



Institut  
für Sexualpädagogik  
und Sexualtherapie Uster

MA Sexologie II Berlin 2018 – 2021

## **Masterarbeit**

**Bedeutung der Masturbation von Frauen ab 70 Jahren**

Eine qualitative Studie

28.01.2021

Ines Rudolph

Matrikelnummer 24662

Erstgutachter\*in: Prof. Dr. med. Harald Stumpe

Zweitgutachter\*in: Prof. Dr. Ulrike Busch

## **Zusammenfassung**

In dieser Masterarbeit wird die Bedeutung der Masturbation von Frauen beleuchtet. Nach einer Begriffsklärung und der daraus resultierenden Definition, wird ein Überblick der vorhandenen Literatur zum Thema Masturbation gegeben. Hier liegt ein Fokus in der gesundheitlichen Auswirkung. Im Speziellen wird die Studienlage zur weiblichen Masturbation aufgeführt. Anhand von drei Interviews mit Frauen im Alter von über 70 Jahren werden qualitative Daten ausgewertet. Es kann so ein Einblick gegeben werden wie die befragten Frauen ihre Masturbation wahrnehmen und welche Bedeutung ihr im Laufe des eigenen Lebens zukommt.

## **Abstract**

The purpose of this master thesis is to gain a deeper understanding into the meaning of female masturbation. After clarifying the terms and the resulting definition, an overview of the existing literature on the subject of masturbation is given. The focus of the overview is on the health effects of masturbation and in particular of female masturbation. Qualitative data will be analyzed on the basis of interviews with three women over the age of 70 years. Thus, insight can be gained regarding how the interviewed women perceive their masturbation and the meaning it has had in the course of their lives.



Privatbesitz von T2 (Aufnahme 1910)

*„Ja, wer auch nur über das Thema recherchieren möchte, hat mit unerwarteten Schwierigkeiten zu rechnen. Vorarbeiten sind vergleichsweise rar; ganze Reihen von Dissertationen, selbst voluminöseste Habilitationen kann man sich hier noch vorstellen.“ Ludgar Lütkehaus (Lütkehaus, 1992, S.9)*

## Vorwort

15 Jahre arbeite ich bereits als Hebamme in den unterschiedlichsten Bereichen. Die Betreuung und Begleitung rund um die Zeit einer Schwangerschaft bis zum ersten Geburtstag eines Kindes sind mir im klinischen sowie im häuslichen Umfeld vertraut. In all den Jahren sind mir immer wieder Frauen begegnet, die aus den unterschiedlichsten Gründen einen fehlenden oder einen gestörten Bezug zu ihrem eigenen Körper und somit oft auch zu ihrer eigenen Sexualität hatten.

Ebenso konnte ich einen Unterschied im Umgang mit weiblichen oder männlichen Neugeborenen feststellen. Zum Beispiel reagierten die Mütter eher mit Freude und belustigenden Kommentaren, wenn ein Junge zufällig seinen Penis berührte, der sich daraufhin meist versteifte. Im Gegensatz zu den gleichen zufälligen Berührungen der Mädchen wurde beispielsweise die Hand des Kindes von der Vulva entfernt und die Berührung blieb unkommentiert. Auch die Hygiene und die damit verbundene intime Berührung fiel den Müttern von männlichen Neugeborenen deutlich leichter. Interessanterweise hatten die Väter von weiblichen Neugeborenen bezüglich der Hygiene oft deutlich weniger Berührungssängste. Dies stimmte mich nachdenklich und ergab unter anderem folgende Fragen:

Warum fällt es einer Mutter vermutlich schwerer das ihr ähnliche Genital der eigenen Tochter zu berühren? Welchen Bezug haben sie zu ihrem eigenen Genital? Welche Bedeutung und welche Rolle spielen die Berührungen des eigenen Genitals? Welche Werte gibt die Mutter ihrer Tochter damit auf den Weg?

Meine Vision ist es, Frauen darin zu unterstützen und zu begleiten einen gesunden, schamfreien und lustvollen Umgang mit ihrem eigenen Körper und ihrer Sexualität leben zu können und dies an ihre Töchter weiterzugeben. Ich denke die weibliche Masturbation kann ihren schamhaften Ruf nur dann verlieren, wenn es ausreichend viele Mädchen und Frauen gibt, die sie lustvoll leben und erleben. Mit der bevorstehenden Masterarbeit möchte ich einen Beitrag dazu leisten, die weibliche Masturbation ins Gespräch zu bringen. Welchen Gewinn eine Frau für sich persönlich, allein durch das Thematisieren,

erfahren kann, hat mich in der vorausgegangenen Pilotstudie sehr beeindruckt. Daher möchte ich in der vorliegenden Masterarbeit erneut Frauen zum Thema Masturbation interviewen, um ihre Rolle in Bezug auf das physische und psychische Empfinden einer Frau zu beleuchten und ihre Bedeutung im Verlauf des Lebens darzustellen.

An dieser Stelle möchte ich ALLEN Menschen, die mich auf dem Weg des Studiums und während des Schreibens dieser und anderer Arbeiten begleitet und unterstützt haben von Herzen danken.

Ganz besonderen Dank möchte ich meiner Tochter Ida aussprechen, für die die Zeit meines Studiums nicht immer leicht war. Eine große Hilfe von ihr war mir eine kleine Zettelbotschaft, welche mir gut sichtbar immer wieder vor Augen stand: „du darfst nicht aufgeben ♥“.

# Inhalt

1. Einleitung.....	8
2. Forschungsfragen .....	10
<b>Theoretischer Teil</b> .....	10
3. Theoretischer Hintergrund und Forschungsstand .....	10
3.1 Begriffsklärung.....	11
3.2 Bedeutung der Sexualität und der Masturbation ab 70 Jahren.....	13
3.3 Masturbation und Gesundheit.....	16
3.4 Weibliche Masturbation in Studien.....	22
3.4.1 Hite-Report - Das sexuelle Erleben der Frau.....	22
3.4.2 Studie zum weiblichen Orgasmus .....	24
3.4.3 Studie zur Masturbation.....	25
3.5 Zusammenfassung .....	27
<b>Praktischer Teil</b> .....	28
4. Methode und Aufbau .....	28
4.1 Forschungsdesign .....	28
4.2 Interviewmethode .....	29
4.3 Datenauswertung.....	30
4.4 Datenschutz.....	32
4.5 Forschungsethik .....	32
5. Datenerhebung.....	32
5.1 Akquise allgemein.....	33
5.2 Umgang mit den Daten.....	33
5.3 Allgemeine Angaben der Interviewteilnehmer*innen .....	34
5.3.1 Teilnehmer*in eins (T1).....	34
5.3.2 Teilnehmer*in zwei (T2).....	35
5.3.3 Teilnehmer*in drei (T3).....	36
6. Ergebnisdarstellung.....	36
6.1 Subjektives körperliches und geistiges Empfinden .....	37
6.1.1 Auswirkungen von Masturbation .....	38
6.1.2 Motivationen Masturbation zu leben .....	39
6.1.3 Unangenehme Äußerungen .....	40
6.1.4 Angenehme Äußerungen .....	42
6.2 Bedeutung der Masturbation .....	44
6.2.1 In Kindheit / Jugend.....	45
6.2.2 In Partnerschaft lebend .....	47

6.2.3 Alleinlebend unter 70 Jahre .....	49
6.2.4 Heute .....	50
6.2.5 Kommunikativer Austausch .....	51
6.2.6 Besondere Lebensumstände .....	54
6.3 Signifikant prägende Erfahrungen .....	56
6.3.1 Prägende Erfahrungen .....	56
6.3.2 Partnerschaftliche Sexualität .....	57
6.4 Besonderheiten .....	61
6.4.1 Unwissenheit .....	62
6.4.2 Überzeugungen / Erfahrungen zum Thema Sexualität .....	63
6.4.3 Ausblick Was kommt nach dem Interview .....	65
7. Ergebnisdiskussion .....	65
7.1 Wie nehmen Frauen ab 70 Jahren ihre Masturbation wahr? .....	66
7.2 Welche Bedeutung hat die Masturbation im Laufe des Lebens einer Frau? .....	69
7.3 Beantwortung weiterer Fragestellungen .....	72
7.4 Zusammenfassung .....	73
8. Methodenkritik .....	73
9. Ausblick .....	76
Literaturverzeichnis .....	79
Selbstständigkeitserklärung .....	82

## **Anhang** (extra gebunden)

- A 1 Informationsblatt
- A 2 Datenschutzerklärung
- A 3 Interviewleitfaden
- A 4 Kodierleitfaden
- A 5 Codebuch
- A 6 Transkriptionsregeln
- A 7 Transkript T1
- A 8 Transkript T2
- A 9 Transkript T3

# 1. Einleitung

Sexualität ist ein wichtiger Bestandteil des menschlichen Seins und bleibt dies auch über das gesamte Leben hinweg. Das ist eine Tatsache, der die Beobachtung entgegensteht, dass Sexualität im Alter, ganz besonders in der Altersgruppe der über 70jährigen Menschen, in unserer Gesellschaft bis heute kaum öffentlich thematisiert wird. Somit entstehen Thesen, wie zum Beispiel, dass Männer irgendwann nicht mehr „können“ und Frauen somit keine Sexualität mehr haben. Trifft das tatsächlich zu? Und was machen etwa Frauen, die aufgrund ihres fortgeschrittenen Alters oder aufgrund von Lebensentscheidungen allein leben? Tatsache ist, dass Frauen bis zum Ende ihres Lebens Orgasmen haben können. Diese Fähigkeit bleibt ihnen, selbst nach im Alter steigenden notwendigen medizinischen Eingriffen (z. B. Gebärmutterentfernungen) erhalten. Dass die Masturbation von Anbeginn des Menschseins ein eigener Bestandteil der Sexualität sein kann, ist für viele Menschen nicht denkbar. Dass selbst der Embryo im Mutterleib schon orgasmische Entladungen erlebt, ist vielen Menschen nicht bekannt. Ebenso wenig öffentliches Bewusstsein gibt es über die Masturbation als Bestandteil aktiv gelebter Sexualität bei Menschen jenseits des 70. Lebensjahres. Damit ist die Masturbation ein Thema, das quasi in doppelter Hinsicht gesellschaftlichen Tabus und negativen Bewertungen unterworfen ist. Gleichzeitig ist sie ein Thema mit einer hohen gesamtgesellschaftlichen Relevanz, da Konsequenzen des demographischen Wandels unter anderem darin bestehen, dass Menschen eine immer höhere Lebenserwartung haben und eine immer längere Zeitspanne in ihrem Leben allein verbringen. Gerade dadurch wird Masturbation als eigenständige Möglichkeit, sexuelle Bedürfnisse zu befriedigen (und dabei Freude und nicht Scham- oder Schuldgefühle zu erleben) immer wichtiger.

Ganz besonders wird die Masturbation von Frauen tabuisiert. Dies nimmt sich die folgende Masterarbeit zum Anlass mit Frauen über 70 Jahren ins Gespräch zu kommen und mehr zu erfahren. In zwei Vorarbeiten wurden umfangreiche Literaturrecherchen erstellt, sowie ein Interview geführt welches anschließend ausgewertet wurde.



Ob die Masturbation von Frauen als haltgebendes Element im Leben erlebt wird oder welche Bedeutung sie allgemein im Laufe des Lebens und in den einzelnen Lebensabschnitten hat, wurde in der gesichteten Literatur kaum gefunden. Ebenso gab es wenig Hinweise, was einen Einfluss auf die Masturbation und ihr Erleben haben kann.

Die vorliegende Arbeit legt den Fokus auf zwei Forschungsfragen, welche sich für die Verfasserin nach den Vorarbeiten herauskristallisiert haben. Sie werden mit je einer Hypothese formuliert. Anschließend wird ein Einblick in den theoretischen Hintergrund und den aktuellen Forschungsstand gegeben. Darauf aufbauend folgt der praktische Teil der Arbeit, welcher anhand dreier geführter leitfadengestützter narrativer Interviews die Fragestellung der Arbeit tiefergehend untersucht.

## 2. Forschungsfragen

Da Sexualität ein wichtiger Bestandteil des menschlichen Seins ist und dies auch über das gesamte Leben hinweg bleibt, untersucht die geplante Masterarbeit die Bedeutung explizit der Masturbation im Leben einer Frau jenseits des 70. Lebensjahres.

Zwei Forschungsfragen mit je einer Hypothese sollen eingehend analysiert werden.

*Wie nehmen Frauen ab 70 Jahren ihre Masturbation wahr?*

Hypothese: Wenn Frauen im Verlauf ihres Lebens ihre Masturbation als lustvoll erleben, werden sie diese bis ins hohe Alter praktizieren.

*Welche Bedeutung hat die Masturbation im Laufe des Lebens einer Frau?*

Hypothese: In dem Zeitraum, in dem eine Frau ihre Masturbation frei von Scham erlebt, fühlt sie sich in ihrer Gesundheit unterstützt.

## Theoretischer Teil

### 3. Theoretischer Hintergrund und Forschungsstand

In diesem ersten Teil der Arbeit wird der aktuelle Forschungsstand untersucht und dargestellt, ebenso der theoretische Hintergrund der Thematik. Dazu werden bereits erstellte Literaturrecherchen herangezogen, zusammengefasst und mit neuen Aspekten ergänzt. Zunächst wird auf die Begriffe der unterschiedlichen Worte für die Stimulation der eigenen Geschlechtsteile eingegangen. Im Weiteren wird untersucht, welche Bedeutung Sexualität und Masturbation im Alter aus Sicht der Literatur und der Forschung haben kann, sowie deren Bezug zur subjektiven Gesundheit. An einigen Stellen wird aus einem Buch, welches bereits 1985 von

Erwin J. Haeberle veröffentlicht wurde, zitiert, da es zum Zeitpunkt der Recherche als ein umfangreiches Werk erschien und insgesamt wenig Literatur zur Thematik zur Verfügung steht. Im letzten Abschnitt werden bereits veröffentlichte Studien, die sich mit der Masturbation von Frauen beschäftigen, vorgestellt.

### 3.1 Begriffsklärung

Das Wort Selbstbefriedigung hat die verschiedensten Synonyme. In der Literatur finden sich Begriffe wie Masturbation, Onanie, Autoerotik, Solosex, Selbstbefleckung, Selbstmanipulation, Solotanz, Fap, Schlick, Autosexualität, Ipsation, eine/n runterholen und weitere.

Einige Lexika definieren die Begriffe. Zum Beispiel findet sich unter dem Begriff Autosexualität im Sexologischen Wörterbuch folgende Definition: „sexuelle Befriedigung ohne Mitwirken eines Partners...“ (Hertoft, 1993, S.23). Es wird auf die Begriffe Masturbation und Onanie verwiesen. Diese unterscheiden sich in der Definition bezüglich ihrer Herkunft und der vermuteten Abstammung. Beide beinhalten die sexuelle Komponente. Bei Masturbation wird von „Befriedigung mit der Hand, entweder der eigenen oder der eines anderen...“ (Hertoft, 1993, S.121) gesprochen, wohingegen die Onanie als eine „Stimulation mit der Hand, sogenannte Selbstbefriedigung...“ (Hertoft, 1993, S.137) beschrieben wird. Interessant ist hier, dass jeweils die Hand eine Rolle spielt. Wird somit eine Stimulation der Geschlechtsteile ohne eine Hand dann anders definiert? Eine Antwort auf diese Frage gibt das Sexologische Wörterbuch an dieser Stelle nicht.

Die weitere Recherche ergab, dass sich der Begriff Masturbation von dem lateinischen Verb masturbare herleiten lässt. „lat. manus: Hand und entweder lat. stupare: besudeln oder lat. turbare: stören“ (Haeberle, 1985, S.202). In weiteren Definitionen taucht die Kopplung mit der Hand nicht noch einmal auf. Des Weiteren ist zu bemerken, dass im oben erwähnten Sexologischen Wörterbuch der Begriff Selbstbefriedigung nicht aufgeführt wird.

Das Taschenlexikon versteht unter Masturbation: „[lat.] (Ipsation, Ipsismus, Onanie), sexuelle Selbstbefriedigung oder gegenseitige geschlechtl. Befriedigung, bes. durch manuelle Reizung der Geschlechtsorgane (meist bis

zum Orgasmus).“ (Grill & Digel, 1992, S.94). Sehr ähnlich wird Masturbation auch im Wörterbuch der Gynäkologie und Geburtshilfe beschrieben, wobei hier zusätzlich noch von möglichen begleitenden Masturbationsphantasien gesprochen wird. (Römer, Straube & Haders, 1999, S.173) Duden online unterteilt den Begriff der Masturbation in zwei Teile:

„1. geschlechtliche Befriedigung der eigenen Person durch manuelle Reizung der Geschlechtsorgane; Onanie

2. geschlechtliche Befriedigung einer anderen Person durch manuelle Reizung der Geschlechtsorgane“ (Duden online 2019).

Laura Méritt fasst die Masturbation wie folgt zusammen: „(Selbstbefriedigung): Physische oder psychische Stimulierung des eigenen Körpers, insbesondere der Genitalien, um sexuelle Lustgefühle und den Orgasmus zu erleben.“ (Méritt, 2018, S.193). Im Buch von Carolin Erb und Deborah Klingler wird die weibliche Masturbation als „Ausdruck von sexueller Kraft und erotischem Interesse.“ (Erb, Klingler, 2004, S.27) beschrieben.

Selbstbefriedigung wird in Meyers Taschenlexikon als "Sammelbez. für alle Formen sexueller Stimulierung ohne Beteiligung eines Partners (z. B. durch Masturbation)." (Grill & Digel, 1992, S.111) beschrieben. Duden online definiert den Begriff Selbstbefriedigung identisch zu der Definition wie unter dem ersten Punkt der Masturbation. In der Definition von Duden besteht somit der Unterschied von Masturbation und Selbstbefriedigung in der Beteiligung einer anderen Person. (Duden online 2019) Im Buch „Sexualität im Wandel“ wird die Selbstbefriedigung als von der Reproduktion losgelöst beschrieben, mit dem Ziel Lust zu erzeugen, spannungsvolle Zustände abzubauen. (Hornung, Bucher, 2004, S.188) Im gleichen Buch wird Woody Allen zitiert mit seiner Definition von Selbstbefriedigung: „Sex mit dem Menschen, den ich am besten kenne.“ (Hornung, Bucher, 2004, S.188).

Wie bis hierher deutlich wird, ist es nicht ganz eindeutig, was die Begriffe für Masturbation voneinander unterscheidet. Ist es überhaupt nötig die Wörter voneinander zu unterscheiden oder meinen sie im Grunde alle das gleiche? Diese Frage kann hier abschließend nicht beantwortet werden. Wichtig ist der Autorin darüber hinaus die Überlegung, dass Selbstbefriedigung eventuell mehr darstellt als die Stimulation der Geschlechtsorgane. Es könnte auch als

gleichwertige Bedürfnisbefriedigung angesehen werden, genau wie zum Beispiel Hunger, Durst, Bewegung und Schlaf. Ähnliche Vergleiche zieht auch Hanna Sophia Rose in ihrer Arbeit. (Rose, 2017, S.9) Sie stellt auch fest, dass es deutlich mehr Begrifflichkeiten für die männliche als für weibliche Masturbation gibt. Diesen Missstand griffen die Schweden auf und haben mit Hilfe eines Wettbewerbes das Verb „klittra“ für die weibliche Masturbation bestimmt. (Rose, 2017, S.12)

Erwähnt werden soll an dieser Stelle ebenso die Recherche der Begriffe auf der online Plattform der BZgA, welcher in der gesundheitlichen Aufklärung eine bedeutsame Rolle zuzuschreiben ist. Die Suche nach Selbstbefriedigung ergibt einen Treffer, wohingegen die Suche nach Masturbation null Treffer erzielt. Ein Heft, auf welches man stößt, trägt den Titel „Mädchen“. Es handelt sich hierbei um verschiedene wissenschaftliche Beiträge und Artikel rund um das Thema Mädchen. Ältere Frauen spielen darin keine Rolle. Es wird zwar eine Studie zur Masturbation erwähnt, allerdings finden sich weder eine Beschreibung zur Masturbation, noch Tipps dazu. (Forum Sexualaufklärung und Familienplanung, 2013)

Zur Vereinfachung wird im weiteren Verlauf von Masturbation gesprochen. Dies meint die Stimulation oder Berührung der Geschlechtssteile, die mit sexueller Erregung verbunden ist.

### 3.2 Bedeutung der Sexualität und der Masturbation ab 70 Jahren

In einer umfangreichen Literaturrecherche zum Stellenwert der Sexualität von Menschen im Alter ab 70 Jahren ergaben sich interessante Ergebnisse. Die für diese Arbeit wichtigsten werden nun aufgeführt.

Eine aktiv gelebte Sexualität kann zum allgemeinen Wohlbefinden beitragen. Sie ist eine Quelle körperlichen Vergnügens, macht einen wesentlichen Teil unserer Gefühlswelt aus und kann zu einer positiven Wahrnehmung der eigenen geschlechtlichen Identität beitragen. Das gilt für jedes Alter. Eine „Alterssexualität“ an sich gibt es nicht. Jeder Mensch wird mit seiner Form von Sexualität alt. (Beier, Bosinski, Hartmann, Loweit, 2001, S.90)

Kirsten von Sydow wird im Buch von Claudia Haarmann zum Thema Sex im Alter zitiert. Dass die Libido mit den Wechseljahren nachlässt wäre ein Vorurteil und mehrfach widerlegt. Die Forschung hätte festgestellt, dass uns das sexuelle Interesse lang erhalten bleibt. Dies bekunden der größte Teil der 70-79jährigen Frauen. Seltener werden erotische Fantasien und Träume. Der erotische Genuss, die Erregbarkeit und die Fähigkeit Orgasmen zu haben würde sich bis ins hohe Alter der Frauen nicht verändern. Acht von zehn Frauen über 50 Jahre beschreiben, dass eine befriedigende Sexualität zu ihrem Leben dazugehört. (Haarmann, 2006, S.52)

Gunter Schmidts Forderung, den Begriff der Alterssexualität abzuschaffen, teilt auch das Pro Familia Magazin. Schmidt meint der „...Begriff suggeriert, es gäbe etwas klar von der Erwachsenensexualität in Richtung Alter hin als problematisch Abgrenzbares.“ (Pro Familia, 2013, S.7). Auch Shere Hite ist der Meinung, dass Sexualität weder mit der Menarche beginnt noch mit dem Klimakterium aufhört. (Hite, Barraud, 2003, S.186) Älteren Menschen wird das Recht auf erotische Intimität genommen, mit dem Vorwand der fehlenden Hormone. Was für Shere Hite dazu dient „...die dumme Botschaft zu verbergen, die in der Gesellschaft verbreitet ist: Alte Leute sind nicht sexy.“ (Hite, Barraud, 2003, S.184).

Sexualität von älteren Menschen wird zunehmend in der Öffentlichkeit zum Thema gemacht. Dennoch bestehen auch heute noch vielfältige Tabus, die unter anderem dafür sorgen, dass das gesellschaftlich wichtige Thema in bisher veröffentlichten wissenschaftlichen Studien kaum eine Rolle spielt.

Aus der Tatsache, dass sowohl ältere als auch jüngere Menschen Schwierigkeiten haben, Sexualität im Alter anzusprechen, lässt sich schließen, dass das Thema schambehaftet ist. Beate Schultz-Zehden schreibt, dass es ältere Menschen neben der Scham auch unpassend finden über ihre sexuellen Bedürfnisse miteinander zu reden, besonders wenn ein Partner altersbedingte Schwierigkeiten hat. Die mangelnde oder fehlende Kommunikation in der Partnerschaft kann zur völligen Aufgabe des sexuellen Austausches führen. (Schultz-Zehden, 2004) Von dauerhaften Schmerzen und Problemen bis hin zur Aufgabe der sexuellen Begegnung schreibt auch Kirsten von Sydow. Mit

ausreichender Kommunikation über diese Themen könnten sicher einige Beschwerden behoben werden. (Sydow, 1992, S.41,42)

Außerdem wird angenommen, dass ältere Frauen geprägt sind, ihre sexuellen Bedürfnisse nicht zu äußern, sondern ihnen nur der Wunsch Kinder zu bekommen zusteht, welcher im Alter wegfällt.

