten der befragten Frau. So konnte bei der Transkription der Fokus auf dem gesprochenen Wort liegen. Nach Antwortende wurde von der Interviewerin oft bewusst Zeit gelassen, damit die interviewte Frau Gelegenheit für einen allfälligen Nachtrag hat. Die Aufnahme wurde bis zum offiziellen Ende laufen gelassen, um eine letzte Gelegenheit für bedeutsame Aussagen zu schaffen.

#### **4.5 Transkription**

Angelehnt an die einfache Transkription von Dresing und Pehl wurde vereinfacht transkribiert. Dabei wurde das originale gesprochene Wort niedergeschrieben, unabhängig davon, ob es grammatisch korrekt ist. Unbeendete Sätze wurden geglättet, es sei denn, der Gedanke wurde damit eingeleitet und im nachfolgenden Teilsatz beendet. Angefangene Sätze, schliesslich Satzfragmente, wurden mit drei Punkten gekennzeichnet. So ergaben sich Sätze mit vielen Nebensätzen. Da auch nonverbale Merkmale eines Gesprächs für die spätere Analyse relevant sind (Döring, 2023), wurden einige in der Transkription festgehalten. Gleichzeitiges Sprechen, wenn z.B. eine Person den Satz beenden möchte und die nächste schon

beginnt, wurde ebenfalls mit den drei Punkten dargestellt. Endet also ein Satz mit drei Punkten und beginnt derjenige der nächsten Person mit drei Punkten, sind das unvollständige Sätze, die gleichzeitig gesprochen wurden. Stottern und Füllwörter (wie z.B. «ähm») wurden eliminiert, genauso wie Einwürfe, die den Redefluss der anderen Person nicht unterbrachen. Pausen werden unabhängig von deren Länge mit (...) angezeigt. Sehr lange Pausen sind mit einer Doppelung dieser Zeichen dargestellt. Dialektwörter wurden, wenn möglich, ins Hochdeutsche übersetzt, es sei denn, es gibt kein passendes hochdeutsches Äquivalent dazu. In diesen Fällen wurde das Dialektwort in Klammern dahinter erklärt. Besonders betonte Wörter wurden durch Grossschreibung gekennzeichnet und Doppelungen, die inhaltlich etwas hervorheben, wurden beibehalten. Nonverbale Aktionen (z.B. lachen, nachdenken, oder Kopfschütteln) sind in Klammern gekennzeichnet. Die Interviewerin ist stets durch ein «I» dargestellt und die befragten Frauen jeweils durch den ersten Buchstaben ihres Akronymes (Dresing & Pehl, 2018, S.21f.). Anstatt Zeitmarker zu verwenden, wurden die Zeilen durchgehend nummeriert und jeweils die volle Interviewzeit angegeben.

Drei Interviews wurden auch Hochdeutsch geführt, zwei auf Schweizerdeutsch. Dieser Unterschied resultierte aus den zwei benutzten Softwares zur Transkription: ‚Töggli‘ für Transkriptionen von Schweizerdeutsch ins Hochdeutsche und ‚f4x‘ für Transkriptionen von Hochdeutsch geführten Interviews. Da ‚f4x‘ das geeignetere Werkzeug für die Transkription war, wurden möglichst viele Interviews auf Hochdeutsch geführt. Da jedoch Schweizerdeutsch die Herzessprache von allen interviewten Frauen war, fiel der Entscheid, die der Schreiberin bekannten Frauen auf Hochdeutsch zu interviewen und die ihr unbekanntes auf Schweizerdeutsch. Die Idee dahinter ist: Zu den drei ihr bekannten Frauen besteht schon eine minimale Vertrauensbasis, die die Distanz, die durch das Hochdeutsche entstand, erträgt. Für die zwei ihr unbekanntes Frauen sollte das auf Schweizerdeutsch geführte Interview von Beginn an eine angenehme Vertrauensbasis schaffen. Die interviewten Frauen wurden vor Interviewstart gefragt, ob sie mit der vorgeschlagenen Sprachwahl einverstanden sind.

#### **4.6 Datenanalyse**

Mit der Datenanalyse sollen die gestellte Forschungsfrage sowie die formulierten Hypothesen überprüft und beurteilt werden (Döring, 2023). Da hierbei die sexuellen Biografien von fünf Frauen analysiert und verglichen werden, geschah dies mit einer

«fallübergreifenden Auswertung» (Döring, 2023, S.594). Bevor mit der eigentlichen qualitativen Inhaltsanalyse begonnen werden kann, muss das Ausgangsmaterial definiert und analysiert werden. Hierzu gehören die «Festlegung des Materials», «die Analyse der Entstehungssituation» und die «[f]ormale[n] Charakteristika des Materials» (Mayring, 2022, S. 53f.). Für diese Arbeit wurden alle fünf Interviews als Auswertungsmaterial definiert. Es wurden nur Daten verwendet, die auf Aussagen innerhalb der Interviewzeit beruhen. «Off the record» –Aussagen (Döring, 2023) wurden weder transkribiert noch verwendet. Die Entstehungssituation wurde in den Abschnitten 4.1 und 4.2 beschrieben, und in welcher Form das Material vorliegt, wurde im Abschnitt 4.5 erläutert.

Die Analyse geschah mittels einer strukturierenden Analyse durch «deduktive Kategorienanwendung» (Mayring, 2022, S.96). Eine quantitative Auswertung bot sich nicht an, da die Zahl der Befragten – fünf – zu tief dafür ist. Die deduktiven Kategorien ergaben sich durch die Fragekategorien des Interviewleitfadens. Im Laufe der Analyse ergaben sich zudem einzelne induktive Kategorien, die im Kodierleitfaden (Anhang IV) entsprechend benannt sind. Der Kodierleitfaden entstand – gemäss Mayring – in drei Schritten: Zuerst werden die Kategorien definiert, dann Ankerbeispiele gesucht und schliesslich Kodierregeln formuliert, sofern klare Abgrenzungen zu anderen Kategorien nötig sind (Mayring, 2022). Die Analyseeinheiten lauten in dieser Auswertung wie folgt:

- Kodiereinheit: Der kleinste Materialbestandteil, der ausgewertet wurde, ist ein Teilsatz.
- Kontexteinheit: Der grösste Textbestandteil, der unter eine Kategorie fällt, sind ganze Absätze zu einem Thema, bei denen mehrmals nachgefragt wurde, bis eine klare Antwort gegeben wurde.
- Auswertungseinheit: Die Interviews wurden gemäss ihrer chronologischen Entstehung ausgewertet. Jedes Interview entspricht einer Auswertungseinheit.

Die Analyse wurde mithilfe des Computerprogramms ‚MAXQDA‘ vorgenommen. Der Vorteil hierbei ist, dass Kategorien einfach angepasst und verfeinert werden können. Zuerst wurde alles an der ersten Interviewperson, Nadja, kodiert und somit eine erste Kategorisierung vorgenommen. Diese wurde am zweiten Interview mit Berta überprüft und verfeinert. Diese Überprüfung entspricht der Probekodierung,

wie Mayring es vorschlägt. Er nennt dies «Rücküberprüfung des Kategoriensystems» (Mayring, 2022, S.61). Auch bei den folgenden drei Interviews wurden die Kategorien stetig verfeinert, sodass am Ende der Kategorisierung das erste Interview erneut mit der aktuellen Kategorisierung durchlaufen wurde. So ergaben sich schliesslich zehn Oberkategorien für die Auswertung:

- vermittelte Rollenbilder und Stereotypen
- Informationen zu Sexualität
- Wertvorstellungen zu Hause
- Erstes Mal GV
- Paarsexualität
- Selbstbefriedigung
- Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit
- Beziehungsebene
- Charaktereigenschaften
- Eigene Erklärungen für Lust

Der Kodierleitfaden ist zugleich ein wichtiges Instrument für das Überprüfen der Gütekriterien: Objektivität, Reliabilität und Validität. Durch die «Intercodeübereinstimmung» (Mayring, 2022, S.52) sollten unterschiedliche Auswerter:innen zu einem ähnlichen Ergebnis kommen. Dies wurde mit einzelnen Passagen erfüllt, die mit anderen ISP-Masterstudent:innen ausgetauscht wurden.

#### **4.7 Forschungsethik**

Beim Thema *Datenschutz und der Forschungsethik* wurde auf die Punkte *Freiwilligkeit, Anonymität* und *Schutz vor Schädigung* geachtet (Döring, 2023; C.-M. Hopf, 2016).

##### Freiwilligkeit:

Die Interviewpartnerinnen nahmen freiwillig teil und wurden über den Zweck des Interviews einige Wochen im Voraus aufgeklärt. Ebenso wurden sie darüber informiert, was mit den Aufnahmen geschieht, wer diese gegebenenfalls sehen oder hören wird und wer schliesslich die finale Arbeit – und somit einen Teil ihrer persönlichen Geschichte – lesen wird. Hatten die Befragten diese Aspekte sowie das Ziel der Befragung verstanden, unterschrieben sie, dass sie damit einwilligen. Ihnen wurde auch bewusst gemacht, dass intime Details erfragt werden.

### Anonymität:

Um die Privatsphäre der Teilnehmerinnen zu schützen, wurde auf maximale Anonymisierung geachtet. Die Datenanonymisierung ist in qualitativen Projekten anspruchsvoller, da die gesammelten Unterlagen weit mehr Informationen als in quantitativer Forschung enthalten (Hopf, 2016). Deshalb sind in den Interviews alle Angaben zu Beruf, Partner, Anzahl der Kinder, Wohnort, Herkunft, aktueller Lebenssituation und aktuellen Lebensumständen anonymisiert. Lediglich das Alter, die Dauer der Beziehung und ob die Teilnehmerinnen mit oder ohne Kinder und urban oder ländlich wohnen, ist im Transkript angegeben. Die Anonymisierung wurde über die gesamte Dauer des Projekts und in allen damit verbundenen Dokumenten eingehalten – von der Abspeicherung der Daten bis zur Veröffentlichung (Poelchau et al., 2015). Das einzige nicht-anonymisiertes Material ist die Videoaufnahme an sich.

### Schutz:

Des Weiteren gilt es, die sensiblen Daten zu schützen (Döring, 2023). Hierbei musste bei den Transkriptions-Software-Anbietern eruiert werden, welchen Datenschutz diese bieten. Für die sichere Archivierung zu Hause wurde darauf geachtet, die Daten nur auf der SD-Karte der Kamera zu haben sowie ein Backup davon auf einer externen Festplatte und einem USB-Stick zu wahren. Die beiden Backup-Datenträger verliessen die Wohnung der Interviewenden nie, wodurch das Risiko eines Verlustes minimiert wurde. Um einen sicheren Interviewrahmen zu schaffen, hatten die Befragten jederzeit die Möglichkeit, ein Interview abubrechen, eine Pause einzulegen, auf bestimmte Themen nicht einzugehen oder die Teilnahme frühzeitig zu beenden (Döring, 2023). Freiwilligkeit und Konsens standen über allem: «Das Wohl und die Rechte des Menschen» gilt es zu schützen (Poelchau et al., 2015, S.154).

Mit dem Abschluss dieses Kapitels endet die Erläuterung des methodischen Vorgehens. Im folgenden Kapitel werden die Ergebnisse präsentiert, die aufgrund der beschriebenen Methodik ermittelt wurden.

## **5 Ergebnisse**

Die Ergebnisse der qualitativen Inhaltsanalyse werden in diesem Kapitel entlang der Kategorienbildung (Anhang IV) vorgestellt. Aussagen der befragten Frauen

werden mit ihrem Pseudonym und entsprechenden Zeilennummern, beides in Klammern, angegeben. Die Auswertung geschieht entlang der Hauptkategorien. Die Subkategorien sind darunter aufgelistet und werden separat ausgewertet.

## **5.1 Vermittelte Rollenbilder und Stereotypen**

### Rollenbild Eltern

Allen fünf Frauen wurde zu Hause keine lustvolle, oder aktive Sexualität vorgelebt. Zwei Befragte haben Konflikte bezüglich Sexualität zwischen den Eltern mitbekommen (Nadja: 116-117, Berta: 70-74). Zwei der Befragten erlebten, dass die Eltern gar keine Sexualität mehr zusammen lebten (Frieda: 28-32, Dora: 93-99) und, im Falle von Frieda, Sexualität klar negativ konnotiert war (Frieda: 63-65). Bei Erika bestand vor allem die Diskrepanz, dass der Vater «sehr offen» mit dem Thema umging, während die Mutter «eher verklemmt» war (Erika: 31-34, 55-56 & 66-69).

### Doppelmoral

Die noch vorherrschende Doppelmoral bei den Geschlechtern erlebten nur zwei Frauen. Frieda und Berta beschreiben beide, dass Männern mehr zugestanden wurde als Frauen und von den Geschlechtern bezüglich der Sexualität auch ein anderes Verhalten erwartet sowie toleriert wurde (Frieda: 178-813, Berta: 94-102, 232-236).

### Geschlechterstereotypen

Mit Ausnahme von Nadja wurden alle befragten Frauen in unterschiedlichem Ausmass mit Geschlechterstereotypen konfrontiert.

Entweder galt das Bild der bescheidenen (Berta: 125-127), passiven Frau, die zu gefallen hat und Sex als Machtinstrument benutzt (Frieda: 62-74, 123-129), oder das Anhaften der Obszönität, wenn Frauen sich freizügig kleiden (Erika: 39-42, 139-144 & Berta: 81-85). In Bertas Umfeld waren solche Frauen «Sexbomben». Erika hörte explizit: «Man läuft nicht so umher», sonst müsse man sich nicht wundern, wenn die Männer «ein bisschen Lust auf diese Frauen» haben. All diese Aussagen drücken eine Erwartungshaltung an das weibliche Benehmen in Bezug auf Sexualität aus. In Bezug auf die Männer hörten die Frauen ebenfalls negative Aspekte, wie «Männer kümmern sich sowieso nie um Verhütung» (Frieda: 73-74), und sind «egoistisch und nehmen, was sie brauchen» (Frieda: 168-174). Das Bild des triebgesteuerten Mannes wurde Erika implizit vermittelt (Erika: 39-50). Auch Dora beschreibt, dass ihr Vater zu Prostituierten ging, weil ihre Mutter keine



Paarsexualität mehr leben wollte (Dora: 123-135). In beiden Beispielen schwingt hintergründig mit, dass der Mann nicht in der Lage ist, seine Lust zu kontrollieren – was wohl dem Zeitgeist und dem damals vorherrschenden Männerbild entspricht. Deshalb sind diese Aussagen hier bei den Geschlechterstereotypen aufgelistet. Dora brachte als Einzige die Geschlechterstereotypen zur Sprache, die in pornografischen Filmen transportiert werden: «Die Männer sind so die Helden und machen einfach alles, und die Frauen stehen und halten einfach hin» (Dora: 138-141). Dies deckt sich mit dem Frauenbild, das von Berta und Frieda eingangs dieser Subkategorie beschrieben wurde: Das Bild der passiven, unterwürfigen Frau.

## **5.2 Informationen zu Sexualität**

### Medien / Quellen

Die Frauen nennen vor allem vier Quellen, aus denen sie ihre Informationen über Sexualität bezogen: Aufklärung in der Schule (Berta, 173-179 & Dora, 158-159 & Frieda, 198 & Nadja, 139), Aufklärungsmagazine, wie die ‚BRAVO‘ (Berta, 162-163 & Dora, 159 & Erika, 96 & Nadja, 156), die Peergruppe (Berta, 189-192 & Erika, 101-103 & Frieda, 201-203) und Informationsmaterial zu Hause (Berta, 66-68 & 146-157). Auffällig ist, dass niemand Aufklärung in der Schule als relevant empfand – entweder, weil sie zeitlich zu kurz angesetzt war, «eine Stunde» (Frieda, 198), oder weil sie «peinlich» (Berta, 174), oder «NUR anatomisch» war (Berta, 179). Nadja und Erika erwähnten dazu nichts Genaueres (Nadja, 139 & Erika, 102) und somit war der Sexualekundeunterricht in der Schule auch für sie nicht von Bedeutung. Dieser Schluss kann gezogen werden, weil dieselben Frauen bei der Erwähnung der ‚BRAVO‘ argumentieren, dass dies eine hilfreiche Informationsquelle war. (Nadja, 155-157 & Erika, 96-99). Keine der fünf Frauen erwähnt eine aktive Aufklärung durch die Eltern. Einzig Berta erfuhr eine passive Form der Aufklärung, indem ihr ihre Eltern altersentsprechende Literatur zur Verfügung stellten (Berta, 66-68, 146-149, 153-157).

### Sexpositive Aspekte

Drei Frauen nennen die Peergruppe als wichtige sexpositive Quelle. Bei zwei Frauen war der Austausch mit Gleichaltrigen der einzige sexpositive Aspekt, den sie erfuhren: Nadja erlebte dort ein unverkrampftes, schambefreites Bild von Sexualität (Nadja, 381-386) und Frieda erfuhr erst in der Peergruppe von ersten positiven Aspekten der Sexualität (Frieda, 201-210). Berta nennt die Peergruppe ebenfalls als wichtige Möglichkeit für sexpositiven Austausch (Berta, 189-192), doch bei ihr

könnten zusätzlich die Aufklärungsbücher der Eltern sexpositiv gewertet werden, was Berta auf Nachfrage bejaht (Berta, 211-216). Sie beurteilt die Haltung der Eltern als «sehr neutral» (Berta, 196). Einzig Erika hörte von den Eltern explizit einen positiven Aspekt der Sexualität: «Doch, das irgendwie schon, ja, doch: Das ist etwas Gutes. Aber...ja also, es hiess: Wenn ein Mann und eine Frau sich gerne haben, dann machen sie das.» (Erika, 131-132). Dora wurde ihr sexpositives Bild von Sexualität durch die Zeitschrift ‚BRAVO‘ und das ‚Dr. Sommer‘-Team darin vermittelt (Dora, 173-176).

### Sexnegative Aspekte

Drei der Befragten hörten, dass sie beim Sex aufgrund von übertragbaren Krankheiten aufpassen sollen (Dora, 190). Nadja und Frieda nennen explizit HIV als konkrete Krankheitsgefahr von damals (Nadja, 166-175 & Frieda, 230-238). Nadja führt die damalige Unsicherheit mit der Erwähnung aus, dass «am Anfang» nicht klar gewesen sei, ob das Virus auch beim Küssen übertragen werde.

Das Risiko einer Schwangerschaft ist ein weiterer sexnegativer Faktor, den drei Frauen hörten. An den Satz «Ja nicht schwanger werden!» erinnert sich Nadja (Nadja, 411-413). Frieda hatte aufgrund des elterlichen Disputs bezüglich Schwangerschaft, den sie mit 14 Jahren mitbekam (Frieda, 82-94), grosse Angst schwanger zu werden (Frieda, 94-96). Dora las davon in der ‚BRAVO‘ (Dora, 189-190).

Die Verbindung ‚Schmerzen und Sex‘ wird nur zweimal genannt – und beide Male mit Bezug zum ersten Mal GV (Frieda, 250-252 & Dora, 179-182). Dora impliziert, dass es wohl auch deswegen dann wirklich weh tat: Weil sie vorab schon gehört hatte, dass es weh tun kann.

Generell negativ konnotiert war Sexualität bei Frieda, ohne dass sie an dieser Stelle genauere Faktoren oder Ursachen benennt (Frieda, 60-62). Berta und Erika erlebten beide keine expliziten sexnegativen Aspekte (Berta, 187 & Erika, 105-112), wobei Erika an früherer Stelle erwähnte, dass sie ermahnt wurde, aufzupassen (Erika, 61-62). Da dies jedoch nicht weiter ausgeführt wurde, beurteilt sie es retrospektiv wahrscheinlich nicht als hemmenden Faktor.

### **5.3 Wertvorstellungen zu Hause**

#### Namen für Genitalien

Bei Frieda und Berta wurden verniedlichende Namen für die Genitalien verwendet: «Meiteli» und «Schwänzchen» bei Frieda (Frieda, 255-258), «Schnäbi» und «Müscheli» bei Berta (Berta, 221-225). Dora kann sich an keinen spezifischen Namen für die Genitalien erinnern (Dora, 191-195), bei Nadja wurde der Fachbegriff für das weibliche Genital und eine Verniedlichung für das männliche verwendet: «Scheide» und «Pimpeli» (Nadja, 181-186). Bei Erika wurde die Frage nicht gestellt, da sie von der Interviewerin vergessen ging.

#### SB: Reaktionen des Umfeldes

SB wurde bei allen fünf befragten Frauen zu Hause weder bewusst gefördert noch gutgeheissen (Frieda, 687-690 & Berta, 655 & Dora, 430-436). Explizit negative Reaktionen erlebten nur Nadja und Dora (Dora, 207-211), in Form von Ermahnungen durch die Eltern. Bei Nadja betrafen diese Ermahnungen jedoch nur den Bruder (Nadja, 190-193). Erika konnte keine Aussage dazu machen, weil sie erst als Erwachsene mit SB begonnen hat (Erika, 202-203).

#### Nacktheit zu Hause

Nacktheit wurde im Zuhause von Nadja und Frieda offen gelebt (Nadja, 87-93 & Frieda, 1078-1080). Ob das bei den anderen Frauen ähnlich war, ist unklar, da dies eine Zusatzinformation und keine Antwort auf eine Frage aus dem Interviewleitfaden war. Dennoch ist es erwähnenswert, da im Elternhaus von Nadja und Frieda Sexualität ansonsten weder offen noch positiv gelebt wurde.