In einer Studie von Brandenburg et al. aus dem Jahr 2000, die von Thomas Bucher, Rainer Hornung und Claus Buddeberg zitiert wird, schwiegen fast alle Frauen über 60 Jahre zum Thema sexuelle Wünsche und Sehnsüchte. In einer eigenen Studie der Autor\*innen erwähnen 28 % der Männer und 37 % der Frauen, dass ihre strenge und moralische Erziehung v. a. die Freude an der Sexualität in jüngeren Jahren beeinträchtigt hat. (Bucher, Hornung, Buddeberg, 2003)

Welche all umfassende Auswirkung es haben kann, Sexualität nicht zu leben, beschreiben Bernhard Starr und Marcella Weiner sehr treffend:

Wenn wir Sex ablehnen oder unsere Sexualität unterdrücken, geht uns nicht nur eine Quelle körperlichen Vergnügens verloren. Wir beschneiden dadurch zugleich einen wesentlichen Teil unserer Gefühlswelt. [...] Alle diese Gefühls- und Verhaltensmuster sind ein Teil von uns, ob wir nun jung oder alt sind. Die Notwendigkeit, unseren Zorn, unsere Ängste, unsere Frustration und unsere Freuden auszudrücken, unser Verlangen, zu herrschen, zu feilschen, zu manipulieren, zu dominieren und zu unterwerfen, ist zutiefst menschlich und Teil unseres Selbst – von der Wiege bis zum Grabe. Wird die sexuelle Energie einfach verdrängt, kann sich das körperlich in allerlei Leiden manifestieren. Ältere Menschen, die sich ‚ihrem Alter gemäß‘ verhalten, scheuen sich davor, der Stimme ihres Körpers zu lauschen. Die Gesellschaft bringt ihnen bei, daß es ungehörig sei, sexuelle Gefühle zu haben. Kranksein dagegen steht ihnen zu, wird geradezu von ihnen erwartet. (Starr & Weiner, 1996, S.11,12)

Oswald Kolle schreibt, dass Frauen propagiert wurde, dass sie „eines Tages mit leeren Händen dastehen“ (Forum Sexualaufklärung und Familienplanung, 2003, S.38) würden, wenn sie verschwenderisch mit ihrer Sexualität umgehen. Die Sexualität wurde „als eine Art erschöpfliches Reservoir“ (Forum Sexualaufklärung und Familienplanung, 2003, S.38) dargestellt, trotz widersprechender wissenschaftlicher Erkenntnisse. (Forum Sexualaufklärung und Familienplanung, 2003, S.38)

Masturbation ist eine Möglichkeit, auch unabhängig von einer bestehenden Partnerschaft, Sexualität auszuleben. Dies ist gerade im höheren Lebensalter von besonderer Relevanz, da viele Menschen in diesem Alter allein leben. (Statistisches Bundesamt, 2018)

Zu der Frage, wie viele Menschen in der Altersgruppe über 70 Jahre heutzutage Masturbation als Teil einer aktiv gelebten Sexualität praktizieren, gibt es aktuell kaum verlässliche wissenschaftliche Ergebnisse. Dies scheint verschiedene Gründe zu haben. Ein Grund bezieht sich auf die bereits oben erwähnte Tabuisierung von Sexualität im Alter allgemein. Ein weiterer wichtiger Grund besteht darin, dass Masturbation aufgrund historisch gewachsener negativer Bewertung gerade bei der älteren Generation mit viel Scham besetzt ist und sich daher die Frage stellt, inwiefern Angaben in wissenschaftlichen Erhebungen überhaupt der Wahrheit entsprechen.

Dr. Ulrike Brandenburg (u. a. Sexualwissenschaftlerin) schreibt im Vorwort von Claudia Haarmann's Buch „Unten rum....“ Die Scham ist nicht vorbei: „Die Geschichte der Frauen und ihrer Sexualität ist immer noch eine Geschichte der Scham, und damit oft eine traurige.“ (Haarmann, 2006, S.9).

Über die Frage, ob und wie aktive Sexualität bis ins hohe Alter gelebt wird, entscheidet auch die Aufklärung über sexuelle Körperfunktionen im Kindesalter sowie der Umgang und das aktive Leben der eigenen Sexualität in jüngeren Jahren. Auch die gesundheitliche und körperliche Verfassung entscheidet natürlich mit darüber, in welchem Umfang aktive Sexualität gelebt werden kann.

### 3.3 Masturbation und Gesundheit

Ein Buch mit dem vielversprechenden Titel „Autoerotik und Gesundheit“ von Uwe Rohlke beschäftigt sich ausschließlich mit der gesellschaftlichen Entstehung und Funktion der Masturbationsbekämpfung im 18. Jahrhundert. Allerdings wird hier nochmal deutlich, wie einflussreich und vehement gegen die Masturbation vorgegangen wurde. Schriften von Tissot, Foucault, Kant sowie zahlreiche andere werden hier zitiert und erörtert. Von schwerwiegenden psychischen und psychosomatischen Störungen wird berichtet. Tissot spricht auch von „Schwindsucht, Minderung der Sehkraft,



Störung der Verdauung, Impotenz...und Wahnsinn“ (Haeberle, 1985, S.198). Andere berichten, Masturbation würde nicht direkt zu Krankheiten führen, jedoch werde die Anfälligkeit für sie erhöht und im Falle der Erkrankung der Verlauf erschwert. (Rohlje, 1991, S.37) In Tissots Argumentation bezüglich der Zusammenhänge von Gesundheit und Sexualität wird die Sexualität hier zusammenfassend „als ein zu erschöpfendes, begrenztes Potential“ (Rohlje, 1991, S.114) interpretiert. Der Mensch wird „als maschinell strukturiertes Mängelwesen gesehen“ (Rohlje, 1991, S.115). Des Weiteren wird der Gedanke, dass Masturbation zu Gesundheitsstörungen führen kann, als eine seltsame „Leistung der 'Aufklärung'“ (Rohlje, 1991, S.108) bewertet. Auffallend ist auch, dass es hauptsächlich um den Verlust von Samen geht, der mit dem „Verlust an 'Nervensaft'“ (Rohlje, 1991, S.38) gleichgesetzt wird.

Die Masturbation der Frau scheint eine untergeordnete Rolle zu spielen, „daß auch Frauen und Kinder masturbierten...“ (Haeberle, 1985, S.199) beschreibt Haeberle mit einem Satz, als „neu“. Er geht auf die Grausamkeiten der Bekämpfung von Masturbation ein. Von Fausthandschuhen mit eisernen Dornen, Keuschheitsgürteln, Bandagen, Festbinden der Hände bis hin zu chirurgischen Eingriffen ist hier die Rede. (Haeberle, 1985, S.199) Männern bzw. Jungs wurde ein Metallring in die Vorhaut eingesetzt, damit sollte eine Erektion verhindert werden und Frauen bzw. Mädchen wurde die Klitoris entfernt. Genitalorgane wurden auch verbrannt, verätzt oder Nerven durchtrennt. (Haeberle, 1985, S.200) Haeberle kann diese Entwicklung nicht nachvollziehen.

Mit gesundem Menschenverstand oder einfach durch die Beobachtung von Mensch und Tier hätten sie jederzeit erkennen können, daß Masturbation eine weitverbreitete, harmlose Handlung ist, die in keinem Fall weniger gesund sein kann als Geschlechtsverkehr. Selbst wenn man darüber hinaus wieder alle Erfahrung der Meinung gewesen wäre, der Samenverlust könne den Körper schwächen, so hätte diese Gefahr doch nie Frauen und Kindern drohen können. (Haeberle, 1985, S.200)

Er stellt fest, dass das Wiederlegen von Vorurteilen mehrere Jahrhunderte braucht, um in den Köpfen der Menschen anzukommen. Die Zweifel und Ängste, die viele Menschen auch heute noch haben, sitzen tief. Die meisten können dafür nicht einmal einen triftigen Grund benennen. (Haeberle, 1985,

S.201) Er äußert auch die Hoffnung, dass in Zukunft mehr Menschen die Masturbation als eigene Form des Sexualverhaltens anerkennen und „ihr erotisches Potential“ (Haeberle, 1985, S.201) entdecken. Dies bestätigt Gunter Schmidt in seiner Befragung 2006. (Schmidt, 2014, S.26)

Auch Thomas W. Laqueur berichtet von einer veränderten Wertbesetzung mit Beginn der fünfziger Jahre. (Laqueur, 2008, S.23) Er beschreibt unter anderem, dass die Masturbation drei Phasen in der Geschichte durchlaufen hat. In der letzten Phase wird sie als eine „Erfahrung der Selbstliebe und der Wertschätzung der eigenen Person, zu einer Form von persönlicher Autarkie, die es jedem von uns erlaubt, mit anderen Beziehungen einzugehen, ohne uns selbst dabei zu verlieren.“ (Laqueur, 2003, S.24) beschrieben.

Haeberle stellt fest, dass Mädchen die Stimulation ihres Geschlechts eher allein oder zufällig entdecken und es auch einige gibt, denen es nicht bewusst ist eine regelmäßige Masturbationspraxis zu leben. (Haeberle, 1985, S.205) Außerdem stellt er einen Bezug zum Erwachsensein her und räumt mit dem Vorurteil auf, Masturbation sei nur in jungen Jahren üblich. Sie gewinnt an Bedeutung, wenn der\*die Partner\*in nicht verfügbar ist, aus gesundheitlichen Gründen eine Paarsexualität nicht mehr gelebt werden kann oder Menschen im Alter allein leben. (Haeberle, 1985, S.206) Er sieht in der Masturbation einen körperlichen Gewinn, „der von Spannung befreit, den Körper beweglich hält, die Phantasie anregt und die sexuelle Fähigkeit lebendig erhält.“ (Haeberle, 1985, S.206). Er schreibt das aktive Ausleben allerdings hauptsächlich den aufgeklärten Erwachsenen zu. Menschen aus „weniger aufgeklärten Schichten scheinen irgendwann gegen Ende des Jugendalters aufzuhören...da sie außer dem Koitus jede andere Form des Sexualverhaltens als kindisch, unschicklich, unmoralisch, oder ungesund betrachten.“ (Haeberle, 1985, S.206).

Laqueur beschreibt, dass seit den sechziger Jahren einige Menschen anfangen die Masturbation als gesund zu werten. Sie „wies den Weg zur individuellen Autonomie, zur spirituellen Selbstverwirklichung und zur Befreiung aus einem repressiven heterosexuellen System.“ (Laqueur, 2003, S.150). Er schreibt der Masturbation heute einen demokratischen Stellenwert zu, benennt Beispiele aus Fernsehen, Film und Popmusik, sowie der Einführung eines nationalen Selbstbefriedigungsmonats. (Laqueur, 2003, S.90) Außerdem meint er, dass

die Masturbation als einzige sexuelle Praktik in den letzten 300 Jahren gilt, die an „ähnlich vielen Orten für ähnliche Bandbreite von Menschen ähnlich viel bedeutet.“ (Laqueur, 2003, S.90) hat. Frauen und Kinder wurden seiner Meinung nach in der modernen Masturbation zu sexuellen Wesen. (Laqueur, 2003, S.90)

Zusammenfassend beschreibt er die Masturbation nicht nur als „Quelle der individuellen Selbsterfahrung...sondern auch zur Basis einer neuen Form der sexuellen Geselligkeit, die auf der Feier der Einbildungskraft und ihrer unendlichen Möglichkeiten beruht.“ (Laqueur, 2003, S.415).

In ihrem Buch *Mysterium Masturbation* geben Carolin Erb und Deborah Klingler eine umfangreiche Literaturrecherche mit unterschiedlichen Schwerpunkten. Neben Dodson, Kinsey, Freud, Friday und Bornemann werden hier noch viele andere zitiert. In Bezug auf die ausschließlich positive Auswirkung der Masturbation wird immer wieder erwähnt, wie wertvoll die Masturbation für Frauen ist. Sie hilft dabei, einen Zugang zum eigenen Körper in Bezug auf Kennenlernen und Annehmen des Vorhandenen zu bekommen, sowie die eigene sexuelle Reaktion zu kennen. Masturbation hilft Frauen Menstruationsschmerzen zu lindern, sich zu entspannen, sich zu trösten, sich Freude und vor allem sexuelle Befriedigung zu verschaffen. Es wird beschrieben, dass Frauen, die gerne ohne Scham masturbieren sich und ihren Körper besser kennen. Dies verschafft den meisten Frauen in der Paarsexualität mehr Befriedigung. Den gleichen Frauen wird eine hohe Kompetenz in Bezug auf die Befriedigung ihrer Bedürfnisse zugesprochen, sie lassen sich von alten Mythen nicht beeinflussen. In diesem Zusammenhang wird die Natürlichkeit hervorgehoben, dass selbst Babys und Kleinkinder sich am eigenen Genital berühren. (Erb, Klingler, 2004, S.27)

Welchen Einfluss die Mutter auf die Einstellung einer Frau zu ihrem eigenen Körper hat, wird ebenso hervorgehoben. Entscheidend sei der Umgang der Mutter mit dem Thema Sexualität. Je unbefangener und natürlicher eine Mutter mit dem Thema Sexualität ihrer Tochter gegenüber umgeht, umso leichter hat diese es einen unbeschwerten, schamfreien Zugang zu ihrem Körper zu erlangen. (Erb, Klingler, 2004, S.27) Wenn die Mutter einen liebevollen Umgang mit ihrem eigenen Körper vorlebt, die Tochter wahrnimmt,

dass die Mutter sich so mag und akzeptiert, wie sie ist, wird es der Tochter leichter gelingen dies zu übernehmen. (Erb, Klingler, 2004, S.28) In ihren qualitativen Interviews von 30 Frauen gab es lediglich eine, welche berichtete, ihre Mutter hätte sich in ihrer Jugend positiv zum Thema Masturbation geäußert. (Erb, Klingler, 2004, S.231)

Auch für Claudia Haarmann stellt die Frage nach dem Empfinden und der Haltung der Mutter in Bezug auf ihr eigenes Genital eine zentrale Bedeutung dar. Sie hat Frauen gefragt: „Wie würde deine/ihre Mutter folgenden Satz beenden? Meine Vagina ist für mich...“ (Haarmann, 2006, S.33). Die Antwort war laut Autor\*in wohl allen Frauen sehr schnell bewusst. Wobei es Frauen gab, die den Satz kaum oder gar nicht aussprechen konnten. Am häufigsten wurde der Satz mit den Worten „...meine Vagina ist mehr für meinen Mann da.“ (Haarmann, 2006, S.33) beendet. Haarmann begründet dies mit dem „Schmerz der Frauen, die vor uns waren.“ (Haarmann, 2006, S.33). Die Mutter ist die Person, von der wir kommen. „Sie ist unser Modell, sie prägt uns. Meine Mutter ist in meinen Zellen und auch in meinem Denken. Das, was sie gedacht, gefühlt, gelebt hat, habe ich als Kind aufgesogen.“ (Haarmann, 2006, S.33). Sie beschreibt, dass ein Kind sich mit der Sicht der Eltern identifiziert. Ebenso stellt Claudia Haarmann fest, dass es nötig ist anzuerkennen, dass wir auf „zwei Beinen“ (Haarmann, 2006, S.34) stehen, wenn wir uns mit dem Thema Sexualität beschäftigen. „Das eine ist unsere Herkunft, mit dem anderen gestalten wir unser Leben selbst.“ (Haarmann, 2006, S.34).

Mütter/Eltern sprechen so gut wie nie mit ihren Töchtern über Masturbation, sie bereiten sie nicht vor oder entlasten sie von etwaigen Schuldgefühlen. 'Die sexuelle Selbstentdeckung ist die einzige Entdeckung, die im Babyalter und in der Kindheit nicht gefeiert wird. (Erb, Klingler, 2004, S.28)

In der fehlenden Kommunikation, wie in diesem Zitat deutlich wird, sehen die beiden Autor\*innen die Ursache dafür, dass es Frauen schwer fällt ihre Masturbation als wichtigen Bestandteil anzuerkennen. In ihrer Schlusszusammenfassung schreiben Carolin Erb und Deborah Klingler, dass es vor allem für Frauen von großer Wichtigkeit sei, schon als Kind schamfrei und unbefangen den eigenen Körper und die damit verbundene Sexualität

entdecken und erleben zu können. Sie entwickeln ein sexuelles Bewusstsein und wissen so, dass sie ein Recht auf Befriedigung und Lust haben. (Erb, Klingler, 2004, S.255, 256)

Dass Masturbation weder seelische noch physische Schäden hervorbringt hat Kinsey bereits betont. Es trägt eher dem seelischen Wohlbefinden bei. Deutlich wurde in seinen Untersuchungen, dass Schuldgefühle und Versuche sich der Masturbation zu enthalten, eher enorme Schädigungen ausgelöst haben. Ebenso stellt Kinsey einen starken Zusammenhang zwischen der Moral, Sitte und Religion, die ein Mensch verinnerlicht hat, zu seinem sexuellen Verhalten her. (Erb, Klingler, 2004, S.28-30)

Élisa Brune und Yves Ferroul stellen sich die Frage, welche Wirkung der Orgasmus auf die Gesundheit hat. Schwächt er den Organismus und zehrt an seinen Reserven? Oder ist es so wie eine von ihnen befragte Frau antwortete: „Mit drei Orgasmen pro Tag bleiben Sie immer in Form“ (Brune, Ferroul, 2011, S.157). Sie kommen zu dem Schluss, dass statistische Erhebungen zu dieser Frage schwer durchzuführen sind. Es bräuchte eine Begleitung verschiedener Menschen über Jahrzehnte, sowie eine große Gruppe an teilnehmenden Personen. Wechselbeziehungen sind nur schwer eindeutig festzustellen, da die Orgasmushäufigkeit eines Menschen stark vom jeweiligen Zeitpunkt abhängig ist. Erstaunlich und erwähnenswert finden die beiden Autor\*innen, die sich in ihrem Buch ausschließlich den Frauen zuwenden, jene Studien, in denen die Orgasmushäufigkeit in Bezug zur Gesundheit gesetzt wird. Als teilnehmende Personen handelt es sich in allen vier erwähnten Studien ausschließlich um Männer. Élisabeth Brune und Yves Ferroul kommen zu der Erkenntnis, dass es keine statistischen Studien gibt, in denen Frauen untersucht wurden.

Aber die Wirkung gewisser, mit dem Orgasmus in Zusammenhang stehender Erscheinungsformen ist bekannt, und sie gehen alle in dieselbe - positive - Richtung. Beispielsweise schützen Oxytocin und DHEA (ein weiteres Hormon, das bei sexueller Erregung und beim Orgasmus produziert wird) vor Krebs sowie vor Endometriose, Menstruationskrämpfen, Migräne und Stress. Manche Frauen behaupten sogar, es gebe kein besseres Mittel gegen Migräne als Sex. Das lässt sich auf die

Gefäßerweiterung und die Produktion von Endorphinen, unseren natürlichen Schmerzmitteln, zurückführen. (Brune, Ferroul, 2011, S.159)

Einige Mediziner stellen den Orgasmus mit sieben Kilometern joggen gleich, was eine positive Auswirkung auf den Körper und das Herz-Kreislaufsystem darstellt. Förderlich sei er ebenso für den Schlaf, das Gewichtabnehmen, sowie das Immunsystem. Èlisa Brune und Yves Ferroul fassen es so zusammen: „Alle ernst zu nehmenden Hinweise führen also in dieselbe Richtung: Der Orgasmus ist gut für die Gesundheit.“ (Brune, Ferroul, 2011, S.160). Wie der Orgasmus herbeigeführt wird, stellt somit eine Nebensache dar.

### 3.4 Weibliche Masturbation in Studien

#### 3.4.1 Hite-Report - Das sexuelle Erleben der Frau

Der von Shere Hite 1976 veröffentlichte „Hite-Report - Das sexuelle Erleben der Frau“ ist mit Sicherheit eine der umfangreichsten wissenschaftlichen Veröffentlichungen in Bezug auf die weibliche Sexualität, in der auch die Masturbation eine Rolle spielte. Shere Hite ist eine feministische Sexualwissenschaftlerin, die viele Menschen zu ihrer Sexualität befragte. In ihrem ersten Report beantworteten 3019 Frauen ihre vier verschiedenen Fragebögen. (Hite, 1990, S.20) Fragen wie: „Mögen Sie Masturbation? Physisch? Psychisch? Ist es intensiver mit Partner oder ohne?“ (Hite, 1990, S.552), „Genießen Sie Selbstbefriedigung? Physisch? Psychisch? Wie oft? Führt sie zum Orgasmus? Meistens, selten oder nie? ...“; „Worin liegt, Ihrer Meinung nach, die Bedeutung der Masturbation? Haben Sie jemals zugesehen, wenn irgendjemand masturbiert hat? Können Sie sich vorstellen, daß eine Frau, die Sie bewundern, masturbiert?“ (Hite, 1990, S.555) oder „Wie alt waren Sie, als Sie Ihre ersten sexuellen Erfahrungen machten? Mit sich selbst? Mit einer anderen Person? Was haben Sie gemacht? ...“ (Hite, 1990, S.557) sollen nur einen kleinen Einblick in die umfangreichen Fragebögen geben. Die Auswertung ist mit zahlreichen Zitaten belegt. Carolin Erb und Deborah Klingler zitieren in ihrem Buch auch aus dem Hite Report.

Zusammenfassend nennen sie in fünf Stichpunkten was Masturbation für Shere Hite ist:

- Sie kann Ersatz für partnerschaftlichen Sex sein
- Masturbation als lehrreiche Erfahrung
- Durch Masturbation lernt man seinen eigenen Körper kennen, was einem hilft, einen besseren sexuellen Kontakt zu anderen Menschen zu finden
- Masturbation ist ein Weg zu Unabhängigkeit und Selbstvertrauen
- Ein Vergnügen, das seine eigene Berechtigung hat (Erb, Klingler, 2004, S.33)

Shere Hite veröffentlichte eine Vielzahl von Büchern, in denen sie über ihre Erfahrungen und Erkenntnisse aus eigenen Untersuchungen berichtet. Eine Zusammenfassung in Form einer Interviewbefragung ist das 2002 in Frankreich erschienene Buch „L'orgueil d'être une femme“, welches 2003 unter dem Titel „Vom Stolz eine Frau zu sein - Über Liebe und Sexualität“ auf Deutsch erschien. In diesem erwähnt sie beispielsweise, dass Frauen „aktiv zur Verbesserung ihrer Stellung beigetragen“ (Hite, Barraud, 2003, S.14) haben. Sie ist der Meinung, dass Masturbation kein Tabu Thema mehr ist und Frauen ihr Wissen verwenden können, „um eine neue Art sexueller Beziehung aufzubauen“ (Hite, Barraud, 2003, S.14). Shere Hite empfindet heutige Frauen als autonomer, sie können ihre Sexualität nach eigenen Wünschen definieren, „auch wenn sie einen Druck spüren, der ihnen vorschreiben will, was sie sein und wie sie sich verhalten sollen.“ (Hite, Barraud, 2003, S.15).

Auf die Frage, ob ihre Recherche die Sichtweise der weiblichen Sexualität verändert hat, antwortet sie umfassend. In ihren Studien konnte sie zeigen, dass Frauen eine klitorale Stimulation benötigen, um einen Orgasmus zu erreichen. Das Eindringen in die Vagina stellt eine untergeordnete Rolle dar. Dass viele Frauen auf Grund der Tatsache, dass sie masturbieren, wissen, wie sie sich selbst stimulieren und einen Orgasmus erreichen können, konnte Shere Hite in ihren Untersuchungen belegen. Dass eine Frau unzureichend sei, wenn sie nicht durch das Eindringen in die Vagina einen Orgasmus bekommt, ist für sie ursächlich in einer eingeschränkten, gesellschaftlichen Sichtweise auf die Funktion der weiblichen Sexualität begründet und nicht in den Frauen selbst. (Hite, Barraud, 2003, S.15, 16)

### 3.4.2 Studie zum weiblichen Orgasmus

Im Jahr 2010 erschien in Frankreich ein Buch von Èlisa Brune und Yves Ferroul, mit den Ergebnissen einer Internetumfrage, an der 314 Frauen teilnahmen. Zitiert wird im Folgenden aus der 2011 erschienen deutschen Ausgabe mit dem Titel: „Das Geheimnis der Frauen - Alles über den weiblichen Orgasmus“. Èlisa Brune ist Wissenschaftsjournalistin und Romanautorin. Ihr Schwerpunkt liegt, neben anderen Sachthemen, auf der weiblichen Sexualität. Yves Ferroul ist Sexualmediziner und hat an der Universität in Lille Medizingeschichte und Sexologie gelehrt.

In Ihrer gemeinsam angelegten Internetstudie waren 17 % der befragten Frauen über 50 Jahre alt. Ihnen wurden 50 Fragen hauptsächlich zu ihrem Orgasmuserleben gestellt. (Brune, Ferroul, 2011, S.174, 176) Das Thema Masturbation nimmt insgesamt in der Befragung eher einen kleinen Anteil ein. Es wurden Fragen nach der Häufigkeit, dem Alter bei der ersten Masturbation, dem Gelingen der Masturbation, dem Unterschied der Orgasmen im Vergleich zum Geschlechtsverkehr, dem Erleben der Orgasmen durch Masturbation, sowie danach, wie masturbiert wird und welche Bereiche stimuliert werden, gestellt. (Brune, Ferroul, 2011, S.332-342) Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass 95 % der befragten Frauen masturbieren. Etwas mehr als 10 % gaben an, es selten zu tun, obwohl nicht explizit danach gefragt wurde. (Brune, Ferroul, 2011, S.332) Es wird berichtet, dass fast alle Frauen masturbieren haben, nur in der Häufigkeit, dem Stellenwert und dem Ergebnis liegen die Unterschiede. (Brune, Ferroul, 2011, S.333)

Die meisten Frauen (36 %) entdeckten die Masturbation im Alter zwischen 12 und 15 Jahren. Unter 12 Jahre begannen 27 % der Frauen zu masturbieren und über 25 Jahre 11 %. (Brune, Ferroul, 2011, S.333) Aus den Antworten leiten die Autor\*innen eine ebenso große Vielfaltigkeit der Frauen ab, wie „die Einstellung zum sexuellen Vergnügen in Paarbeziehungen“ (Brune, Ferroul, 2011, S.335). Sie stellen fest, dass „Unabhängig von den Wünschen eines etwaigen Partners...jede Frau ihren eigenen sexuellen Antriebsmotor, der entweder laut knattert, hart arbeitet oder ganz leise schnurrt.“ (Brune, Ferroul, 2011, S.336) hat. 82 % der Frauen masturbieren aus Neugier oder aufgrund sexueller Erregung. (Brune, Ferroul, 2011, S.182) Durch Masturbation



kommen 80 % der befragten Frauen mühelos zum Orgasmus. (Brune, Ferroul, 2011, S.337) Beim Erleben des Orgasmus durch Masturbation geben 20 % eine höhere Intensität an, im Vergleich zum Geschlechtsverkehr. Allerdings fällt es 69 % der befragten Frauen leichter durch Masturbation zum Orgasmus zu kommen. (Brune, Ferroul, 2011, S.342, 343)

Dass es für Frauen, im Gegensatz zu Männern, oft eine Entdeckungs- und Lehrreise ist, um generell zum Orgasmus zu kommen, wird ebenso festgestellt. (Brune, Ferroul, 2011, S.293) Daraus wird gefolgert und bestätigt, dass die Orgasmushäufigkeit mit dem Alter zunimmt. (Brune, Ferroul, 2011, S.193) „Nicht das Alter an sich führt eine Veränderung herbei, sondern die eigene Geschichte, die Erfahrung, die Lernerfolge, kurz: der Forscherinnendrang.“ (Brune, Ferroul, 2011, S.140). Éliisa Brune und Yves Ferroul teilen die Meinung, dass der selbst gelernte Orgasmus in der Masturbation, Frauen den Orgasmus in einer Partnerschaft erleichtert und somit Frauen zu jeglicher Form der Masturbation ermutigt werden sollten. (Brune, Ferroul, 2011, S.162)

### 3.4.3 Studie zur Masturbation

Eine vielversprechende Arbeit mit dem Titel „Mysterium Masturbation. Wenn sich Frauen selber lieben“ erschien 2004 von Carolin Erb und Deborah Klingler. Interessant ist, dass das Buch selbst nur noch im Antiquariat für einen hohen Preis zu erwerben ist. Auch der Verlag und die Autor\*innen haben keine Ausgaben zur Verfügung. Nur wenige Bibliotheken führen es. Die Frage nach dem Warum ein Buch, welches sich ausschließlich mit der weiblichen Masturbation beschäftigt, so schwer zu beschaffen ist, lässt die Verfasserin an dieser Stelle offen.

Carolin Erb und Deborah Klingler studierten beide Psychologie an der Universität in Wien. Sie empfinden es auf Grund des geschichtlichen Zusammenhanges, nicht verwunderlich, dass das Thema weibliche Masturbation heute noch mit Scham- und Schuldgefühlen besetzt ist. (Erb, Klingler, 2004, S.9) Als Definition des Begriffes Masturbation schreiben sie „Masturbation, die Lust und Freude am eigenen Körper, kann eine Bereicherung für die eigene Sexualität sein. Sie nimmt eine wichtige Stellung

in der Sexualität ein und ist eine Möglichkeit eigenständigen Lustgewinns, die neben anderen Formen Bestand findet.“ (Erb, Klingler, 2004, S.9).

In ihrer Untersuchung konnten sie neben einer umfangreichen Literaturrecherche, 30 Frauen in qualitativen Interviews befragen. Carolin Erb und Deborah Klingler verfolgten vier Fragestellungen. „Wie erleben und bewerten erwachsene Frauen Selbstbefriedigung? Wird Masturbation als eigenständige Form der Sexualität erlebt? Welchen Einfluss hat Partnerschaft auf Masturbation? Welche Rolle spielen gesellschaftliche Erwartungen und Wertvorstellungen?“ (Erb, Klingler, 2004, S.9).

Die befragten Frauen waren im Alter von 19 bis 61 Jahren. Sechs Frauen waren über 40 Jahre, davon nur eine über 60 Jahre. Die Verfasserin sieht vor allem in den letzten beiden Fragestellungen eine nötige Differenzierung zur eigenen Arbeit, da die Mehrzahl der Befragten deutlich jünger war.

Die Untersuchung von Carolin Erb und Deborah Klingler ist sehr umfangreich, weshalb hier nur für die vorliegende Arbeit relevanten Ergebnisse herausgegriffen werden.

29 der befragten Frauen gaben in ihrer Erinnerung an die erste Masturbation, ein angenehmes Gefühl an. Ein schlechtes Gewissen und Schuldgefühle hatten dennoch 20 von ihnen. Etwas Verbotenes zu tun sowie Gefühle wie Scham und Unsicherheit nahm die Mehrzahl wahr. (Erb, Klingler, 2004, S.223) Ihre angenehme Körperempfindung und die Entdeckung der Masturbation haben vielleicht aus eben genannten Gefühlen damals nur 6 von 30 Frauen mit anderen geteilt. (Erb, Klingler, 2004, S.224) Fast die Hälfte (13) der befragten Frauen reden mit ihrem Partner über ihre eigene Masturbation. (Erb, Klingler, 2004, S.229) Alle Frauen geben eine positive Einstellung allgemein zum Thema Masturbation und auch speziell zu ihrer eigenen an. (Erb, Klingler, 2004, S.231) Eine der befragten Frauen berichtet von einer Veränderung in der Häufigkeit vor und nach der Geburt ihres Kindes. Für alle Frauen stellt die Masturbation eine Bereicherung ihrer Sexualität dar, neben einer „Anreicherung ihrer gesamten sexuellen Potenz“ (Erb, Klingler, 2004, S.232). Masturbation wird von ihnen als Erregung mit sich selbst und als eigenständige Form der Liebe beschrieben. Sie dient nicht primär der Funktionssteigerung im sexuellen Austausch mit dem Partner.

Die Bedeutung von Masturbation in der Öffentlichkeit erleben 11 Frauen als niedrig oder nicht existent. (Erb, Klingler, 2004, S.232) Von den befragten Frauen erleben 18 das Thema weibliche Masturbation als Tabuthema, 14 beschreiben es als verkleumt. Dass die meisten Frauen masturbieren, steht für viele außer Frage, aber die Mehrzahl schweigt darüber oder bestreitet es gar. (Erb, Klingler, 2004, S.233) Zusammenfassend stellen die beiden Autor\*innen zum gesellschaftlichen Stellenwert der Masturbation fest,

...,dass diese im Wesentlichen kaum bis gar keine öffentliche bzw. mediale Beachtung findet. Dies spiegelt sich teilweise auch in den Aussagen der Interviewpartnerinnen wider, die zwar fast alle angeben, ihre Masturbation für sich ohne Tabus zu leben, jedoch im Austausch mit anderen sehr klare Grenzen ziehen. (Erb, Klingler, 2004, S.255).

Dass es nach wie vor keine Selbstverständlichkeit für einen entspannten Umgang mit dem Thema Sexualität im Allgemeinen und zur weiblichen Masturbation im Speziellen gibt, stellen Carolin Erb und Deborah Klingler am Ende ihrer Untersuchung fest. Wenn es den gäbe, wären ihrer Ansicht nach viele Frauen von ihren Schuldgefühlen befreit. Die Ursache der Schuldgefühle, sehen sie hauptsächlich in unzureichender Sexualerziehung und einer fehlenden Aufklärung. Sie plädieren dafür, Mädchen von klein auf mit mehr Eigenverantwortlichkeit und einem größeren sexuellen Selbstbewusstsein zu erziehen. (Erb, Klingler, 2004, S.256)

### 3.5 Zusammenfassung

Deutlich wird, dass Shere Hite und andere mit ihren Arbeiten und Texten versucht haben, die weibliche Masturbation von ihrem Tabu zu befreien. Dass dies schrittweise gelingt, wird auch sichtbar. Wie lange es dauern wird, bis mit Masturbation offen, ehrlich und gänzlich ohne Scham umgegangen werden kann, bleibt fraglich. Es gibt Autor\*innen, die mit alten Vorurteilen aufräumen und Frauen zeigen wollen, dass Masturbation nichts ist, wofür sie sich schämen müssen. Nachweislich gewinnen sie eher an Autonomie, Lust und Selbstvertrauen, wenn sie masturbieren. Dass sie keinerlei gesundheitliche Schäden mit sich bringt, wurde mehrfach bestätigt. Welchen Stellenwert und

welche Bedeutung sie allerdings bei jeder Einzelnen einnimmt, ist und bleibt individuell.

„Die Ideologie der sexuellen Revolution war weiter als die Körper der Frauen – der Kopf war weiter als die Gefühle.“ (Haarmann, 2006, S.31) Seit Jahrtausenden existieren Schuld, Scham, sexuelle Unzufriedenheit sowie körperliches Zurückweichen in Frauen. Dies ist nicht in wenigen Generationen abzulegen. (Haarmann, 2006, S.34)

Abschließen möchte die Verfasserin den Literaturteil mit einer von Claudia Haarmann gestellten Frage: „Reichen 40 Jahre sexuelle Befreiung aus, um uns nach Jahrtausenden sexueller Unterdrückung zu neuen Menschen zu machen?“ (Haarmann, 2006, S.16).

## **Praktischer Teil**

Im nun folgenden Praktischen Teil der Arbeit wird die durchgeführte qualitative Studie in ihrem gesamten Vorgehen dargelegt.

### **4. Methode und Aufbau**

In diesem Abschnitt der Arbeit wird die Wahl des Forschungsdesigns begründet und seine Durchführung dargestellt. Es werden die Kriterien zusammengefasst, nach denen das Forschungsmaterial ausgewertet wurde und Informationen zur Forschungsethik und zum Datenschutz gegeben.

#### **4.1 Forschungsdesign**

Im Bereich der wissenschaftlichen Forschung gibt es zwei Untersuchungsansätze. Den qualitativen und den quantitativen Ansatz. Streng genommen bilden Qualität und Quantität immer eine Einheit und stellen prinzipiell keinen Gegensatz dar. (Häder, 2006, S.66, 67) Allerdings ergeben sich aus den beiden Ansätzen strategisch unterschiedliche Methoden. In der Qualitativen Forschung wird eher nach hochstandardisierten Instrumenten

gestrebt, um möglichst objektive, vom Forscher unabhängige Ergebnisse zu erzielen. Das Hauptaugenmerk der Qualitativen Forschung liegt darin, sich ausführlich und intensiv einzelnen Fällen zu widmen. (Häder, 2006, S.68) Es geht um das Beschreiben von relativ wenigen Fällen, ebenso wie um das Entdecken und Verstehen von Sachverhalten. Das Vorgehen ist kaum standardisiert und es gilt das Prinzip der Offenheit. (Häder, 2006, S.69) Die Verfasserin hat sich für eine qualitative Herangehensweise entschieden, da aufgrund der Intimität des Themas eine höhere individuelle Ergebnislage zu erwarten ist.

## 4.2 Interviewmethode

In der vorausgegangenen Pilotstudie wurde bereits ein leitfadenorientiertes Interview geführt. Das grundsätzliche Vorgehen und der Entschluss, eine qualitative Forschung in diesem Themenfeld durchzuführen, erwies sich als sinnvoll und ergiebig. Im Ergebnis wurde deutlich, dass das Interview zu strukturiert war und es stellenweise durch die Art der Fragestellung zu Missverständnissen bezüglich der Begrifflichkeiten kam. Aus diesem Grund hat sich die Verfasserin in der vorliegenden Arbeit eher für einen narrativen Ansatz der Interviewführung entschieden. In dieser Studie legt die Verfasserin außerdem großen Wert darauf, vor jedem Interview den Begriff Masturbation eingehend zu erläutern, da er in der Fragestellung vorkommt und Missverständnisse ausgeschlossen werden sollen. Jeder teilnehmenden Person wird freigestellt, welchen Begriff sie in der Beantwortung der Fragen benutzt.

Der narrative Ansatz ist geeignet, wenn es um „subjektive Sinnstrukturen geht, die sich nicht einfach direkt erfragen lassen. Auch unerforschte Gebiete...“ (Wohlrab-Sahr, Przyborski, 2014, S.74) können so erschlossen werden. Eine Voraussetzung des narrativen Ansatzes sind tatsächlich selbst erlebte Geschichten. (Wohlrab-Sahr, Przyborski, 2014, S.81) Damit ein Interview mit narrativem Ansatz zustande kommt und die teilnehmende Person frei und unbefangen erzählen kann, ist eine vertrauensvolle Atmosphäre zwischen beiden Parteien Voraussetzung. Um dies zu erreichen, hat das Vorgespräch eine bedeutende Funktion und ist somit zurecht ein Bestandteil des narrativen

Interviews. (Wohlrab-Sahr, Przyborski, 2014, S.87) In diesem kann auch eine weitere Voraussetzung geklärt werden, nämlich ob die teilnehmende Person eine Erzählung präsentieren kann. (Wohlrab-Sahr, Przyborski, 2014, S.74) Hilfreich ist es, den teilnehmenden Personen vorab einen Einblick zu geben, worüber geforscht wird. Es geht um eine allgemeine Einführung und das persönliche Interesse. Es sollte darauf geachtet werden nicht zu viel preiszugeben, um die Forschungsergebnisse möglichst unbeeinflusst zu lassen. (Wohlrab-Sahr, Przyborski, 2014, S.44) Ein narratives Interview zu führen bedeutet nicht, dass die befragte Person völlig offen und frei erzählt. Es kann sich auf Prozesse beziehen. (Wohlrab-Sahr, Przyborski, 2014, S.82) Da es sich um ein sehr intimes Thema handelt, über welches die zu befragenden Personen möglichst frei erzählen sollen und die Gefahr der Stille bestehen kann, hat sich die Verfasserin dafür entschieden ein leitfadengestütztes narratives Interview zu führen. Neben der offenen Eingangsfrage gibt es, auf das deduktive Kategoriensystem gestützte, weitere offenen Leitfragen. In einzelnen Kategorien gibt es ebenso exmanente Fragen, die gestellt werden können, falls sie nicht bereits beantwortet sind oder sich aus den immanent gestellten Fragen ergeben haben. Der ausführliche Interviewleitfaden befindet sich im Anhang (A 3.) dieser Arbeit. Alle Interviews werden mit einem Audioaufnahmegerät aufgezeichnet und anschließend anonymisiert transkribiert. Anonymisierung bedeutet Orte, Beruf oder andere auf die teilnehmende Person zurück zu führenden Details soweit zu verallgemeinern, dass keine Rückschlüsse auf die Person gezogen werden können. Wenn Personennamen im Interview genannt werden, werden sie im Text durch andere ersetzt. Die Regeln nach denen transkribiert wird finden sich im Anhang (A 6.).

#### 4.3 Datenauswertung

Für die Auswertung der Daten wird die Qualitative Inhaltsanalyse nach Mayring angewendet mit einem deduktiven Kategoriensystem, welches anhand der Forschungsfragen und Hypothesen im Vorfeld erstellt wurde. Die Ergebnisse aus der vorausgegangenen Pilotstudie wurden in der Erstellung des deduktiven Kategoriensystems ebenso mit einbezogen.

Jede Kategorie ist definiert, um sie möglichst klar voneinander zu trennen. Im Anhang (A 4.) ist der zu Beginn erstellte, deduktive Kodierleitfaden einzusehen. Das gesamte Textmaterial wird durchgearbeitet und möglichst alle Textstellen werden den Kategorien zugeordnet. Nach Sichtung von 30 bis 50 % der Texte werden die Kategorien überprüft und gegebenenfalls um induktive Kategorien als Unterkategorien oder sich zusätzlich ergebene Hauptkategorien ergänzt. Die Daten werden so mehrfach durchgearbeitet und abschließend mit dem so entstandenen deduktiven / induktiven Kodierleitfaden nochmals kontrolliert. Die Definitionen und Ankerbeispiele werden im Prozess angepasst. (Mayring, 2015, S.97-99)

Als Kategorien werden ausschließlich thematische Kategorien verwendet. Das bedeutet, die codierten Textstellen enthalten Informationen zu der inhaltlichen Kategorie, wodurch eine Richtung des Segmentes in der Kategorie gegeben wird. Udo Kuckartz nennt dies eine Zeiger Funktion, aber „Eine exakte Bestimmung der Grenzen des Segmentes ist nicht vorrangig.“ (Kuckartz, 2018, S.34). Dies lässt ein Überlappen der Kategorien zu. (Kuckartz, 2018, S.43) Die Definitionen der einzelnen Kategorien werden trotzdem so exakt und abgrenzbar wie möglich formuliert. Das gewählte Vorhaben lässt allerdings zu, dass Textstellen, die zum Beispiel eine Erfahrung beschreiben und gleichzeitig eine körperliche oder seelische Empfindung beinhalten, doppelt codiert werden können. Das so entstandene Codebuch ist mit Definitionen und Ankerbeispielen im Anhang (A 5.) dieser Arbeit einzusehen.

Wenn das gesamte Textmaterial codiert ist, werden thematische Summaries für jede einzelne Kategorie geschrieben. Hier werden keine Zitate verwendet, sondern mit dem Blick auf die Forschungsfragen eigene Worte der Verfasserin für die Zusammenfassung verwendet, welche keinen interpretativen Charakter aufweisen. Die erstellten Summaries werden in der Ergebnisdarstellung ausformuliert und mit prägnanten Zitaten belegt. Im Anschluss folgt die Ergebnisdiskussion, in der die Daten der Analyse interpretativ mit Blick auf die Forschungsfragen ausgewertet werden. (Kuckartz, 2018, S.111, 112)

Für die Codierung wird das Programm MAXQDA zur Unterstützung verwendet.

#### 4.4 Datenschutz

Alle teilnehmenden Personen erhalten im Vorgespräch eine Datenschutzvereinbarung und die Möglichkeit, Fragen zu dieser zu stellen. Die Datenschutzvereinbarung wurde vom Datenschutzbeauftragten der Hochschule Merseburg gegengelesen und als ausreichend bewertet. Eine Ausführung findet sich im Anhang (A 2.).

#### 4.5 Forschungsethik

In einer Forschungsarbeit mit Menschen muss dem Wohl und den Rechten des Menschen selbst genügend Schutz gewährleistet werden. In diesem Sinne darf die Generierung neuen Wissens nie über die Rechte und Interessen des Individuums gestellt werden. Die Risiken, die entstehen können, sollen auf einem Minimum gehalten werden. Die Verantwortung liegt vollumfänglich bei den forschenden Personen.

In der vorliegenden Arbeit werden die Richtlinien des Bundesministeriums für Bildung und Forschung befolgt und eingehalten. Die teilnehmenden Personen werden schriftlich über ihre Rechte informiert. Ihnen ist bekannt, dass ihre Teilnahme freiwillig ist und sie jederzeit ihre Teilnahme widerrufen können oder ihre eventuell bereits erhobenen noch nicht anonymisierten Daten auf Wunsch gelöscht werden.

Sollten während der Teilnahme schmerzhaft und / oder traumatische Ereignisse auftauchen, wird der teilnehmenden Person eine Beratung ermöglicht.

Über all diese Sachverhalte wird jede Person mündlich im Vorgespräch sowie schriftlich in der Datenschutzvereinbarung informiert. (Poelchau, Briken, Wazlawik, Bauer, Fegert, Kavemann)

### 5. Datenerhebung

In diesem Abschnitt wird das Vorgehen zur Akquise geeigneter Interviewpartner\*innen beschrieben. Ebenso wird detailliert darauf



eingegangen, wie die Daten weiterverarbeitet werden und wer die teilnehmenden Personen sind. Grundlage dafür ist das Vorgespräch.

## 5.1 Akquise allgemein

Um geeignete Interviewpartner\*innen zu finden, hat die Verfasserin schon lange vor dem Beginn der Arbeit im Freundes- und Bekanntenkreis von dem Vorhaben berichtet. Da es ein breites, berufliches Netzwerk aus Ärzt\*innen, Psychotherapeut\*innen, Physiotherapeut\*innen, Heilpraktiker\*innen und Kursleiter\*innen gibt, konnte dieses dann für die gezielte Suche genutzt werden. Die Verfasserin erstellte ein Informationsblatt (Anhang A 1.) zum geplanten Vorhaben, welches potenziellen Studienteilnehmer\*innen von den Netzwerkpartner\*innen ausgehändigt werden konnte. Auf einen Aushang oder eine Anzeige wurde auf Grund des intimen Themas verzichtet. Durch die individuellen Anfragen sollte eine ausreichende Vertrauensbasis unterstützt werden. Auf diesem Weg konnten drei Frauen gefunden werden, die momentan im näheren Umkreis der Verfasserin leben und alle das 70. Lebensjahr erreicht haben. Voraussetzung zur Teilnahme war, über das Thema Masturbation zu sprechen und vor allem die Bereitschaft einen Bezug zum Erleben in der eigenen Biografie herzustellen.

## 5.2 Umgang mit den Daten

Um die Daten der Interviewpartner\*innen zu schützen erhalten sie ein Pseudonym, welches nur die Verfasserin zuordnen kann und auf Grund der geringen Teilnehmerzahl auf eine Verschriftlichung verzichtet werden konnte. Mit jeder teilnehmenden Person wurde ein Vorgespräch geführt. Zu diesem Termin konnte ein Kennenlernen stattfinden. Die Verfasserin erklärte persönlich ihr Vorhaben, sowie das Vorgehen beim Interview und der anschließenden Datenweiterverarbeitung. Einen Hinweis über mögliche auftauchende zurückliegende Traumata und dem Umgang damit konnte vermittelt werden. Alle Teilnehmer\*innen unterzeichneten die Datenschutzvereinbarung (Anhang A 2.) zu diesem Termin. Die

unterzeichneten Vereinbarungen wurden von der Verfasserin an einem für Dritte nicht erreichbaren Ort aufbewahrt. Ebenso hatten die teilnehmenden Personen die Möglichkeit Fragen zu stellen.

### 5.3 Allgemeine Angaben der Interviewteilnehmer\*innen

Alle drei Teilnehmer\*innen suchten sich als Vorgesprächs- und Interviewort ihre eigene Wohnung aus. Ein Grund hierfür könnte sein, dass die Rolle der Gastgeber\*in ein Gefühl von Sicherheit und Entspannung verschafft, die Situation aktiv mit zu gestalten. (Wohlrab-Sahr, Przyborski, 2014, S.64)

Zwei der teilnehmenden Personen wurden über Netzwerkpartner\*innen vermittelt. Eine Teilnehmer\*in konnte aus dem Bekanntenkreis rekrutiert werden. Auch wenn es sich um einen weitläufigen Bekanntheitsgrad handelt und sich ein Restrisiko bezüglich der Offenheit im Interview ergeben könnte (Wohlrab-Sahr, Przyborski, 2014, S.49), hält die Verfasserin sie trotzdem für eine geeignete Interviewpartner\*in, da die Bereitschaft, über das Thema der Masturbation zu reden, sich im Vorgespräch zeigte. Sehr frei und ungezwungen ging sie von sich aus auf intime Details ein. Sie äußert ihr volles Vertrauen in die Verfasserin bezüglich der Einhaltung der Schweigepflicht. Alltägliche Begegnungen sind nahezu ausgeschlossen, wodurch sich auch keine Befangenheit in der Interpretation ergeben sollte. (Wohlrab-Sahr, Przyborski, 2014, S.49)

Das Informationsblatt zur Masterarbeit wurde allen teilnehmenden Personen im Vorfeld per Post zugesandt.