### **5.4 Erstes Mal Geschlechtsverkehr**

#### Erstes Mal: Erlebnis

Das Alter, in dem die befragten Frauen das erste Mal GV hatten, variiert: 14 bei Nadja (Nadja, 135), 15 bei Erika (Erika, 184-185), 17 bei Berta (Berta, 261-262), 18 bei Dora (Dora, 14-15), 21 bei Frieda (Frieda, 104-105). Ausser Dora haben dies alle als positives Erlebnis in Erinnerung (Dora, 231-242 & Berta, 245-269 & Erika, 168-173 & Frieda, 294-300 & Nadja, 372-373 & 393). Obwohl bei Nadja und Erika das erste Mal zu einem Besuch beim Gynäkologen führte, weil Kondom gerissen war (Erika, 154-161), bzw. die Menstruation ausblieb (Nadja, 406-409 & 426-427), haben es beide positiv in Erinnerung.

## PONR erreicht

Einen Höhepunkt erlebte keine der befragten Frauen beim ersten Mal (Nadja, 452-453 & Frieda, 332-333 & Erika, 179-182 & Berta, 314-315 & Dora, 237).

## Erster Sexualpartner

Bis auf Dora (Dora, 16-17) erwähnen alle Frauen, dass das Verhalten, oder der Charakter ihres ersten Sexualpartners positiv war und sie sich von ihm und in der Beziehung, respektiert fühlten (Nadja, 390-392 & Frieda, 116-118 & 285-286 & 295-296 & Erika, 214-216 & Berta, 113 & 267-269 & 273-275).

## Eigenmotivation

Berta und Frieda erwähnen eine intrinsische Motivation für das erste Mal GV, woraus geschlossen werden kann, dass sie nicht dazu gedrängt wurden (Berta, 282-285 & 298-299 & Frieda, 306-311).

## **5.5 Paarsexualität**

### **5.5.1 Gründe für Sex**

Affektive und körperliche Gründe für Sex kennen alle fünf Frauen. Nadja und Berta nennen es «Lust auf Sex» und «Lust auf Nähe» (Nadja, 564-565 & Berta, 370-372), Dora benennt eine affektive und körperliche Ebene (Dora, 313-317), indem sie aussagt, es gehe um «Nähe» und «Verbundenheit» und um den «Orgasmus» (Dora, 302-303). Auch Erika kennt beide Komponenten, da sie aussagt, es sei wichtig für sie, dass «das Seelische UND das Körperliche beides genährt wird» (Erika, 384). Diese emotionale Komponente, sich ihrem Partner nahe zu fühlen, kam erst mit ihrem aktuellen Mann hinzu (Erika, 361-365).

Entspannung als Treiber für Sex beschreiben Erika, Nadja und Dora. Erika beschreibt dies als einen körperlichen Aspekt der Paarsexualität: «(...) das beruhigt mich, es fährt mich runter, ist entspannend» (Erika, 333-335). Bei Nadja geht es um das Loslassen, Erholen, Kontrolle abgeben (Nadja, 589-598) – «Hingabe» oder «Unterordnen», wie sie es nennt (Nadja, 580 & 638). Auch Dora kennt das entspannende Moment von Sexualität, wenn sie «gestresst» und «angespannt» ist (Dora, 305-307).

## Einzelnennungen:

Nur Frieda beschreibt Paarsexualität als «eine Form von Kommunikation» (Frieda, 437), eine Alternative, wenn sie «mit den Worten nicht weiterfinden» (Frieda, 434).

Sie sieht in der körperlichen Begegnung einen therapeutischen Wert (Frieda, 432-442 & 446-454). Primär geht es ihr aber um «Genuss» (Frieda, 430). Doch auch «Intimität» und «Nähe und (...) die Geborgenheit» sind für sie wichtige Gründe (Frieda, 457-459).

Dora beschreibt den Stellenwert, den Sexualität für sie hat, als eine Art Lebensenergie, ohne die sie «wie ein Blümchen» eingeht (Dora, 42-46).

Erika erwähnt als Einzige zusätzlich den Aspekt der Bestätigung. Sie fühlt sich nach dem sexuellen Akt in ihrer Weiblichkeit wahrgenommen und anerkannt (Erika, 338-348 & 357-360). Besonders die «Anerkennung» bezeichnet sie als einen wesentlichen Vorteil der Paarsexualität im Vergleich zur SB (Erika, 352-353). Auslöser für Sex können bei ihr Alltagserlebnisse sein, wie einander «einfach berühren», zusammen kochen oder duschen (Erika, 378-382).

Nadja nennt als Einzige den Grund, dass der Partner Lust auf Sex hat und diesen initiiert, auch wenn sie keine intrinsische Lust verspürt. Aus Erfahrung weiss sie jedoch, dass sie trotzdem «meistens schon auch rein» kommt. Deshalb lässt sie sich darauf ein (Nadja, 566-569).

Den Kinderwunsch als weiteren Treiber für Paarsexualität nennt Berta (Berta, 376).

## **5.5.2 PVI**

### Definition «Sex»

Was klassischerweise als Vorspiel gilt, zählt bei Nadja und Frieda nebst PVI ebenfalls zu Sex. Konkret nennen sie: schmusen, streicheln, küssen, Oralsex und Petting (Nadja, 658-662 & Frieda, 460-468 & 525-529). Frieda definiert zudem die gegenseitige Befriedigung, die einseitige Befriedigung oder SB, während der Partner sie streichelt, als Sex (Frieda, 529-543). Berta kann dieser Definition zugerechnet werden, denn auch sie taxiert sexuelle Handlungen ohne PVI als Sex, führt dies aber nicht weiter aus (Berta, 517-520). Da Dora auch Oralsex und gegenseitige Befriedigung zu Sex zählt (Dora, 342-344), wird sie hier nebst Nadja, Frieda und Berta als eine der vier Frauen kategorisiert, für die Sex mehr als nur PVI ist.

Erika macht als Einzige einen klaren Unterschied zwischen Sex, der für sie PVI ist, und «sexuelle[n] Handlungen», die für sie alles andere sind, was erregt (Erika, 469-474).

### PVI Erleben

Das vaginale Aufnehmen erleben Nadja, Frieda, Erika und Berta als lustvoll (Nadja, 672-686 & Frieda, 553-554 & Erika, 486-488 & Berta, 548-550). Frieda beschreibt die Penetration als etwas «sehr Intensives», auch wenn sie dabei keinen PONR erreicht (Frieda, 548-550) – doch gerade die Orgasmen sind für sie «ganz anders und besser», wenn Penetration Teil der Sexualität ist (Frieda, 813-815).

Einzig Dora antwortet, dass sie die Vagina beim GV unterschiedlich stark wahrnimmt. Je nachdem, wie steif das Glied ist, oder wenn «die Vagina noch zu feucht» ist, spürt sie bei PVI mehr oder weniger.

### Varianten von Sex

Diese Kategorie zielt auf etwas Ähnliches ab, wie die ‚*Definition von Sex*‘ (siehe Abschnitt 5.5.2), weshalb Doppelnennungen in diesem Abschnitt möglich sind. Dies wurde im Interview bewusst so gehalten im Interview, um die Stringenz der Antworten zu überprüfen.

Bei Nadja sind folgende Varianten Teil ihrer Sexualität: Oralsex, «intensives Küssen», «härter» und «Quickie» sowie «zärtlich und eher langsam» (Nadja, 638-645 & 658-662). «Küssen», «befummeln», «gegenseitig befriedigen», «oral oder mit den Händen», «Geschlechtsverkehr», einseitige Befriedigung, «Blowjob oder Handjob», «Massage (...) mit Happy Ending», SB, während der Partner streichelt, und «Quickies» sind gelebte Varianten von Sexualität in Friedas Leben (Frieda, 525-538 & 635).

Die «Zeit» als Faktor nennen Erika und Berta. Erika unterscheidet «eine schnelle Nummer» von Sexualität, die «länger zelebriert wird» (Erika, 400-402). Zudem variieren bei ihnen die Stellungen, von denen sie immer wieder neue ausprobieren (Erika, 942-950). Bei Berta spielt die Variable «Zeit» insofern eine wichtige Rolle bei der gelebten Form von Sexualität, als sie davon abhängig einen kurzen oder zeitlich ausgiebigen GV lebt. Sie nennt zudem explizit einen Ort ausserhalb des Schlafzimmers, an dem sie schon GV mit ihrem Mann erlebt hat (Berta, 492-498).

Dora nennt drei Lieblingsvarianten von Sex: «Wenn man es sich gegenseitig macht», Oralsex oder Penetration (Dora, 339-347).

### 5.5.3 Erfahrungen Paarsexualität

#### Qualität Paarsex

«Durchwegs positive Erfahrungen» mit Paarsexualität machte Berta (Berta, 327-331). Auch für Nadja war die gelebte Paarsexualität bis zum heutigen Zeitpunkt «immer sehr lustvoll», unabhängig davon, ob das «in einer Beziehung war, oder ob das One-Night-Stands waren» (Nadja, 475-479).

Frieda beschreibt eine Entwicklung: In ihren Anfängen war sie «immer darauf fixiert» zu gefallen, bis sie auf ihren Ex-Verlobten traf, der ihr als erster Mann in ihrem Leben «Sexualität und Paarsexualität beigebracht» hat. Ihm war es wichtig, dass sie Freude an der Sexualität hat und Lust dabei verspürt (Frieda, 339-350 & 356-360). Indem er sie stetig fragte, was ihr gefällt, animierte er sie dazu, das selbst herauszufinden. Für sie war er ein wichtiger Partner in ihrer sexuellen Entwicklung (Frieda, 362-372). Die Freude an der Sexualität erwachte mit ihrer steigenden Lust (387-389). In ihrer heutigen Beziehung geben sie sich Mühe, im Alltag Berührungen einzubauen und die «physische Präsenz» zu leben (Frieda, 469-480). Sie haben nicht den Anspruch, dass ihre Paarsexualität «das Beste» ist, «es darf auch mal langweilig sein». Manchmal haben sie Sex, damit «man es nicht verlernt» (Frieda, 575-581).

Auch Erika lebt im Alltag bewusst Berührungen mit ihrem Partner aus (Erika, 455-459). Erika sieht einen Unterschied zwischen ihrer ersten und ihrer jetzigen zweiten Ehe. Paarsexualität mit ihrem ersten Mann empfand sie als deutlich weniger lustvoll als mit ihrem jetzigen Partner (Erika, 233-241 & 317-321). Heute gewichtet sie den Faktor «Qualität» viel mehr (Erika, 395-399) und genießt es, wenn sie sich «Zeit lassen» können und «alle Sinne miteinbezogen werden» (Erika, 449-451). Bei ihr kommt hinzu, dass sie mit ihrem aktuellen Partner das Squirten entdeckt hat, was für sie – nebst der neuen emotionalen Komponente – einen zusätzlichen Lustfaktor darstellt (Erika, 435-440 & 620-621). Auch Dora kennt sowohl positive als auch negative Erfahrungen in der Paarsexualität. Sie hatte Beziehungen, in denen sie sich «ausgelebt» hat und «viel Lust» verspürte, und erlebte einmal eine «schlimme Beziehung», in der ihre Lust auf ihren Partner schwand, weil sie sich nicht respektiert fühlte (Dora, 18-30 & 253-282). Die Sexualität mit ihrem aktuellen Partner beschreibt sie die Sexualität als «Match», da er «genau gleich ist, also so völlig hemmungslos» (Dora, 48-56).

## Erleben und Genuss

Bis auf Dora beschreiben alle Frauen, dass sie den Zustand kennen, in dem der Kopf völlig frei ist und sie sich losgelöst fühlen. Nadja beschreibt es nicht weiter (Nadja, 607-618). Frieda gelingt es manchmal, den Kopf abzuschalten (Frieda, 443-446), sie nennt es die «Tiefgründigkeit der Sexualität» (Frieda, 376), «Verschmelzung», «Ekstase», und sagt, dass Sexualität «etwas Extremes» hat (Frieda, 390-392). Sie nennt nebst der emotionalen und körperlichen Ebene «fast noch eine spirituelle Ebene», wenn sie miteinander verschmelzen (Frieda, 486-511). Sie hat gelernt, sich «im JETZT zu verankern» und beim «körperlichen Fühlen zu bleiben» (Frieda, 930-931). Erika lebte 15 Jahre lang eine lustvolle Sexualität, ohne den PONR zu erreichen (Erika, 186-188). In ihrer heutigen Beziehung ist das Squirten für sie ein neues, intensives Erleben. Sie beschreibt es als «Befreiung vom ganzen Körper in dem Moment» (Erika, 425-432). Berta erzählt von Sexualität, in der «häufig gar keine Gedanken» mehr vorkommen, oder «das Gedankenkarussell vielleicht eben aufhört», und kennt körperliche wie mentale Befriedigung (Berta, 412-418 & 438-439).

## Schmerzen

Nur Frieda hat während GV früher Schmerzen ertragen. Sie musste «FEST lernen» dies zu kommunizieren (Frieda, 408-418). Nadja hat seit kurzem neuerdings manchmal Schmerzen, kann dies aber problemlos entsprechend kommunizieren (Nadja, 483-491 & 535-543). Berta und Dora nennen keine Schmerzen, sondern beschreiben Erlebnisse, die «unangenehm» (Dora, 285-287) waren, oder dass sie ein «Ziehen» spürten (Berta, 352-354). Beide Beschreibungen sind jedoch auf biologische Ereignisse zurückzuführen: Bei Berta hat es mit der ersten Geburt zu tun, bei Dora, wenn der Penis zu nah an den Uterus kommt.

### **5.5.4 PONR**

#### PONR = Ziel

Bei Nadja war die Sexualität sehr «zielorientiert». Heute lernt sie «bewusst nicht zum Orgasmus» zu kommen und Sex dennoch zu geniessen (Nadja, 724-728).

Friedas und Bertas Paarsexualität wird so lange gelebt, bis beide den PONR erreicht haben. Sollte das für eine:n der beiden nicht möglich sein, geben sie sich Bescheid (Frieda, 592-603 & Berta, 579-589). Berta bejaht zudem, dass der Orgasmus in der Paarsexualität ein bedeutsamer Faktor für sie ist (Berta, 593-595).



Auch bei Dora wird die Paarsexualität gelebt, bis beide einen Orgasmus haben (Dora, 393-400). Ihr ist der Orgasmus sehr wichtig (Dora, 412-417).

Erika ist wichtig, dass ihr Partner den PONR erreicht (Erika, 516-517 & 622-627). Gleichzeitig beschreibt sie bei sich den Wandel, dass sie ihren Orgasmus vermehrt priorisiert (Erika, 699-701).

### PONR: erreichbar?

Sowohl in der Paarsexualität als auch bei der SB erreichen alle befragten Frauen den PONR. Vier der befragten Frauen sagen, dass sie den Orgasmus «leicht» erreichen: Nadja (Nadja, 284-285), Berta (Berta, 590-592), Dora (Dora, 401-403) und Frieda «mit Hilfe» (Vibrator oder Finger) (Frieda, 604-612 & 619-623). Nadja erreicht den PONR leichter bei der SB (Nadja, 357-361), Frieda zuverlässiger beim Paarsex, weil sie das «erotischer» findet (Frieda, 803-811), und Dora bewertet die beiden Situationen «gleich» in Bezug auf das Erreichen des PONR (Dora, 489-491).

Den ersten Orgasmus erreichte Frieda beim Petting. Danach erlebte sie eine Zeit lang Paarsex ohne Orgasmus, bis sie mit diesem «langjährigen Freund» zusammenkam, der sie darin «unterstützte», bei der SB den PONR zu erreichen (Frieda, 736-759). Ebenfalls eine Zeit mit Paarsex ohne PONR erlebte Erika, die mit 30 Jahren ihren ersten Orgasmus hatte (Erika, 181-182). Heute erreicht sie den PONR entweder mit dem Womanizer oder mit ihrem Partner beim Squirten (Erika, 542-557 & 605-613 & 885-890).

## **5.6 Selbstbefriedigung**

### Erstes Mal SB

Die Einzige, für die SB schon in der Kindheit «mega früh [...]ein Thema» war, ist Dora (Dora, 100-101). Sie hat erste Erinnerungen an SB im Alter von fünf oder sechs Jahren (Dora, 428-429).

Frieda und Erika starteten erst nach ihrem ersten Mal GV mit SB (Frieda, 137-140 & Erika, 202-203), wobei beide einige wenige Erinnerung aus Kindheitstagen haben. Frieda erinnert sich, dass sie sich an einem Plüschtier gerieben hat (Frieda, 565-665), danach hat sie jedoch bis nach dem ersten Mal GV nicht mehr an sich exploriert. Erika hatte das «zwei-, dreimal ausprobiert, aufgrund von Sachen, die im

„BRAVO‘ standen», und hatte das Gefühl es passiere nichts, weshalb sie es sein liess, bis sie ungefähr 30 Jahre alt war (Erika, 829-834).

Nadja kann sich nicht daran erinnern, wann ihre SB begonnen hat (Nadja, 200 & 215-218). Auch bei Berta sind die Erinnerungen so vage, dass sie weder ein Alter noch eine spezifische Erinnerung nennen kann (Berta, 631-646).

### SB als Lernfeld

Dass Selbstbefriedigung als Lernfeld diene, erzählen Frieda, Erika und Berta. Frieda verdankt dies ihrem damaligen Freund (der Ex-Verlobte), der sie animiert hatte, sich selbst kennenzulernen (Frieda, 720-731). Berta entdeckte das alleine und hebt die Wichtigkeit hervor, den eigenen Körper zu erleben und kennenzulernen sowie zu wissen, was gefällt und was nicht (Berta, 684-692). Bei Erika ging der Lernprozess in beide Richtungen: Sie konnte Erkenntnisse aus der SB in den GV mitnehmen und umgekehrt (Erika, 851-857). Dora bestätigt, dass ihr die SB für den GV geholfen hat, ist sich aber weniger sicher als die anderen drei Frauen, da sie mit «Ja, wahrscheinlich» (Dora, 496-498) auf diese Frage antwortet.

Einzig Nadja sieht bei sich keinen Zusammenhang zwischen SB und GV. Für sie sind dies zwei verschiedene sexuelle Aktivitäten, die unabhängig voneinander sind (Nadja, 255-269).

### SB Vagina

Die Vagina spielt bei allen Frauen bei der SB im Vergleich zum äusseren der Teil der Klitoris, dem Klitoriskopf, eine deutlich untergeordnete Rolle. Berta bezieht die Vagina manchmal mit ein (Berta, 878-881), Dora «selten» (Dora, 578-580) und Frieda «sehr selten» (Frieda, 881-888). Nadja lebt die SB ausschliesslich klitoral (Nadja, 260-264). Bei Erika kann davon ausgegangen werden, dass die Vagina ebenfalls nicht in die SB involviert ist, da sie SB mit dem Womanizer durchführt (Erika, 885-890) und dieser rein klitoral funktioniert. Explizit nachgefragt, ob sie die Vagina dabei ebenfalls miteinbezieht, wurde jedoch nicht.

### SB Stellenwert

Für vier der befragten Frauen hat SB einen hohen Stellenwert in ihrem Leben. Unter anderem ein Einschlafritual ist sie für Frieda (Frieda, 893-895) und Nadja (Nadja, 242-244), eine Art Ersatzhandlung für Paarsexualität für Erika (Erika, 840-843),

Dora (Dora, 476-485) und Frieda (Frieda, 763-767). Nadja befriedigt sich «im Normfall» täglich selbst (Nadja, 223-224). Sie profitiert davon, dass die SB sie vermehrt in die Körperwahrnehmung bringt, weg von der Kopfaktivität. SB hat für sie ein Eigenleben, das unabhängig von der Quantität ihrer gelebten Paarsexualität funktioniert (Nadja, 237-246). Ihr Ziel ist dabei der PONR (Nadja, 274-278). Erika ist SB heute «sehr wichtig». Nebst dem Ersatz für Paarsexualität dient diese für sie dem «Spannungsabbau» (Erika, 836-843).

Berta deklarierte als Einzige die SB als weniger wichtig. Sie sieht es als eine Art «Anzeiger», wie es ihr geht (Berta, 672-678), führt dies jedoch nicht genauer aus.

## **5.7 Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit**

### Beziehung zum Geschlecht

Alle befragten Frauen beschreiben, heute ein entspanntes Verhältnis zu ihren Genitalien zu haben (Berta, 765-800 & Dora, 869-870), und Nadja, Erika sowie Frieda erzählen davon, dass sie ihr Geschlecht schon im Spiegel betrachtet haben (Nadja, 784-787 & 801-803 & Frieda, 838-847 & Erika, 976-990). Erika beschreibt zudem, warum es ihr leicht fiel, ihr Genital zu akzeptieren: Es war «einer der wenigen» Anteile an ihr, die sie nicht wegen ihres Übergewichts infrage gestellt hatte. Egal, wie sich ihr Körper veränderte, das Genital blieb gleich (Erika, 1013-1025).

Einen Prozess bis zu diesem heutigen Selbstbewusstsein erlebten Dora und Nadja. Dora führt nicht genauer aus, wie sie dazu kam, «ein gutes Verhältnis» zu ihrem Geschlecht aufzubauen (Dora, 860-870). Nadja erzählt, dass sie mithilfe eines Spiegels an der WC-Tür ihr Selbstvertrauen in Bezug auf ihre Genitalien gestärkt hat (Nadja, 784-787 & 801-803).

### Vagina bewohnt

Diese Subkategorie ist eng mit den Aussagen der Subkategorie ‚PVI Erleben‘ (siehe Abschnitt 5.5.2) verbunden und wurde bewusst als eigene Subkategorie gehalten – einerseits um die Stringenz der Aussagen zu verifizieren und somit die Aussagen unter ‚PVI Erleben‘ zu unterstreichen, andererseits um das vaginale Erleben generell – auch jenseits von PVI – zu erheben.

Bis auf Dora beschreiben alle Frauen explizit das vaginale Aufnehmen als etwas Lustvolles, etwas, worauf sie sich beim GV freuen (Erika, 1030-1032 & 1039-1042 & Frieda, 878-881 & Nadja, 849-855 & Berta, 868-873). Bei Nadja ist das vaginale Aufnehmen stärker emotional besetzt. Sie erwähnt zwar den Wunsch, den Partner in sich zu spüren, verbindet dies jedoch mit dem Gefühl der Hingabe (Nadja, 861-862), was kein körperliches Empfinden ist. Frieda beschreibt die Bedeutung des vaginalen Aufnehmens als etwas «Fusionelles», das ihr immer «sehr gut gefallen» habe (Frieda, 891-894). Für Erika hat die Vagina eine spezielle Bedeutung, weil es das Körperteil ist, womit sie squirtet (Erika, 480-485).

Für Dora ist das vaginale Aufnehmen des Penis etwas Zusätzliches, jedoch nicht essenziell (Dora, 558-564).

### Erregungswahrnehmung

Alle Frauen nehmen ihre Erregung als körperliches Phänomen wahr. Nadja beschreibt dies als «Kribbeln», das «von der Vagina irgendwo ausgeht» und «eher vom Beckenboden aus kommt» (Nadja, 757-760). Frieda spürt ein Zusammenziehen sowie das Feuchtwerden und die Lust, sich die Brüste zu massieren (Frieda, 769-771). Erika beschreibt es als «Schmetterlinge im Genitalbereich» (Erika, 957). Berta spürt die vermehrte Durchblutung der Vagina sowie der Schamlippen (Berta, 741-753) und Dora die vermehrte Durchblutung der Klitoris (Dora, 505-508).

Frieda und Berta kennen nebst der körperlichen noch eine kognitive Ebene, auf der sie ihre Erregung registrieren. Frieda bemerkt, dass sie von den Mitmenschen anders wahrgenommen wird (Frieda, 775-779), und Berta bemerkt, dass sie beginnt, an Sex zu denken (Berta, 726).

## **5.8 Beziehungsebene**

### Wahrnehmung

Vier der befragten Frauen nennen introspektive Wahrnehmungen während der Paarsexualität sowie Wahrnehmungen im Aussen. Bei Nadja variiert die Wahrnehmung abhängig davon, ob sie den Partner im Blickfeld hat. Wenn sie ihn nicht sieht, ist ihre Wahrnehmung stärker bei sich und ihren körperlichen Empfindungen (Nadja, 910-913). Friedas Wahrnehmung ist mehrheitlich bei dem Körperteil, «wo jetzt gerade was läuft» (Frieda, 919-925). Sie kennt aber auch das Abschweifen ins «Kopfkino», oder Fragen, die sich mit dem Erleben des

Gegenübers beschäftigen (Frieda: 964-975). Bertas Wahrnehmung mäandriert zwischen sich und ihrem Partner sowie der Aussenwelt, in der gegebenenfalls Kinder anwesend sind (Berta, 928-943). Während des Orgasmus – sie beschreibt ihn als «Auflösung der Zeit» – ist ihre Wahrnehmung gleichzeitig bei beiden (Berta, 916-917). Doras Wahrnehmung wechselt zwischen ihren Fantasien, ihren körperlichen Wahrnehmungen und ihrem Partner (Dora, 645-676).

Erika beantwortet die Frage nicht konkret, gibt aber einen Hinweis, als sie sagt, sie «lebte 25 Jahre lang im Aussen» (Erika, 681-682).

### Bedürfnisse / Priorität

Alle befragten Frauen betonen, dass sie ihre Bedürfnisse während der Paarsexualität verfolgen können und nicht ausschliesslich die Bedürfnisse des Partners priorisieren. Jede Frau beschreibt jedoch ihren individuellen Prozess bis zu diesem Punkt sowie die damit verbundenen Herausforderungen auf unterschiedliche Weise.

Nadjas Bereitschaft, ihre Bedürfnisse zugunsten des Partners zurückzustellen, sind in einer Partnerschaft höher als bei unverbindlichen sexuellen Begegnungen (Nadja, 891-900). Dies stellt gleichzeitig ihre Schwachstelle dar: Sie neigt dazu, sich übermässig auf die Bedürfnisse des Partners zu fokussieren, wodurch ihre eigenen Bedürfnisse vernachlässigt werden (Nadja, 921-942). Bei Frieda war es ein Prozess, ihren Bedürfnissen treu zu bleiben. In der Vergangenheit gelang ihr das weniger zuverlässig (Frieda, 900-906) und sie stellte das Erleben ihres Partners über ihr eigenes. Heute haben die Bedürfnisse ihres Partners die gleiche Wertigkeit wie ihre eigenen (Frieda, Frieda, 981-996). Erika befindet sich derzeit in einem Prozess, in dem sie verstärkt für ihre Bedürfnisse und Wünsche eintritt (Erika, 660-664 & 681-687 & 696-699). Bei Berta ist es tagesabhängig, ob sie ihren PONR priorisiert oder nicht (Berta, 960-963).

Zwischen Dora und ihrem Partner «flowt» die Paarsexualität so harmonisch, dass die Bedürfnisse meist deckungsgleich sind und sich beide Partner darauf verlassen können, dass jede:r für sich sorgt (Dora, 680-701).

### Initiative, aktiv/passiv

Nadja und Dora favorisieren beide die passive Rolle. Nadja sagt, dass es für sie eine «befriedigende Sexualität» ist, wenn sie sich hingeben kann (Nadja, 700-710).

Bei Dora stimmt dies mit den Bedürfnissen des Partners überein, der lieber aktiver und initiativ ist. Dora sagt von sich: «Ich liege einfach gern hin» (Dora, 364-381).

Bei Berta zeigt der Partner etwas mehr Initiative als sie und ist während des Sexualaktes etwas aktiver. Berta kennt jedoch beide Rollen (Berta, 561-571).

Ausgeglichen sind die Rollenverteilungen bei Frieda und Erika. Sowohl in Friedas als auch in Bertas Beziehung kennen beide Partner das Verführen sowie das Verführt-Werden, und beide können sich sowohl aktiv als auch passiv verhalten (Frieda, 557-572 & 583-591 & Erika, 504-513 & 705-707).

### Kommunikation über Sex

Alle Frauen können mühelos sexuelle Wünsche anbringen oder sexuelle Probleme ansprechen. Dies kann sowohl während des Aktes als auch danach und nonverbal sowie verbal geschehen (Nadja, 530-532 & 894-896 & 989-1023 & Frieda, 908-916 & 1011-1034 & 1040-1065 & Erika, 717-746 & 772-797 & Berta, 976-983 & 987-1002 & Dora, 624-641).

## **5.9 Charaktereigenschaften**

Zwei Charaktereigenschaften werden im Zusammenhang mit einem lockeren Umgang mit der Sexualität genannt: Neugierde und Humor.

Erika beschreibt bei sich eine Neugierde in Bezug auf die Sexualität und bezeichnet dies als Motor für ihre sexuelle Entwicklung (Erika, 1090-1092). Berta schliesst nicht aus, dass die Neugierde ihre Paarsexualität in Zukunft noch bereichern wird (Berta, 465-473).

Humor ist in Nadjas, Friedas und Bertas Beziehung essenziell. Nadja kann mit ihrem Partner über Uneinigkeiten bei der Wahl der sexuellen Stellung lachen (Nadja, 881-890), Frieda sagt, dass sie «VIEL Humor» haben und das für sie beide wichtig ist. So nehmen sie die Paarsexualität nicht immer allzu ernst (Frieda, 997-1002). Berta nahm sexuelles Scheitern ebenfalls immer mit einer «guten Portion Humor» (Berta, 333-334).

## 5.10 Eigene Erklärungen für ihre Lust

Von sich aus nannten nur Frieda und Erika mögliche Erklärungsansätze, die für ihr starkes sexuelles Begehren verantwortlich sein könnten. Frieda nennt Liebesgeschichten als möglichen Auslöser ihrer Lust (Frieda, 217-219) und für das Erwachen ihrer Lust (Frieda, 387-389) und erwähnt zudem die Erkenntnis, «dass man nicht immer auch nur hundertprozentig unbedingt Lust haben muss im Moment. Man kann auch mal anfangen und dann kommt die Lust» (Frieda, 561-568). Bei Erika könnte es die Hoffnung sein, «dass da mal noch mehr kommt» (Erika, 242-251) (damit beschreibt sie ihren Wunsch nach noch lustvollerer Sexualität) sowie der natürliche Wunsch des Menschen nach «immer mehr» (Erika, 1078-1082). Zudem erlebt sie zurzeit die belastungsfreieste Zeit, die sie je hatte (Erika, 1092-1108), was ihr mehr Zeit und Raum für eigene Bedürfnisse verschafft. Gleichzeitig schliesst sie nicht aus, dass die folgende Aussage ihres Vater sie geprägt hatte: «drei-vier Mal pro Woche» sei eine gängige Häufigkeit für GV (Erika, 66-69 & 291-300).

Nach Abschluss dieses Kapitels sind alle Interviews ausgewertet und die qualitative Erhebung somit abgeschlossen. Diese Ergebnisse bilden die Grundlage für das nächste Kapitel, in dem die präsentierten Ergebnisse mit der zugrunde liegenden Theorie analysiert werden.

## 6 Diskussion

In diesem Kapitel wird das theoretische Wissen aus Kapitel zwei und drei mit den Ergebnissen der erhobenen Daten (siehe Kapitel 5) verbunden. Mit diesem Schritt wird die Forschungsfrage aufgegriffen und anhand der Ergebnisse diskutiert. Die eingangs formulierte Forschungsfrage lautet: *Welche Faktoren sind massgeblich an der Entwicklung eines starken sexuellen Verlangens bei heterosexuellen Frauen beteiligt?*

Um die Forschungsfrage mithilfe der aufgestellten Hypothesen zu untersuchen, wird die Diskussion entlang der herausgearbeiteten Faktoren aus dem Unterkapitel 2.3 geführt und mit dem jeweiligen Abschnitt aus den Ergebnissen verglichen. Die über allen Faktoren stehende Forschungsfrage wird in Kapitel 8 beantwortet.

## 6.1 Masturbation

Die zugrunde liegende Hypothese aus der Theorie im Abschnitt 2.3.1 lautet: Frühe und regelmässige SB ist wichtig für späteres Genusserleben in der Sexualität sowie für ein zuverlässiges Erreichen eines PONR (Abramson & Pinkerton, 2002; Bischof, 2018a; Conley & Klein, 2022). Dies wird anhand der Ergebnisse aus dem Abschnitt 5.6 analysiert.

Dass eine frühe SB in Zusammenhang mit einem späteren Genusserleben steht, konnte anhand der Befragungen nicht bewiesen werden, denn die einzige Frau, für die SB schon im Kindes- und Jugendalter ein Thema war, ist Dora. Insofern entspricht diese Beobachtung der Theorie, nach der Mädchen im Kindes- und Jugendalter weniger masturbieren (Bischof, 2013).

Ein Zusammenhang zwischen dem Erreichen des PONR und SB wurde in den Kategorien ‚*SB als Lernfeld*‘ und ‚*PONR: erreichbar*‘ untersucht. Dabei zeigte sich, dass regelmässige SB dazu beitragen kann, den PONR zuverlässig zu erreichen. Besonders deutlich wird diese Relation in den sexuellen Biografien von Frieda und Erika, die beide einige Jahre Paarsexualität ohne Erreichen des PONR erlebten, während sie auch keine SB praktizierten.

Die Tatsache, dass SB für vier der Frauen nach wie vor einen zentralen Stellenwert einnimmt, deutet stark darauf hin, dass regelmässige SB zu einem gesteigerten Genuss führt – und damit letztlich zu vermehrter Lust auf Sex.

## 6.2 Paarsexualität

In diesem Unterkapitel werden alle ‚*Sexocorporel*‘-Komponenten der Paarsexualität analysiert: körperliche, kognitive, sexodynamische und Beziehungskomponenten.

### 6.2.1 Das erste Mal

Die Theorie aus dem Abschnitt 2.3.2.1 besagt, dass ein positiv erlebtes erstes Mal GV einen Einfluss auf die Entwicklung eines starken sexuellen Verlangens hat. Das Maximum eines positiven Erlebnisses wäre das Erreichen des PONR (Peragine et al., 2022; Sprecher et al., 1995). Die diesbezüglichen Ergebnisse der Befragung wurden im Abschnitt 5.4 vorgestellt.

Obwohl keine der Frauen einen PONR erreichte, haben dennoch vier der Befragten das erste Mal GV positiv in Erinnerung. Diese Erkenntnis stützt die Hypothese aus der Theorie. Induktiv ergaben sich so bei diesem Thema zwei weitere relevante



Faktoren, die auf die Bedeutung für ein positives Erleben des ersten Mals GV hinweisen: die Wahl des Sexualpartners und die intrinsische Motivation. Alle Frauen, die das erste Mal GV positiv erlebten, erinnerten sich positiv an ihren ersten Sexualpartner und fühlten sich von ihm respektiert. Berta und Frieda erwähnen zudem, dass sie für das erste Mal GV intrinsisch motiviert waren und sich nicht gedrängt fühlten. Diese beiden Faktoren scheinen in dieser Erhebung ebenfalls bedeutsam zu sein, um das erste Mal insgesamt positiv zu erleben.

### **6.2.2 Geschlechtsverkehr = PVI**

Die Theorie aus dem Abschnitt 2.3.2.2 besagt, dass GV oft als PVI verstanden und praktiziert wird, wodurch die Lust der Frau tendenziell vernachlässigt wird (Conley & Klein, 2022; Döring & Mohseni, 2022; Fahs, 2014; Klein, 2019). Ausgenommen davon sind Frauen, die ihre Vagina erotisiert haben (Bischof, 2018b; Schiffan, 2020). Conley und Klein stellten zudem die Hypothese auf, dass eine Erweiterung der Definition von Sex um andere Varianten sexueller Aktivitäten das sexuelle Verlangen von Frauen positiv beeinflussen könnte (Conley & Klein, 2022). Daher wurden im Abschnitt 5.5.2 die ‚*Definition von Sex*‘, das ‚*Erleben von PVI*‘ und die praktizierten Varianten der Paarsexualität evaluiert. Diese Ergebnisse werden hier mit der Theorie verglichen.

Für vier der befragten Frauen ist Sex mehr als PVI. Dieses Ergebnis stärkt die zuvor genannte Hypothese. Für andere vier der befragten Frauen ist das Erleben während PVI lustvoll, was darauf hindeutet, dass ihre Vagina bewohnt ist, respektive erotisiert. Auch diese Erkenntnis stützt die Hypothese aus der Theorie. Alle befragten Frauen leben unterschiedliche Formen der Sexualität, was die Hypothese aus der Theorie unterstützt: Je mehr Vielfalt in der Sexualität gelebt wird, desto grösser ist das sexuelle Verlangen. Somit werden alle Hypothesen aus dem Abschnitt 2.3.2.2 durch die Ergebnisse der Interviews gestützt.

### **6.2.3 Bedürfnisse beim Sex**

Die Theorie aus dem Abschnitt 2.3.2.3 besagt, dass in der Paarsexualität die Bedürfnisse und der PONR des Mannes priorisiert werden – von beiden Sexualpartner:innen (Conley & Klein, 2022; Döring & Mohseni, 2022; Klein, 2019; Klein & Conley, 2022; Nagoski, 2021). Rubin et al. stellten die Hypothese auf, dass die Priorisierung der eigenen Bedürfnisse der Frauen sich positiv auf das sexuelle Begehren auswirkt (Rubin et al., 2019). Die Priorisierung der Bedürfnisse wurde in

den Interviews erfragt, und die Ergebnisse wurden im Abschnitt 5.8 unter der Subkategorie ‚*Bedürfnisse / Priorität*‘ vorgestellt. Zudem wurde im Interview die Wahrnehmung der Frauen während der Paarsexualität erfasst, um zu ermitteln, inwieweit sie sich auf ihre Bedürfnisse konzentrieren oder auf ihren Partner fokussiert sind. Die Antworten, die in der Subkategorie ‚*Wahrnehmung*‘ im Abschnitt 5.8 dokumentiert sind, fliessen ebenfalls in die vorliegende Auswertung mit ein.

Alle fünf Frauen versichern, dass sie gegenwärtig in der Lage sind, ihre eigenen Bedürfnisse in der Paarsexualität zu verfolgen, wodurch die Bedürfnisse beider Partner:innen gleichwertig behandelt werden. Die Antworten auf die Frage zur Wahrnehmung bestätigen diese Aussage, da alle Frauen in irgendeiner Form von Wahrnehmungen berichten, die sich auf ihre Person bezogen. Dieses Ergebnis untermauert die Hypothese von Rubin et al.

#### **6.2.4 Gründe für Sex**

Die im Abschnitt 2.3.2.4 vorgestellte Theorie postuliert, dass körperliche Gründe der verlässlicherer Garant für sexuelles Begehren sind (Bischof, 2018b; Mark et al., 2014). Das Modell ‚*Sexocorporel*‘ unterstützt diese These durch die Definition des *koital-sexuellen Begehrens* (Chatton et al., 2005 ). Gemäss ‚*Sexocorporel*‘ ist ein wichtiger Grundpfeiler des langfristigen sexuellen Begehrens, dass der Sexualakt aus einem körperlichem sowie einem emotionalem Genuss besteht – was der Definition von *koital-sexuellem Begehren* entspricht (Bischof, 2015; Bischof & Fuchs, 2020a, 2020b). Basierend auf dieser theoretischen Grundlage wurde in den Interviews untersucht, aus welchen Gründen die Frauen Paarsexualität leben und welche Bedürfnisse damit befriedigt werden. Diese Ergebnisse wurden im Abschnitt 5.5.1 vorgestellt. Weil das *koital-sexuelle Begehren* nach ‚*Sexocorporel*‘ ebenfalls für die Auswertung relevant ist, fliessen auch Ergebnisse der Subkategorie ‚*Erleben und Genuss*‘ aus dem Abschnitt 5.5.3 in diese Auswertung mit ein.

Die Ergebnisse aus den Interviews zeigen, dass alle Frauen sowohl den körperlichen Genuss der Paarsexualität als auch die emotionale Komponente dabei kennen. Inwiefern dieses Erleben gleichzeitig auftritt und somit die Kriterien für das *koital-sexuelle Begehren* nach AS erfüllt, ist aufgrund der Interviewfragen schwierig zu beurteilen. Dafür müsste das individuelle Erleben genauer erfragt werden. Einige Beschreibungen von Berta, Dora, Erika und Frieda geben jedoch Hinweise darauf, dass sie ein solches Erleben in unterschiedlichem Ausmass kennen (Erika, 384 &

Dora, 302-317 & Frieda, 375-386 & 390-394 & 446-454 & 499-512 & Berta, 433-449). Diese Beobachtung lässt den Schluss zu, dass eine Verbindung von körperlichen und emotionalen Komponenten in der Paarsexualität die Entwicklung eines starken sexuellen Begehrens fördert.

### **6.2.5 Initiative**

Wie oft die Initiative für Sex heute noch vom Mann ausgeht, unterliegt derzeit einem gesellschaftlichen Wandel (Meston & Buss, 2007). Wie im Abschnitt 2.3.2.5 beschrieben, weisen dennoch sowohl ältere als auch neuere Studien darauf hin, dass der Mann die Paarsexualität immer noch häufiger initiiert (Baumeister et al., 2001; Meston & Buss, 2007). Gemäss Baumeister et al. gibt es eine Korrelation zwischen *Frauen mit starkem sexuellen Begehren* und *Frauen, die vermehrt Sexualität initiieren* (Baumeister et al., 2001). Die Hypothese, dass Frauen mit einem starken sexuellen Begehren vermehrt Sex initiieren, wurde in den Interviews untersucht. Die Ergebnisse wurden im Abschnitt 5.8 in der Subkategorie ‚*Initiative, aktiv/passiv*‘ dargestellt.

Anhand der Ergebnisse kann die Hypothese nicht klar bestätigt werden, denn nur zwei Frauen (Frieda und Erika) sagen klar, dass die Initiative in etwa gleichermassen von beiden Partner:innen aus kommt. Bei Berta und Dora zeigt tendenziell der Partner etwas mehr Initiative, bei Nadja wird dies durch das Interview nicht deutlich. Somit kann keine klare Aussage darüber getroffen werden, inwiefern das Ergreifen der Initiative ein wichtiger Faktor für ein starkes sexuelles Begehren ist.

### **6.2.6 Bisherige Erfahrungen**

Wie im Abschnitt 2.3.2.6 dargestellt, besagt die Theorie, dass bisherige Erfahrungen mit Paarsexualität einen Einfluss darauf haben, wie stark das sexuelle Verlangen ausgeprägt ist (Both et al., 2005; Pfaus et al., 2012). Je schöner die bisher erlebte Sexualität erlebt wurde, desto stärker müsste das sexuelle Verlangen ausgeprägt sein. Deshalb wurde in den Interviews die bisher erlebte Paarsexualität ausführlich evaluiert. Die Ergebnisse wurden im Abschnitt 5.5.3 unter der Subkategorie ‚*Qualität Paarsex*‘ aufgeführt.