Alle drei Interviewpartner\*innen gaben nach dem Vorgespräch an, keine offenen Fragen zu haben. Jede unterzeichnete die Datenschutzvereinbarung.

#### 5.3.1 Teilnehmer\*in eins (T1)

T1 ist 71 Jahre alt und in einem bayrischen Dorf mit einem jüngeren Bruder aufgewachsen. Ihre Eltern beschreibt sie als sehr religiös, vor allem die Mutter wäre streng gewesen. Von ihr stamme die Haltung: Alles was Spaß macht, ist verboten und das Erdendasein musst du aushalten. Ihre Familie war dem evangelischen Glauben zugehörig. Dies führte dazu, dass sie in dem eher

katholischen Dorf, mit wenigen anderen, als Schülerin in einem extra Klassenzimmer unterrichtet wurde. Allgemein beschreibt sie ihre Wohnsituation als Kind sehr ärmlich. Erst mit 12 / 13 Jahren bekam sie ein eigenes Zimmer. Interessant ist für sie rückblickend, dass es mit dem Einsetzen ihrer ersten Periode zusammenhing. Sehr jung hat T1 den Vater ihrer drei (Junge, Mädchen, Junge) Kinder geheiratet. Aus ihrem Glauben heraus hatte sie keinen Sex vor der Ehe. Die Ehe hielt 20 Jahre. Sie ist seit ca. 30 Jahren geschieden und hat fünf Enkelkinder. In ihrem Leben war sie hauptsächlich Hausfrau und Mutter. Mit 37 Jahren arbeitete sie halbtags in einem Buchhandel, später dann in einer Therapieeinrichtung für Nicht-Sesshafte. Dort konnte sie eine Ausbildung zur Hauswirtschaftlichen Anleiterin absolvieren. Sie hatte nach ihrer Ehe einen Lebensgefährten für sechs Jahre, von dem sie seit 20 Jahren getrennt ist. Seitdem lebt sie allein.

Das Vorgespräch fand Ende Juli statt. Auf Anhieb waren eine sehr vertraute Stimmung und ein Einstieg in das Thema gegeben. T1 berichtete, wie wertvoll sie dieses Thema findet und welche Erfahrungen sie mit einer ihrer Enkeltöchter bereits machen konnte.

### 5.3.2 Teilnehmer\*in zwei (T2)

T2 ist 82 Jahre alt und in einer Kleinstadt im Erzgebirge als jüngstes Kind mit einer Schwester und einem Bruder aufgewachsen. Sie berichtet, dass ihre Mutter in der damaligen Zeit mit über 30 Jahren als spät verheiratet und spät gebärend galt. Außerdem beschreibt T2 ihre Mutter mehrfach als sehr chaotisch. Eine feste Glaubensrichtung wurde in der Familie nicht gelebt. Die Kirche wurde von ihren Eltern eher in Frage gestellt. Trotzdem spielten die Dorfkirche und der Kantor eine sehr wichtige Rolle in ihrem Leben. Als sechsjähriges Kind begann sie in der Kurrende zu singen. Sie war so bis zum Beginn ihres Studiums immer mit der Kirche verbunden, hat sich aber nie mit dem Glauben identifiziert. Der Klangraum der Kirche habe sie süchtig gemacht. Mit 21 Jahren heiratete sie, die Ehe hielt vier Jahre. Eine zweite Ehe bestand für neun Jahre, aus der es einen Sohn gibt. T2 war bei seiner Geburt 28 Jahre alt. Im Vorgespräch erwähnt sie eine weitere Schwangerschaft, die sie unter für sie unangenehmen Bedingungen beendet hat. Ob es weitere

Partnerschaften gab erwähnt sie nicht. Momentan lebt T2 allein. Es gibt einen Enkelsohn. Beruflich stand T2 ihr Leben lang als Sängerin auf der Bühne. Im Vorgespräch, Anfang September, zeigte sich T2 gesprächsbereit. Schnell entstand eine offene und vertrauensvolle Unterhaltung über unterschiedlichste Themen. Sie erzählte aus ihrem Leben, aus dem Leben ihrer Eltern und nahm immer wieder Bezug zur heutigen Gesellschaft und dem Thema Weiblichkeit. Ebenso berichtet sie über ihre Krebserkrankung mit 50 Jahren, bei der ihr ihre Gebärmutter entfernt wurde.

### 5.3.3 Teilnehmer\*in drei (T3)

T3 ist 70 Jahre alt. Sie ist mit einem älteren Halbbruder, mit einer großen Schwester und einem jüngeren Bruder auf dem Land im Nordosten Deutschlands aufgewachsen. Ihr Vater sei katholisch gewesen, aber nur am Heiligen Abend zur Kirche gegangen. Ihre Mutter sei oft wütend auf die Kirche gewesen. Sie selbst ist bis zu ihrem 14. Lebensjahr in die Christenlehre gegangen. Danach hat sie sich bewusst gegen den Glauben entschieden. T3 hat ihren ersten Mann jung geheiratet. Diese Ehe hielt ca. 20 Jahre, es gibt einen gemeinsamen Sohn. Ihren zweiten Mann lernte sie mit 40 Jahren kennen, dieser verstarb nach acht Jahren Pflege im letzten Jahr an Krebs. Ganz unerwartet hat sie diesen Sommer einen Mann kennengelernt, in den sie sich, anfangs etwas zögerlich, verliebt hat. Im Vorgespräch, Anfang September, berichtet sie viel über diese, für sie unmöglich geglaubte, Situation. Ihr Empfinden und Erleben sowie der Umgang damit, nehmen Raum ein. T3 hat zwei Enkelkinder. Sie hat studiert und viele Jahre im Handelswesen gearbeitet.

## 6. Ergebnisdarstellung

In diesem Abschnitt werden die Ergebnisse der Interviews möglichst interpretationsfrei dargestellt und mit einigen treffenden Zitaten belegt. Da jede teilnehmende Person ihre individuelle Sicht besitzt, wird darauf verzichtet Verallgemeinerungen zu treffen. Dies bedeutet, dass soweit möglich unter

jedem Code die erstellte Zusammenfassung (Summary) für jede teilnehmende Person extra ausformuliert wird. Ein weiterer Grund für dieses Vorgehen ist die geringe Datenmenge. So werden individuelle Sichtweisen deutlicher hervorgehoben.

Mit Hilfe der computergestützten Analyse des Programmes MAXQDA konnte ein Codesystem entwickelt werden. Dies besteht aus vier Hauptkategorien (Code) und den jeweiligen Unterkategorien (Subcode). Vereinzelt sind die Unterkategorien in weitere Unterkategorien (Subsubcode) nochmal differenziert. Dies wird zu Beginn einer jeden Hauptkategorie bildhaft dargestellt. Ebenso wird eine Ausformulierung der jeweiligen Kategorie Definitionen zu Beginn gegeben. Den Kategorien sind die jeweiligen Segmente aus allen drei Interviews zugeordnet. In der bildhaften Darstellung gibt die Zahl in der Klammer hinter jedem Code / Subcode / Subsubcode die jeweilige Anzahl der Segmente an, die jeweils codiert wurde.

## 6.1 Subjektives körperliches und geistiges Empfinden

Diese Hauptkategorie beinhaltet alle Segmente, in denen eine befragte Person über ihr eigenes körperliches oder geistiges Erleben in Bezug auf die eigene Sexualität und die Masturbation berichtet. Alle Lebensabschnitte, sowie das Benennen von Gefühlen sind inbegriffen. Diese werden in *unangenehme Äußerungen* und *angenehme Äußerungen* unterteilt. Erfasst wurden hier auch, welche *Auswirkungen die Masturbation* auf das körperliche und geistige Erleben hat, sowie die *Motivationen Masturbation zu leben*.

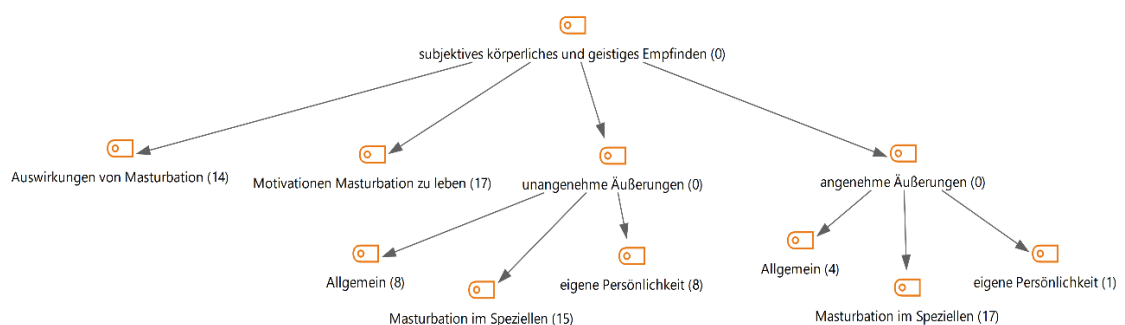


Abbildung 1 Kategorienbaum Subjektives körperliches und geistiges Empfinden

### 6.1.1 Auswirkungen von Masturbation

In diesem Subcode wurden Textstellen erfasst, die Überzeugungen und selbst gemachte Erfahrungen der befragten Personen beschreiben, welche Auswirkungen Masturbation (gelebt und ungelebt) auf das körperliche und / oder geistige Erleben haben kann.

Für T1 ist klar, dass gelebte Masturbation einen positiven Effekt auf körperliches und seelisches Empfinden hat. „Also das ist eher so das, weil ich sage, geistiges Wohlbefinden-. Das ist so ein Gesamtpaket, würde ich sagen“ (T1, 437). Gleichzeitig fragt sie sich, warum sie es sich aus diesem ihr bekannten positiven Effekt nicht öfter gönne. Eine deutliche Veränderung in der Größe des positiven Effektes nahm sie ab der Zeit, wo das Thema Masturbation "unbelastet" (T1, 423) war, wahr. Im Alter erscheine ihr der Weg zum Orgasmus hin und wieder zu anstrengend und sie frage sich, warum sie sich diesen Weg nicht schöner gestalte.

T2 ist davon überzeugt, dass die Klitoris einer Frau dafür da sei, benutzt zu werden. Sie empfindet es als großen Mangel, wenn eine Frau in ihrem Leben nie in den Genuss eines Orgasmus komme. Sie äußert die Vermutung, dass aus diesem Grund Frauen wenig Lust auf Sex haben. Sie hält die Masturbation für etwas völlig Normales, was gelebt werden dürfe und nur positive Auswirkungen habe. „...etwas Positives. Sonst würde man es doch nicht machen. Und da kann es doch so schlecht nicht sein. Wie es gemacht wird, und wie es auch vermieden wird, darüber zu sprechen.“ (T2, 343).

Auch T3 ist davon überzeugt, dass die gelebte Masturbation für jede Frau nur von Vorteil sein könne. Selbst zu wissen, wie es möglich ist einen Orgasmus zu erreichen, sollte jede Frau ihrer Meinung nach so früh wie möglich erfahren. Im besten Falle noch vor dem ersten sexuellen Partnerkontakt. Die Selbstbestimmung spiele für sie eine zentrale Rolle. Selbst in der Lage zu sein, sich Glücksgefühle zu erschaffen, empfindet sie alles andere als verwerflich. Wäre sie nicht in der Lage gewesen, ihre Lust mit einem Orgasmus selbst zu

befriedigen, hätte sie möglicherweise an sich als Frau gezweifelt. „Aber muss ich jetzt nicht. Ich musste es von Anfang an nicht.“ (T3, 1177).

#### 6.1.2 Motivationen Masturbation zu leben

Unter diesem Subcode wurden alle Textstellen erfasst, die beschreiben aus welchen Gründen die teilnehmenden Personen Masturbation geübt haben oder aus welchen Motivationen sie es immer noch tun.

Sich selbst zu berühren, habe für T1 immer das Ziel zum Orgasmus zu kommen. Sie könne oft keinen deutlichen Grund erkennen, welcher das Gefühl auslöse zu masturbieren. Beobachtet hat sie bereits als Kind, dass sie danach immer besser schlafen kann. Als Kind war ein Auslöser auch Langeweile im Unterricht. Heute spürt sie Lust, wenn sie keine sonstigen Dinge oder Aufgaben beschäftigen. Eine Erregung und den damit verbundenen Wunsch zu masturbieren, hat sie durch erotische Literatur und auch Filme schon wahrnehmen können. „Das ist, wenn an einem Sonntagmorgen so nichts anstand, ja. Also da kam die Lust einfach automatisch. Und das ist auch heute noch so, an einem Regentag, wenn ich jetzt gar kein Thema habe, dann merke ich das manchmal, fange ich an mich zu berühren, ohne dass ich jetzt von alleine schon ein Pulsieren spüre. Wodurch das ausgelöst wird, kann ich oft gar nicht sagen. Und dann berühre ich mich.“ (T1, 11).

Für T2 stelle vor allem die Sehnsucht des eigenen Körpers nach Befriedigung, eine Motivation zur Masturbation dar. Der Körper selbst verlange dieses Gefühl. „Übrigens gibt es das auch bei Situationen, wo man Körperlichkeit durch einen männlichen Partner befriedigen könnte. Aber da gibt es ja auch viele Lücken. Viele Zeiten, wo man aufeinander wartet und sich dann eben doch vielleicht schon, in jüngeren Jahren, öfters unbefriedigt fühlt. Vor allem, weil du nicht ständig in sexueller Beziehung leben kannst. Das Leben hat zu viele Pflichten. Ich denke, dass von jüngeren Jahren angefangen, diese Masturbation hier und da üblich ist. Aus reiner Sehnsucht, befriedigt zu sein.“ (T2, 7). Ebenso meint sie, dass ein Mann zum Leben einer Frau gehöre und sie sich nicht vorstellen könne, dass es Menschen gibt, die auf sexuelle

Befriedigung verzichten wollen. Das Masturbation beim Einschlafen eine Unterstützung sein kann, hat sie ebenso bemerkt. Eine Erregung durch eine ihr angenehme männliche Stimme konnte sie auch wahrnehmen. „Wenn einer eine schöne Stimme hat und damit brillieren kann-, da kann das schonmal direkt in den Unterleib gehen.“ (T2, 61).

Für T3 liegt eine Hauptmotivation sich selbst zu berühren darin, sich selbst zu spüren und zu fühlen: „...für mich ist das das Gefühl, irgendwie eine Erfüllung zu finden. Aber die hängt mit dem körperlichen Tun zusammen. Also nicht die von außen auf mich einströmt, dass ich einen schönen Film gucke oder dass ich mich begeistere für irgendwas, sondern das kommt direkt aus mir raus.“ (T3, 5). Sie bekäme damit ein Gefühl der Kontrolle über sich selbst und ihren Körper. Es gäbe ihr eine Bestätigung lebendig zu sein. Sie masturbiert um Freude und "diesen Kick" (T3, 1047) zu empfinden. „Aber ich weiß nicht warum und weshalb, aber ich wollte es spüren. Ich wollte es spüren, dass du noch da bist. In dieser Beziehung da bist.“ (T3, 1062).

### 6.1.3 Unangenehme Äußerungen

Dieser Subcode wurde beim Codieren nochmals in drei Unterkategorien (Subsubcode) aufgeteilt. Die folgenden Summaries umfassen alle drei Subsubcodes. Es werden die unangenehmen Gefühle und Äußerungen beschrieben, welche die befragten Personen im *Allgemeinen*, in Bezug auf die *eigene Persönlichkeit* und *Masturbation im Speziellen* äußerten.

T1 vermute, gesagt bekommen zu haben, dass sie sich nicht am Genital berühren dürfte. Dieses Verbot machte sie neugierig diesen Bereich doch zu berühren, löste aber immer ein schlechtes Gewissen und Scham aus. Einige Situationen der Mutter im Umgang mit ihren Enkelkindern lässt sie ebenso darauf schließen, dass das Thema Sexualität in ihrer Kindheit belastet war und somit das schlechte Gewissen unterstützte. „...da waren wir zusammen im Schwimmbad, da war die Anna vielleicht eineinhalb, sie konnte schon sitzen auf der Decke. Und ich bin unter dieses T-Shirt und habe sie am Rücken gestreichelt und meine Mutter ganz entsetzt: Was machst du denn da? Du



hast ja keine Ahnung, was das auslöst bei dem Kind. Also und solche Sätze, die lösen bei mir eben dieses aus, dass ich mir überlege, in was für einer Atmosphäre bin ich groß geworden und deswegen immer dieses schlechte Gewissen dabei.“ (T1, 48). Entschuldigt hat sie das schlechte Gewissen für sich als Kind damit, dass sie nach der Masturbation immer gut schlafen konnte. Panische Sorge, die Mutter könnte etwas bemerken, blieb trotzdem nicht aus. „Ganz am Anfang, das verschämte, das ist was Schlechtes und das darf ich eigentlich nicht. Ganz stark, also ganz stark.“ (T1, 252). Das Thema Sexualität war für sie als unverheiratete Frau angstbesetzt, sie vermutet da einige Empfindungen auch abgespaltet zu haben. Mit ihrem ersten Freud habe T1 vermutlich aus dieser Angst heraus auch nicht geknutscht, das war tabu. Angst hatte sie in der Ehe dann nicht mehr, empfand es aber trotzdem als "abartig" (T1, 444) es zu tun. „Das Gefühl kommt ganz stark hoch, wenn ich über die Zeit rede.“ (T1, 445). „Also da habe ich immer sehr viel selber gemacht, kam mir aber auch da irgendwie schlecht vor, weil ich mir gedacht hab: Eigentlich hätte ich das jetzt eigentlich gedacht, das wäre jetzt noch viel schöner“ (T1, 101). Sehr lange habe sie sich nicht getraut sich ohne Unterhose zu berühren. Sexuelle Witze der Kinder habe T1 nicht ausgehalten und empfand es als furchtbar. Sie konnte dies in ihrer Therapie thematisieren. T1 fühlte sich irritiert, als sie merkte ihre Enkeltochter masturbiert gerade.

Für T2 kursierten Sprüche und Gegebenheiten umher, welche sie als „blöd“ (T2, 137) empfand, z. B. mussten sich Jungs immer heimlich verdrücken und zu ihnen wurde auch gesagt "Fass das nicht an-, dir fault die Hand ab." (T2,133). Das Schweigen über Masturbation begründet sie mit der "sogenannten Moral. Man tut das nicht" (T2 ,217). Allerdings bemerkt sie auch, dass es bei Männern eher toleriert wird als bei Frauen. In der Zeit der Missbrauchserfahrung hat sie, dass „alles so angeekelt" (T2, 93). Eine Selbstberührung war ihr so nicht möglich. Verängstigt war sie über die Aussage, dass sie ins Gefängnis muss, wenn sie über den Missbrauch redet. Ein Geheimnis, welches sie nicht wissen darf, löste als Kind schon ein unangenehmes Gefühl in ihr aus. Sie benutzt das Gefühl "sündig" (T2, 129), und merkt an, dass es gar nicht zu ihr passe, da es doch kirchlich besetzt sei. Sie benutzt das gleiche Wort nochmals und meint, dass es früher eine "große

Sünde" (T2, 222) gewesen sei sowohl für Männer als auch Frauen, sich mit sich selbst zu beschäftigen. Selbst halte sie sich für beschämt, da sie bestimmte Wörter nicht nutzen möchte. Es gibt Wörter, die sie verabscheue und ihr ästhetisch unpassend erscheinen.

T3 berichtet, dass die Mutter ein Buch über den menschlichen Körper hatte, welches nicht offen zugänglich lag. Diese Tatsache lässt sie schlussfolgern, das, was da drin stehe sei verboten und müsse heimlich angeguckt werden. Diese Schlussfolgerung bezieht sie auch auf ihre Selbstberührung. Diese müsse heimlich passieren. Ein spontan zustande gekommenes Gespräch bei einer Weiterbildung mit Frauen über Masturbation war ihrer Meinung nach nur möglich, weil es dunkel war und sich somit niemand direkt ansehen konnte. T3 hält sich selbst für offen und ehrlich, aber über Sex und die "Machart" (T3, 982) zu reden wäre für sie "verwegen"(T3, 983). In ihrer zweiten Ehe hätte sie ihrem Mann nie sagen können, dass der Sex für sie unbefriedigend sei. Sie habe alle Orgasmen vorgetäuscht. „Ich hatte ihn nicht, und ich wollte es ihm nicht sagen. Ich wollte aus eigener-, ich wollte ihm zum Schutz das nicht sagen. Weil ich dachte, meine Gefühle sind nicht so wichtig. Ist vielleicht nicht so wichtig. Du bist ja glücklich mit ihm. Und dieser eine Punkt fehlt eben. Aber der war für mich nicht so wichtig.“ (T3, 792).

#### 6.1.4 Angenehme Äußerungen

Wie im vorherigen Code unangenehme Äußerungen, wurde gleiches Prinzip unter diesem Subcode mit angenehmen Äußerungen übernommen. Die folgenden Summaries umfassen alle drei Subsubcodes. Es werden die angenehmen Gefühle und Äußerungen beschrieben welche die befragten Personen im *Allgemeinen*, in Bezug auf die *eigene Persönlichkeit* und *Masturbation im Speziellen* äußerten.

T1 äußert, dass sie vor allem durch erotische Literatur erregt werde, kenne Erregung aber auch durch normale Romane oder Filme. Wenn sie Erregung wahrgenommen habe, konnte sie immer Möglichkeiten finden, diese zu befriedigen unabhängig von ihrem momentanen Gesundheitszustand.

„...wenn die Erregung da war, habe ich Mittel und Wege gefunden, mir die Erleichterung zu verschaffen. Also das war ein ganz starker Trieb und ich denke vor allem zu den Zeiten, wo dann die Scham wegfiel. Die Scham oder Angst oder was auch immer. Ja? Dann war das stark und ich glaube, dann habe ich mich auch nicht aufhalten lassen.“ (T1, 374). Erregung durch Küsse habe sie mit ihrem Ehemann erfahren. Eine sexuelle Begegnung mit einem 14 Jahre jüngeren Mann empfand sie als "richtig toll" (T1, 127). Eine starke und besondere Erinnerung habe sie an das Gefühl der Selbstberührung als Kind, dies ist anders zu dem Erwachsenen. „Und interessanterweise, wenn ich darüber rede, entsteht da noch das Gefühl, das hat sich ganz anders angefühlt. Also das Spiel an der Vulva und der Höhepunkt als nachher als erwachsene, junge Frau. Und das Gefühl ist nie wiedergekommen. Ich hätte es so gerne nochmal. Das war irgendwie ganz besonders schön, erinnere ich mich.“ (T1, 58). Sie empfindet Freude und Glück, wenn sie an Selbstberührung denke, nimmt aber auch wahr, dass ihr der Weg zum Orgasmus hin und wieder zu anstrengend wird. Sie vermutet, dass es daran liege, dass sie es aktuell oft nicht mehr so befriedigend finde und es somit nicht als die "Glücksquelle" (T1, 358) fungiere. „Ich weiß es nicht, weil eigentlich ist es ja schon schön. Also auch das bis dahin. Ich finde es manchmal auch sehr schön, wenn es länger dauert,...“ (T1, 353). Die Gedanken, Sexspielzeug zu nutzen habe sie auch schon öfter gehabt, auch frage sie sich, warum sie ihre Fantasien nicht nutze. T1 beschreibt, dass sie Freude dabei empfinde, sich frei und ohne Unterhose zu berühren. Seltener ist es geworden, dass es zwei oder dreimal hintereinander funktioniere einen Höhepunkt zu erreichen. Allgemein stelle sie fest, dass sie ohne Scham und Angst die Masturbation viel mehr genießen könne, eine Steigerung dessen trete ein, wenn sie sich Zeit nehme und es sich angenehm gestalte. Seitdem das Thema unbelastet für sie sei, habe sie auch keine Scheu mehr darüber zu reden und fühle sich diesbezüglich frei. „Ich glaube wirklich, dass da nochmal, als ich dann älter wurde, gerade so als ich hierhergezogen bin, da habe ich schon den Eindruck, dass da Phasen waren, wo ich relativ viel Selbstbefriedigung gemacht habe. Ja, also weil ich mich auch gefreut habe, dass das jetzt irgendwie, ja, unbelasteter ist, das Thema.“ (T1, 383).

T2 ist überzeugt, dass alle Menschen sich selbst berühren. Sie habe somit kein schlechtes Gewissen. Eine Begegnung mit einer älteren Dame hätte sie in der Normalität der Sache bestärkt. Sie sagte völlig selbstverständlich, dass sie sich lieber selbst berühre, da die Männer zu "blöde" (T2, 159) seien. „Da war ich noch jung, und die war vielleicht zehn Jahre älter als ich. Und da habe ich gedacht, 'Ups, aha.' Wenn so eine Aussage von jemandem so normal überkommt und sie das nicht als sensationell beschreibt, sondern wie, 'Ach guck mal, ich kriege jetzt auch schon da Falten und dort. Habe ich noch gar nicht gesehen.' Mehr war das nicht. Und da habe ich gedacht, 'Aha, na ja. Normal.'“ (T2, 159). Ebenso sei sie überzeugt, dass die Sehnsucht nach einem Orgasmus ein Leben lang bestehen bleibe.

Für T3 ist es von großer Bedeutung, zu wissen, dass sie und ihr Körper die Fähigkeit besitzen einen Orgasmus zu erreichen. „Ich weiß, dass ich mich selbst befriedigt habe und dass es sehr gut war für mich, für meine Psyche. Dass ich gesagt habe: „Halt mal Stopp, hier bist nicht du irgendwie frigide oder was. Da ist der Mann schuld.“ (T3, 739). „Ich sage das mal, dieses Gefühl, dieser Reiz, dieses innerliche Vibrieren, kann man ja schon sagen, dieses Lustgefühl. Das ist ja nicht lang. Also bei mir war es jedenfalls nicht lang. Es sind ja nur Sekunden wahrscheinlich. Ich habe es ja nicht mit der Stoppuhr oder so. Es ist ja nur ein ganz kleiner Rausch. Und trotzdem ist das so erfüllend finde ich. Ich weiß nicht, als wenn man irgendwas spürt, was man sehr selten hat, möchte ich mal sagen. Und so oft habe ich es nicht gemacht.“ (T3, 805). Sie empfinde sich als nicht prüde und ebenso wenig sei es verwerflich, sich sein Genital selbst im Spiegel anzuschauen. Beim Waschen berühre sie sich auch.

## 6.2 Bedeutung der Masturbation

In dieser Hauptkategorie sind alle Segmente erfasst, die beschreiben, welche Rolle, welchen Wert und / oder welchen Einfluss die Masturbation in den unterschiedlichen Lebensabschnitten und in *Besonderen Lebensumständen* haben. Die Lebensabschnitte wurden *In Kindheit / Jugend, In Partnerschaft*

lebend, alleinlebend unter 70 Jahre und Heute unterteilt. Ebenso wurde die Bedeutung der Masturbation im *kommunikativen Austausch* hier codiert.

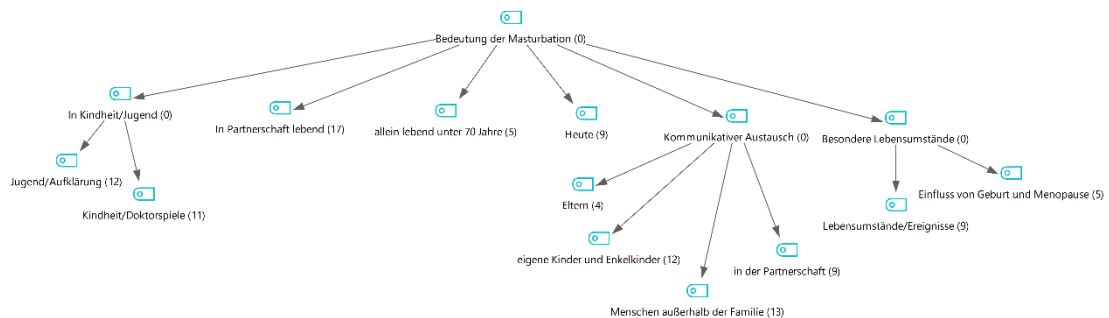


Abbildung 2 Kategorienbaum Bedeutung der Masturbation

### 6.2.1 In Kindheit / Jugend

Dieser Subcode wurde im Codierprozess in zwei Unterkategorien (Subsubcodes) geteilt. So ergab sich eine Differenzierung in der Bedeutung der Masturbation, zum einen in der *Kindheit* und damit verbundenen eventuellen Erfahrungen mit *Doktorspielen* und zum anderen in der *Jugend*, verbunden mit der Thematisierung der eigenen *Aufklärungserfahrung*. Im Folgenden werden beide Subsubcodes für jede befragte Person zusammengefasst.

Die ersten Erinnerungen an Masturbation liegen für T1 in ihrer frühen Kindheit, noch bevor sie in die Grundschule kam. An konkrete Auslöser könne sie sich nicht erinnern. Genaue Bilder habe sie davon, wie ihre Mutter ihre Vulva betrachtet, um zu gucken, ob alles in Ordnung sei. Sie vermute, in dem Zusammenhang gehört zu haben, dass sie sich selbst an dieser Körperstelle nicht berühren dürfe. „Ja, also von daher habe ich mir manche Dinge dann zusammengereimt, wie das wohl gewesen ist bei mir. Aber komisch, ich sehe sie noch richtig so, wenn ich im Bett lag, da meine Beine spreizte und da gucken. Kann mich aber nicht erinnern, dass das ein erregendes Gefühl war. Aber das war vielleicht, merke ich jetzt, wenn ich mit dir darüber rede, vielleicht der Auslöser, diese Stelle dann doch mal zu ertasten. Und da dann wahrscheinlich mal irgendwann erspüren, das ist angenehm. Und das war,

aber da erinnere ich mich, von Anfang immer gekoppelt mit einem schlechten Gewissen.“ (T1, 39). Die Selbstberührung war ihr angenehm und wurde von ihr als Kind auch regelmäßig gelebt. Mit keiner Person habe sie darüber geredet, dass sie masturbiere. An Berührungen mit anderen Kindern könne sie sich erinnern, vor allem auf Kindergeburtstagen im Grundschulalter. „...da müssen wir auch schon älter gewesen sein. Neun, zehn, elf, zwölf, da haben wir uns da auch befummelt. Auch die anderen. Und eine hat dann auch gesagt, das wäre auch überhaupt nicht schlimm. Ihre Mutter hätte gesagt, solange wir Mädchen das untereinander machen, ist das überhaupt nicht schlimm.“ (T1, 87). Das erste Mal verliebt war T1 mit 14 Jahren, diese Beziehung beinhaltete keinerlei Körperkontakt. Dass sie bei oder nach Begegnungen mit ihrem Freund eine Erregung wahrgenommen habe, erinnere sie nicht mehr. Somit hatte die Masturbation in der Zeit keine besondere Bedeutung. Zum Thema Aufklärung äußerte sie sich nicht.

Mit ungefähr vier Jahren hatte T2 den ersten Kontakt mit ihrer Klitoris. Es wurde ihr von einer etwas älteren Freundin oder der Cousine gezeigt (ist an der Stelle nicht ganz klar, T2 erwähnt an zwei Stellen die gleiche Situation einmal mit der Cousine und einmal mit einer älteren Freundin). „Aber es hat mich nicht so sehr beeindruckt. Nein, davon weiß ich nichts mehr. Außerdem, dass ich es blöd fand, dass sie es mir gezeigt hat.“ (T2, 75). Sie wusste etwas, was sie nicht wissen durfte, das war ihr sehr unangenehm. Als T2 acht / neun Jahre alt war, begann es, dass sie über einige Jahre von ihrem sechs Jahre älteren Cousin missbraucht wurde. Sie hatte keinerlei Unterstützung von Seiten der Familie und empfand diese Zeit als sehr belastend, so dass es ihr in der Zeit und auch einige Jahre danach aus Ekel nicht möglich war, sich selbst zu berühren. „Und darum hatte ich eben auch, sagen wir einmal, eine relativ schwierige Zeit, bis ich überhaupt körperlich zu einem Mann kam, wo man von Liebe sprach. Und das muss man fast auslassen. Das ist so, wie ein Leerstand. Ich habe so lange damit zu tun gehabt-, ich konnte mich an niemanden wenden.“ (T2, 79). Grundsätzlich wurde in ihrem Zuhause nicht über Sexualität geredet. Sie fühlte sich nicht aufgeklärt.

T3 habe als Kind zwischen dem achten und zehnten Lebensjahr einmal den „Punkt“ (T3, 13) gefunden, der ihr Lust verschaffte. „Und wo ich einfach zurückgezogen habe und eben diesen Stock da benutzt habe und dauernd in der Vagina rumgefummelt habe. Als Kind.“ (T3, 11). Sie wusste, dass es heimlich sein musste und es nicht richtig war. Aus Angst vor Entdeckung habe sie es nie wieder gemacht. „Und wie ich dahin kam, weiß ich gar nicht. Aber es muss ein innerliches Gefühl, eine innerliche, weiß ich nicht, Sehnsucht gewesen sein.“ (T3, 68). Der Moment war für sie sehr eindrücklich, so dass sie ihn bis heute nicht vergessen habe. Sie vermutet als Grund der Angst das versteckte Buch über den menschlichen Körper ihrer Mutter. Die Bilder habe sie genau angeschaut, da sie noch nicht so gut lesen konnte. An Doktorspiele mit anderen Kindern habe sie keine genauen Erinnerungen. An das Gefühl, das erste Mal verliebt zu sein, könne sie sich gut erinnern. Ihre Mutter habe ihr als Kind oder Jugendliche erzählt, dass sie selbst nicht aufgeklärt wurde und in ihrer Kindheit alle in einem Raum geschlafen hätten. In dem fanden Geburten und auch Sex statt, aber die Mutter hätte nie etwas mitbekommen. Wirklich vorstellen könne T3 sich das nicht. Aufgeklärt wurde T3 nicht von ihrer Mutter, sondern in der Schule im Biologieunterricht als Jugendliche. In den ersten intimen Begegnungen mit ihrem Verlobten, wusste sie nicht was er von ihr wollte, sie hatte keine Vorstellung von partnerschaftlicher Sexualität. Nach der Trennung von diesem Freund und der erlebten ersten partnerschaftlichen Sexualität hat T3 „wenig an Selbstbefriedigung gedacht oder an Masturbation, wenn man es so will. Das war für mich nicht wichtig, dachte ich auch.“ (T3, 182). In Bezug auf die Geburt ihres Sohnes erwähnt sie, dass sie nicht aufgeklärt war.

### 6.2.2 In Partnerschaft lebend

Unter diesem Subcode wurden alle Segmente erfasst, die einen Hinweis auf die Bedeutung der Masturbation für die befragten Personen darstellte, während sie in einer Partnerschaft lebten.

In ihrer ersten Ehe war die Masturbation der einzige Weg zur Befriedigung. T1 war von der partnerschaftlichen Sexualität sehr enttäuscht, so dass die

Masturbation in der Zeit eine wichtige Bedeutung in Bezug auf Befriedigung für sie hatte. Allerdings war das immer noch mit einem unguuten Gefühl verbunden, da sie dachte, partnerschaftliche Sexualität wäre viel schöner und befriedigender. „Also ich habe mit meinem Mann ja ganz wenig geschlafen. Ja? Also deswegen, manchmal habe ich das Gefühl nur für die drei Kinder, aber das stimmt nicht. Aber das war auch immer eher furchtbar. Nein, furchtbar ist nicht richtig, aber sehr unbefriedigend. Ja? Und ich könnte mir schon denken, dass eine gewisse Erregung dann doch zustande gekommen ist und dass ich dann aber auch Selbstbefriedigung gemacht habe. Also jetzt, wenn ich darüber rede, meine ich auch, dass ich dann gemerkt habe, der Axel schläft, glaube ich fast, dass ich selbst dann auch noch mal mich befriedigt habe“ (T1, 164). In einer späteren Partnerschaft hatte die Masturbation keine Bedeutung mehr. „Und erst mit diesem Ralf war es dann so. Der hat mich insofern ein bisschen für die Selbstbefriedigung verdorben, weil es dann tatsächlich so war, dass es miteinander wesentlich schöner war.“ (T1, 106).

In einer Partnerschaft lebend hatte für T2 die Masturbation wenig Bedeutung. Die Sexualität habe sich in der Zeit eher auf ihren Partner bezogen. "Und ich sage ja nur: Eventuell mal. Aber das hat sich bei mir nicht festgesetzt, dass man das aus Sehnsucht dann vielleicht dann doch mal-. Weil wir ja auch getrennte Ehen hatten. Dass man das dann schon vielleicht mal gemacht hat. Aber es hat mich nicht beeindruckt, und es hat mich auch nicht gerettet, in dem Sinne. Das kann ich nicht sagen. Das ist so unregelmäßig auch in der Bedeutung gewesen, dass ich das jetzt nicht besonders-." (T2, 99). In der partnerschaftlichen Sexualität gab es Männer die von ihr verlangten, dass sie sich selbst berühre. "...wenn es der Partner nicht fertigbringt." (T2, 205). Dies stellte für T2 kein Problem dar.

Da die partnerschaftliche Sexualität für T3 nicht befriedigend war, hatte die Masturbation die Bedeutung, ihr ein Gefühl von Sicherheit zu geben. Sicherheit, dass sie nicht krank sei, etwas falsch mache oder gar frigide sei und die Fähigkeit, einen Orgasmus haben zu können, besitze. Ebenso war es als ihr zweiter Mann krank war und sie keinen Sex mehr haben konnten. Masturbation hatte die Funktion der Kontrolle für sie. T3 wollte sicher sein,



dass ihr dieses Gefühl und dieser "Kick" (T3, 1047) nicht verloren geht. „Ich wollte aber trotzdem auch in dieser Zeit, wo er krank war, wollte ich das spüren, doch. Aber ich weiß nicht warum und weshalb, aber ich wollte es spüren. Ich wollte es spüren, dass du noch da bist. In dieser Beziehung da bist. Sonst war man ja da. Aber dieses-, es ist nicht verloren gegangen in der Zeit. In dieser ganzen Zeit zwischen diesen Versuchen und diesen Erfolgen ist es nie verloren gegangen, das Gefühl zu haben und das Gefühl haben zu können.“ (T3, 1061). Sie habe in diesen beiden Ehen nicht gewusst, dass es auch möglich sei, den Mann mit seinen Händen um Unterstützung zu bitten. In ihrer Vorstellung seien Männer penisorientiert, was aus ihrer Sicht nie zum Orgasmus führe.

### 6.2.3 Alleinlebend unter 70 Jahre

Unter diesem Subcode wurden alle Segmente erfasst, die einen Hinweis auf die Bedeutung der Masturbation für die befragten Personen darstellte, während sie alleinlebend, aber noch jünger als 70 Jahre waren.

Die Masturbation habe für T1 nach der Trennung von dem Partner, wo sie durch die partnerschaftliche Sexualität ausreichend befriedigt war, an Bedeutung zugenommen. Das Thema Selbstberührung war durch die Beziehung nicht mehr so belastet. Die Freude darüber, dass das Thema Masturbation unbelasteter ist, hat sie es auch häufiger leben lassen. Dies hielt bis vor ungefähr zwei Jahren an. „Ich glaube wirklich, dass da nochmal, als ich dann älter wurde, gerade so als ich hierhergezogen bin, da habe ich schon den Eindruck, dass da Phasen waren, wo ich relativ viel Selbstbefriedigung gemacht habe. Ja, also weil ich mich auch gefreut habe, dass das jetzt irgendwie, ja, unbelasteter ist, das Thema“ (T1,383).

Die Masturbation habe mit zunehmendem Alter für T2 an Bedeutung gewonnen. Es ist „Häufiger vorgekommen, nachdem man sich von Männern verabschiedet hat. Da war es eher Praxis, sozusagen, als während der Bekanntschaften.“ (T2, 105).

T3 machte keine Angaben über Zeiten, in denen sie ohne Partner war. Aus den Erzählungen lässt sich ableiten, dass es diese Zeiten für sie als Erwachsene nur kurz gab und zwar im Jahr der Trauer um ihren zweiten Mann.

#### 6.2.4 Heute

Unter diesem Subcode wurden alle Segmente erfasst, die einen Hinweis auf die Bedeutung der Masturbation für die befragten Personen in der aktuellen Situation darstellt, also im Alter über 70 Jahre.

T1 äußerte, dass die Häufigkeit der gelebten Masturbation mit zunehmendem Alter seltener geworden sei. „Und das jetzt auch im Alter, wenn ich jetzt souverän denke, finde ich eigentlich schade, dass das nicht öfter ist. Aber ich hätte jetzt auch viel mehr Zeit, aber ich hätte auch gar kein Interesse, selbst wenn ich mich selber berühre oder was lese, wo früher schon gleich also die Säfte geflossen sind. Ist leider eher selten.“ (T1, 256). Im Gegensatz bemerkte sie: „wobei es da auch Zeiten gibt, wo es wieder heftiger ist. Manchmal bin ich ganz überrascht, dass da einfach so ein Kribbeln da unten ist. Ja? Und wenn ich mich dann berühre auch gleich ein bisschen mehr. Und dann denke ich, ach schön, wenn es irgendwie gerade passt.“ (T1, 7). Allgemein fragte sie sich, warum sie momentan weniger Lust habe und empfinde es sehr schade. Vermutend äußert sie, dass die Masturbation nur ein "Abklatsch" (T1, 339) von der partnerschaftlichen Sexualität sei. Eine Traurigkeit darüber, dass sie diese vielleicht nicht nochmal erleben könne äußert sie ebenso. Ein weiterer Grund könne ihrer Meinung nach sein, dass die Masturbation nicht immer so befriedigend sei, wie sie sich das wünsche. Den Weg bis zum Orgasmus empfinde sie dann als zu anstrengend. „Das Gefühl, wie es dann schon oft ist, ist schon vieles anstrengend und dann flutscht das jetzt nicht so oder ist jetzt nicht so eine Glücksquelle, dass ich sage, oh ja, komm. Jetzt gehst du ins Bett oder wohin auch immer. Ja. Aber das wäre ja ein Punkt.“ (T1, 356). T1 fragt sich, warum sie es nicht öfter lebe, „weil eigentlich ist es ja schon schön. Also auch das bis dahin. Ich finde es manchmal auch sehr schön, wenn es länger dauert, weil ich dann auch selber nochmal erfinderischer werde und so.“ (T1, 354). Sie erinnere sich auch an Situationen in denen es ganz schnell ging. Sie

würde ihre Fantasien gerne mehr nutzen und denke auch hin und wieder über Dinge nach, die ihr helfen könnten, wieder mehr in die Erregung zu kommen. Wie z. B. erotische Literatur oder Sexspielzeug.

Für T2 hat sich die Bedeutung der Masturbation bis heute nicht verändert. „Manchmal greift man zu der Selbstbefriedigung. Das ist ähnlich. Das klappt auch nicht immer so, wie man es sich vorstellt. Dann und wann ja. Und wenn man noch älter wird, dann vergisst man das zwar nicht, aber man macht es auch seltener, weil man schon Verluste gespürt hat. Und im höheren Alter macht man es auch noch dann und wann. Das ist nicht jede Woche, auch nicht jeden Monat. Aber dann kommt es eben auch zwei-, dreimal öfter vor, und dann wieder lange nicht. Aber es geht nie richtig weg.“ (T2, 37). Die Sehnsucht nach dem Orgasmus bleibe für sie immer spürbar, ebenso halte sie es für anstrengenswert, dass es auch im Himmel noch Orgasmen gäbe.

Aktuell lebt T3 in einer frischen Partnerschaft und erfahre eine regelmäßige sexuelle Befriedigung. Somit habe die Masturbation heute keine besondere Bedeutung. „Ich habe jetzt erst gemerkt, so spät, dass ich das möchte und dass ich das richtig will. Ich habe also richtig Sehnsucht nach Sex. Und das in meinem Alter. Das ist doch erstaunlich, oder?“ (T3, 725). Die Masturbation habe T3 dabei geholfen zu wissen, was sie befriedigt.

#### 6.2.5 Kommunikativer Austausch

In dieser Unterkategorie sind alle Segmente codiert, welche einen Bezug zur Kommunikation über Masturbation beschreiben. Es wurden Textstellen codiert, in denen über die Rolle und den Wert der Kommunikation, im Speziellen über Masturbation, gesprochen wurde. Im Codierprozess ergaben sich vier Unterkategorien. Die sogenannten Subsubcodes konnten eine Differenzierung in der Kommunikation mit den verschiedenen Bezugspersonen herstellen. Diese waren die eigenen *Eltern*, *eigene Kinder und Enkelkinder*, der *Partner* in einer Beziehung lebend und *Menschen außerhalb der Familie*. In der folgenden Darstellung werden alle Subsubcodes für jede befragte Person zusammengefasst.

In der Herkunftsfamilie von T1 wurde „Kein einziges Mal.“ (T1, 68) über das Thema Masturbation geredet. Ihre Mutter war auch gegenüber den Enkelkindern in Bezug auf angenehme Körperempfindungen streng. T1 hörte von ihrer Mutter „achte aber drauf, dass die da nicht dran rumspielen.“ (T1, 39). Ebenso wurde sie von ihr getadelt, als sie ihrer eineinhalbjährigen Tochter den Rücken streichelte. Mit ihren eigenen Kindern habe sie nie über Masturbation geredet. Sie vermutet, dass es daran lag, dass ihre Ehe mit dem "dunklen Thema Sexualität" (T1, 282) behaftet war. Allgemeine Begrifflichkeiten, wie z. B. lesbisch, konnte sie ihren Kindern erklären. In ihren Partnerschaften wurde über Masturbation nicht gesprochen. Heute würde sie von sich aus nicht mit ihren Enkelkindern über Masturbation reden, das wäre ihrer Ansicht nach Sache der Eltern. Falls sie aber darauf angesprochen würde, hätte sie keinerlei Scheu darüber zu reden und gegebenenfalls auch Fragen zu beantworten. Sie berichtet von einer Freundin, die ihr erotische Literatur ausgeliehen habe. Ob für diese Freundin offensichtlich war, für was T1 diese nutzte, erwähnt sie nicht. Somit bleibt offen, inwiefern sich T1 mit dieser Freundin über Masturbation ausgetauscht hat. Es gab ein Ereignis, wo sie sich mit einer weiteren Freundin über Masturbation ausgetauscht habe, seitdem kam es aber nicht mehr zur Sprache. Das Thema Sexspielzeuge kommt ihr hin und wieder in den Sinn und die Idee nach Austausch darüber. „...da habe ich gedacht, mit dieser Freundin könnte ich da vielleicht mal drüber reden, ob die das hat. Ich habe keine Freundin, das fällt mir ein.“ (T1, 407). Mit einer anderen Freundin wird das Thema Masturbation eher versteckt thematisiert. „Die hat nur mal so am Rande etwas gesagt. Ja? Ich habe doch zwei Hände oder so etwas. Ja? Also- Aber wir haben das Thema nie irgendwie-. Oder ich habe mal, bei einem Regentag, meine ich, hätte ich mal gesagt, ich habe mich heute alleine mit mir vergnügt, das war richtig schön. So. Also immer so versteckt, aber wir haben nie, auch wenn wir jetzt sehr viel Zeit miteinander verbracht haben, nie wenn wir miteinander im Urlaub waren, gar nicht irgendwas.“ (T1, 409).

In der Kommunikation habe Masturbation für T2 noch nie eine Rolle gespielt. „So, wie ich jetzt mit Ihnen rede. Gar nicht. Es ist immer noch tabu“ (T2, 286). Es gab keine Gespräche mit Partnern, dem Sohn oder dem Enkel. Auch mit

Freundinnen habe sie nie über Masturbation geredet. Als Grund gibt sie „die sogenannte Moral. Man tut das nicht.“ (T2, 217) an. Sie meint, Mütter beobachten das bei ihren Söhnen und sagen nichts dazu. Sie vermutet, dass es bei Männern auch natürlich sei, um sich kennenzulernen. In Bezug auf Kinder hat sie folgende Meinung: „Man lässt am besten dem Leben seinen Lauf und redet weder schlecht darüber, noch positiv. Man will es nicht anfachen, wenn man sagt, "Mach das ruhig." Das ist genauso blöd, als wenn man sagt, "Das darf man nicht machen." Am besten, man lässt sich in dieser Beziehung die Kinder selber aufklären. Unter Geschwistern und unter Freunden, denke ich. Wenn sie natürlich fragen, "Wie hängt denn das zusammen-." Wenn Kinder jetzt fragen, wie das Kind in den Bauch kommt, dann sollte man das versuchen, biologisch zu erzählen. Aber um die Masturbation-, ich denke, dass das ein Nebeneffekt ist, der zum Menschsein irgendwie dazugehört“ (T2, 232). Eine zehn Jahre ältere Frau hat ihr mal gesagt: "Ach, die Männer sind alle blöde. Da mache ich das eben lieber selber" (T2, 158). Diese Situation und vor allem mit der Selbstverständlichkeit, in der diese Frau über Masturbation geredet habe, gab ihr das Gefühl, das es völlig normal sei, dies zu tun, ohne weiter darüber reden zu müssen.