In ihren aktuellen Beziehungen erleben alle fünf Frauen eine genussvolle und qualitativ zufriedenstellende Paarsexualität. Berta und Nadja berichten retrospektiv

durchweg von positiven sexuellen Erfahrungen, während die anderen drei Frauen auch weniger positive Phasen kennen. Insgesamt lässt sich bei den drei Frauen festhalten, dass sie die Gesamtheit der bisher erlebten Paarsexualität dennoch überwiegend positiv bewerten. Lediglich eine konkret negative Beschreibung wurde in den Interviews genannt – diese stammt von Dora (Dora, 253-282). Da dies jedoch nur eine von fünf erlebten Beziehungen betrifft, kann auch bei Dora festgehalten werden, dass sie die Mehrheit ihrer Paarsexualitätserfahrungen positiv bewertet.

### **6.2.7 Genusserleben und Lustempfinden**

Die Theorie zum ‚*Lustempfinden*‘, die im Abschnitt 2.3.2.7 sowie im Abschnitt 3.2.3 unter ‚*Genusserleben*‘ dargestellt wird, besagt zusammengefasst, dass es essenziell für das sexuelle Begehren ist, ob die erlebte Sexualität lustvoll und genussvoll erlebt wird (Abramson & Pinkerton, 2002; Bischof, 2018b; Conley et al., 2011; Conley & Klein, 2022; Kleinplatz, 2011; Nagoski, 2021; Schiffan, 2020; Schnarch, 2019; Wolf, 2021). Das Gegenteil von genussvoll erlebter Sexualität sind Schmerzen, denn diese wirken sich negativ auf das sexuelle Begehren aus (Bischof, 2015). Die diesbezüglichen Ergebnisse der Interviews wurden im Abschnitt 5.5.3, in den Subkategorien ‚*Erleben / Genuss*‘ und ‚*Schmerzen*‘, zusammengefasst.

Die Abgrenzung zum vorhergehenden Abschnitt besteht darin, dass der Fokus unter 6.2.6 retrospektiv war und sich auf alle erlebten Beziehungen bezog. In diesem Abschnitt wird die aktuelle Beziehung untersucht. Mit *Genuss* ist an dieser Stelle nicht der PONR gemeint – dieser wird im nächsten Punkt behandelt.

Keine der fünf Frauen erlebt in der aktuellen Beziehung Schmerzen. Bis auf Dora kennen alle einen Zustand des völligen Losgelöst-Seins. Frieda verwendet die Worte «Verschmelzung», «Ekstase» (Frieda, 390-392) und erwähnt eine «spirituelle Ebene» (Frieda, (506-507). Erika beschreibt ihre sexuelle Lust mit den Worten: «(...) wie so eine Befreiung vom ganzen Körper in dem Moment» (Erika, 428-429). Bei Berta treten «häufig gar keine Gedanken» mehr auf (Berta, 412). Nadja bezeichnet den maximalen Genuss als den «Gar-nichts-mehr-denken-Zustand» (Nadja, 618). Alle diese Beschreibungen deuten auf eine als sehr genussvoll erlebte Paarsexualität hin, die das Fühlen und Spüren im Körper sowie die Emotionen einschliesst, fernab von bewertenden Gedanken. Dieses Ergebnis aus den Interviews stützt daher die Hypothese, dass genussvoll gelebte Sexualität zu einem gesteigerten Verlangen nach Sexualität führt.

### 6.2.8 Erreichen des PONR

Frauen erreichen den PONR in der Paarsexualität noch immer seltener als Männer (Conley & Klein, 2022). Inwiefern sich dies auf den Genuss und die Lust auf Sex auswirkt, ist umstritten (Baumeister et al., 2001; Conley & Klein, 2022; Döring & Mohseni, 2022). Döring und Mohseni heben hervor, dass der weibliche Orgasmus zurzeit im heterosexuellen Kontext zu wenig priorisiert wird. Conley und Klein argumentieren, dass ein selteneres Erreichen des PONR zu einem schwächeren sexuellen Verlangen führen kann. Rubin et al. stützen diese Hypothese, indem sie schreiben, dass das Anstreben und Priorisieren des weiblichen PONR zu mehr Lust auf Sex führt (Rubin et al., 2019).

Diese Hypothese wurde in den Interviews mit den Fragen eruiert, wie gut die Frauen den PONR in der Paarsexualität erreichen und inwiefern der PONR das Ziel ist. Die diesbezüglichen Ergebnisse wurden im Abschnitt 5.5.4 zusammengefasst.

Alle befragten Frauen berichten, dass sie ihren Orgasmus mindestens genauso wichtig finden wie den ihres Partners. Sie können ihren PONR priorisieren und ordnen diesen nicht dem ihres Partners unter. Zudem erreichen alle Frauen beim GV den PONR, vier von ihnen gelingt dies «leicht». Die Orgasmen unterscheiden sich in der Art (Squirten bei Erika, klitoral bei den anderen) und im Weg dahin (mit oder ohne Hilfsmittel). Dieses Ergebnis stützt die Hypothese aus der Theorie, dass das Erreichen und Priorisieren des PONR für Frauen wichtig ist, um ein starkes sexuelles Verlangen zu entwickeln.

### 6.2.9 Kommunikation

Dass das Aussprechen der eigenen Wünsche von wesentlicher Bedeutung für das sexuelle Begehren ist, wurde im Abschnitt 2.3.2.9 mit Aussagen der Sexualtherapeut:innen Schnarch und Schiffan belegt (Schiffan, 2020; Schnarch, 2019). Auch Conley und Klein teilen diese Meinung, jedoch vor allem, weil die Frau durch PVI im Hinblick auf das Erreichen des PONR benachteiligt ist und es daher meist notwendig wird, proaktiv zu kommunizieren (Conley & Klein, 2022). Die Ergebnisse aus den diesbezüglichen Befragungen wurden im Abschnitt 5.8 in der Subkategorie ‚*Kommunikation über Sex*‘ dargestellt.

Keine der Frauen zeigt Schwierigkeiten, sexuelle Wünsche oder Probleme anzusprechen. Alle kennen sowohl verbale als auch nonverbale Wege, dies ihrem Partner mitzuteilen. Diese Erkenntnis unterstützt die Hypothese aus der Theorie.

### 6.3 Zugang zum eigenen Geschlecht

Die im Abschnitt 2.3.3 vorgestellte These besagt, dass Männer Erregung zuverlässiger wahrnehmen als Frauen (Chivers et al., 2010). Baumeister et al. vermuten, dass zwischen dem Wahrnehmen der eigenen sexuellen Erregung und dem Entwickeln eines starken sexuellen Begehrens ein Zusammenhang besteht (Baumeister et al., 2001). Zusammengefasst lautet die Hypothese folgendermassen: Je mehr eine Person in der Lage ist, die eigene sexuelle Erregung wahrzunehmen, desto ausgeprägter ist das sexuelle Verlangen. Das Modell ‚*Sexocorporel*‘ stärkt diese Theorie, wie im Abschnitt 3.2.3 unter ‚*Zugang zum eigenen Geschlecht*‘ ausgeführt wurde. Das eigene Genital positiv anzunehmen und sensorische Empfindungen mit dem Genital wahrnehmen können, sind wichtige Voraussetzungen für lustvolle Sexualität – die wiederum Voraussetzung für sexuelles Begehren ist (Schütz, 2021; Sztenc, 2020). Die «erotische Besetzung der eigenen Geschlechtsorgane» baut darauf auf (Sztenc, 2020, S. 116) und bedeutet für die Frauen, dass sie das aktive Aufnehmen lustvoll erleben (Bischof, 2018a; Schütz, 2021). Deshalb wurde in den Interviews danach gefragt, wie die Frauen ihre Erregung wahrnehmen, wie ihre Beziehung zu ihrem Genital ist und wie lustvoll sie die Vagina sowohl bei der SB als auch beim GV erleben. Die Antworten auf diese Fragen sind im Abschnitt 5.7 sowie in der Subkategorie ‚*SB Vagina*‘ des Abschnitts 5.6 zusammengefasst.

Alle befragten Frauen berichten von einer positiven Beziehung zu ihrem Geschlecht und von einem selbstbewussten Umgang damit. Nadja führt zudem aus, dass sie dies mit dem täglichen Betrachten im Spiegel erreicht hat (Nadja, 784-787). Ebenfalls konnten alle Frauen genau beschreiben, wie sie ihre sexuelle Erregung wahrnehmen. Frieda und Berta kennen sogar nebst der körperlichen Wahrnehmung noch eine kognitive. Das vaginale Aufnehmen ist für alle Frauen beim GV wichtiger und lustvoller als bei der SB. Beim GV erleben vier der Frauen das vaginale Aufnehmen als etwas sehr Lustvolles, was darauf hindeutet, dass sie sowohl ihre Vagina als auch das aktive Aufnehmen beim GV erotisiert haben. Nur Doras Aussagen lassen darauf schliessen, dass die Vagina in ihrer Paarsexualität einen weniger grossen Stellenwert einnimmt (Dora, 558-575). Aus diesen Ergebnissen lässt sich schliessen, dass die Theorie zutrifft: Der Zugang zum eigenen Geschlecht, verbunden mit einer positiven Besetzung, einer sensorischen Wahrnehmung und der Erotisierung, scheint ein wesentlicher Schritt zur Entwicklung eines starken sexuellen Begehrens zu sein.

## **6.4 Vermittelte Informationen über Sex**

### **6.4.1 Doppelmoral**

Die im Abschnitt 2.3.4.1 vorgestellte Theorie erklärt die gesellschaftliche Doppelmoral, die in Bezug auf die Rollenbilder der beiden Geschlechter vorherrscht. Gerade im Hinblick auf Sex werden dieselben Verhaltensweisen von Mann und Frau unterschiedlich gewertet. Zudem stellt die Gesellschaft nach wie vor unterschiedliche Erwartungen an das sexuelle Verhalten von Mann und Frau (Conley & Klein, 2022; Klein, 2019; Petersen & Hyde, 2010). Die damit verbundene These lautet, dass diese Doppelmoral genau das reproduziert, was sie plädiert: dass Frauen das lustlosere Geschlecht sind, weil ihnen das Ausleben ihrer Sexualität durch gesellschaftliche Stigmata erschwert wird (Conley et al., 2011). Deshalb wurde in den Interviews erhoben, ob die Frauen Gedankengut dieser Art in irgendeiner Weise gehört oder erlebt hatten. Die Antworten wurden im Abschnitt 5.1 in der Subkategorie ‚*Doppelmoral*‘ zusammengefasst.

Nur Berta und Frieda erlebten als Jugendliche diese Doppelmoral in ihrem Umfeld. Beide erfuhren, dass Männern mehr zuzustimmen und Frauen schnell sexuell objektiviert wurden. Da dies jedoch bei beiden keine permanente Begleiterscheinung ihrer Erziehung war und lediglich einzelne Erlebnisse umfasst, scheint dies für beide nicht prägend gewesen zu sein. Zudem ersetzte bei beiden die Peergroup später die Wertvorstellungen aus dem Elternhaus, weswegen die erlebte Doppelmoral sie kaum nachhaltig beeinflusste. Inwiefern sich diese Doppelmoral jedoch generell hemmend auf das sexuelle Verlangen auswirkt, kann mit den vorliegenden Daten nicht abschliessend geklärt werden. Dafür sind die diesbezüglichen Erlebnisse von Berta und Frieda zu wenig ausgeprägt.

### **6.4.2 Geschlechter-Stereotypen**

Ebenfalls zum gesellschaftlichen Bild von Mann und Frau als sexuelle Wesen gehören die Stereotypen, die im Abschnitt 2.3.4.2 vorgestellt wurden. Die geschlechtertypischen Rollenbilder und Erwartungen vermitteln das Bild des aktiven, lustvollen Mannes und der passiven, lustlosen Frau (Abramson & Pinkerton, 2002; Rubin et al., 2019). Diverse Autor:innen und Therapeut:innen vertreten die Ansicht, dass es einen Einfluss auf das sexuelle Verlangen hat, ob die Frauen diese – für sie negativen – Stereotypen internalisieren und glauben (Nagoski, 2021; Perel, 2006; Petersen & Hyde, 2010; Rubin et al., 2019; Schiffan, 2020; Schnarch, 2019). In den Interviews wurde deshalb explizit nach Rollenbildern

gefragt, die den Frauen vorgelebt wurden, sowie nach Geschlechterstereotypen, die die Frauen explizit oder implizit mitbekommen haben. Die Ergebnisse dazu wurden im Abschnitt 5.1 in den beiden Subkategorien ‚*Rollenbild Eltern*‘ und ‚*Geschlechterstereotypen*‘ ausgewertet.

Bis auf Nadja erlebten alle befragten Frauen zu Hause in der Tendenz Mütter, die dem gesellschaftlichen Stereotyp der lustlosen Frau entsprachen, und Väter, die tendenziell ebenfalls dem klassischen Stereotyp des Mannes, der ein stärkeres sexuelles Verlangen als die Frau hat, entsprachen. Berta hörte eine Konversation zwischen ihrer Mutter, die keinen Sex mehr wollte, und ihrem Vater, der insistierte (Berta, 73-74). Doras Vater besuchte Prostituierte (Dora, 99), Erika erlebte eine Diskrepanz zwischen ihrer «verklemmten Mami» (Erika, 31) und ihrem offenen Vater (Erika, 55-69) und Frieda bekam eine Diskussion über Verhütung zwischen ihren Eltern mit, aus der hervorging, dass sich der Vater weigerte ein Kondom zu benutzen oder sich unterbinden zu lassen – woraufhin Friedas Mutter beschloss, fortan keinen Sex mehr mit ihm zu haben. Aus dieser Anekdote darf geschlossen werden, dass auch bei Frieda der Vater das stärkere sexuelle Bedürfnis hatte als die Mutter (Frieda, 85-93).

In Bezug auf Geschlechterstereotypen ausserhalb des elterlichen Einflusses wurde allen Frauen ausser Nadja ein weibliches Rollenbild vermittelt, das der passiven und möglichst keuschen Frau entspricht. Zeigten sich Frauen im Umfeld der Befragten sexuell selbstsicher oder freizügig, wurden sie sexuell objektiviert. Dadurch wurden die gesellschaftlichen Erwartungen an eine Frau indirekt an die Befragten weitergegeben. Das Gegenstück zur lustlosen Frau war der aktive, triebgesteuerte Mann, der «egoistisch» ist (Frieda, 174) und sich nicht um Verhütung kümmert (Frieda, 73-74). Ein solches Bild wurde auch Berta, Erika und Dora vermittelt.

Zusammengefasst wurden vier der fünf befragten Frauen die gesellschaftlichen Rollenbilder und Stereotypen entsprechend der Theorie vorgelebt. Dennoch scheint dies ihr sexuelles Verlangen langfristig nicht gehemmt zu haben. Möglicherweise ist dies darauf zurückzuführen, dass die Rollenbilder wenig explizit und eher vereinzelt erlebt wurden oder dass die Wertvorstellungen der Peergruppe sowie die eigenen Erfahrungen diese Werte ausgeglichen haben. Mit den vorliegenden Ergebnissen kann die Hypothese jedoch nicht bestätigt werden.



### 6.4.3 Sexpositives Umfeld

Aus der Theorie im Abschnitt 2.3.4.3 resultiert die Hypothese, dass sich ein sexpositives Umfeld förderlich auf das sexuelle Verlangen auswirkt (Nagoski, 2021) und ein sexnegatives Umfeld das sexuelle Verlangen hemmt (Abramson & Pinkerton, 2002). Sexnegative Aspekte sind unter anderem die Angst vor Schmerzen oder vor einer Schwangerschaft (Conley & Klein, 2022) sowie Schuldgefühle und Reue (Abramson & Pinkerton, 2002). Inwiefern den befragten Frauen sexuell hemmende oder fördernde Werte vermittelt wurden, wurde im Abschnitt 5.2 unter den Subkategorien ‚sexpositive Aspekte‘ und ‚sexnegative Aspekte‘ ausgewertet.

Alle fünf Frauen nennen mindestens eine Quelle, aus der sie etwas über positive Aspekte zur Sexualität lernten – entweder die Peergruppe (Berta, Frieda und Nadja) oder sexpositive Zeitschriften und Bücher (Berta und Dora). Einzig Erika wurde von den Eltern ein positiver Aspekt der Paarsexualität vermittelt: «Wenn ein Mann und eine Frau sich gerne haben, dann machen sie das» (Erika, 131-132).

Hemmende Aspekte der Sexualität wurden Dora, Frieda und Nadja vermittelt. Konkret nennen Frieda und Nadja «HIV», das während ihrer Jugendzeit ausbrach (Frieda, 231 & Nadja, 167). Bei Dora waren hemmende Aspekte die grundsätzlichen Risiken ‚Krankheiten‘ und ‚Schwangerschaft‘, über die sie in der ‚BRAVO‘ las (Dora, 190). Auch Frieda und Nadja bestätigen, dass ihnen das Risiko ‚Schwangerschaft‘ vermittelt wurde. Den hemmenden Faktor ‚Schmerzen und Sex‘ hörten Dora und Frieda im Zusammenhang mit dem ersten Mal GV.

Welche Faktoren individuell schliesslich einen grösseren Einfluss hatten, lässt sich aus der Distanz nicht eindeutig beurteilen. Fest steht jedoch, dass allen Frauen Quellen mit sexpositiven Informationen zur Verfügung standen und drei Frauen mindestens einen sexnegativen Aspekt hörten. Da alle Frauen entweder das Aufklärungsheft ‚BRAVO‘ oder die Peergruppe besonders positiv hervorhoben, könnte dies darauf hindeuten, dass die Aspekte aus diesen Quellen für sie prägender waren. Ob die Hypothese zutrifft oder nicht, kann deshalb nicht abschliessend geklärt werden. Um hierzu eine Aussage zu treffen, hätten die einzelnen Informationen skaliert ausgewertet werden müssen.

#### 6.4.4 Aufklärung

Bei der sexuellen Aufklärung werden erste Werte vermittelt. Wie Frauen aufgeklärt werden, kann deshalb einen Einfluss auf ihre sexuelle Entwicklung haben (Conley & Klein, 2022). Im Abschnitt 2.3.4.4 wurden folgende Aspekte ausgeführt: Geschlechtsteile werden verschönert umschrieben (Conley & Klein, 2022), das «sexuelle Vergnügen von Frauen» fehlt in der sexuellen Bildung (Klein, 2019, S.381), oder generell wird impliziert, dass der Mann und dessen Interessen bei der Paarsexualität im Vordergrund stehen (Klein, 2019). Die zugrunde liegende Hypothese besagt: Alle diese Aspekte erschweren das Entwickeln eines starken sexuellen Verlangens. Im ‚*Sexocorporel*‘ wird dies mit den kognitiven Komponenten erklärt. Wie im Abschnitt 3.2.1 ausgeführt wurde, haben die Informationen, die Heranwachsende erhalten, einen Einfluss auf ihr sexuelles Begehren. Positive Kognitionen wirken fördernd, negative hemmend (Bischof, 2013, 2018a; Desjardins et al., 2011). In den Interviews wurden die Summe aller vermittelten Wertvorstellungen sowie die Quellen der Aufklärung erhoben. Die Ergebnisse hierzu wurden in den Abschnitten 5.2, unter der Subkategorien ‚*Medien / Quellen*‘, und dem gesamten Abschnitt 5.3 zusammengefasst.

Nur zwei von vier befragten Frauen erinnern sich an euphemistische Namen für ihre Genitalien (Berta und Frieda), bei Erika wurde vergessen die Frage zu stellen. SB wurde bei allen Frauen nicht gefördert oder positiv konnotiert. Interessant ist, dass bei Frieda und Nadja zu Hause Nacktheit offen gelebt wurde, während Sexualität nicht offen gelebt wurde.

Informationsquelle für Wissen rund um Sexualität war vor allem das Magazin ‚*BRAVO*‘, das von allen ausser Frieda gelesen und teilweise positiv hervorgehoben wurde: «Die machten das im Fall dort recht gut» (Dora, 176), «zu unserer Zeit war viel auch im BRAVO» (Nadja, 156), «es war erstens nicht das Dümme» (Erika, 98). Die Schule als Aufklärungsort scheint bei allen Frauen versagt zu haben, denn keine erwähnt, dass sie den Sexualekundeunterricht als relevant empfand. Durch die Eltern erfuhr nur Berta Aufklärung, wobei dies eher passiv geschah – die Eltern stellten Aufklärungsbücher zur Verfügung.

Somit ist die erlebte Aufklärung der Frauen tendenziell negativ bis inexistent. Nur das Vorhandensein von Jugendzeitschriften, wie der ‚*BRAVO*‘, scheint dem entgegengewirkt zu haben. Ohne diese Möglichkeit der Informationsbeschaffung hätte keine der befragten Frauen eine aktive und lustvolle Sexualaufklärung

erhalten. Da diese Quelle die Frauen tendenziell mehr zu geprägt zu haben schien als die erlebten Alternativen (Schule, Elternhaus) und diese Quelle positive Werte in Bezug auf Sexualität vermittelt, kann die Hypothese mit diesem Ergebnis gestützt werden.

Nach Abschluss dieses Kapitels sind alle Hypothesen mit den erhobenen Daten abgeglichen und basierend darauf beantwortet. Die übergeordnete Forschungsfrage wird im achten Kapitel behandelt und beantwortet. Zunächst werden im folgenden Kapitel die Grenzen der vorliegenden Arbeit beschrieben und daraus abgeleitet Ideen für zukünftige Forschungen formuliert.