Ein Gespräch über Masturbation habe in der Herkunftsfamilie von T3 nicht stattgefunden. Auch mit ihrem Sohn oder den Enkelkindern habe sie nie darüber geredet. Als Begründung gibt sie bei den Enkelkindern an, dass sie zu jung wären. Sie sind aktuell 11 und 13 Jahre alt. Ihren Sohn hätte sie, als er 18 / 19 Jahre alt war, nur noch sporadisch gesehen und somit wäre die Kommunikation darüber auch nicht möglich gewesen. Ihre Partner wussten nie, dass sie masturbiert. In der ersten Ehe gab es keine Kommunikation über Sexualität. „Und ich habe auch versucht, durch wie gesagt durch irgendwelche Spielchen, ihn dazu zu bringen, dass er es-. Aber er hatte es nicht begriffen. Er wollte es auch gar nicht begreifen.“ (T3, 1169). In der zweiten Ehe wollte sie unter keinen Umständen, dass ihr Partner erfährt, dass sie beim Geschlechtsverkehr unbefriedigt ist. Sie wollte ihren Mann mit dieser Information nicht verletzen und habe über die ganzen 30 Ehejahre alle Orgasmen vorgetäuscht. Sie appelliert, dass Paare ehrlicher miteinander kommunizieren sollten. Auf der einen Seite spricht sie dies für die Ehe aus und

auf der anderen Seite gelte es ihrer Meinung nach nicht für die Ehe. „Menschen sollten ehrlicher miteinander reden. Nicht in der Ehe unbedingt.“ (T3, 942). „Und möglichst sollten sie mehr Ehrlichkeit in der Ehe haben. Das ist wichtig.“ (T3, 1128). T3 berichtet von einer Erfahrung mit drei Frauen. „ich habe ja auch von dem Lehrgang erzählt, wo wir mit Frauen waren, und die dann erzählt-, auch verheiratete Frauen, die dann erzählt haben: „Was, Selbstbefriedigung? Machst du das?“ Ich sage: „Ja, mache ich.“ „Und wie, brauchst du dazu eine Bockwurst oder so was? Oder eine Kerze?“ Ich sage: „Was habt ihr denn bloß für Vorstellungen? Ihr seid ja voll-.“ Wir waren auf einem Spaziergang um so einen See rum. Es war schon dunkel, keiner hat sich direkt in die Augen sehen können. Und nur so war vielleicht auch möglich, dass dieses Gespräch diese Wendung nahm. Ich weiß auch gar nicht, was der Auslöser war. „Was?“ sage ich „Ihr braucht eine Kerze? Eine Bockwurst?“ Oh, dachte ich, mein Gott. Die waren noch jung, die Mädchen, also die Frauen, die waren noch jung. „Meine Güte“ sage ich, „Ihr braucht nichts weiter als eure Hände.“ Mehr muss man ja nicht sagen.“ (T3, 532). Allgemein beschreibt sie sich als offen und ehrlich, nennt sich aber auch verschwiegen. Es gab Freundinnen, mit denen ein offener Austausch stattgefunden habe. Es wurde über Probleme in der Ehe geredet, aber nicht über die Männer selbst. T3 meint, dass es für jede Frau enorm wichtig sei, sich mit anderen Frauen über Masturbation auszutauschen, nur so, meint sie, kann man sich Erfahrungen anschaffen. Frauen müssten teilen, dass Masturbation und das Wissen, sich selbst einen Orgasmus zu verschaffen, glücklicher macht. Das würde ein Buch oder ein Film in dem Maße nicht leisten können.

#### 6.2.6 Besondere Lebensumstände

Folgende Unterkategorie wurde im Codierprozess in zwei Subsubcodes geteilt. Im ersten wurden alle Segmente codiert, welche einen Bezug auf die *Geburt/en* und /oder die *Menopause* hatten und im zweiten, welche *besonderen Lebensumstände oder Ereignisse* beschreiben. Für beide Subsubcodes galt die Definition, was als prägend (im Gedächtnis bleibend) beschrieben wurde und einen direkten Einfluss / Bezug zum eigenen

Masturbationsverhalten hatte. In der folgenden Darstellung werden beide Subsubcodes zusammengefasst.

Einschneidend verändert habe sich das Masturbationsverhalten von T1 nach einer sehr sexuell orientierten Beziehung mit einem Mann. „Ja, also der hat mich da also nochmal richtig aufgeweckt. Bin ich ihm aber heute noch dankbar.“ (T1, 245). Seitdem kann sie sich viel freier selbst berühren, auch ohne Unterhose dazwischen und die Masturbation als bereichernd empfinden. „Also das hat sich ganz arg verändert. Das fällt mir auch erst jetzt beim erzählen ein durch diese Frage.“ (T1, 250). Mit 60 Jahren hatte sie ein Burnout und war in einer Klinik. An die Zeit habe sie wenig Erinnerungen, meint aber, Masturbation gelebt zu haben. Vielleicht nicht so häufig, da andere Themen wichtiger erschienen oder sie durch ihre allgemeine Erschöpfung den Weg zum Orgasmus zu anstrengend empfand. „Wobei, es fällt mir auch ein, wenn die Erregung da war, habe ich Mittel und Wege gefunden, mir die Erleichterung zu verschaffen. Also das war ein ganz starker Trieb und ich denke vor allem zu den Zeiten, wo dann die Scham wegfiel. Die Scham oder Angst oder was auch immer. Ja? Dann war das stark und ich glaube, dann habe ich mich auch nicht aufhalten lassen.“ (T1, 373). T1 habe wenig Erinnerungen an die Zeit als ihre Kinder klein waren, vermutet aber, auch da Masturbation gelebt zu haben. Vermutlich etwas weniger, da andere Themen Raum eingenommen haben. Die Menopause hatte keinen Einfluss auf ihr Masturbationsverhalten.

T2 habe eine größere Operation erlebt. In der direkten Zeit danach lebte sie keine Masturbation, danach musste sie sich wieder neu kennenlernen. Ihr Masturbationsverhalten stellte sich zu den gewohnten Bedingungen wieder ein. Ansonsten gab es keinerlei besondere Umstände, die einen Einfluss auf ihr Masturbationsverhalten hatten. Auch die erste Periode, die Geburt oder die Menopause hatten keinen Einfluss.

T3 stellte in ihrer Zeit des Trauerns um ihren zweiten Mann fest, dass ihr die Masturbation nicht die Befriedigung brachte, die sie sich erhofft hatte. „Ich weiß es nicht, ob die Einsamkeit einem da irgendwie einen Streich spielt oder so. ich habe aber den Punkt nicht so gefunden, wie ich wollte. Leider“ (T3,

812). Weitere Überlegungen dazu äußert sie wie folgt: „Ich glaube nicht, dass die Trauer mich getötet in der Richtung. Nein, das glaube ich nicht. Dann wäre jetzt nicht diese Ekstase möglich. Nein, es war eine Traurigkeit da.“ (T3, 1068). Mit mehr Ausdauer vermutet sie, wäre es ihr geglückt, wollte es aber nicht mit "aller Gewalt" (T3, 1071) herbeiführen. In der Zeit nach der Geburt ihres Sohnes habe Masturbation, auf Grund von Stress, keine Bedeutung für sie gehabt.

### 6.3 Signifikant prägende Erfahrungen

Unter dieser Hauptkategorie sind alle Segmente codiert, welche von den befragten Personen erwähnt wurden mit einem Bezug zur eigenen sexuellen Biografie. Es ergaben sich zwei Unterkategorien. *Prägende Erfahrungen* und Erfahrungen in der *partnerschaftlichen Sexualität*.

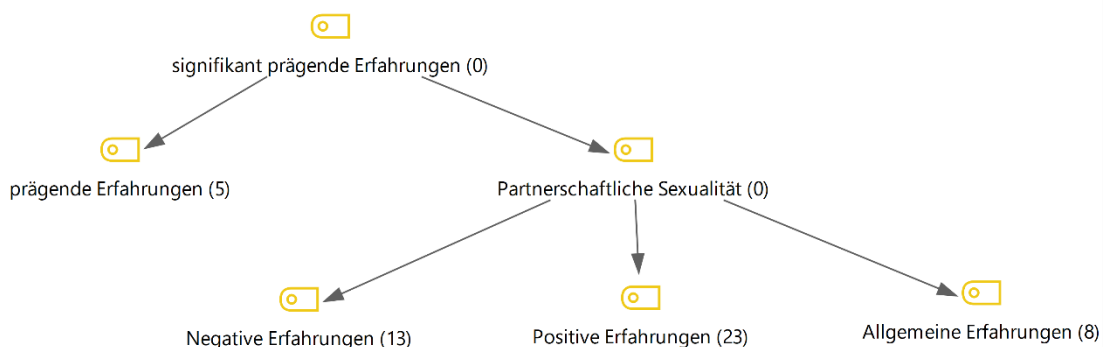


Abbildung 3 Kategorienbaum signifikant prägende Erfahrungen

#### 6.3.1 Prägende Erfahrungen

In dieser Unterkategorie wurden Segmente codiert, welche unabhängig von einer Partnerschaft als prägend (im Gedächtnis bleibend) oder als gemachte Erfahrung mit einem Bezug zur eigenen Sexualität bzw. dem eigenen Erleben als Frau erwähnt wurden z. B. Komplimente. Aber auch negative Erfahrungen wurden codiert.



Wohltuend war für T1, dass vor wenigen Jahren eine Frauenärztin zu ihr sagte: "es sieht bei ihnen alles so schön und rosig aus" (T1, 434). Das löste bei ihr den Wunsch aus, sich wieder mehr mit ihrer Vulva zu beschäftigen.

Sehr prägend war für T2 die Zeit zwischen ihrem achten Lebensjahr bis kurz vor ihrer Menarche. Sie erlebte einen regelmäßigen sexuellen Missbrauch eines sechs Jahre älteren Jungen. Aus ihrer Familie bemerkte es angeblich niemand, was sie sich selbst kaum vorstellen kann. Verängstigt habe sie auch die Aussage des Jungen "Wenn das die Polizei herausbekommt, müssen wir ins Gefängnis." (T2, 85).

T3 hatte viel Erfolg in ihrem Beruf. Sie hatte "Bewunderer und Verehrer" (T3, 237), die ihr Komplimente machten. Einige wollten Sex mit ihr, das mochte sie aber nicht. Sehr besonders war das Liebesgefühl, welches sie von ihrem zweiten Ehemann erfahren habe. „Der meinte wirklich mich. Und das war für mich ganz wunderbar.“ (T3, 335). "Entgeistert" (T3, 542) war T3 über die Tatsache, dass es Frauen gibt die davon ausgehen, dass ein Penisersatz (Kerze, Bockwurst) alleine Befriedigung schaffen soll.

### 6.3.2 Partnerschaftliche Sexualität

In dieser Unterkategorie wurden drei Subsubcodes erstellt, welche eine bessere Differenzierung in der Bewertung der Erfahrungen innerhalb der partnerschaftlichen Sexualität beschreiben. Gemeint sind Erfahrungen, die als prägend (im Gedächtnis bleibend) oder als gemachte Erfahrungen mit eindeutig *positiver* oder eindeutig *negativer* Wertung beschrieben wurden. Erfahrungen, die keiner eindeutigen Wertung zuzuordnen waren, wurden unter *Allgemeine Erfahrungen* codiert. In der folgenden Darstellung werden negative Erfahrungen extra ausgeführt und positive Erfahrungen mit den Allgemeinen Erfahrungen, welche seltener codiert wurden, zusammengefasst.

### 6.3.2.1 Negative Erfahrungen

Als eindeutig negativ habe T1 die partnerschaftliche Sexualität mit ihrem ersten Mann in Erinnerung. Sie beschreibt es als "Desaster" (T1, 225). Der Versuch, ihn von einer Beratung zu überzeugen, wurde von seiner Seite vehement abgelehnt.

In einer Partnerschaft lebend äußert T2 kein negatives Erlebnis.

T3 habe in beiden Ehen keine Befriedigung in der partnerschaftlichen Sexualität erfahren. Jetzt, wo sie wisse, wie Sex auch sein kann, stelle sie fest, dass ihr all die Jahre "richtig was gefehlt" (T3, 360) habe. Sie vermutet, dass es vielen Frauen so geht. Ihr erster Mann, habe sie nicht gestreichelt oder angefasst. Das hätte sie sich gewünscht, äußern konnte sie dies aber nicht. „Wenn ich mich abends auf den Schoß meines Mannes setzen wollte, um meinem Sohn zu zeigen, was Zärtlichkeit ist, dann hat er mich weggeschubst und gesagt, ich soll alleine sitzen. Und das schon nach vier, fünf Jahren Ehe.“ (T3, 232). Sie fühlte sich als Frau von ihrem Mann nicht gesehen. Die partnerschaftliche Sexualität hätte sie nicht zwingend gebraucht, aber auch in der Familienzeit fühlte sie sich allein gelassen. Einen Hoffnungsschimmer sah sie darin, ihren Mann z. B. mit Analverkehr glücklich zu machen, obwohl es ihr sehr unangenehm war und weh tat. „Weil ich dachte, wenn du ihn glücklich machst, vielleicht fällt da so ein bisschen Glück auch auf deine Seite. Aber es ist nicht so, es ist nicht so“ (T3, 222). In ihrer ersten sexuellen Beziehung verhütete der Mann mit Coitus interruptus. Dies stellte für sie kein glückliches Gefühl dar. „Denn man hat immer den Eindruck, du willst irgendwie mehr, aber da ist immer das Gefühl, das kommt nicht dahin. Und du bist da vielleicht auch schuld dran.“ (T3, 161).

### 6.3.2.2 Positive und Allgemeine Erfahrungen

In Erinnerung ist T1 die Zeit vor der Hochzeit mit ihrem Mann geblieben. In dieser habe sie intensive Erregung in sich wahrgenommen, vor allem beim Küssen. Eventuell gab es auch Berührungen an ihrer Brust, aber eine

detaillierte Erinnerung daran habe sie nicht. „Da erinnere ich mich, dass ich sehr erregt war, da habe ich garantiert zuhause sehr viel Selbstbefriedigung gemacht.“ (T1, 236). In der Zeitschrift Eltern gab es einen zugeklebten Teil zum Thema Sexualität, welchen sie immer mit Herzklopfen geöffnet und sehr interessiert gelesen habe. Der Partner nach ihrer Ehe, war sehr feinfühlig und immer um ihre Befriedigung bemüht. Allgemein war die partnerschaftliche Sexualität mit diesem Mann für sie sehr erfüllend und hat vieles für sie erweitert. „Und er hat mich dann noch so lange gestreichelt und so. Also-. Und das war wesentlich schöner als-. Also in den Jahren habe ich, also zumindest keine Erinnerung dran, dass ich Selbstbefriedigung gemacht habe.“ (T1, 111). Eine weitere sexuelle Erfahrung mit einem 14 Jahre jüngeren Mann empfand sie auch als große Bereicherung. „Also dieses Eindringen von dem Glied da, wie auch immer, jetzt ist die Welt in Ordnung. Das war für mich-. Also allein schon das Gefühl fand ich so schön und das da in einander verhaftet sein bis zum Orgasmus.“ (T1, 335).

Für T2 waren Männer "kolossal wichtig" (T2, 19), sie habe erfahren das Sex auch ohne das Gefühl von Liebe "phantastisch" (T2, 21) sein kann. Sie beschreibt: „Mit dem großen Sex ist das nämlich selten. Und wenn man auf Dinge kommt, was der Sex auslösen soll-, nämlich einen Orgasmus-, dann wird es noch dünner. Es gibt viele, viele Menschen-, und Frauen, ich habe sogar solche Frauen kennengelernt-, die noch nie in ihrem Leben einen Orgasmus hatten. Das muss man sich einmal vorstellen. Aber welche Leute können einen echten Orgasmus-, welche Männer-, an einer Frau auslösen? Das sind auch nicht so viele. Oftmals wird es vorgespielt, dass man einen Orgasmus hätte.“ (T2, 29). T2 habe die Erfahrung gemacht, dass eine Frau erst ab dem 30. Lebensjahr ihren Körper wirklich gut kenne und dass das auch eine Auswirkung auf sexuelle Beziehungen habe. „Vorher ist das alles wie verschüttet.“ (T2, 120). Ihrem ersten Verlobten habe sie von dem erlebten Missbrauch erzählt, welchen sie über einige Jahre gut mit sich allein verarbeiten konnte. Für ihren Verlobten stellte dies ein größeres Problem dar, da sich Begegnungen im Familienkreis mit dem Mann ergaben.

T3 bemerkte, dass ihr allgemein die Leidenschaft zum Geschlechtsverkehr in ihren vorherigen Beziehungen fehlte. Sie begründet dies damit, dass sie in der partnerschaftlichen Sexualität nie einen Orgasmus erreichen konnte und die Männer an ihrer Befriedigung auch nicht so interessiert waren bzw. sie den zweiten Mann immer im Glauben gelassen habe, Befriedigung zu erfahren beim Geschlechtsverkehr. Den einzigen Orgasmus mit ihrem ersten Mann erlebte sie schwanger, als er sie mit den Händen streichelte. Ihr erstes Mal bewertet sie als positiv. Der Mann war behutsam und sie nahm sein Lustgefühl wahr. „Es tat mir weh, es hat wie bei allen Frauen sicher weh getan. Ich hatte auch kein großes Lustgefühl, gar kein Gefühl im Prinzip. Ich merkte, er hatte eins, und ist gut.“ (T3, 155). Einen Lustgewinn habe sie erfahren, als sie Geschlechtsverkehr mit gefüllter Harnblase hatte. Sie habe gelesen, dass das eine Möglichkeit sei einen Orgasmus zu bekommen. Ein weiteres Erlebnis blieb ihr in Erinnerung. In der Zeit der Menopause nahm sie Hormone und an einem Tag wegen Kopfschmerzen zusätzlich noch ein Schmerzmittel. „Und ich hatte so ein sexuelles Bedürfnis, als wenn ich Drogen genommen hätte. Ich habe meiner Freundin damals am Telefon gesagt: „Gisela, da müssen wir uns die Rezeptur noch merken. Ich muss mir noch mal diese Tabletten aufheben, und dann nehme ich diese Schmerztablette dazu. Und dann, ach du, das geht ja ab. So was habe ich überhaupt noch nicht erlebt.“ Ich war wie ausgewechselt. Mein Mann hat sich gefreut wie ein Schneekönig. Das war so ein schöner Sex nach dieser Mischung. Ich weiß nicht, was das war, aber es hat gewirkt. Ich habe es nicht noch mal probiert. Aber es war sehr schön.“ (T3, 563). Sie hatte mit ihrem zweiten Mann häufig Geschlechtsverkehr. Auch an verschiedenen Orten, das empfand sie als wunderschön und reizvoll. „Wir haben uns in den Hecken dort geliebt. Ach überall. Der war überall-, der wollte überall Sex haben der Mann, jeden Tag. Und das war ich überhaupt nicht gewohnt. Ich hatte überall blaue Flecke.“ (T3, 291). Einprägsam war nach dem ersten Geschlechtsverkehr mit ihrem zweiten Mann das gemeinsame Duschen. „Dieser Aha-Effekt, dass da ein Mann mich von oben bis unten abgefingert hat und eine Leidenschaft entwickelt hat bei diesem Duschen. Das war für mich so ein Aha-Erlebnis, das war für mich überwältigend. Da hätte das andere gar nicht stattfinden brauchen. Ich hatte bei diesem Duschen viel mehr Gefühl als beim Sex selbst.“ (T3, 777). Die Zeit nach dem

Geschlechtsverkehr mit ihrem zweiten Mann stellte für sie den Genuss der partnerschaftlichen Sexualität dar. „Aber er war hinterher nicht so, dass er mich abgewiesen hat, sondern er hat noch gekuschelt. Das war ja wenigstens noch eine schöne Sache.“ (T3, 319). Die Begegnung mit dem aktuellen Partner ist für sie noch nicht greifbar. Der erste Kuss mit ihm war für sie ein halber Orgasmus. Dieses Kribbeln, wenn sie an ihn denke, habe sie noch nie zuvor erlebt. Er wüsste, wie er sie glücklich machen könne, ohne dass sie es ihm gezeigt habe. Sie erlebe jetzt eine Leidenschaft für die partnerschaftliche Sexualität, die sie bisher nicht hatte. Das Küssen, Anfassen und das Gespräch währenddessen stellen für sie eine enorme Wichtigkeit dar. Sie haben fast täglich Sex und sie genieße es sehr. Auch Oralsex mag sie jetzt. „Ich habe in meinem Leben nur mit vier Männern geschlafen, richtig geschlafen. Mit meinem ersten Verlobten, mit meinem ersten Mann, mit meinem zweiten Mann und jetzt mit meinem Lebensgefährten. Und ich habe alles durch, Gott sei Dank habe ich das noch erleben dürfen. Und ich sage manchmal, wir kennen uns kurz, aber so intensiv, dass ich sage, wenn ich heute sterben würde, wirklich, ich sage das wirklich in allem Ernst-. Ich habe ja mein Grab schon bezahlt, ist alles schon gebucht hier. Mein Baum steht da schon, eine Eiche, die wartet auf mich. Wenn ich heute sterben würde, ich hätte wirklich alles gefühlt und erreicht, was eine Frau erreichen möchte. Und das ist ja schon viel wert. Das ist wirklich viel wert. Weil dieses Kribbeln, dieses Haare - aufstellen, wann hat man das?“ (T3, 577).

#### 6.4 Besonderheiten

Unter dieser vierten und letzten Hauptkategorie wurden alle Segmente codiert, welche nicht in den vorherigen Kategorien codiert werden konnten, aber für die Verfasserin trotzdem einen wichtigen Wert darstellten. Es ergaben sich drei Unterkategorien, wobei zwei dieser nur Segmente von T2 und T3 enthalten. Diese sind *Unwissenheit* und *Überzeugungen / Erfahrungen zum Thema Sexualität*. Die dritte Unterkategorie *Ausblick Was kommt nach dem Interview*, ist ausschließlich mit Segmenten von T1 gefüllt.

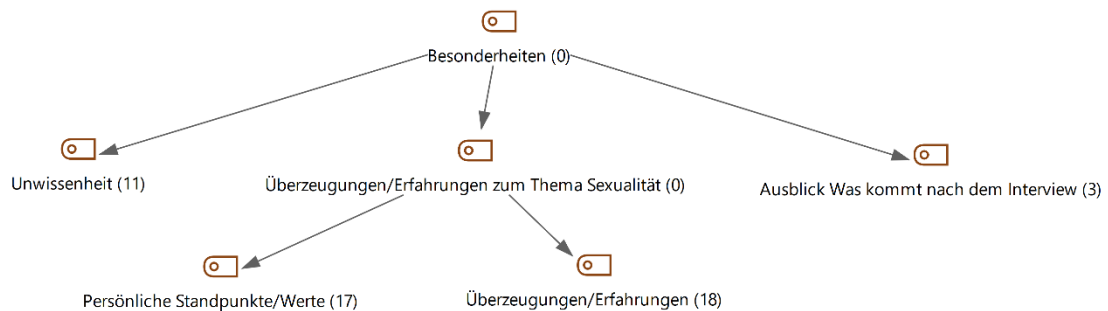


Abbildung 4 Kategorienbaum Besonderheiten

#### 6.4.1 Unwissenheit

In dieser Unterkategorie wurden alle Segmente codiert, die offene Fragen, Unwissenheit oder falsch benutzte Wörter beschreiben. Es konnten ausschließlich Segmente von T2 und T3 codiert werden.