## **7 Limitationen und Ausblick**

An dieser Stelle wird die vorliegende Arbeit kritisch hinterfragt: Schwachstellen werden aufgezeigt und es wird ein Ausblick auf mögliche Forschungsanschlüsse gegeben.

### **7.1 Limitationen**

Um die Hypothesen empirisch zu festigen oder zu widerlegen, ist die Durchführung von lediglich fünf Interviews unzureichend, da für jeden vermuteten Faktor nur eine begrenzte Anzahl von fünf Antworten zur Auswertung zur Verfügung steht. Eine fundierte Aussage kann lediglich ansatzweise getroffen werden, wenn mindestens vier der befragten Frauen einen Faktor ähnlich erlebt haben. Die Ergebnisse ermöglichen jedoch einen Einblick in die Lebenswelt der Frauen, sodass retrospektiv und chronologisch einige Zusammenhänge in Bezug auf das Entwickeln ihres starken sexuellen Verlangens verstanden werden können.

Monogamie hätte ein Auswahlkriterium sein müssen, um die intrinsische Motivation für Sex zu untersuchen – unter der Annahme, dass derselbe Reiz mit der Zeit an Attraktivität verliert (siehe Abschnitt 4.3). Monogamie wäre somit eine notwendige Bedingung für eine qualitative Untersuchung dieser Fragestellung gewesen. Glücklicherweise erfüllten alle fünf Interviewpartnerinnen dieses Kriterium. Ein weiteres Verfeinerungskriterium bezüglich des Beziehungsstatus wäre gewesen, ob die Frauen mit ihren Partnern zusammenleben oder nicht, da dies ebenfalls Einfluss auf die Häufigkeit der Paarsexualität haben kann (z.B. bei Dora).

## 7.2 Ausblick

Die Interviews decken mit der Befragung von 15 Faktoren ein sehr breites Spektrum an möglichen Ursachen ab, was zulasten der Tiefe der Untersuchung geht. Möglicherweise wäre es aufschlussreicher gewesen, sich nur auf eine ‚Sexocorporel‘-Komponente zu konzentrieren und diese genauer zu erforschen.

Aussagen wären möglicherweise aussagekräftiger, wenn jede Biografie einzeln analysiert worden wäre, ohne einen Quervergleich anzustreben. Offensichtlich gibt es mehrere Faktoren, die für ein starkes sexuelles Begehren entscheidend sein können. Welcher Faktor letztlich massgeblich verantwortlich ist, scheint individuell unterschiedlich zu sein. Unter diesen Umständen könnte eine intrabiografische Perspektive im Rahmen einer Folgearbeit aufschlussreicher sein.

Eine weitere Idee wäre eine umgekehrte Forschungsstrategie: Die Untersuchung potenzieller Faktoren bei Frauen mit schwachem sexuellen Begehren. Gemäss den Hypothesen sollten viele der der Faktoren aus Abschnitt 2.3 in dieser Gruppe zutreffen.

Mit diesen Überlegungen wurde die Arbeit kritisch beleuchtet und darauf basierend Ideen für Folgearbeiten geliefert. Im folgenden Kapitel wird die Arbeit zusammenfassend betrachtet.

## 8 Fazit

Abschliessend werden die wichtigsten Erkenntnisse und Ergebnisse zusammengefasst und die Zielstellung der Arbeit aufgegriffen, um schliesslich das neu erworbene Wissen in den Alltag der Sexualberatung zu transferieren.

### 8.1 Beantwortung der Forschungsfrage

An dieser Stelle wird die Forschungsfrage beantwortet, um ein Fazit zu ziehen. Die Forschungsfrage lautete: *Welche Faktoren sind massgeblich an der Entwicklung eines starken sexuellen Verlangens bei heterosexuellen Frauen beteiligt?* Diese Arbeit zeigt, dass kein Faktor als alleinverantwortlich für das weibliche sexuelle Begehren identifiziert werden kann. In jeder der fünf evaluierten Biografien scheinen verschiedene Faktoren entscheidend für das starke sexuelle Begehren zu sein. Im Folgenden werden jene Faktoren, die die Hypothesen in der Diskussion stützen,

zusammengefasst. Im Hinblick auf den Transfer der Erkenntnisse in die sexologische Praxis werden diese Faktoren entlang ihren entsprechenden ‚Sexocorporel‘-Komponenten präsentiert. Alle im Folgenden genannten Faktoren können somit einen positiven Einfluss auf die Intensität des weiblichen sexuellen Begehrens haben.

### **8.1.1 Kognitive Komponenten**

#### Definition Sex

Definiert eine Frau mehr als lediglich PVI als Sex, wirkt sich dies vermutlich förderlich auf das sexuelle Begehren aus.

#### Wertesysteme und Ideologien

Die Prägung durch Wertvorstellungen und Denkweisen des Elternhauses konnte in der Auswertung nicht bestätigt werden. Jedoch konnte nicht ausgeschlossen werden, dass die Gleichaltrigen und deren Prägungen im Jugendalter möglicherweise an Bedeutung gewinnen und somit die Werte des Elternhauses ausgleichen können. Dies inkludiert auch Jugendmagazine wie die mehrfach genannte ‚BRAVO‘, die Werte transportieren. Deshalb wird an dieser Stelle zumindest darauf hingewiesen, dass möglichst positiv erlebte Wertesysteme das sexuelle Begehren positiv beeinflussen können.

#### Kenntnisse

Ob ein Mangel an Wissen oder negativen Kenntnissen sich hemmend auf das sexuelle Begehren auswirken, konnte in der Auswertung nicht abschliessend geklärt werden. Da jedoch alle Frauen explizit die Zeitschrift ‚BRAVO‘ erwähnen und teilweise positiv konnotieren, kann daraus geschlossen werden, dass der Zugang zu wertfreiem Wissen vermutlich förderlich für das sexuelle Begehren ist.

### **8.1.2 Physiologische Komponenten**

#### Selbstbefriedigung

Alle befragten Frauen bestätigen den Nutzen der SB, weil sie dadurch ihren Körper besser kennenlernten und somit auch erlernten, wie sie zuverlässig den PONR erreichen. Deshalb kann abschliessend resümiert werden, dass regelmässige SB hilft, sexuelles Begehren bei Frauen zu stärken. Zudem scheint es wichtig, dass Frauen die Vagina bei ihrer SB miteinbeziehen.

### Das erste Mal

Ein positiv erlebter erster GV ist wichtig für das Entwickeln eines sexuellen Begehrens. Zwei daran beteiligte Faktoren scheinen ausserdem von Bedeutung zu sein: dass die Frau sich mit diesem ersten Sexualpartner wohlfühlt und einen intrinsischen Wunsch verspürt, das erste Mal zu erleben.

War das erste Mal jedoch nicht positiv, ist es entscheidend, dass nachfolgende Erfahrungen in der Paarsexualität positiv erlebt werden, um Sexualität dennoch als etwas Lustvolles wahrzunehmen und ein Begehren danach zu entwickeln. Dieser Faktor ist ein gutes Beispiel dafür, dass nicht ein einzelner Faktor massgeblich für die Stärke des sexuellen Verlangens verantwortlich zu sein scheint.

### Paarsexualität

In Bezug auf die Paarsexualität scheinen zwei physiologische Komponenten von Bedeutung zu sein: Zum einen kann es förderlich für das weibliche sexuelle Begehren sein, wenn PVI nicht die einzig gelebte Form von GV ist, sondern das Paar mehrere Varianten von GV praktiziert, zum anderen scheint das Erreichen des PONR ebenfalls von Bedeutung zu sein, um das sexuelle Begehren der Frau zu stärken.

## **8.1.3 Sexodynamische Komponenten**

### Zugang zum eigenen Geschlecht

Die Bewertung des eigenen Genitals, die Wahrnehmung der eigenen Erregung und die Erotisierung der Vagina sind drei zentrale Themen für den Zugang zum eigenen Geschlecht. Gemäss der Auswertung dieser qualitativen Untersuchung scheinen alle drei Faktoren bedeutsam für die Entwicklung eines starken weiblichen sexuellen Begehrens zu sein.

### Genusserleben und Lust

Hierbei ist einerseits relevant, wie genussvoll die aktuelle Paarsexualität erlebt wird, und andererseits, wie die bisher gelebten sexuellen Erfahrungen bewertet wurden. Aufgrund der vorgestellten Ergebnisse kann festgehalten werden, dass häufige positive Erfahrungen wahrscheinlich zu einem gesteigerten sexuellen Verlangen führen. In Bezug auf die aktuelle Beziehung ist es entscheidend, den Fokus auf das Genusserleben zu legen. Je lustvoller die Paarsexualität erlebt wird, desto ausgeprägter wird infolgedessen das sexuelle Begehren sein.

## Gründe für Sex

Leben Frauen sowohl aus körperlichen als auch aus affektiven Gründen Paarsexualität aus, scheint dies ein förderlicher Faktor für starkes sexuelles Begehren zu sein. Je stärker diese beiden Komponenten miteinander verbunden sind, desto eher wird GV zu einem Ganzkörpererlebnis und als lustvoll empfunden.

### **8.1.4 Beziehungskomponenten**

#### Kommunikation

Die Ergebnisse dieser Arbeit zeigen, dass es das sexuelle Begehren fördern kann, wenn Frauen ihre Bedürfnisse und Wünsche aktiv kommunizieren. Dies kann sowohl während des Geschlechtsaktes als auch danach verbal oder nonverbal erfolgen.

#### Auto- vs. Heterozentrierung

Die Ergebnisse dieser Arbeit zeigen, dass es für das sexuelle Begehren einer Frau von Bedeutung sein kann, in der Paarsexualität autozentriert zu agieren. Die Priorisierung und Verfolgung der eigenen Bedürfnisse während des GV ist demnach ein wesentlicher Bestandteil eines starken sexuellen Begehrens.

### **8.2 Folgerungen für die Sexualberatung**

Da kein Faktor als alleinverantwortlich identifiziert werden konnte, ergeben sich für die Praxis verschiedene Ansätze, um das sexuelle Begehren bei Frauen zu stärken. Über alle Komponenten hinweg kann an der Förderung des sexuellen Begehrens gearbeitet werden. Konkrete mögliche Themen wurden in den Abschnitten 8.1.1 bis 8.1.4 genannt. Damit Frauen ein starkes sexuelles Begehren entwickeln können, müssten in der sexualtherapeutischen Arbeit die oben genannten Faktoren evaluiert werden und jene, die noch nicht ausgebildet sind, gezielt gefördert werden – sofern dies möglich ist (z.B. das erste Mal GV kann nicht verändert werden). Die Analyse der fünf vorgestellten sexuellen Biografien zeigt ausserdem, dass Frauen auch dann ein starkes sexuelles Begehren entwickeln können, wenn bestimmte Aspekte in ihrem sexuellen Leben nicht optimal verlaufen sind. Für die Praxis bedeutet dies, dass es nicht notwendig ist, alle oben genannten Faktoren vollständig zu erarbeiten und zu erreichen. Möglicherweise sind einige Faktoren in der Lage, negative oder fehlende Erfahrungen auszugleichen.

## 9 Persönliches Schlusswort

Die im Abstract formulierte These, dass Frauen ein starkes sexuelles Begehren entwickeln können, scheint nach sechsmonatigem Studium dieses Themas sowie dem Abschluss dieser Masterarbeit zutreffend zu sein. Inwiefern die interviewten Frauen eher wie Männer sozialisiert wurden und ihr sexuelles Begehren deshalb so stark ausgeprägt ist oder ob nicht vielmehr die Prägung der Peergruppe massgebend war, bleibt Vermutung. Tatsache ist, dass drei der fünf Frauen eine Entwicklung durchlaufen haben, bis sie den heutigen Stand ihrer sexuellen Selbstsicherheit erreicht haben. Aus der Theorie nehme ich besonders den Satz von Conley und Klein mit, der den Grundgedanken dieser Arbeit perfekt zusammenfasst: «Men get better sex than women do» (Conley & Klein, 2022, S.969). Derzeit besteht noch ein Genuss-Rückstand für Frauen. Meine Interviewpartnerinnen zeigen jedoch, dass es auch anders geht: Wer guten Sex erlebt und Freude daran hat, wird ihn immer wieder erleben wollen.

Für den sehr persönlichen Austausch mit den fünf Frauen, die sich zur Verfügung stellten, bin ich sehr dankbar. Durch diese Arbeit konnte ich in diesem letzten Semester mein bisheriges Wissen um neue Erkenntnisse erweitern und mein Verständnis über das weibliche Begehren vertiefen. Der Lernzuwachs, den ich dadurch erlangte, übertraf meine Erwartungen. Insbesondere durch die Integration des ‚*Sexocorporel*‘ mit empirischen Daten fühle ich mich nun kompetent genug, Frauen zu unterstützen, die ihr sexuelles Begehren ausbauen möchten.



## 10 Literaturverzeichnis

- Abramson, P. R., & Pinkerton, S. D. (2002). *With Pleasure: Thoughts on the Nature of Human Sexuality* (Rev. ed). Oxford Univ. Press.
- Basson, R. (2006). *Sexual Desire and Arousal Disorders in Women*. *New England Journal of Medicine*, 354(14), 1497–1506.  
<https://doi.org/10.1056/NEJMcp050154>
- Baumeister, R. F., Catanese, K. R., & Vohs, K. D. (2001). Is There a Gender Difference in Strength of Sex Drive? Theoretical Views, Conceptual Distinctions, and a Review of Relevant Evidence. *Personality and Social Psychology Review*, 5(3), 242–273.  
[https://doi.org/10.1207/S15327957PSPR0503\\_5](https://doi.org/10.1207/S15327957PSPR0503_5)
- Bischof, K. (2013). Sexocorporel und die Förderung des sexuellen Lusterlebens. *Santé Sexuelle*, 11, 14–20.
- Bischof, K. (2015). Nervensache – praxisorientierte Neurophysiologie der weiblichen Sexualität: A Matter of Nerves – Applied Neurophysiology of Female Sexuality. *Praxis*, 104(13), 695–700. <https://doi.org/10.1024/1661-8157/a002044>
- Bischof, K. (2018a). Das Konzept des Sexocorporel. *Sexuologie*, 25(1–2), 35–49.
- Bischof, K. (2018b). Lust auf Sex durch Lust am Sex—Das Begehren und die Neurophysiologie der Erotik. In A. Eck (Hrsg.), *Der erotische Raum: Fragen der weiblichen Sexualität in der Therapie* (2. Auflage, S. 183–198). Carl-Auer-Systeme Verlag.
- Bischof, K. (2020). Wissenschaftliche Grundlagen des Sexocorporel. In H.-J. Voß (Hrsg.), *Die deutschsprachige Sexualwissenschaft* (S. 423–446). Psychosozial-Verlag. <https://doi.org/10.30820/9783837976977-423>
- Bischof, K., & Fuchs, S. (2020a, Februar). *ZISS - Ausbildung in Sexocorporel, Heft 2*. ZISS Zürich.
- Bischof, K., & Fuchs, S. (2020b, Mai). *ZISS - Ausbildung in Sexocorporel, Heft 3*. ZISS Zürich.
- Both, S., Everaerd, W., & Laan, E. (2005). Sexuelles Begehren und sexuelle Erregung: Sexuelle Motivation aus psychophysiologischer Sicht. *Zeitschrift für Sexualforschung*, 18(4), 364–380. <https://doi.org/10.1055/s-2005-872568>
- Bründl, S., & Fuss, J. (2021). Impulskontrollstörungen in der ICD-11. *Forensische Psychiatrie, Psychologie, Kriminologie*, 15(1), 20–29.

<https://doi.org/10.1007/s11757-020-00649-2>

- Cappelletti, M., & Wallen, K. (2016). Increasing women's sexual desire: The comparative effectiveness of estrogens and androgens. *Hormones and Behavior*, 78, 178–193. <https://doi.org/10.1016/j.yhbeh.2015.11.003>
- Chatton, D., Desjardins, J.-Y., Desjardins, L., & Tremblay, M. (2005). La sexologie clinique basée sur un modèle de santé sexuelle. *Psychothérapies*, 25(1), 3. <https://doi.org/10.3917/psys.051.0003>
- Chivers, M. L., Seto, M. C., Lalumière, M. L., Laan, E., & Grimbos, T. (2010). Agreement of Self-Reported and Genital Measures of Sexual Arousal in Men and Women: A Meta-Analysis. *Archives of Sexual Behavior*, 39(1), 5–56. <https://doi.org/10.1007/s10508-009-9556-9>
- Conley, T. D., & Klein, V. (2022). Women Get Worse Sex: A Confound in the Explanation of Gender Differences in Sexuality. *Perspectives on Psychological Science*, 17(4), 960–978. <https://doi.org/10.1177/17456916211041598>
- Conley, T. D., Moors, A. C., Matsick, J. L., Ziegler, A., & Valentine, B. A. (2011). Women, Men, and the Bedroom: Methodological and Conceptual Insights That Narrow, Reframe, and Eliminate Gender Differences in Sexuality. *Current Directions in Psychological Science*, 20(5), 296–300. <https://doi.org/10.1177/0963721411418467>
- Davis, S. R., & Wahlin-Jacobsen, S. (2015). Testosterone in women—The clinical significance. *The Lancet Diabetes & Endocrinology*, 3(12), 980–992. [https://doi.org/10.1016/S2213-8587\(15\)00284-3](https://doi.org/10.1016/S2213-8587(15)00284-3)
- Dawson, S. J., & Chivers, M. L. (2014). Gender Differences and Similarities in Sexual Desire. *Current Sexual Health Reports*, 6(4), 211–219. <https://doi.org/10.1007/s11930-014-0027-5>
- de Beauvoir, S. (2008). *Das andere Geschlecht: Sitte und Sexus der Frau* (U. Aumüller & G. Osterwald, Übers.; 9.Auflage (frz. Erstausgabe 1949)). Rowohlt Taschenbuch Verlag.
- Desjardins, J.-Y., Chatton, D., Desjardins, L., & Tremblay, M. (2011). Le Sexocorporel. La compétence érotique à la portée de tous. In *La sexothérapie: Bd. 2e éd* (S. 63–102). De Boeck Supérieur. <https://www.cairn.info/la-sexotherapie--9782804168193.htm>
- Diamond, M. (2024, Mai 2). *Sexual Behavior in Pre Contact Hawai'i: A Sexological Ethnography*. University of Hawaii. <https://www.hawaii.edu/PCSS/biblio/articles/2000to2004/2004-sexual->

behavior-in-pre-contact-hawaii.html

- Döring, N. (2023). *Forschungsmethoden und Evaluation in den Sozial- und Humanwissenschaften* (6., vollständig überarbeitete, aktualisierte und erweiterte Auflage). Springer.
- Döring, N., & Mohseni, M. R. (2022). Der Gender Orgasm Gap. Ein kritischer Forschungsüberblick zu Geschlechterdifferenzen in der Orgasmus-Häufigkeit beim Heterosex. *Zeitschrift für Sexualforschung*, 35(02), 73–87. <https://doi.org/10.1055/a-1832-4771>
- Dresing, T., & Pehl, T. (2018). *Praxisbuch Interview, Transkription & Analyse: Anleitungen und Regelsysteme für qualitativ Forschende* (8. Auflage). Eigenverlag.
- Eck, A. (2022). *Der erotische Raum: Fragen der weiblichen Sexualität in der Therapie* (A. Eck, Hrsg.; Dritte Auflage). Carl-Auer-Systeme Verlag.
- Evans, R., Widman, L., Kamke, K., & Stewart, J. L. (2020). Gender Differences in Parents' Communication With Their Adolescent Children about Sexual Risk and Sex-Positive Topics. *The Journal of Sex Research*, 57(2), 177–188. <https://doi.org/10.1080/00224499.2019.1661345>
- Fahs, B. (2014). Coming to power: Women's fake orgasms and best orgasm experiences illuminate the failures of (hetero)sex and the pleasures of connection. *Culture, Health & Sexuality*, 16(8), 974–988. <https://doi.org/10.1080/13691058.2014.924557>
- Fausto-Sterling, A. (1992). *Myths of gender: Biological theories about women and men* (2. ed., rev). BasicBooks.
- Fausto-Sterling, A. (2020). *Sexing the Body: Gender politics and the construction of sexuality* (Second edition). Basic Books.
- Flasspöhler, S. (2018). *Die potente Frau. Für eine neue Weiblichkeit*. Ullstein.
- Flores, D., & Barroso, J. (2017). 21st Century Parent–Child Sex Communication in the United States: A Process Review. *The Journal of Sex Research*, 54(4–5), 532–548. <https://doi.org/10.1080/00224499.2016.1267693>
- Gerressu, M., Mercer, C. H., Graham, C. A., Wellings, K., & Johnson, J., Anne. (2008). Prevalence of Masturbation and Associated Factors in a British National Probability Survey. *Archives of Sexual Behavior*, 37, 266–278.
- Gottman, J., & Gottman, J. (2017). The Natural Principles of Love. *Journal of Family Theory & Review*, 9(1), 7–26. <https://doi.org/10.1111/jftr.12182>
- Hartmann, U. (Hrsg.). (2018). *Sexualtherapie*. Springer Berlin Heidelberg. <https://doi.org/10.1007/978-3-662-54415-0>

- Hartmann, U., Heiser, K., Ruffer-Hesse, C., & Kloth, G. (2002). Female sexual desire disorders: Subtypes, classification, personality factors and new directions for treatment. *World Journal of Urology*, 20(2), 79–88. <https://doi.org/10.1007/s00345-002-0280-5>
- Heller, B. (2024). III.2 Geschlechterstereotype. In B. Heller & E. Franke, *Religion und Geschlecht* (S. 375–390). De Gruyter. <https://doi.org/10.1515/9783110697407-042>
- Herbenick, D., Reece, M., Schick, V., Sanders, S. A., Dodge, B., & Fortenberry, J. D. (2010). Sexual Behavior in the United States: Results from a National Probability Sample of Men and Women Ages 14–94. *The Journal of Sexual Medicine*, 7(Supplement\_5), 255–265. <https://doi.org/10.1111/j.1743-6109.2010.02012.x>
- Herbenick, D., Schick, V., Reece, M., Sanders, S., Dodge, B., & Fortenberry, J. D. (2011). The Female Genital Self-Image Scale (FGSIS): Results from a Nationally Representative Probability Sample of Women in the United States. *The Journal of Sexual Medicine*, 8(1), 158–166. <https://doi.org/10.1111/j.1743-6109.2010.02071.x>
- Hooven, C. (2021). *Testosterone: The story of the hormone that dominates and divides us*. Cassell.
- Hopf, C.-M. (2016). *Schriften zu Methodologie und Methoden qualitativer Sozialforschung* (W. Hopf & U. Kuckartz, Hrsg.). Springer VS.
- Irwig, M. S. (2017). Testosterone therapy for transgender men. *The Lancet Diabetes & Endocrinology*, 5(4), 301–311. [https://doi.org/10.1016/S2213-8587\(16\)00036-X](https://doi.org/10.1016/S2213-8587(16)00036-X)
- Jordan-Young, R. M. (2010). *Brain Storm: The flaws in the science of sex differences*. Harvard University Press.
- Kafka, M. P. (2014). What Happened to Hypersexual Disorder? *Archives of Sexual Behavior*, 43(7), 1259–1261. <https://doi.org/10.1007/s10508-014-0326-y>
- Klein, V. (2019). Frauen und ihre sexuellen Spielräume. Ideal und Wirklichkeit. In P. Briken (Hrsg.), *Perspektiven der Sexualforschung* (S. 375–388). Psychosozial-Verlag. <https://doi.org/10.30820/9783837976427-375>
- Klein, V., & Briken, P. (2016). Ungedeckter medizinischer Bedarf? Kommentar zu dem erneuten Versuch, die sexuelle Unlust der Frau zu medikalisieren. *Zeitschrift für Sexualforschung*, 29(02), 158–169. <https://doi.org/10.1055/s-0042-108221>
- Klein, V., & Conley, T. D. (2022). The Role of Gendered Entitlement in

- Understanding Inequality in the Bedroom. *Social Psychological and Personality Science*, 13(6), 1047–1057.  
<https://doi.org/10.1177/19485506211053564>
- Kleinplatz, P. J. (2011). Arousal and desire problems: Conceptual, research and clinical considerations or the more things change the more they stay the same. *Sexual and Relationship Therapy*, 26(1), 3–15.  
<https://doi.org/10.1080/14681994.2010.521493>
- Klusmann, D. (2002). Sexual Motivation and the Duration of Partnership. *Archives of Sexual Behavior*, 31(3), 275–287.  
<https://doi.org/10.1023/A:1015205020769>
- Komisaruk, B. R. (Hrsg.). (2012). *Orgasmus: Was Sie schon immer wissen wollten* (1. Aufl). Huber.
- Laan, E., & Both, S. (2008). What Makes Women Experience Desire? *Feminism & Psychology*, 18(4), 505–514. <https://doi.org/10.1177/0959353508095533>
- Labrie, F., Archer, D., Bouchard, C., Fortier, M., Cusan, L., Gomez, J.-L., Girard, G., Baron, M., Ayotte, N., Moreau, M., Dubé, R., Côté, I., Labrie, C., Lavoie, L., Berger, L., Gilbert, L., Martel, C., & Balsler, J. (2009). Effect of intravaginal dehydroepiandrosterone (Prasterone) on libido and sexual dysfunction in postmenopausal women. *Menopause*, 16(5), 923–931.  
<https://doi.org/10.1097/gme.0b013e31819e85c6>
- Leeners, B. (2013). Weibliche Libido – eine Frage der Hormone? *Praxis*, 102(9), 523–528. <https://doi.org/10.1024/1661-8157/a001276>
- Leiblum, S. R., Koochaki, P. E., Rodenberg, C. A., Barton, I. P., & Rosen, R. C. (2006). Hypoactive sexual desire disorder in postmenopausal women: US results from the Women’s International Study of Health and Sexuality (WISHeS). *Menopause*, 13(1), 46–56.  
<https://doi.org/10.1097/01.gme.0000172596.76272.06>
- Lippa, R. A. (2009). Sex Differences in Sex Drive, Sociosexuality, and Height across 53 Nations: Testing Evolutionary and Social Structural Theories. *Archives of Sexual Behavior*, 38(5), 631–651.  
<https://doi.org/10.1007/s10508-007-9242-8>
- Mark, K., Herbenick, D., Fortenberry, D., Sanders, S., & Reece, M. (2014). The Object of Sexual Desire: Examining the “What” in “What Do You Desire?”. *The Journal of Sexual Medicine*, 11(11), 2709–2719.  
<https://doi.org/10.1111/jsm.12683>
- Mayring, P. (2022). *Qualitative Inhaltsanalyse: Grundlagen und Techniken* (13.

- Auflage). Beltz.
- Mayring, P. (2023). *Einführung in die qualitative Sozialforschung: Eine Anleitung zu qualitativem Denken* (7., überarbeitete Auflage). Beltz.
- Meston, C. M., & Buss, D. M. (2007). Why Humans Have Sex. *Archives of Sexual Behavior*, 36(4), 477–507. <https://doi.org/10.1007/s10508-007-9175-2>
- Muehlenhard, C. L., & Shippee, S. K. (2010). Men's and Women's Reports of Pretending Orgasm. *Journal of Sex Research*, 47(6), 552–567. <https://doi.org/10.1080/00224490903171794>
- Nagoski, E. (2021). *Come as you are: The surprising new science that will transform your sex life* (2. Auflage). Simon & Schuster Paperbacks.
- O'Loughlin, J. I., Basson, R., & Brotto, L. A. (2018). Women With Hypoactive Sexual Desire Disorder Versus Sexual Interest/Arousal Disorder: An Empirical Test of Raising the Bar. *The Journal of Sex Research*, 55(6), 734–746. <https://doi.org/10.1080/00224499.2017.1386764>
- Palacios, S. (2007). Androgens and female sexual function. *Maturitas*, 57(1), 61–65. <https://doi.org/10.1016/j.maturitas.2007.02.014>
- Peragine, D. E., Skorska, M. N., Maxwell, J. A., Impett, E. A., & VanderLaan, D. P. (2022). A Learning Experience? Enjoyment at Sexual Debut and the Gender Gap in Sexual Desire among Emerging Adults. *The Journal of Sex Research*, 59(9), 1092–1109. <https://doi.org/10.1080/00224499.2022.2027855>
- Perel, E. (2006). *Mating in Captivity: Unlocking Erotic Intelligence* (1st ed). HarperCollins.
- Petersen, J. L., & Hyde, J. S. (2010). A meta-analytic review of research on gender differences in sexuality, 1993–2007. *Psychological Bulletin*, 136(1), 21–38. <https://doi.org/10.1037/a0017504>
- Pfaus, J. G., Kippin, T. E., Coria-Avila, G. A., Gelez, H., Afonso, V. M., Ismail, N., & Parada, M. (2012). Who, What, Where, When (and Maybe Even Why)? How the Experience of Sexual Reward Connects Sexual Desire, Preference, and Performance. *Archives of Sexual Behavior*, 41(1), 31–62. <https://doi.org/10.1007/s10508-012-9935-5>
- Poelchau, H.-W., Briken, P., Wazlawik, M., Bauer, U., Fegert, J., & Kavemann, B. (2015). Bonner Ethik-Erklärung. *Zeitschrift für Sexualforschung*, 28(02), 153–160. <https://doi.org/10.1055/s-0035-1553220>
- Reid, R. C., & Kafka, M. P. (2014). Controversies About Hypersexual Disorder and the DSM-5. *Current Sexual Health Reports*, 6(4), 259–264.

<https://doi.org/10.1007/s11930-014-0031-9>

- Richters, J., De Visser, R., Rissel, C., & Smith, A. (2006). Sexual practices at last heterosexual encounter and occurrence of orgasm in a national survey. *Journal of Sex Research, 43*(3), 217–226.  
<https://doi.org/10.1080/00224490609552320>
- Robbins, C. L. (2011). Prevalence, Frequency, and Associations of Masturbation With Partnered Sexual Behaviors Among US Adolescents. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine, 165*(12), 1087.  
<https://doi.org/10.1001/archpediatrics.2011.142>
- Rubin, J. D., Conley, T. D., Klein, V., Liu, J., Lehane, C. M., & Dammeyer, J. (2019). A cross-national examination of sexual desire: The roles of ‘gendered cultural scripts’ and ‘sexual pleasure’ in predicting heterosexual women’s desire for sex. *Personality and Individual Differences, 151*, 109502. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.07.012>
- Satinsky, S., & Jozkowski, K. N. (2015). Female Sexual Subjectivity and Verbal Consent to Receiving Oral Sex. *Journal of Sex & Marital Therapy, 41*(4), 413–426. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2014.918065>
- Schaik, C. van, & Michel, K. (2022). *Die Wahrheit über Eva: Die Erfindung der Ungleichheit von Frauen und Männern*. Rowohlt Taschenbuch Verlag.
- Schick, V. R., Calabrese, S. K., Rima, B. N., & Zucker, A. N. (2010). Genital Appearance Dissatisfaction: Implications for Women’s Genital Image Self-Consciousness, Sexual Esteem, Sexual Satisfaction, and Sexual Risk. *Psychology of Women Quarterly, 34*(3), 394–404.  
<https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.2010.01584.x>
- Schiftan, D. (2018). Ausweitung der Lustzone—Wie Frauen ihren Weg zum Orgasmus finden. In A. Eck (Hrsg.), *Der erotische Raum: Fragen der weiblichen Sexualität in der Therapie* (2. Auflage). Carl-Auer-Systeme Verlag.
- Schiftan, D. (2020). *Coming Soon: Orgasmus ist Übungssache - in 10 Schritten zum vaginalen Höhepunkt* (6. Auflage). Piper.
- Schläfli, L. (2023). *Gibt es einen naturgegebenen Unterschied in der sexuellen Appetenz von Mann und Frau?*
- Schmidt, G., Matthiesen, S., & Meyerhof, U. (2004). Alter, Beziehungsform und Beziehungsdauer als Faktoren sexueller Aktivität in heterosexuellen Beziehungen: Eine empirische Studie an drei Generationen. *Zeitschrift für Sexualforschung, 17*(2), 116–133. <https://doi.org/10.1055/s-2004-820275>

- Schnarch, D. (2019). *Intimität und Leidenschaft* (9.Auflage). Oxford Press.
- Schütz, E. E. (2021, Juni 18). *ISP-Arbeitsunterlagen, Modul 1, Block 8: Sexodynamische Komponenten nach Sexocorporel*. Institut für Sexualpädagogik und Sexualtherapie Zürich.
- Schwesig, R., Briken, P., Velten, J., & Hoyer, J. (2022). Divergierende Konzeptionen sexueller Funktionsstörungen in DSM-5 und ICD-11: Konsequenzen für die Diagnostik, Forschung und Praxis. *Zeitschrift für Sexualforschung*, 35(03), 137–147. <https://doi.org/10.1055/a-1898-2516>
- Singer, B., & Toates, F. M. (1987). Sexual motivation. *Journal of Sex Research*, 23(4), 481–501. <https://doi.org/10.1080/00224498709551386>
- Spector, I. P., Carey, M. P., & Steinberg, L. (1996). The sexual desire inventory: Development, factor structure, and evidence of reliability. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 22(3), 175–190. <https://doi.org/10.1080/00926239608414655>
- Sprecher, S., Barbee, A., & Schwartz, P. (1995). „Was it good for you, too?“. Gender differences in first sexual intercourse experiences. *The Journal of Sex Research*, Volume 32(No. 1), 3–15.
- Sztenc, M. (2020). *Embodimentorientierte Sexualtherapie: Grundlagen und Anwendung des Sexocorporel*. Schattauer.
- Thomas, E. J., & Gurevich, M. (2021). Difference or dysfunction?: Deconstructing desire in the DSM-5 diagnosis of Female Sexual Interest/Arousal Disorder. *Feminism & Psychology*, 31(1), 81–98. <https://doi.org/10.1177/0959353521989536>
- Weller, K. (Hrsg.). (2013). *Jugendsexualität 2013: Partner 4—Sexualität und Partnerschaft ostdeutscher Jugendlicher im historischen Vergleich, Tabellenband 2013—1990—1980*.
- Weller, K. (2021). *Partner 5: Jugendsexualität 2021, Tabellenband* (H.-J. Voss, Hrsg.). <https://www.ifas-home.de/wp-content/uploads/2023/01/PARTNER-5-Jugendliche-Tabellenband.pdf>
- WHO. (2024, Juni 3). *International Classification of Diseases, Eleventh Revision (ICD-11), World Health Organization (WHO) 2019/2021* [ICD-11 der WHO]. ICD.WHO.INT. <https://icd.who.int/browse/2024-01/mms/en#1189253773>
- Wolf, N. (2021). *Vagina: Eine Geschichte der Weiblichkeit* (B. Imgrund, G. Gockel, & K. Bartsch, Übers.; 2. Auflage). Rowohlt Taschenbuch Verlag.



## **11 Anhang**

Anhang I: Interviewaufruf

Anhang II: Einwilligungserklärung

Anhang III. Interviewleitfaden

Anhang IV: Kodierleitfaden

Anhang V: Auszüge aus den Transkripten

Anhang VI: Selbständigkeitserklärung

Anhang VII: USB-Stick (physisch)

## Anhang I: Interviewaufruf



**isp zürich**  
Institut für Sexualpädagogik  
und Sexualtherapie

**Masterarbeit:  
Interviewpartnerinnen  
gesucht**

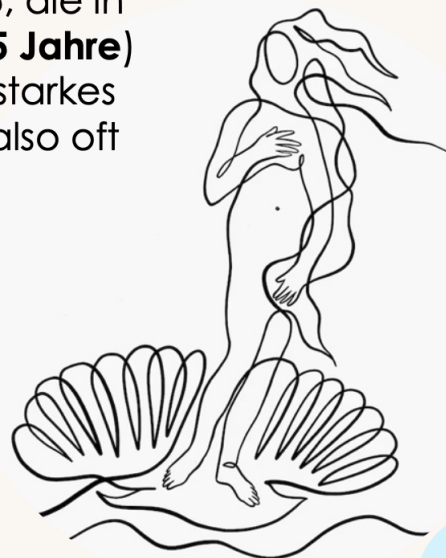
### Frauen, die **viel Lust nach Sexualität** verspüren.

Gesucht sind Frauen zwischen 35 und 55, die in einer **heterosexuellen Beziehung (mind. 5 Jahre)** leben, und von sich sagen, dass sie ein starkes Verlangen nach Sexualität verspüren – also oft «Lust auf Sex» haben.



#### **Rahmenbedingungen:**

- anonymisiert
- Einzelinterviews (ca. 1h -1 ½h)
- Zeitraum: ca. April
- Deutschschweiz



**Dein Benefit?**  
Ein Gespräch über deine Sexualität kann dir helfen dich besser zu verstehen.

...und du darfst mir natürlich auch Fragen stellen ☺

Bei **Interesse oder Fragen** gerne melden:  
[laila.schlaefli@stud.hs-merseburg.de](mailto:laila.schlaefli@stud.hs-merseburg.de) (Sexologin i.A.)

## Anhang II: Einwilligungserklärung



### Einwilligungserklärung

- Forschungsprojekt:* Masterarbeit des Studiums der Sexologie  
*Zweck der Arbeit:* Erlangung des akademischen Grades «Master of Arts»  
*Titel der Arbeit:* **Frauen mit starkem sexuellen Begehren**  
*Institution:* isp Zürich (CH) / Hochschule Merseburg (D)

Ich, ..... (Name) **gebe hiermit mein Einverständnis** für die Datenerhebung der oben genannten Masterarbeit in folgender Form: Video- und Audioaufnahmen sowie die anschließende Transkription ins Hochdeutsche für die Auswertung der Daten. Zudem gebe ich mein Einverständnis dafür, dass die ausgewerteten Daten im Rahmen der Masterarbeitspräsentation benutzt werden dürfen. Meine Teilnahme ist freiwillig und findet in Form eines Einzelinterviews statt.

**Ich bestätige**, dass ich über folgendes informiert wurde:

- Die Interviews werden mit einer externen Kamera (z.B. Zoom Q2n) aufgenommen und die Daten somit auf einem externen Chip gespeichert.
- Die Daten werden bis zur Abgabe der Masterarbeit (2.8.2024) auf dem Chip gespeichert. Danach wird der Chip gelöscht.
- Zugang zum Chip hat nur die Projektleitung (Laila Schläfli).
- Die Transkription kann von einer externen Firma übernommen werden, wobei sich auch diese ihrerseits an den Datenschutz hält. Die Aufnahmen werden dort nach der Transkription gelöscht.
- Die transkribierten Interviews werden der Erst- und Zweitbetreuer der Masterarbeit lesen. Auszüge davon können in der Präsentation der Masterarbeit (11. September 2024) erwähnt werden.
- Die Masterarbeit wird auf dem isp-Server für spätere Studiengänge einsehbar sein, deshalb werden alle Namen in der Transkription anonymisiert. Zudem werden keine Berufsangaben gemacht, keine Altersangaben, keine Angabe zum aktuellen Wohnort, keine konkrete Angabe zur Länge der aktuellen Beziehung und keine konkreten Angaben zu Anzahl Kinder in der Beziehung.
- Der Zweck der Erhebung dient der Erforschung des weiblichen sexuellen Begehrens im Rahmen einer Masterarbeit.

Mir ist der Rahmen sowie der Zweck dieses Interviews **bewusst**. Und auch, dass in dem Interview um intime Details meiner persönlichen Sexualität gehen wird.

Ich kenne **meine Rechte** in Bezug auf dieses Projekt:

- Die Teilnahme kann jederzeit beendet werden.
- Ein Abbruch des Interviews ist jederzeit möglich, auch eine Pause.
- Bestimmte Fragen dürfen unbeantwortet bleiben.

Dieses Blatt erhalte ich mindestens zwei Wochen vor dem Interview:

*Ort & Datum und Unterschrift:*

.....

# Anhang III: Interviewleitfaden

Interview-Leitfaden für halbstrukturiertes, problemzentriertes Interview

## 1. Begrüssung

## 2. Gesprächsbeginn

- gegenseitiges Vorstellen
- Sinn und Zweck des Interviews
- Offene Fragen?
- Einwilligungserklärung zusammen durchgehen und unterschreiben lassen.
  - ⇒ Wichtig: Sie darf jederzeit eine Frage unbeantwortet lassen oder abbrechen!