T2 verwendet den Begriff "asexistisch" (T2, 15) und meint damit asexuell. Sie hat einige Fragen, welches Bild Jesus zum Thema Sexualität vertreten habe. „Das hat doch die Kirche nur erfunden. Und Jesus bestimmt nicht. Der hat überhaupt über Sex sich kaum geäußert-, da frage ich mich, wieso eigentlich nicht? Wieso hat sich-, der hat immer für Gerechtigkeit, für viele ethische Momente-. Jesus war ein Ethiker, aber kein biologischer Mensch, oder?“ (T2, 180). Ebenso halte sie die Priesterschaft für ein schreckliches Übel. „Stellen Sie sich einmal vor-, was sollen denn die ganzen Priester machen, die keine Kinder benutzen dürfen? Das kommt ja oft genug vor. Aber was sollen die machen? Und ich stelle mir auch die Priesterschaft schrecklich vor. Dass die ständig immer mit Gott abrechnen müssen, weil sie sich schon wieder angefasst haben.“ (T2, 239). Sie halte es für völlig natürlich, dass ein Mann regelmäßig Samenergüsse habe. „Ich meine-, ein Mann ist ein Mann. Da entstehen Samen. Irgendwo muss doch das Zeug hin. Das muss doch irgendwie raus. Ich weiß auch nicht. Gibt es Forschungen darüber-, wenn das nie raus darf? Platzen die dann?“ (T2, 243). In diesem Zusammenhang fragt sie sich auch wie dies in anderen Kulturkreisen zum Beispiel bei den Mönchen gelebt wird.

Das Wort Masturbation ist im Verständnis von T3 ein Wort aus einer Fremdsprache. Über ihre momentane körperliche Empfindung äußert sie Erstaunen. „Ich habe ja gar nicht gedacht, dass man als 70jährige Frau überhaupt Leidenschaft empfinden kann.“ (T3, 529). T3 betont die Wichtigkeit der Masturbation, um zu wissen, was man als Frau möchte, bringt dies dann allerdings mit der Sehnsucht des Körpers nach Sex in Verbindung. „Die Selbstbefriedigung an sich oder so-. Ich meine wie gesagt, dass man wissen muss, was man möchte. Und mein Körper möchte das. Ich habe jetzt erst gemerkt, so spät, dass ich das möchte und dass ich das richtig will. Ich habe also richtig Sehnsucht nach Sex. Und das in meinem Alter. Das ist doch erstaunlich, oder?“ (T3, 724). Ihre Enkelkinder sind mit 11 und 13 Jahren „noch zu klein“ (T3, 819) für das Thema Masturbation.

#### 6.4.2 Überzeugungen / Erfahrungen zum Thema Sexualität

Folgende Unterkategorie wurde in zwei Subsubcodes geteilt. Die codierten Segmente beinhalten Meinungen zum Thema Sexualität. Differenziert wurde im Codierprozess zwischen den *persönlichen Standpunkten und Werten* sowie den allgemein und persönlich gemachten *Erfahrungen oder Überzeugungen*. In der folgenden Darstellung werden beide Subsubcodes zusammengefasst. Es konnten ausschließlich Segmente von T2 und T3 codiert werden.

T2 ist davon überzeugt, dass ein Mann zum Leben einer Frau gehöre. Sehr selten würde sich allerdings ein Liebesgefühl und ein erfülltes Sexleben verbinden lassen. „Keiner kann mir vormachen, dass man mit großer Liebe und schlechtem Sex gut auskommt im Leben.“ (T2, 22). „Und ich habe vielleicht in früheren Frauenjahren sehr viel sexistisch gedacht. Das heißt-, heute würde man sagen, 'durch den Bauch gedacht'-, ehe ich dazu gekommen bin, meinen Kopf mehr zu benutzen für das Leben.“ (T2, 16). Liebe auf den ersten Blick gibt es in ihrer Überzeugung nicht. Es dauert mindestens neun Monate, um zu wissen, ob sich eine Partnerschaft lohnt. Eine weitere Erfahrung von T2 ist, dass die Natur einigen Männern gegenüber ungerecht sei. Es gibt weniger attraktive Männer die "ein gutes Gerät haben" (T2, 306) und attraktive Männer, die dies nicht haben. Dazu gehört auch die Erfahrung,

dass es nur wenige Männer gibt, die wissen, wie sie bei einer Frau einen Orgasmus auslösen können. Dies wäre ein Grund, warum Frauen Orgasmen vortäuschen. Wirklich offen und ehrlich können ihrer Meinung nach wahrscheinlich nur Prostituierte über Sexualität reden. „Bei denen ist das eben Handwerk. Gehört sicher alles dazu-, was man eben doch stimulieren kann, was man machen kann, oder wie auch immer. Und vielleicht noch ein paar Leute, die sich in dem extremen Bereich aufhalten. SM und sowas. Ich weiß nicht, was es da alles für Sachen gibt. Davon habe ich keine Ahnung. Aber ich denke, dass die Leute, die sich damit beschäftigen-, die werden ganz "tabula rasa" reden. Die werden alles benennen.“ (T2, 288).

T3 konnte sich nie vorstellen Sex zu haben ohne ein Gefühl von Liebe oder einem fehlendem Beziehungsstatus. „Für mich ist der Sex das Intimste, was überhaupt ist, weil man seinen ganzen Körper zur Verfügung stellt. Also wirklich jeden Bereich.“ (T3, 921). Fremdgehen wäre für sie somit ein klarer Trennungsgrund und auch nicht zu verzeihen. Ebenso ist sie im klassischen Sinne geprägt, dass ein Mann sie als Frau erobern muss, sie hat als Frau nie den ersten Schritt gemacht. Sie kleidet sich gerne auffällig und trägt auch oft einen Hut. Das tut sie ausschließlich für sich. Dadurch Aufmerksamkeit zu bekommen ist für T3 in Ordnung. „Ich will keinen Mann angeln. Wenn ich mich so aufdonnere, sage ich mal.“ (T3, 609). Überzeugt ist sie davon, dass jeder seine Attraktivität hervorbringen muss, wenn er / sie auf der Suche nach einem Partner / Partnerin ist. Zum Thema FKK äußert sie sich wie folgt: „FKK ist keine, auch für mich keine Debatte, mache ich. Aber nicht da so rumhopsen und trallala, sondern normal. Aber nicht direkt, ich gehe nicht direkt an einen FKK-Strand. Nein, ich habe ganz gerne einen Fummel an.“ (T3, 959). T3 empfindet, dass Frauen sich verstecken und ihre eigene Sexualität nicht herausfordern. Frauen zeigen ihre Wünsche nicht. Eine Frau, die dies offen lebt und ihren Stolz auf den eigenen Körper, durch Nacktheit präsentiert, wird gesellschaftlich als falsch betrachtet. Teilweise stimmt T3 dem zu. „ich gucke heute junge Mädchen anders an als früher.“ (T3, 615). Sie meint, dass sich jede Frau im partnerschaftlichen Sex von Anfang an Erfüllung wünsche und meint damit einen Orgasmus. „Aber wenn man merkt, das klappt nicht, dass man dann diese Wege, diese Umwege geht, versucht zu gehen. Und manches



erfindet oder denkt oder-, da gibt es ja so viele Methoden, was ich gelesen habe. Und was alles so in meinem Leben mitgespielt hat, wie man einen Mann vielleicht verführt. Aber man hat als Frau wenig davon. Das habe ich bald gemerkt.“ (T3, 227). Das Vortäuschen des Höhepunktes sei für sie ein Liebesbeweis für den Mann. Überzeugt ist sie davon, dass der Mann ausschließlich penisorientiert sei. „Und die Masturbation ist nicht Penis orientiert, gar nicht, gar nicht, gar nicht. Überhaupt nicht, sage ich heute.“ (T3, 328). Ebenso hat sie durch ihren neuen Partner erfahren, dass eine Frau mehrfach hintereinander und täglich einen Orgasmus haben könne. „Die Frauen sind in der glücklichen Lage, sage ich mal, gegenüber den Männern.“ (T3, 1073).

#### 6.4.3 Ausblick Was kommt nach dem Interview

In dieser Unterkategorie wurden Segmente codiert, welche Wünsche sich nach dem Interview oder durch das Interview ergeben könnten. Es konnten nur Segmente von T1 codiert werden.

Für T1 ist das Gespräch über die Masturbation Anlass darüber nachzudenken, wie es für sie zukünftig befriedigender und schöner sein könnte. „Aber jetzt an einem Regentag, sage ich mal, und es ist nichts, warum gestalte ich mir das nicht schöner? Jetzt habe ich halt keinen Mann. Ja. Aber warum mache ich das nicht. Also das würde mich sogar freuen, wenn das jetzt das Ergebnis wäre von dem Interview, dass ich mich da nochmal mehr drum kümmere.“ (T1, 428). Ein kleines Beratungsgespräch ergibt sich direkt nach dem Interview.

## 7. Ergebnisdiskussion

Im Abschnitt der Ergebnisdiskussion werden nun die Ergebnisdarstellungen interpretativ bewertet. Codierte Segmente werden nur eingefügt, wenn es nicht möglich ist, diese sinngemäß wieder zu geben oder der Textfluss sinnvoll ergänzt wird. Der Fokus liegt hierbei im Beantworten der zu Beginn gestellten Fragen. Die beiden Forschungsfragen werden getrennt voneinander

beantwortet und die jeweilige Hypothese wird in die Diskussion mit einbezogen. Wenn möglich werden Zusammenhänge zur gesichteten Literatur gegeben.

### 7.1 Wie nehmen Frauen ab 70 Jahren ihre Masturbation wahr?

Dass Sexualität ein wichtiger Bestandteil des menschlichen Seins ist, und dies auch über das gesamte Leben hinweg bleibt, wird in allen drei Interviews deutlich spürbar. So geben alle befragten Frauen an, dass das Thema Sexualität nach wie vor eine Rolle in ihrem Leben spielt. Eine Frau (T3) ist frisch verliebt und empfindet jetzt mit 70 Jahren eine Leidenschaft für partnerschaftliche Sexualität, die ihr bisher völlig fremd war. T1 überlegt, wie sie sich die Zeit ohne Partner mit sich selbst genussvoller gestalten kann. Und auch T2 gibt an, dass Masturbation mit 82 Jahren noch eine Rolle in ihrem Leben spielt. Kirsten von Sydow bestätigt dies in einem Artikel der BZgA Broschüre Sexualität und Alter. „Frauen bleiben ebenso wie Männer lebenslang sexuelle Lebewesen.“ (Forum Sexualaufklärung und Familienplanung, 2003, S.14). In ihrer weiteren Schlussfolgerung stellt sie fest, dass die Häufigkeit des Geschlechtsverkehrs im Alter durchschnittlich abnimmt, nicht aber die Masturbation. (Forum Sexualaufklärung und Familienplanung, 2003, S.14) Es trifft demnach nicht zu, dass Frauen im Alter keine Sexualität mehr haben.

Die Masturbation zu nutzen mit dem Ziel einen Orgasmus auszulösen, wird von allen drei Interviewpartner\*innen erwähnt. Hier bestätigt sich die Tatsache, dass Frauen bis ins hohe Alter Orgasmen erleben können.

Masturbation wird in der Sexualwissenschaft als ein eigenständiger Teil der Sexualität betrachtet, dies so zu differenzieren fällt besonders T3 schwer. Eine präzise Definition des Begriffes zu Beginn des Interviews wurde von Seiten der Interviewleiterin gegeben. So wurde in der Fragestellung nach dem Masturbationsverhalten gefragt und dennoch geht T3 im überwiegenden Antwortteil auf die partnerschaftliche Sexualität ein. Festzustellen ist dies aber auch in den beiden anderen Interviews. In keiner Fragestellung wurde nach dem Erleben der partnerschaftlichen Sexualität gefragt, thematisiert wurde es allerdings von allen interviewten Personen. Scheinbar ist die Masturbation für

die befragten Frauen kein eigenständiger Teil der Sexualität, besonders dann nicht, wenn sie in einer Partnerschaft leben. Die partnerschaftliche Sexualität sollte in ihrem Verständnis nach ausreichend sein, um als Frau Befriedigung zu erleben. T1 beschreibt ihr Erleben wie folgt: „Aber, nachdem das Thema mich ja wahnsinnig interessiert hat, dachte ich: Naja, dann wird das noch in einer gesteigerten Form sein. War ich ganz gespannt auf das und war dann wahnsinnig enttäuscht. Ich sag: Wie, das ist alles? Ich hatte keinen Orgasmus die ersten Male gehabt. Die hätte ich-. Ich war auch für meinen Mann die erste Frau. Also deswegen-. Also da habe ich immer sehr viel selber gemacht, kam mir aber auch da irgendwie schlecht vor, weil ich mir gedacht hab: Eigentlich hätte ich das jetzt eigentlich gedacht, das wäre jetzt noch viel schöner und dann hab ich gedacht, also für mich alleine war das noch sehr viel schöner.“ (T1, 97). Hier wird für die Verfasserin deutlich, dass es für T1 nicht selbstverständlich war, Masturbation auch innerhalb einer Partnerschaft zu leben und dies zusätzlich mit einem unangenehmen Gefühl für sie verbunden war.

Das Bild, welches die befragten Personen von ihren Müttern vorgelebt bekamen, war vermutlich kein besonders emanzipiertes. An dieser Stelle können die Ausführungen (beschrieben auf Seite 19, 20) von Caroline Erb und Deborah Klingler, dass die Mutter für eine Tochter eine entscheidende Rolle im Erleben ihrer eigenen Körperlichkeit spielt, unterstützt werden. Den eigenen Körper wahrnehmen und für seine Bedürfnisse einstehen, ist im Erleben einer genussvollen Sexualität von außerordentlicher Bedeutung.

Eine deutlich spürbare Veränderung im Erleben der Masturbation stellte T1 nach einer Beziehung im Anschluss ihrer Ehe fest. Die dort gelebte partnerschaftliche Sexualität macht sie hauptsächlich verantwortlich dafür, dass Scham und Angst in der Selbstberührung verschwanden und sie einen intensiveren Zugang zu ihrem Körper bekam. „Ja, also weil ich mich auch gefreut habe, dass das jetzt irgendwie, ja, unbelasteter ist, das Thema. (T1, 385). Diese Freude ließ sie in der Zeit ohne Partner bis vor wenigen Jahren regelmäßig Masturbation leben. Eine Traurigkeit darüber, dass sie seit vielen Jahren ihre Sexualität ausschließlich mit sich selbst leben muss, äußert sie in diesem Zusammenhang ebenso. „Und das empfinde ich ist nur ein Abklatsch. Also entweder müsste ich jetzt nach dem Gespräch mich doch nochmal um

irgendwelche Werkzeuge kümmern. Könnten wir ja vielleicht nochmal jenseits von dem hier darüber reden, dass ich mehr Lust kriege. Also da ist wenig Motivation da, sag ich jetzt mal so.“ (T1, 338). Für T2 hat die Masturbation eine Schamfreiheit erhalten, nachdem eine etwas ältere Frau nebenbei erwähnte Masturbation zu leben. „Wenn so eine Aussage von jemandem so normal überkommt und sie das nicht als sensationell beschreibt, sondern wie, 'Ach guck mal, ich kriege jetzt auch schon da Falten und dort. Habe ich noch gar nicht gesehen.' Mehr war das nicht. Und da habe ich gedacht, 'Aha, na ja. Normal.'“ (T2, 160). Erst im Laufe des Lebens stellte sich bei den beiden Frauen der Zustand ein, ohne schlechtes Gewissen zu masturbieren. Die Tochter von T1 war hier bereits selbst Mutter. T2 hatte einen Sohn und wie bereits in der Ergebnisdarstellung erwähnt, ist es in ihrer Vorstellung undenkbar, dass ein Mann keine Masturbation lebt. Für sie bestand somit keine Notwendigkeit mit ihrem Sohn über Masturbation ins Gespräch zu kommen. Dass an dieser Stelle kein Gespräch mit der Tochter über eine mögliche Aufarbeitung oder Beleuchtung des Themas schamfreier Umgang mit dem eigenen Genital stattgefunden hat, ist für die Verfasserin verständlich. Es bedarf sicher an jeder Stelle des Lebens eine ausreichende Menge Mut und vor allem auch eine geeignete Sprache, um über Intimität sprechen zu können. Claudia Haarmann berichtet von dem Gefühl der Sprachlosigkeit bezogen auf die Partnerschaft, welches hier sicher auch angewendet werden kann. Es ist notwendig Worte zu besitzen, welche die eigene Intimität ausdrücken können. Wenn dies nicht gegeben ist, wird ein Austausch mit anderen Personen deutlich erschwerter. (Haarmann, 2006, S.38, 39)

Sichtbar wurde, dass alle befragten Frauen Masturbation leben und sie Orgasmen erleben. Aus welchen Gründen sie es tun, konnte auch beantwortet werden. Die Frage, ob sie ihre Masturbation als lustvoll erleben, kann nur vermutend beantwortet werden. Festzustellen ist zum einen, dass der Begriff „lustvoll“ von der Verfasserin im Vorfeld genauer definiert hätte werden müssen, um wirklich eine aussagekräftige Antwort darauf geben zu können. Wenn die Lust im Sinne von Genuss verstanden werden kann, wie aus dem Modell Sexocorporel bekannt ist, kann festgestellt werden, dass T1 ihre Masturbation lustvoll empfunden hat. So äußert sie zum Beispiel „ich habe mich heute alleine mit mir vergnügt, das war richtig schön.“ (T1, 412). Auch

stellt T1 sich mehrfach die Frage, warum sie sich die Masturbation nicht schöner gestaltet. Interpretativ kann hier vermutet werden, dass es für sie im Erleben der Masturbation Unterschiede gibt. Zum einen wird masturbiert mit dem Ziel einen Orgasmus zu erreichen und zum anderen, um sich selbst zu verwöhnen und zu genießen. Eventuell ist es auch für T3 lustvoll gewesen Masturbation zu leben. Sie gab an, sich durch Masturbation lebendig zu fühlen. Im Interview mit T2 lassen sich keine Hinweise auf lustvolles Erleben der Masturbation finden.

## 7.2 Welche Bedeutung hat die Masturbation im Laufe des Lebens einer Frau?

Dass die Masturbation als ein Teil der Sexualität zu betrachten ist, über welchen kaum bis gar nicht gesprochen wird, bestätigen alle Interviewpartner\*innen. Hier ist hervorzuheben, dass im Besonderen die weibliche Masturbation als Tabuthema empfunden wird, wie im Theorieteil bereits festgestellt wurde. Für T2 ist es beispielsweise völlig unvorstellbar, dass ein Mann keine regelmäßigen Ejakulationen bei sich auslöst. Das Unwissen darüber, was mit den Männern passiert, welchen Masturbation möglicherweise verboten wird, stellt sie sich in den körperlichen Auswirkungen für die Männer entsetzlich vor. Dass es auch Frauen gibt, die in ihrem Leben keinen Orgasmus erleben, bedauert sie eher. Hier wird die nicht ausreichende oder falsche Aufklärung in Bezug auf die menschliche Sexualität deutlich, welche wiederum eine entscheidende Auswirkung auf die Bewertung dieser in der Vorstellung von T2 hervorruft.

So detailliert und offen wie im Interview hatte bisher keine der teilnehmenden Frauen je über Masturbation gesprochen. Ein Gefühl von Erleichterung, darüber zu erzählen und das Bedürfnis nach Austausch war für die Verfasserin spürbar. Dies wurde bei allen drei Teilnehmer\*innen bereits im Vorgespräch deutlich. Sie drückten dies alle in großer Dankbarkeit über die Kontaktaufnahme aus und äußerten den Wunsch nach weiteren Treffen. Auch Claudia Haarmann, welche auf der Suche nach Frauen war, die bereit sind ihre sexuelle Lebensgeschichte zu erzählen, beschreibt diese Erfahrung in

ihrem Buch. Sie ist erstaunt darüber, wie viele Frauen bereit für ein Interview waren. Die Frauen wollen „Endlich aus der Sprachlosigkeit herauszukommen.“ (Haarmann, 2006, S.19).

Da das Thema Masturbation in den Herkunftsfamilien aller befragten Frauen ausgespart blieb, kann vermutet werden, dass auch dies dazu führte, dass die weibliche Befriedigung zunächst eine untergeordnete, schambesetzte Rolle im Leben der Frauen spielte.

Keine der befragten Frauen gab an, mit einem Partner über ihre Masturbation kommuniziert zu haben. Besonders für T3 war die eigene Befriedigung innerhalb der Partnerschaften nicht von großer Bedeutung. „Weil ich dachte, meine Gefühle sind nicht so wichtig. Ist vielleicht nicht so wichtig. Du bist ja glücklich mit ihm. Und dieser eine Punkt fehlt eben. Aber der war für mich nicht so wichtig.“ (T3, 793). T1 war über das Erleben der partnerschaftlichen Sexualität in ihrer Ehe nach wenigen Jahren sehr enttäuscht, hätte gerne Unterstützung in Form einer Beratung wahrgenommen, welche ihr Mann vehement ablehnte. Die Tatsache, dass die Ehe 20 Jahre hielt und T1 das Thema Sexualität als „dunkel“ (T1, 282) beschreibt, lässt die Verfasserin darauf schließen, dass auch für T1 die Erfüllung und das Recht auf eigene sexuelle Bedürfnisse als Frau eine untergeordnete Rolle spielten.

Dass Masturbation außerhalb einer Beziehung einen anderen Stellenwert hat, beschreibt T2. „in den älteren Jahren hat sich das auch nicht manifestiert, aber es ist häufiger vorgekommen. So würde ich das sagen. Häufiger vorgekommen, nachdem man sich von Männern verabschiedet hat. Da war es eher Praxis, sozusagen, als während der Bekanntschaften.“ (T2, 104). Spekulativ könnte hier gesagt werden, dass eine offene Thematisierung der Selbstberührung in der Kindheit und Jugend vermutlich geholfen hätte, einen selbstverständlicheren Umgang mit Masturbation zu erleben, unabhängig von einer Partnerschaft.

An dieser Stelle muss hervorgehoben werden, dass Masturbation bei allen befragten Frauen bereits in der Kindheit eine Rolle spielte, trotz der fehlenden Thematisierung in der Familie. So konnten sich alle an den ersten Moment dieses Gefühls erinnern. Für T1 und T3 stellte es eine sehr angenehme Erinnerung dar. „Und das vergesse ich wirklich mein Leben lang nicht.“ (T3, 20). T2 beschreibt es als ein unangenehmes Gefühl. Interpretativ lässt sich

schlussfolgern, dass sie keine Erinnerung mehr an das körperliche Erleben hat. Die Tatsache, dass es ein Geheimnis bleiben musste, überschattete möglicherweise die körperliche Erinnerung. Der emotionale Druck war für die damals vierjährige T2 zu hoch. Es ist in jedem Fall festzustellen, dass alle Frauen sich bereits in der Kindheit am eigenen Genital berührten, trotz ausgesprochener oder unausgesprochener Verbote.

Dass schamfreie Masturbation eine Frau fühlbar in ihrer Gesundheit unterstützt, muss differenziert beantwortet werden. Für T2 kommt es aus dem eigenen Körper heraus, T1 kann nicht immer einen deutlichen Grund erkennen. Beide bemerkten, dass sie nach Masturbation besser schlafen können. Aber auch Langeweile wird (eher in der Kindheit) von T1 angegeben. Heute stellen Tage, an denen nichts ansteht und ihr Kopf frei ist eine Motivation dar. Auch T3 gibt an, dass das Bedürfnis nach Masturbation aus ihrem Inneren herauskommt. Sie erfährt so eine Bestätigung von Lebendigkeit. Dass Masturbation eine positive Auswirkung auf Körper und Psyche hat, bestätigen alle drei Frauen. T2 drückt es wie folgt aus: „Also sind wir aus Sternenstaub entstanden. Und wenn wir den Sternenstaub als Schöpfer nehmen-, warum hat der uns eine Klitoris gemacht? Gehört doch zum Vermehren der Sorte. Weiter nichts. Ist doch auch bloß eine ideale, wundervolle Zusammensetzung, Schöpfung. Was da alles hineingehört, dass Empfindungen überhaupt-. Empfindungen. Die biologische Empfindung-, das ist ja keine geistige Empfindung. Das ist ja eine biologische Empfindung. Aber hat jedes kriechende Tier. Das ist uns aus den Sternen gegeben. Wer sonst hätte das gemacht? Warum soll das nicht benutzt werden?“ (T2, 172). Die Verfasserin äußert an dieser Stelle die Vermutung, dass der Körper eines jeden Menschen ganz genau weiß, was ihm guttut und somit gesund erhält. Sicher muss hier erwähnt werden, dass die Voraussetzung dafür, nämlich die Verbindung zu den eigenen körperlichen Bedürfnissen, gegeben sein muss. Die Grundlage wird, wie mittlerweile bekannt ist, in der Kindheit gelegt oder wird im Laufe des Lebens mit intensiver Auseinandersetzung erlangt. Für die Verfasserin liegt hier eine Bestätigung in der Unterstützung der Gesundheit. Die differenzierte Beantwortung der Hypothese beinhaltet aber auch, dass T2 beispielsweise in ihren jüngeren Jahren und den Zeiten, in denen ihr Ehemann nicht anwesend war, folgendes zur Masturbation äußerte: „Aber es hat mich

nicht beeindruckt, und es hat mich auch nicht gerettet, in dem Sinne. Das kann ich nicht sagen.“ (T2, 102). Auch T1 äußert, dass momentan die Masturbation für sie „nicht so eine Glücksquelle“ (T1, 358) darstellt. Sicher negieren die beiden Aussagen die positiv unterstützende gesundheitliche Auswirkung von Masturbation nicht, aber sie bestätigen sie auch nicht voll umfänglich.