## 3. Aufnahme starten! (nach Unterschreiben)

4. <b>Notiz an mich:</b> aktiv zuhören = Antworten in meinen Worten wiedergeben = reformulieren
---

## 5. Definition «starkes sexuelles Begehren»:

- Du hattest dich ja auf diesen Aufruf gemeldet. Woran machst du ein «starkes sexuelles Begehren» bei dir fest?
  - ⇒ Könntest du dein Verlangen, deinen Wunsch nach sexuellen Interaktionen in Zahlen ausdrücken?
  - ⇒ *Was bedeutet für dich «starkes sexuelles Begehren»: Wie oft hast du Lust auf sexuelle Handlungen / Tag oder Woche?*

Bereich	Fragekategorien	Hauptfragen + ⇒ ergänzende Fragen (grau: Detaillierungsfragen bei Unklarheit)
kognitive Komponente: Erziehung / Wissen	vermittelte Rollenbilder / Vorurteile in Bezug auf weibliche Sexualität (Ethik / Moral): - Frauen und Lust - Männer: triebgesteuert? - Doppelmoral?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Welches weibliche Rollenbild / Stereotyp wurde dir vermittelt? (punkto Sexualität) <ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ <i>Wie sehr war die Lust der Frau Thema?</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Frauen= lustvolle Wesen? Dürfe sie lustvoll sein und es zeigen? Oder sollen sie rein und keusch sein?</i></li> <li>○ <i>Haben Frauen sowieso weniger Lust als Männer?</i></li> <li>○ <i>Ist es normal als Frau, Sex zu haben, ohne dass man Lust darauf hat?</i></li> <li>○ <i>Als Frau hat man «halt» auch Sex dem Mann zuliebe?</i></li> </ul> </li> <li>⇒ <i>Inwiefern haben dich diese Rollenbilder beeinflusst?</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Gab es Reaktionen aus deinem Umfeld auf deinen Sexualisierungsprozess? Wie waren die?</i></li> </ul> </li> </ul> </li> <li>• Welches Rollenbild der Männer wurde dir vermittelt? (punkto Sexualität) <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Welches Vorurteil in Bezug auf Männer kommt dir in den Sinn? (Hiess es: «Männer wollen mehr Sex als Frauen?» «Männer brauchen mehr Sex als Frauen?» Soll man als Frau Sex mit dem Mann haben, weil er «es braucht»?)</i></li> </ul> </li> <li>⇒ <i>Gibt es einen Unterschied zwischen dem, was du in Bezug auf «Männer und Sex» gehört hast und dem, was du in Bezug auf «Frauen und Sex» gehört hast?</i></li> </ul>
	vermittelte Informationen zu Sex - sexpositiv?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wenn du an deine sexuelle Aufklärung denkst, was weisst du noch darüber? (Elternhaus, Schule, online, über Freundinnen) <ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ <i>Was für ein Bild von Sexualität wurde dir vermittelt? Welchen Einfluss hatte das auf deine sexuelle Entwicklung?</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Waren die Informationen, die dir vermittelt wurden, sexpositiv? Konntest du dich auf Sex freuen?</i></li> </ul> </li> <li>⇒ <i>Wurde Sex mit «Schmerzen» und «Risiken» in Zusammenhang gebracht?</i></li> <li>⇒ <i>Wie wurden deine Geschlechtsteile benannt? (euphemisiert oder klar benennt?)</i></li> </ul> </li> </ul>

Bereich	Fragekategorien	Hauptfragen + ⇒ ergänzende Fragen (grau: Detaillierungsfragen bei Unklarheit)
körperliche Komponente:  Selbstbefriedigung und Geschlechtsverkehr	<p><b>Geschlechtsverkehr:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1. Mal</li> <li>- Erfahrungen</li> <li>- heute</li> <li>- Orgasmus</li> <li>- gelebte Varianten (nebst PVI)</li> </ul> <p>- Lusterleben / Genuss</p> <p>- Gründe für GV</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Denk an deine erste Situation, in der du Sex hattest. Woran erinnerst du dich? (Danke für deine Informationen, nun würde ich gerne noch konkreter etwas wissen) <ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ Wann war das erste Mal Geschlechtsverkehr?</li> <li>⇒ Denkst du positiv daran zurück? (Lusterleben, Gedanken, Emotionen während &amp; danach)</li> <li>⇒ konntest du dich entspannen?</li> <li>⇒ hattest du einen Orgasmus?</li> </ul> </li> <li>• Wie waren deine Erfahrungen mit Paarsexualität seither? (Positiv / Negativ?) <ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ Kannst du mir etwas über die Qualität der Paarsexualität erzählen, die du seither erlebt hast? <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Hattest du stets Freude an GV?</li> </ul> </li> <li>⇒ Hattest du auch schon Schmerzen während des Paarsex?</li> <li>⇒ Wenn ja: Wie bist du damit umgegangen? (dem Partner gesagt?)</li> </ul> </li> <li>• Aus welchen Gründen lebst du Paarsexualität heute? (Begehren) <ul style="list-style-type: none"> <li>○ affektive oder physiologische Bedürfnisse?</li> </ul> </li> <li>• Gibt es, nebst dem Körperlichen, noch eine wichtige Komponente für dich beim Sex? (Lust / Genuss?) <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Was erlebst du während des Paarsex?</li> <li>○ Welche Gedanken &amp; Emotionen nimmst du wahr während der Paarsexualität?</li> <li>○ Welche Gedanken &amp; Emotionen hast du danach?</li> </ul> </li> <li>• Welche Art von Sex ist für dich am besten? (gelebte Varianten) <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Mehrheitlich PVI? Oder oral? Anal? Petting? ...?</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ Zählt auch Sex als Sex, der nicht PVI ist?</li> <li>⇒ Wie erlebst du die Vagina bei PVI? <ul style="list-style-type: none"> <li>○ vaginales Eindringen lustvoll erlebt? Vagina erotisiert?</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>• Wie ist das bei euch mit dem aktiven und passiven Part: Könntest du dich einer Richtung eher zuordnen? <ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ Wer ist mehr aktiv und wer mehr passiv bei euch? Oder ändert das?</li> </ul> </li> <li>• Wann ist der Sex vorbei? (PONR) <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ...nach dem Orgasmus des Partners?</li> <li>○ ...nach deinem Orgasmus?</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ Erreichst du den PONR leicht in der Paarsexualität?</li> <li>⇒ Ist der PONR ein wichtiger Faktor für GV? (Genuss- &amp; Qualitäts-Frage) <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Hättest du gleich viel Lust auf Sex, wenn du den PONR beim Paarsex nicht erreichen würdest?</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>

	<p>Selbstbefriedigung:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1. Mal</li> <li>- Reaktionen darauf</li> <li>- Häufigkeit heute</li> <li>- PONR</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wenn du dich an deine 1. SB befriedigst, kannst du die Situation nochmal beschreiben? <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Emotionen / Gedanken</i></li> </ul> ⇒ <i>In welchem Alter war das?</i> </li> <li>• Wie waren die Reaktionen deines Umfeldes? ⇒ <i>Würdest du eher dazu ermutigt? Oder war das negativ konnotiert?</i> </li> <li>• Wie wichtig ist SB heute für dich? <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Häufigkeit, Gründe, Benefit...?</i></li> </ul> ⇒ <i>Inwiefern hängt deine SB mit deiner sexuellen Kompetenz zusammen? (PONR, Genuss...)</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Zusammenhang SB – Paarsex?</i></li> <li>○ <i>(Sexocorporel spontan noch dazu nehmen: Position, Emotionen, Gedanken etc. erheben)</i></li> </ul> </li> <li>• Wann ist die SB vorbei? (PONR) <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Ist der PONR ein wichtiger Faktor für SB?</i></li> </ul> ⇒ <i>Erreichst du den PONR leicht?</i>  ⇒ <i>War das mal anders? (ist SB ein Leminstrument?)</i>  ⇒ <i>Erreichst du den PONR leichter in der SB als beim Paarsex?</i> </li> </ul>
--	--	---



Bereich	Fragekategorien	Hauptfragen + ⇒ ergänzende Fragen (grau: Detaillierungsfragen bei Unklarheit)
<b>sexdynamische Komponente:</b>  Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit	<b>Zugang zum eigenen Geschlecht (GsK):</b> - erotisiert <--> Aversion? - Rückblick auf Biografie (seit wann, wie?)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie nimmst du deine körperliche Erregung wahr?               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Wie weisst du, dass du erregt bist?</i></li> <li>○ <i>Wo spürst du, dass du erregt bist?</i></li> </ul> </li>   <li>• Hast du eine Vorstellung deiner Vagina und deiner Vulva?               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Hast du ein inneres Bild deiner Vagina?</i></li> <li>⇒ <i>Hast du deine Vulva schon mal in einem Spiegel gesehen und inspiziert?</i></li> <li>⇒ <i>Wenn ja: Welche Reaktion hattest du darauf?</i></li> </ul> </li>   <li>• Wie ist deine Beziehung zu deinem Geschlecht?               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>stolz? beschämt?</i></li> <li>○ <i>Gab es eine Zeit, in welcher du deine Genitalien nicht schön fandest?</i></li> <li>⇒ <i>Hat sich das im Laufe der Jahre verändert? Wie ist es heute?</i></li> <li>⇒ <i>Wie hast du das verändert?</i></li> </ul> </li>   <li>• Inwiefern ist bei dir beim Sex (GV oder SB) der Wunsch vorhanden, etwas vaginal aufzunehmen? (PVI lustvoll?)               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Hast du auch erotische Wahrnehmung in der Vagina?</i></li> <li>⇒ <i>War das schon immer so? (Frage nach Lernschritten)</i></li> <li>○ <i>Wie hast du den Zugang dazu gefunden?</i></li> </ul> </li> </ul>
	<b>Sexuelle Selbstsicherheit:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie gut kannst du deine Bedürfnisse während des Paarsex verfolgen?               <ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ <i>Wie machst du das?</i></li> </ul> </li> </ul>
	<b>Begehren</b> <b>Genuss - Erleben</b>	<i>abgefragt beim Thema GV (körperliche Komponente)</i>

Bereich	Fragekategorien	Hauptfragen + ⇒ ergänzende Fragen (grau: Detaillierungsfragen bei Unklarheit)
Beziehungs- komponente	Autozentrierung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wo ist deine Wahrnehmung während des Paarsex? <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Bist du bei dir und deinen Empfindungen? Oder bei deinem Partner?</i></li> </ul> </li> <li>⇒ Wechselt deine Wahrnehmung innerhalb eines Aktes?</li>   <li>⇒ Wie viel denkst du dabei an die Bedürfnisse deines Partners?</li> <li>⇒ wie viel an deine? <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Wessen Bedürfnisse stehen im Vordergrund beim Paarsex (von dir aus gesehen)?</i></li> <li>○ <i>Geht es beim Sex primär um deine Lust / deinen Orgasmus?</i></li> <li>○ <i>Ist die Paarsexualität um den Orgasmus des Partners aufgebaut?</i></li> </ul> </li> </ul>
	Kommunikation	<ul style="list-style-type: none"> <li>• In welchen Situationen kommunizierst du, was dir sexuell gefällt? (<i>Während Sex? Danach?</i>) <ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ <i>Wie machst du das?</i></li> <li>⇒ <i>Wie hast du das gelernt?</i></li> </ul> </li>   <li>• Wie ist das, wenn dir sexuell etwas nicht gefällt? <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Wie kommunizierst du das?</i></li> </ul> </li>   <li>• Wie machst du das, wenn du explizit etwas wünschst? (<i>Frage nach einem Gefallen?</i>)</li>   <li>• Wer initiiert Paarsexualität bei euch wie?</li> </ul>

#### 6. Hard Facts abfragen:

- Alter?
- Wie lange in aktueller Beziehung?
- Form der Beziehung: monogam?
- Kinder?
- Wohnort? (ländlich oder urban)
- Menopause? Prämenopausal? (nimmt sie eine hormonelle Veränderung schon wahr?)

#### 7. Gesprächsende: Offiziell beenden und auch so kommunizieren. Bedanken

⇒ Aufnahme noch weiter laufen lassen

⇒ Frage am Schluss: GIBT ES IRGENDETWAS ZU DEM THEMA, DAS DU NOCH GERNE ANFÜGEN MÖCHTEST? DAS ICH NICHT GEFRAGT HABE UND SIE ALS WICHTIG ERACHTEN? ODER IHNEN GENERELL ZUM THEMA NOCH IN DEN SINN KOMMT?

#### 8. Aufnahme beenden

#### 9. Verabschiedung:

- Nachfragen, ob sie sich gut fühlt? Ob ich sie so gehen lassen kann?

## Anhang IV: Kodierleitfaden

Kategorie	Subkategorien	Definition	Ankerbeispiel	Kodierregel
<b>vermittelte Rollenbilder, Stereotypen</b>		Alle impliziten oder expliziten Äusserungen von weiblichen oder männlichen Rollenbildern, in Bezug auf Sexualität.	leere Oberkategorie	
	<b>Rollenbild Eltern</b>	Damit ist die sexuelle Vorbildfunktion der Eltern gemeint: Was die Kinder über die Sexualität der Eltern zu Hause vermittelt bekommen: Wie über Sexualität gesprochen wird – ob überhaupt –, wie über andere Personen diesbezüglich geurteilt wird, und wie die Eltern Sexualität zu Hause aus- und vorleben.	«Und dann hat meine Mutter gesagt, sie wolle gar keinen Sex mehr mit meinem Vater. Und mein Vater war mega....also, hat insistiert. Wörtlich weiß ich es nicht mehr, was sie genau gesagt haben. Aber für mich war dann das Bild so: Aha, mein Vater, der will Sex und meine Mutter will keinen Sex».  (Berta, Pos. 70-74)	Alle Aussagen über das Verhalten der Eltern in Bezug auf Sexualität: Erwähnungen von Gesprächen über Sex zu Hause und Aussagen über die Sexualität der Eltern. Ausgenommen von dieser Kategorie sind Reaktionen der Eltern auf SB, die sind in der Subkategorie «Wertvorstellungen zu Hause».
	<b>Doppelmoral</b>	Für Männer gelten teilweise andere gesellschaftliche Erwartungen und Normen als für Frauen (Petersen & Hyde, 2010). Hier ist dies gemeint in Bezug zum sexuellen Verhalten. Von Männern wird anderes Verhalten toleriert, oder sogar unterstützt, als von Frauen.	«Die (=die Männer) dürfen sich in den Schritt fassen und die dürfen den Frauen hinterherpeifen und solche Signale senden. Und von den Frauen wird eigentlich erwartet, dass sie da nicht drauf einsteigen. So, das. Die Frau hält sich zurück und der Mann darf, aber die Frau muss sich zurückhalten.»  (Berta, Pos. 98-102)	Alle Aussagen, welche zeigen, dass die Interviewte diese Doppelmoral in irgendeiner Form mitgekriegt hat – explizit oder implizit. Nur Aussagen, welche einen direkten Vergleich zwischen Mann und Frau machen.
	<b>Geschlechter-Stereotypen</b>	Vermeintliche Geschlechter-Unterschiede im sexuellen Verhalten oder bezüglich sexuellen Erwartungen, beinhalten, dass «der Mann» eine Verhaltensweise hat, als «die Frau».	«(...) und dann vom Rollenbild schon ganz klar: Die Frau als passive Person, also irgendwie.»  (Frieda, Pos. 62-63)	Aussagen, welche in Bezug auf sexuelles Verhalten oder sexuelle Erwartungen einen Unterschied machen zwischen Männern und Frauen. Also Aussagen, welche Frauen ein anderes sexuelles Verhalten attestieren als Männern. Aussagen über die Eltern sind ausgenommen und gehören in die Subkategorie «Rollenbild Eltern».

Kategorie	Subkategorien	Definition	Ankerbeispiel	Kodierregel
<b>Informationen zu Sexualität</b>		Die Gesamtheit der Informationen, welche an die Frauen herangetragen wurde: Werte, Wissen und Quellen des Wissens.	leere Oberkategorie	
	<b>Medien / Quellen</b>	Woher die Frauen ihre Informationen über Sex haben und wie sie diese Quellen bewerten.	«Also von meinen Eltern null. Wir hatten dann natürlich in der Schule die Sexualkunde.(...) Ja, "BRAVO" gelesen halt. So "Doktor Sommer". Ja, und dann halt die eigenen Erfahrungen gemacht (...).» (Dora, Pos. 158-160)	Konkrete Nennungen aller Formen der Aufklärung, auch Aussagen darüber, wenn keine Aufklärung stattgefunden hat.
	<b>sexpositive Aspekte</b>	Positive Werthaltungen, die in Bezug auf Sexualität vom Umfeld mitgegeben wurden und die eigene sexuelle Neugierde fördern.	<p><b>E:</b> «(...) ja, doch: Das ist etwas Gutes. Aber...ja also, es hiess: Wenn ein Mann und eine Frau sich gerne haben, dann machen sie das.</p> <p><b>I:</b> Ah so? Das heisst, es war irgendwie positiv konnotiert?</p> <p><b>E:</b> So schon ja.»</p> <p>(Erika, Pos. 131-135)</p>	Alle Aussagen, welche von sexpositiven Aspekte erzählen: präsente und nicht präsente. Auch Nennungen, welche besagen, dass keine sexpositiven Aspekte gehört wurden. Explizite Erwähnung von sexnegativen oder neutralen Aspekten gehören nicht in diese Kategorie, sondern in die entsprechenden Subkategorien. Diese Abgrenzung ist wichtig, um klar zu unterscheiden, welche Aspekte tatsächlich präsent waren in der Kindheit der befragten Frauen.
	<b>sexnegative Aspekte</b>	Negative Werthaltungen in Bezug auf Sexualität beinhalten hemmende Aspekte, welche die Sexualität in der Tendenz als etwas Negatives implizieren.	«(...) irgendwie hatte die Sexualität primär mal etwas so Gefährliches oder Negatives. So generell, von der Stimmung irgendwie. Das war immer so etwas «Hm» ( <i>Mimik: Vorsicht! Unentspannt</i> ),	Alle Nennungen, welche etwas über sexnegative, hemmende Aspekte aussagen. Sowohl wenn sie präsent als auch absent waren. Konkret geht es um folgende drei Themen: Krankheiten, Schmerzen und Schwangerschaft.
			(Frieda, Pos. 60-62)	

Kategorie	Subkategorien	Definition	Ankerbeispiel	Kodierregel
<b>Wertvorstellungen zu Hause</b>		Wertvorstellungen in Bezug auf Sexualität, welche implizit gelebt oder explizit geäussert wurden.	leere Oberkategorie	
	<b>Namen für Genitalien</b>	Wie die Geschlechtsteile zu Hause benannt werden.	«Der Penis wurde als «Schnäbi» benannt und beim Mädchen die Vulva als «Müscheli».»  (Berta, Pos. 221-222)	Alle Wortnennungen für die weiblichen oder männlichen Genitalien. Auch Aussagen, falls es keine expliziten Namen dafür gab.
	<b>SB: Reaktionen des Umfeldes</b>	Reaktionen auf SB, wenn die Frauen, oder ihre Geschwister, als Kind dabei überrascht wurden.	«Also da war ich noch mega jung. Und ich lag im Bett meiner Eltern und meine Mami war dort hinten am Bügeln. Und ich glaube, ich befriedigte mich da selbst und sie sah das und meinte so: "Ja, also jetzt hör doch auf, was machst du da?" und so. Es war ihr mega unangenehm.»  (Dora, Pos. 207-210)	Alle Aussagen über die Reaktionen der Eltern, wenn die Frauen, oder deren Geschwister, bei SB überrascht wurden. Auch Aussagen, falls die Frauen zu SB ermutigt wurden.
	<b>Nacktheit zu Hause</b> (induktive Kategorie)	Familienmitglieder zeigen sich normalerweise unverhüllt zu Hause.	«Also Nacktheit hat bei uns dazugehört. Ich habe meine Eltern nackt gesehen als Kind.»  (Nadja, Pos. 87-88)	Alle Aussagen, die besagen, dass Nacktheit etwas Normales war daheim.

Kategorie	Subkategorien	Definition	Ankerbeispiel	Kodierregel
<b>Erstes Mal GV</b>		Erinnerungen ans erste Mal GV mit einem Mann		leere Oberkategorie
	<b>1.Mal: Erlebnis</b>	Wann und wie das erste Mal Sex erlebt wird.	«Also ich habe das eigentlich von Anfang an sehr als etwas Positives erlebt. Ja.»  (Nadja, Pos. 390-392)	Erinnerungen an das 1.Mal: Alter und Bewertung des 1.Mal Geschlechtsverkehrs. Bewertungen nur des Aktes, nicht des Partners.
	<b>PONR erreicht</b>	Beim ersten Mal GV PONR erreichen.	I: «Und? Hattest du einen Orgasmus? F: Nein. Nein.»  (Frieda, Pos. 332-334)	Negative wie positive Antworten.
	<b>1. Sexualpartner</b> (induktive Kategorie)	Positive Aussagen zum Partner des 1.Mals	«Er war auch kein Arsch. Also er war super verliebt. Hat mir auch nie wehgetan, weder emotional noch körperlich. Auch nicht, weisst du: gedrängt, dass ich mich genötigt gefühlt hätte dann vom Sex.»  (Nadja, Pos. 390-392)	Explizite Nennungen, dass sich die Frau vom erstem Sexualpartner respektiert fühlte und generell sein Verhalten positiv in Erinnerung hat.
	<b>Eigenmotivation</b> (induktive Kategorie)	Intrinsische Motivation für das erste Mal Partnersex.	«(...) ich glaube, ich war ready und wollte es jetzt endlich und war neugierig und so. Und war mir so: Let's do that.»  (Frieda, Pos. 309-310)	Äusserungen, welche besagen, dass die Frau das erste Mal wirklich von sich aus wollte und explizit nicht überredet wurde.

Kategorie	Subkategorien	Definition	Ankerbeispiel	Kodierregel
<b>Paarsexualität</b>		Erfahrungen & Erlebnisse Paarsex	leere Oberkategorie	
	<b>Gründe für Sex</b>	Bedürfnisse hinter und Motivation für Paarsexualität.	«(...) das sind vor allem die zwei Gründe: Entweder wirklich Lust auf Sex oder Lust auf Nähe, das dann in Sex mündet.»  (Nadja, Pos. 564-565)	In diese Kategorie gehört auch die Nennung der persönlichen Bedeutung von Sexualität sowie Beispiele für Auslöser.
	<b>PVI</b>	Vaginale Penetration mit Penis	leere Oberkategorie	
	<b>Definition «Sex»</b>	Welche Arten von sexuellen Begegnungen als «Sex» gewertet werden.	«Okay, also ich meine, bei uns: «küssen» und «befummeln» ist für mich jetzt auch schon Sexualität in dem Sinne. Also jetzt nicht der Kuss auf die Stirn, aber der Zungenkuss oder den richtigen Kuss.»  (Frieda, Pos. 525-527)	Alle Antworten auf die Frage, wie sie «Sex» definieren: Ob es nur PVI ist, oder ob auch andere Interaktionen als «Sex» zählen.
	<b>PVI Erleben</b>	Erleben des vaginalen Aufnehmens in der Partnersexualität.	«Ich finde das schon etwas sehr Intensives. Penetration. Wenn die Vagina beteiligt ist. Ich habe keinen Orgasmus von nur DEM. Aber es ist viel intensiver, als wenn nicht.»  (Frieda, Pos. 548-550)	Antworten darauf, wie die Penetration im GV erlebt wird und ob die Vagina dabei etwas spürt. Abgrenzung zur Subkategorie «SB Vagina» und «Vagina bewohnt»: Nur Aussagen, welche die Vagina in Bezug auf PVI betreffen.
	<b>Varianten von Sex</b>	Alles sexuellen Handlungen nebst PVI.	«Also ich finde zum Beispiel auch schön oder reizvoll, wenn man es sich gegenseitig macht, zum Beispiel, oder nur oral. Ja, so die drei oder eben einfach penetrieren ( <i>lacht</i> ).»  (Dora, Pos. 342-344)	Explizite Nennungen von Praktiken, sexuellen Handlungen oder sexuellen Arrangements, welche die Bandbreite aller sexuellen Handlungen in der aktuellen Beziehung aufzeigen – nebst PVI.



Kategorie	Subkategorien	Definition	Ankerbeispiel	Kodierregel
<b>Paarsexualität</b>				
	<b>Erfahrungen Paarsexualität</b>	Erlebnisse und Qualität des Paarsex, seit 1.Mal bis heute.	leere Oberkategorie	
	<b>Qualität Paarsex</b>	Erleben des Paarsex bis heute.	«.Also immer recht gut. Eben ich bin nie irgendwie gedemütigt worden oder dass ich das Gefühl hatte: Ich muss jetzt etwas machen, worauf ich keine Lust habe, dass ich gedrängt wurde... Sondern es war eigentlich immer sehr lustvoll, ...auch immer. Und zwar ob das jetzt in einer Beziehung war, oder ob das One Night Stands waren.» (Nadja, Pos. 475-479)	Alle Wertungen, ob positiv oder negativ. Hier kommen nur Aussagen zu vergangenen Beziehungen. Das Erleben in der aktuellen Beziehung wird der nächsten Subkategorie, «Erleben / Genuss» zugeordnet.
	<b>Erleben / Genuss</b>	Aktuelles Genusserleben und Lustempfinden während dem Sexualakt, persönliche Erlebnisperspektive.	«Ja, ja, die zwei Ebenen hat es definitiv. Und es hat wie fast eine.... Manchmal, bei gewissen, hat es fast noch eine spirituelle Ebene. Bei der Erfahrung, ja, bei der.....Das passiert jetzt nicht mehr so viel, aber am Anfang: So dieses absolute Verschmelzungsgefühl, ich würde sagen, so diese Ekstase. Ab und zu, vor allem bei gemeinsamen Orgasmen, oder irgendwie so, das ist schon, für mich ist das, ja, jetzt spirituell.» (Frieda, Pos. 505-510)	Zur Abgrenzung der Kategorie "Qualität Paarsex": explizite oder implizite Aussagen, die in Richtung orgasmisches Erleben, gedankliches Loslassen gehen und primär das Erleben in der aktuellen Beziehung beschreiben.
	<b>Schmerzen</b>	Erlebnisse von ungewollten Schmerzen während der Paarsexualität, und der Umgang damit.	«Aber in späteren Beziehungen, oder auch Affären gab es das schon, dass das eigentlich wehtat, ich nichts gesagt habe.» (Frieda, Pos. 414-415)	Nur Aussagen, welche Schmerzen bejahen, wenn auch nur im ganz kleinen Rahmen. Davon ausgenommen sind Schmerzen, die gewollt sind, im Rahmen von BDSM.

Kategorie	Subkategorien	Definition	Ankerbeispiel	Kodierregel
<b>Paarsexualität</b>				
	<b>PONR</b>	Alle Aussagen, die den Höhepunkt betreffen.	<b>leere Oberkategorie</b>	
	<b>PONR = Ziel</b>	Wertigkeit des Höhepunkts beim GV.	<p><b>I:</b> « Und: Wann ist bei euch der Sex vorbei? Jetzt, der Paarsex?</p> <p><b>D:</b> Mhm (...). Ja schon nach dem Orgasmus.</p> <p><b>I:</b> Von ihm oder von dir?</p> <p><b>D:</b> Von beiden.</p> <p><b>I:</b> Von beiden, okay. Also ihr macht dann so lange, bis beide kommen und dann ist fertig?</p> <p><b>D:</b> (<i>nickt zustimmend</i>) (Dora, Pos. 393-400)</p>	Aussagen, welche den PONR als Ziel definieren, oder explizit sagen, dass Sex auch ohne PONR genossen wird. Und Aussagen, welche genauer ausführen, wessen PONR das Ende des GV darstellt.
	<b>PONR: erreichbar</b>	Orgasmusfähigkeit der Frau, ob in SB oder GV	« (...) ich muss auch sagen, wenn ich mich selber befriedige oder auch sonst, ich komme extrem schnell zum Orgasmus.» (Nadja, Pos. 284-285)	Nebst den Aussagen über die Orgasmusfähigkeit auch Informationen zum ersten Orgasmus, um den Prozess zu zeigen. Und vergleichende Aussagen zur Erreichbarkeit des PONR in der SB und GV.

Kategorie	Subkategorien	Definition	Ankerbeispiel	Kodierregel
<b>Selbstbefriedigung</b>		Selbstbefriedigung = Masturbation	leere Oberkategorie	
	<b>SB: 1.Mal</b>	Erinnerungen an erste SB, oder -versuche.	«I: (...) Selbstbefriedigung hast du viel später angefangen? E: Ja, das war über 30.» (Erika, Pos. 202-203)	Aussagen über Beweggründe, Hintergründe, oder Zeitpunkt der 1.SB. Auch Aussagen, welche besagen, dass sich die Frau nicht erinnern kann.
	<b>SB als Lernfeld</b>	Selbstbefriedigung als Lernschritt zur eigenen sexuellen Kompetenz.	«Ich habe recht viel, (...) durch die Selbstbefriedigung gelernt, das ich nachher in die Paarbeziehungen rübernehmen konnte.» (Erika, Pos. 851-852)	Aussagen darüber, ob und inwiefern die Frau einen Wissens- und Fertigkeiten-Transfer machen konnte von der SB zu GV.
	<b>SB Vagina</b>	Die Vagina wird in der SB einbezogen.	«Wenn ich mich selbstbefriedige, mache ich das wirklich nur klitoral.» (Nadja, Pos. 260-261)	Aussagen, welche Einbezug der Vagina bestätigen und auch solche, die den Einbezug der Vagina verneinen.
	<b>SB Stellenwert</b>	Die Bedeutung der SB für die interviewte Frau heute.	«Also ich muss ehrlich sagen, ich brauche das ab und zu beim Einschlafen. Wenn ich Schlafprobleme habe, dann schlafe ich dann ziemlich viel besser ein.» (Frieda, Pos. 693-695)	Alle Aussagen zu Häufigkeit, Auslöser, Ziel und Wertung der SB.

Kategorie	Subkategorien	Definition	Ankerbeispiel	Kodierregel
<b>Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit</b>		Bezug zum sexuellen Körper, und körperliches Selbstbewusstsein diesbezüglich.	leere Oberkategorie	
	<b>Beziehung zum Geschlecht</b>	Ausprägung des Selbstbewusstseins in Bezug auf das eigene Genital.	«Ich finde es jetzt nicht speziell schön, aber ich bin zufrieden damit. Ich habe ein gutes Verhältnis zu ihr.  Ja, ich finde es okay.»  (Frieda, Pos. 869-870)	Alle Aussagen, in denen ihre Wertung in Bezug auf ihr Genital zur Sprache kommt. Auch Aussagen, wo «früher vs. heute» verglichen wird und konkrete Infos, wie die Frau einen Bezug zu ihrem Genital hergestellt hat.
	<b>Vagina belebt</b>	Grad der Erotisierung der Rezeptivität und des Genitales (Bischof, 2018; Schiffan, 2020; Sztenc, 2020).	«Okay, ich mag das sehr gerne. Das habe ich als meine Basis, habe ich das meistens das Verlangen irgendwie. Ich glaube, man spielt auch ein bisschen damit, bis das endlich kommt. Das ganze Vorspiel zielt...und dann habe ich das schon, «jetzt will ich was aufnehmen.»»  (Frieda, Pos. 878-881)	Aussagen darüber, wie aktiv die Vagina wahrgenommen wird in der Sexualität und wie stark die Frau das Gefühl kennt, dass ihre Vagina einen Penis aktiv in sich aufnehmen möchte. Davon ausgenommen sind Aussagen, welche das vaginale Erleben in PVI beschreibt. Dies ist der Subkategorie «PVI Erleben» zugeordnet.
	<b>Erregungswahrnehmung</b>	Wie und wo im Körper sexuelle Erregung wahrgenommen wird.	«Also ich nehme das sehr stark über ein Kribbeln wahr, das schon von der Vagina irgendwo ausgeht. Aber lustigerweise nicht von der Klitoris, sondern von irgendetwas, das (...) das wie innen dran ist. Und ich habe oft das Gefühl, eher vom Beckenboden aus kommt.»  (Nadja, Pos. 757-760)	Beschreibungen, die aufzeigen, wie und wo die Frau sexuelle Erregung in ihrem Körper wahrnimmt.

Kategorie	Subkategorien	Definition	Ankerbeispiel	Kodierregel
<b>Beziehungsebene</b>		Wie die Frauen und ihre Partner miteinander interagieren beim Sex.	leere Oberkategorie	
	<b>Wahrnehmung</b>	Auto-, oder Heterozentrierung.	«Und dann, wenn es so wie die Auflösung der Zeit gibt, dann ist man gleichzeitig bei beiden.» (Berta, Pos. 916-917)	Aussagen über das Erleben der Frau, wo ihre Wahrnehmung während dem GV.
	<b>Bedürfnisse / Priorität</b>	Wessen Bedürfnisse in der Sexualität Priorität haben.	«Ich glaube, ich lebte 25 Jahre lang im Aussen, der Radar war Aussen: "Was brauchen alle anderen?" Und jetzt ist wirklich so der Fokus auf mich. Und auch wenn wir immer jetzt eine gute Sexualität hatten, mein Mann und ich, für mich ist jetzt ein Punkt gekommen, wo ich finde: "Hey und das ist noch ausbaufähig". (...) (Erika, Pos. 681-685)	Aussagen darüber, ob die Bedürfnisse des Partners den eigenen vorangestellt werden. Oder umgekehrt: Ob die Bedürfnisse beider gleichberechtigt behandelt werden.
	<b>Initiative, aktiv / passiv</b>	Wer in der Beziehung Sex mehrheitlich initiiert und wer tendenziell aktiv, resp. passiv ist.	«Also ganz klar der ( <i>Name des Partners</i> ) ( <i>lacht laut</i> ). Hat dort den aktiveren Part. Das ist bei uns wie so... ER hat es gerne, wenn er so (...) und ich, ich liege einfach gern hin ( <i>lacht laut</i> ).» (Dora, Pos. 367-369)	Aussagen über den aktiven Verführer:innen-Part und über die Rollenverteilung (aktiv-passiv) innerhalb des GV. Konkret auch: Welche Rolle der Frau eher liegt: aktiv oder passiv.
	<b>Kommunikation über Sex</b>	Grad der offenen Kommunikation über Sex	«Es gibt auch Stellungen, die reizen mich überhaupt nicht. Und da sage ich einfach auch: Wenn wir dann zu lange in einer solchen Stellung drin sind, dann verliere ich einfach die Lust.» (Nadja, Pos. 894-896)	Konkrete Aussagen dazu, wie die Frauen allfällige Schmerzen oder Wünsche äussern, und wie sie mitteilen, wenn ihnen etwas nicht gefällt während GV.

Kategorie	Subkategorien	Definition	Ankerbeispiel	Kodierregel
<b>Charaktereigenschaften</b>  (induktive Kategorie)		Charaktereigenschaften, welche wichtig sein könnten für Freude an der Sexualität.	«Also, ich glaube, es war immer, oder meistens, einfach eine gute Portion Humor dabei und dann hat es geholfen.» (Berta, Pos. 333-335)	Nennungen von Situationen oder Beschreibungen, welche auf eine Charaktereigenschaft schliessen lassen, und konkrete Aussagen zu Charaktereigenschaften.

Kategorie	Subkategorien	Definition	Ankerbeispiel	Kodierregel
<b>Eigene Erklärungen für ihre Lust</b>  (induktive Kategorie)		Überlegungen und Beispiele, die mit der persönlichen Lust in Verbindung gebracht werden.	«Aber habe ich auch gelernt, dass man nicht immer auch nur 100 % unbedingt Lust haben muss im Moment. Man kann auch mal anfangen und dann kommt die Lust.» (Frieda, Pos. 561-563)	Überlegungen und Erklärungsansätze, wo und wie ihre Lust auf Sex erwacht und gewachsen sein könnte.

## Anhang V: Auszüge aus den Transkripten

Auszug aus dem Interview mit Nadja: I: = Interviewerin, N: = Nadja

### Thema: Stellenwert der Selbstbefriedigung

234 **N:** Und ich habe noch nie mit jemandem zusammen gewohnt. Also ob jetzt WG oder  
235 mit einer Beziehung. Ja. Und mit meinem vorherigen Freund war ich fast 20 Jahre  
236 zusammen. Ja, und auch als das Kind da war, nicht. Und darum habe ich immer viel  
237 Zeit natürlich auch, wo ich alleine zu Hause bin. Und für mich war es immer wie  
238 ein Eigenleben. Also es ist für mich extrem wichtig und es hat auch nichts zu  
239 tun, ob ich jetzt viel Sex oder wenig Sex habe, sondern es ist wie etwas, dass  
240 ich einfach für mich habe. Und es hat dann hat aber auch Phasen gegeben, wo ich  
241 wahnsinnig gestresst war im Job. Und eigentlich gar nicht so Lust gehabt hätte.  
242 Aber wie einfach aus medizinischen Gründen vor dem Einschlafen.....  
243 **I:** ...So als Ritual?  
244 **N:** ...ja genau. Weil ich einfach gemerkt habe: Hey, es bringt mich auch extrem  
245 runter. Es bringt mich in meinen Körper. Weil ich einen Job habe, wo ich nur  
246 immer im Kopf bin.  
247 **I:** Ah, sehr gut! Dieser.... ja, quasi....das Lenken des Fokus....ja....  
248 **N:** Ja genau  
249 **I:** ...Dass man geerdeter ist wieder.  
250 **N:** Ja, genau.

**Thema: Rollenbilder und Doppelmoral**

87 I: Und jetzt in Bezug auf die Frau und die Lust, ist dir da irgendetwas... Also  
88 magst du dich erinnern, dass dir da irgendetwas, aktiv oder passiv, mitgegeben  
89 oder vorgelebt wurde? Also konkret, zum Beispiel: Hast du mitgekriegt, dass  
90 Frauen lustvoll sein dürfen? Oder gibt es lustvolle Frauen? Oder eben gar nicht?  
91 Oder hast du irgendwelche Sachen gehört wie: «Ja, Frauen haben halt eh weniger  
92 Bock, haben weniger Lust als der Mann», oder auch «Ja, es ist auch normal als  
93 Frau halt einfach mitzumachen, dem Mann zuliebe». Solche Dinge?  
94 B: Also dass eine Frau lustvoll sein darf, das war immer so ein bisschen....  
95 Weißt du, negativ konnotiert. Nicht, dass es direkt angesprochen wurde, oder  
96 direkte Worte oder Sätze dazu geäußert wurden, sondern es war mehr so  
97 Bemerkungen «Wie schaut denn die wieder aus» oder «Was will wohl jetzt die?» und  
98 die Männer, die dürfen eigentlich immer und sind das auch. Die dürfen sich in  
99 den Schritt fassen und die dürfen den Frauen hinterherpfeifen und solche Signale  
100 senden. Und von den Frauen wird eigentlich erwartet, dass sie da nicht drauf  
101 einsteigen. So, das. Die Frau hält sich zurück und der Mann darf, aber die Frau  
102 muss sich zurückhalten.  
103 I: Also dieser «double standard» hast du miterlebt?  
104 B: Ja, genau.



## Thema: Kommunikation

716 I: Ja wann und wie machst du das? Und ob überhaupt?

717 E: Also zum Teil versuche ich es auch gerade während der Sexualität, auch zum

718 Teil mit Handführung, oder irgendwie so : "Hey, probier mal das", oder so.

719 Einfach so ein bisschen so. Das andere so ja, je nachdem schon mal in einem

720 ruhigen Moment. Ich rede halt gerne über dieses Thema, ihm ist es nicht so

721 wichtig das Darüber-Reden. (*spricht mit tiefer Stimme*): "Ist doch egal, wie das

722 heisst. Hauptsache es ist geil!" Und ich finde: "Ja, aber weisst du ...

723 (*unverständlich*)". Bedürfnisse sind da ein bisschen unterschiedlich. Ich würde

724 gerne mehr darüber reden, wirklich auch mal am Tisch sitzen, also: Man kann auch

725 auf dem Sofa sitzen. Aber einfach so in einem ruhigen Moment würde ich gerne

726 wirklich darüber reden: "Und was findest du schön?", und so. Und wenn ich ihn

727 frage: "Was findest denn du besonders gut und so?" (*spricht mit tiefer Stimme*)

728 "Es ist alles gut so, wie es ist."

729 I: Also du würdest es gerne analytischer durchdringen?...

730 E:....Ja! Und halt wirklich so von der anatomischen Seite her anschauen. Und ja,

731 ich finde das völlig spannend. (...) Ja, ich spreche es wirklich auch an, aber

732 merke, dass es mehr mein Bedürfnis solche Sachen anzusprechen, als sein

733 Bedürfnis.

**Thema: Gründe für Sex**

294 I: Nein. Was sind so Auslöser, dass du Lust hast auf Sex mit deinem Partner.

295 Also ich sage es darum: Es gab mal eine Studie, die hat das mal untersucht. Und

296 es gibt 237 Gründe für Sex. Und das ist jetzt heute so die Frage: Aus welchen

297 Gründen lebst du Sex? Ich kann dir sonst ein paar Beispiele geben nachher, aber

298 ich möchte mal schauen, was dir so in den Sinn kommt.

299 D: Also einfach auch weil ich den Partner attraktiv finde. Und ich einfach auch

300 weiss, was ich bekomme, oder dass es einfach eben gut ist und matcht.

301 I: Also da redest von Lust und Genuss? Also es ist ein schönes Erlebnis?

302 D: Ja, ja. Es ist einfach Nähe auch, so die Verbundenheit, die man hat. Aber

303 auch die Lust und das Vielseitige auch. (...) Ja und natürlich der Orgasmus halt.

304 I: (*lacht*) Ist auch ein wichtiger Grund, ja.

305 D: Ja, und es ist auch etwas, das entspannt. Also ich erlebe das oft, wenn ich

306 gestresst bin und so angespannt, was das für Auswirkungen hat, dass man nachher

307 wirklich so.... (*macht Loslass-Geräusch mit dem Mund*). Männer haben es, glaube

308 ich, noch mehr, als Frauen. Aber ich habe es jetzt oft erlebt so.

309 I: Ah, du meinst jetzt körperlich? Ich dachte jetzt, du meinst in der Beziehung,

310 was es dort für eine Entspannung.....

311 D:....Das auch, aber ich finde auch körperlich. So, dass ich mich nachher viel

312 mehr entspannen kann.

**Thema: Genuss und Lusterleben**

504 I: ...Verbindung haben?

505 F: Ja, genau. Es ist schon eine.... Ja, ja, die zwei Ebenen hat es definitiv.

486 I: Oder anders gefragt: Du hast vorher immer gesagt, der Genuss, Lust,

487 «plaisir». Was ist das für dich, wenn du Lust und Genuss sagst? Ist das für dich

488 eine körperliche Komponente oder eine emotionale Komponente, oder wie hast du

489 das gemeint?

490 F: Aha! Das ist primär körperlich. Wirklich Genuss. körperlich.

491 I: Also der körperliche Genuss des Orgasmus und so...?

492 F: ....Ja, genau die Nähe und alles. So wie feine Schoki essen. Jemand anders

493 anfühlen oder?

494 I: Du würdest das alles dem Körperlichen zuordnen? Auch die «Nähe»?

495 F: Ja, ja. Nein, nein. Die Nähe wäre emotional. Und das Gleiche mit der

496 Kommunikation und die Erfahrung von Intimität. Das ist emotional. Das ist

497 eigentlich nicht eine körperliche Intimität, sondern eine emotionale (...)

498 Bindung irgendwie. Das ist schon sehr emotional. Auch die Geborgenheit.

499 I: Das heisst, es gibt zwei Komponenten, die für dich wichtig sind, die zusammen

500 spielen?....

501 F: ....Ja, ja. Es gibt auch keine.... Es ist schon nicht möglich, wenn man

502 emotional nicht verfügbar ist. Wenn wir uns streiten, dann haben wir dann auch...

503 .. Da gibt es schon auch keinen Sex. Es muss schon emotional irgendwie eine....

## Anhang VI: Eidesstattliche Selbständigkeitserklärung

Hiermit erkläre ich, dass ich die vorliegende Masterarbeit '**Frauen mit starkem sexuellen Begehren**' selbstständig und ohne fremde Hilfe verfasst habe sowie keine anderen Hilfsmittel als die angegebenen verwendet habe. Sämtliche Textstellen der Arbeit, alle Formulierungen, Ideen, Untersuchungen, Gedankengänge, Analysen und sonstigen schöpferischen Leistungen, Grafiken, Tabellen und Abbildungen, die benutzten Werke oder Quellen aus dem Internet eins zu eins oder dem Sinn nach entnommen sind, habe ich durch Quellenangaben korrekt kenntlich gemacht.

Die Eigenständigkeit der Arbeit erstreckt sich über alle Phasen der Erstellung, von der Konzeption über die Durchführung bis hin zur Dokumentation. Diese Erklärung gilt als verbindliche Zusicherung meinerseits über die Authentizität und Selbstständigkeit meiner wissenschaftlichen Leistung.

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.

Ich bin mir bewusst, dass eine falsche Erklärung rechtliche Konsequenzen nach sich ziehen kann.

**Name, Vorname:** Schläfli, Laila

**Matrikelnummer:** 28110

Ort, Datum: ...

Unterschrift: ...