### 7.3 Beantwortung weiterer Fragestellungen

Unter der Betrachtung der bisher aufgeführten Bedeutung von Masturbation können damit die im Vorwort gestellten Fragen auch teilweise beantwortet werden. Eine Mutter hat vermutlich in der Intimpflege ihrer Tochter Berührungsängste, weil sie ihre eigene Vulva auch unter Scham berührt. Ein Vater hingegen begegnet seiner Tochter hier eher urteilsfrei. Mögliche Werte, die einem kleinen Mädchen vor allem von der Mutter in diesem Zusammenhang vermittelt werden könnten, wären: Selbstbestimmung, Selbstbewusstsein, Akzeptanz, Einzigartigkeit, Respekt sowie Selbstliebe des eigenen Körpers. Die Verfasserin stellt hier die Behauptung auf, dass keine der teilnehmenden Personen eben erwähnte Werte von ihren Müttern vermittelt bekommen hat.

Wie wertvoll es sein kann, über Masturbation ins Gespräch zu kommen, bestätigt eine Interviewpartner\*in. Mit anderen Frauen über Masturbation zu sprechen hält T3 für enorm wichtig. „Wenn die nämlich erzählen, dass es das gibt, dass man das machen kann und wie das gemacht wird. Und was das mit einem selber machen kann. Dass man eben glücklicher wird und was weiß ich, dann würde ich immer sagen, das Gespräch ist viel wichtiger als alles andere, was man liest vielleicht.“ (T3, 1185). Hier fühlt sich die Verfasserin bestätigt mit dem Anliegen, Masturbation zu thematisieren und weiterhin mit Frauen darüber ins Gespräch zu kommen.

Ob die Masturbation als haltgebendes Element empfunden werden kann, hängt, wie in dieser Diskussion deutlich wird, von mehreren Faktoren ab.

Claudia Haarmann fasst es treffend zusammen, „Von einem wirklich befreiten, selbstbestimmten, lustvollen Leben sind viele Frauen weit entfernt. Die Scham ist nicht vorbei.“ (Haarmann, 2006, S.19).



## 7.4 Zusammenfassung

Die vorliegende Arbeit widmet sich der Bedeutung von Masturbation im Leben von älteren Frauen und damit einem sehr kleinen Teilgebiet der Sexualwissenschaften. Eindrücklich sichtbar wurde, welche enorm wichtige Rolle eine erfüllende Sexualität im Leben spielt, die zwar, bedingt durch äußere Umstände, in den Hintergrund treten kann. Betrachten wir aber die Auswirkungen erfüllend gelebter Sexualität auf das körperliche und psychische Wohlbefinden, beschreiben die Interviewten durchgängig positive Effekte, unter anderem Entspannung, Glück, Identitätsstärkung. Masturbation kann hier im Speziellen als Weg markiert werden, der einen besseren Zugang zum eigenen lustvollen, körperlichen Erleben ermöglicht. Eindrücklich ist hierbei ebenfalls, dass trotz starker gesellschaftlicher Tabus oder gar Verbote, keine der Frauen abhalten ließ, sich selbst körperlich zu entdecken. Masturbation stellt in dem Sinne also eine Art Selbstermächtigung dar und unterstützt bei den Studienteilnehmerinnen die Identitätsbildung als Frau. Zumal sie als „Katalysator“ für eine nach eigenen Wünschen gelebte partnerschaftliche Sexualität wirken kann und damit ein Selbstwirksamkeitserleben auslöst wird.

## 8. Methodenkritik

In diesem Abschnitt soll das gesamte Vorgehen der Arbeit bewertet werden. Es wird beschrieben, inwieweit sich Entschlüsse im Forschungsprozess am Ende als sinnvoll darstellten. Die Durchführung der Interviews und die anschließende Datenauswertung werden ebenso kritisch bewertet.

Eine qualitative Studie in diesem intimen Themenbereich durchzuführen, erwies sich als sinnvoll. Es konnte sich so ausführlich und intensiv einzelnen Fällen gewidmet werden, welches laut Michael Häder ein Merkmal sowie ein Vorteil der Qualitativen Forschung darstellt. (Häder, 2006, S.68) Ein weiteres Merkmal der Qualitativen Forschung, dass Entdecken und Verstehen von

Sachverhalten, wurde in der vorliegenden Arbeit ebenso erfüllt. (Häder, 2006, S.69) Dies wird in der Ergebnisdarstellung deutlich.

Der Entschluss, ein leitfadengestütztes narratives Interview zu führen, muss differenziert bewertet werden. Der narrative Ansatz war in jedem Fall geeignet, da es in der Forschung um individuelle Lebensgeschichten ging und subjektive Aussagen über Erlebnisse nicht einfach abgefragt werden können. (Wohlrab-Sahr, Przyborski, 2014, S.74) Die Individualität konnte somit zum Ausdruck gebracht werden. Die Entscheidung, das Interview durch offene Leitfragen, welche sich am deduktiven Kategorienleitfaden orientierten, zu unterstützen, erwies sich vor allem in zwei Interviews als besonders hilfreich. Beispielsweise äußerte eine befragte Person „Und erst jetzt, durch die Frage merk ich,“ (T1, 255). Auch ergaben sich eindeutig kommunizierte, fertige Ausführungen der befragten Personen. Das Stellen einer weiteren Leitfrage war in diesen Momenten für die Teilnehmer\*innen hilfreich, um weitere Gedankenprozesse anzuregen. Die Fragen konnten weitestgehend offen gestellt werden. Als schwierig erwies sich für die Interviewleiterin im gesamten Interview achtsam und offen für den Erzählfluss zu bleiben. Das spontane Umformulieren und Anpassen der Leitfragen waren kaum möglich. Somit wurde öfter eine Leitfrage sinngemäß mit den Worten „Sie haben schon teilweise darauf geantwortet, aber ich stelle die Frage trotzdem nochmal.“ eingeleitet. Ein narratives Interview zu führen bedeutet, offene Fragestellungen zu geben und möglichst keine Unterbrechungen im Erzählfluss der befragten Person zu erzeugen. Somit entstanden teilweise sehr lange Erzählphasen. Diese zu erfassen, im aufmerksamen Zuhören zu bleiben und gleichzeitig Notizen zu erstellen, gelang der Interviewleiterin nur mäßig. Im Analyseprozess sind somit Interviewstellen aufgetaucht, die intensiver hinterfragt hätten werden können. Ebenso ist aufgefallen, dass im Nachfrageprozess hin und wieder nicht die detaillierten Wortlaute verwendet werden konnten.

Auf Grund der Erfahrung in der Pilotstudie und der Literaturrecherche wurde zu Beginn des Interviews großen Wert daraufgelegt, den Begriff Masturbation im Verständnis der Interviewleiterin zu definieren. Besonders das Interview mit T3 stellte die Interviewleiterin in diesem Bereich vor eine Herausforderung. Die Erzählphasen waren im Vergleich zu den anderen beiden Interviews lang, enthielten einige irrelevante Randbemerkungen sowie mehrere

Wiederholungen. Es gelang der Interviewleiterin, trotz klarer und mehrfacher Betonung, nur schwer den Fokus auf das Masturbationsverhalten von T3 zu lenken.

Allgemein lässt sich feststellen, dass alle drei Teilnehmer\*innen bereit waren, intime Details über sich zu erzählen. Dies kann bezüglich der Datenauswertung als kritischer Punkt betrachtet werden. Die interviewten Frauen haben alle im Laufe ihres Lebens einen Zugang zu sich selbst und ihrer Sexualität erlangt. Vermutlich wären Frauen, die diesen Schritt nur teilweise oder gar nicht gehen konnten, weniger bereit gewesen, ein Interview zum Thema Masturbation zu führen. Die Bereitschaft und das Phänomen der Dankbarkeit „endlich darüber reden zu können“ kann auch als direktes Profitieren vom Forschungsprozess gewertet werden. Die Voraussetzung hierfür stellt ein relevantes gesellschaftliches Problem dar und die möglichst offene und gleichberechtigte Beziehung während des Interviews. (Mayring, 2016, S.69)

Es ergab sich für den Rahmen einer Masterarbeit eine ausreichende Datenmenge. Ebenso war in allen drei Interviews eine vertraute Atmosphäre spürbar, was sich möglicherweise auf das jeweilige Vorgespräch und eine ausreichende Information im Vorfeld zurückführen lässt.

Der vorab erstellte deduktive Kategorienleitfaden, inklusive seiner Definitionen, erwies sich einerseits stellenweise als zu detailliert und andererseits wiederum an manchen Stellen nicht differenziert genug. Somit ergaben sich bereits im ersten Durcharbeiten einige induktive Kategorien. Alle Kategorien und Unterkategorien wurden mit jedem Durcharbeiten der Daten verifiziert. Hier fiel auf, dass eine eindeutige Definition einer Kategorie äußerst unterstützend ist. Dies gelang nicht von Anfang an, somit ergaben sich mehr Durchläufe der Daten als erwartet. Vor allem im Datenmaterial aus dem Interview von T3, fiel es der Verfasserin schwerer, die Segmente eindeutig und vor allem außerhalb des Zusammenhanges verständlich zu codieren. Natürlich sollten individuelle Sachverhalte und Details nicht verloren gehen. Das Hauptaugenmerk beim Codieren lag der Verfasserin beim Beantworten der Forschungsfragen, somit ergab sich der Entschluss einige Randgeschichten aus dem Interview mit T3 nicht zu codieren. Dies ist kritisch anzumerken. Ebenso hätte es einen Datendurchlauf geben können, in dem

codiert werden könnte, in welchem Zusammenhang die befragten Personen in dritter Person antworteten oder in dritter Person über sich erzählten. Denkbar wäre ein solcher Durchgang auch mit dem Blick auf Äußerungen die ausweichend beantwortet wurden. Dies hätte sicher weitere Zusammenhänge ergeben.

Eine weitere Herausforderung stellte die nötige Wahrung der Distanz dar, insbesondere mit den zwei Teilnehmer\*innen, die vorher gänzlich unbekannt waren. Die Vorgespräche und auch die Zeit rund um das Interview nahmen mehrere Stunden in Anspruch. Es entstand auf Seiten der Verfasserin das Gefühl, dass die teilnehmenden Personen eine weitere Verbindung und Zeit des Austausches wünschten. Dies wurde durch klare und unmissverständliche Einladungen der Teilnehmer\*innen ausgelöst. Auf der forschenden Distanz zu bleiben, ohne unhöflich zu wirken, war hierbei die Herausforderung. Das dies vor allem im Forschungsprozess eine besondere Bedeutung darstellt, wird im Buch *Qualitative Sozialforschung* beschrieben. (Wohlrab-Sahr, Przyborski, 2014, S.48)

## 9. Ausblick

Wie aus der vorliegenden Masterarbeit deutlich wird, stellt die Masturbation eine absolute Natürlichkeit und Quelle als Zugang zur Sexualität dar. Dies konnte bereits vor vielen Jahren bewiesen werden, u. a. durch Kinsey und Shere Hite. Für die Verfasserin bleiben zwei Hauptfragen offen:

1. Warum scheint es unmöglich, diese Natürlichkeit in der Gesellschaft zu thematisieren und damit zu enttabuisieren?
2. Warum ist es bisher kein Thema in der Bildungspolitik, um es selbstverständlich in Lehr- und Studienplänen zu etablieren?

Folgend werden Ideen, Überlegungen und Lösungsansätze formuliert, wie eine positive Entwicklung zum vielfältigen Umgang mit dem Thema Masturbation aussehen könnte.

Mit dem Augenmerk auf der Vision, Frauen zu unterstützen, sowie dabei zu begleiten, einen gesunden, schamfreien und lustvollen Umgang mit ihrem

eigenen Körper und ihrer Sexualität leben zu können, wurde deutlich, dass genau hier ein zentraler Ansatzpunkt liegt. Der Grundstein und die Beziehung zum eigenen Körper werden in der Kindheit gelegt. So sieht die Verfasserin einen großen Einfluss darin, Eltern und anderen Bezugspersonen, sowie Pädagog\*innen über die natürliche und normale kindliche Sexualität aufzuklären. Nur wenn Mädchen von klein auf einen wertschätzenden Umgang mit ihrem Körper erfahren, können sie es später als Mütter an ihre Töchter weitergeben.

Wenn Frauen im Laufe ihres Lebens einen gesunden und schamfreien Zugang zu ihrem Körper bekommen konnten, die Kinder aber schon „zu alt“ sind, um Aufklärung zu leisten, könnte eine weitere Möglichkeit darin bestehen, die Mütter und Omas dabei zu unterstützen, mutig und offen mit ihren Kindern oder Enkelkindern (im Speziellen den Töchtern) Masturbation zu thematisieren. Es geht hier im Hauptsächlichen darum, Erfahrungen auszutauschen, intime Details spielen dabei nicht die zentrale Rolle. Das könnten z. B. Erfahrungen sein, wie unangenehme Gefühle sich wandeln können und welche Auswirkungen dies hervorrufen kann. Denkbar wäre, dass dieser Austausch auch mit Tanten oder Freund\*innen zustande kommt.

Überhaupt entstand der Eindruck, dass ein „darüber reden“ für Frauen unterstützend und hilfreich ist. Hier sieht die Verfasserin auch einen Auftrag an Beratungsstellen sowie den Mediziner\*innen. Nicht nur die Gynäkolog\*innen sind hier gefragt, auch in vielen anderen Bereichen sollte es selbstverständlich werden, über die sexuelle Befindlichkeit reden zu können beziehungsweise vielmehr danach gefragt zu werden. Zielgruppenspezifische Angebote für Eltern wären als Teil der Hebammenarbeit denkbar und zeitgemäß, um eine möglichst frühe Sensibilisierung der kindlichen Sexualität zu erreichen. Voraussetzung dafür ist, die natürliche, sexuelle Entwicklung eines Menschen, welche Masturbation einschließt, in die Aus- und Weiterbildungen derjenigen aufzunehmen, die mit kleinen und großen Menschen sowie deren Körpern und / oder ihrer Psyche arbeiten.

Die Verfasserin geht davon aus, wenn das Wissen um die Natürlichkeit der Masturbation sich verbreitet, wird es möglich sein einen schamfreien und lustvollen Umgang mit der weiblichen Masturbation zu erlangen (da die

männliche Masturbation im Rahmen dieser Arbeit eine untergeordnete Rolle spielte, wird sie an dieser Stelle nicht explizit mit einbezogen und ist ja zudem gesellschaftlich wesentlich selbstverständlicher). Eine bewusst gelebte, weibliche Sexualität kann darüber hinaus auch eine Auswirkung auf das Erleben der männlichen Sexualität haben. Die Auswirkungen und Einflüsse auf das Rollenbild zwischen Mann und Frau, könnten sicher auch eine Forschung darstellen.

Einen wichtigen Abschluss dieser Arbeit stellt die Frage „Wie ist es möglich die Masturbation als haltgebendes Element für eine Frau (er)lebbar zu machen, ohne dabei ihre natürliche Scham zu verletzen?“.

Dass es eine Veränderung im Umgang und dem Erleben mit der eigenen Masturbation zu jeder Zeit im Leben geben kann, wurde in zwei Interviews deutlich. Zu überlegen wäre also, wie Frauen die Natürlichkeit und der positive Nutzen gelebter Masturbation nähergebracht werden können? Untersucht werden müsste an dieser Stelle, über welche möglichen Zugänge Frauen erreicht werden können, insbesondere Frauen, die sich nicht explizit selbst auf die Suche begeben. Eine Idee wären niederschwellig, positiv formulierte Broschüren von der BZgA oder auch der Pro Familia, welche Informationen zum Thema Masturbation enthalten. Weitere Forschung in dem Bereich kann hier sicher die Wichtigkeit unterstützen. Interdisziplinäres Denken und ein guter Wissenschaft-Praxis-Transfer sind hilfreich, um Zugangswege zu erweitern, wie oben bereits erwähnt.

Eine Plakataktion, ähnlich der aktuellen, zum Thema sexuell übertragbarer Krankheiten (BZgA – Liebesleben), wäre ebenso denkbar. Solch eine öffentlich sichtbare Thematisierung erreicht einen großen Teil der Gesellschaft und kann ohne persönlichen Aufwand zum Nachdenken anregen. Ein Spruch wie „Ich mach´s mir selbst. Und du?“ kann eine Enttabuisierung möglicherweise wirksam unterstützen.

Die Masterarbeit hat der Autorin Mut gemacht, das Thema Masturbation immer wieder ins Gespräch zu bringen, nicht müde zu werden und weiter in der Aufklärung zu arbeiten. Sie dient ihr als unterstützende Grundlage in ihrer Vision als Sexologin zu arbeiten und eine Sprache für Intimität zu finden.

## Literaturverzeichnis

Beier, K. M., Bosinski, H. A., Hartmann, U., & Loewit, K. (2001). *Sexualmedizin: Grundlagen und Praxis; mit 37 Tabellen* (1. Aufl.). München: Urban & Fischer.

Brune, É., & Ferroul, Y. (2011). *Das Geheimnis der Frauen: Alles über den weiblichen Orgasmus* (Dt. Erstausg., 1. Aufl.). [München]: Mosaik.

Bucher, T., Hornung, R., & Buddeberg, C. (2003). Sexualität in der zweiten Lebenshälfte: Ergebnisse einer empirischen Untersuchung. *Z Sex-Forsch (Zeitschrift für Sexualforschung)*, 16(3), 249–270, from <https://www.thieme-connect.com/products/ejournals/abstract/10.1055/s-2003-43537>.

Claussen, J., Jankowski, D., & Dawid, F. (2020). *Aufnehmen, Abtippen, Analysieren: Wegweiser zur Durchführung von Interview und Transkription* (1. Auflage). Norderstedt: BoD - Books on Demand.

Duden Redaktion. *Masturbation*. URL: <https://www.duden.de/node/688301/revisions/1962329/view>. Retrieved February 18, 2019, from URL: <https://www.duden.de/node/688301/revisions/1962329/view>.

Duden Redaktion. *Selbstbefriedigung*. URL: <https://www.duden.de/node/688302/revisions/1876211/view>. Retrieved February 18, 2019, from URL: <https://www.duden.de/node/688302/revisions/1876211/view>.

Erb, C., & Klinger, D. (2004). *Mysterium Masturbation: Wenn sich Frauen selber lieben*. Frankfurt am Main: P. Lang.

Forum Sexualaufklärung und Familienplanung (Ed.) (2003). *BZgA Sexualität und Alter: Abteilung Sexualaufklärung, Verhütung und Familienplanung*. BZgA, from <https://www.bzga.de/infomaterialien/archiv/fachpublikationen/heft-12-2003-sexualitaet-und-alter/>.

Forum Sexualaufklärung und Familienplanung (2013). *Mädchen*. Retrieved December 17, 2020, from BZgA: <https://www.bzga.de/infomaterialien/archiv/fachpublikationen/heft-3-2012-maedchen/>.

Gore-Gorszewska, G. (2020). "What Do You Mean by Sex?" A Qualitative Analysis of Traditional versus Evolved Meanings of Sexual Activity among Older Women and Men. *The Journal of Sex Research*, 1–15.

Grill, G., & Digel, W. (1992). *Meyers großes Taschenlexikon* (4., vollst. überarb. Aufl., 10, 14, 20). Mannheim: BI-Taschenbuchverl.

- Haarmann, C. (2006). *"Unten rum ...": Die Scham ist nicht vorbei* (2. Aufl.). Köln: Innenwelt-Verl.
- Häder, M. (2010). *Empirische Sozialforschung* (2., überarbeitete Auflage). Wiesbaden: VS Verl. für Sozialwiss.
- Haeberle, E. J. (1985). *Die Sexualität des Menschen: Handbuch und Atlas*. Berlin: De Gruyter.
- Hertoft, P. (1993). *Sexologisches Wörterbuch* (Dt. Lizenzausg.). Köln: Dt. Ärzte-Verl.
- Hite, S. (1990). *Hite Report: Das sexuelle Erleben der Frau* (Überarb. Ausg., 8. Aufl.). *Goldmann: Vol. 11252*. München: Goldmann.
- Hite, S., & Barraud, P. (2003). *Vom Stolz, eine Frau zu sein: Über Liebe und Sexualität*. Frankfurt am Main: mvg-Verl.
- Hornung, R., & Bucher, T. (2004). *Sexualität im Wandel: Sexualität und Alter* (Züricher Hochschulforum No. 36). Zürich. Retrieved February 05, 2019, from [https://books.google.de/books?hl=de&lr=lang\\_de&id=puv7EK0FxmGc&oi](https://books.google.de/books?hl=de&lr=lang_de&id=puv7EK0FxmGc&oi).
- Kuckartz, U. (2018). *Qualitative Inhaltsanalyse: Methoden, Praxis, Computerunterstützung* (4. Auflage). *Grundlagentexte Methoden*. Weinheim, Basel: Beltz Juventa.
- Laqueur, T. W. (2008). *Die einsame Lust: Eine Kulturgeschichte der Selbstbefriedigung*. Berlin: Osburg Verlag.
- Lütkehaus, L. (1992). *"O Wollust, o Hölle": Die Onanie - Stationen einer Inquisition* (Orig.-Ausg., 5. - 7. Tsd). *Fischer/-Taschenbücher] Geist und Psyche: Vol. 10661*. Frankfurt am Main: Fischer-Taschenbuch-Verl.
- Mayring, P. (2015). *Qualitative Inhaltsanalyse: Grundlagen und Techniken* (12., aktualisierte und überarb. Aufl.). *Beltz Pädagogik*. Weinheim: Beltz.
- Mayring, P. (2016). *Einführung in die qualitative Sozialforschung: Eine Anleitung zu qualitativem Denken* (Zesde druck). Weinheim, Basel: Beltz.
- Méritt, L. (Ed.) (2017). *Frauenkörper neu gesehen: Ein illustriertes Handbuch* (5. Auflage). Berlin: Orlanda Frauenverlag.
- Poelchau, H.-W., Briken, P., Wazlawik, M., Bauer, U., Fegert, J. M., & Kavemann, B. *Bonner Ethik Erklärung*. Retrieved November 01, 2020, from <https://www.bmbf.de/files/Ethikerklaerung%281%29.pdf>.
- Pro Familia (2013). *Sexualität im Alter* (No. 4), from [https://www.profamilia.de/fileadmin/publikationen/Magazin/2013/pfm\\_4\\_2013.pdf](https://www.profamilia.de/fileadmin/publikationen/Magazin/2013/pfm_4_2013.pdf).



Rohlje, U. (1991). *Autoerotik und Gesundheit: Untersuchungen zur gesellschaftlichen Entstehung und Funktion der Masturbationsbekämpfung im 18. Jahrhundert*. Zugl.: Münster (Westfalen), Univ., Diss., 1990. *Internationale Hochschulschriften*. Münster, New York: Waxmann.

Römer, T., Straube, W., & Haders, P.-U. (1999). *Psychyrembel Wörterbuch Gynäkologie und Geburtshilfe* (2nd ed.). Berlin: De Gruyter.

Rose, H. S. (2017). *What's fappening?: Eine Untersuchung zur Selbstbefriedigung im 21. Jahrhundert* (Originalausgabe). *Angewandte Sexualwissenschaft: Band 10*. Gießen: Psychosozial-Verlag.

Schmidt, G. (2014). *Das neue Der Die Das: Über die Modernisierung des Sexuellen* (4., komplett überarb. und aktualisierte Neuaufl.). *Sachbuch Psychosozial*. Gießen: Psychosozial-Verl.

Schultz-Zehden, B. (2004). *Studie zur weiblichen Alterssexualität: Wie wandelt sich Sexualität im Alter?* Retrieved February 03, 2019, from <http://www.elfenbeinturm.net/archiv/2004/06.html>.

Starr, B., & Weiner, M. (1996). *Liebe im Alter: Zärtlichkeit und Sexualität in reiferen Jahren*. Aus dem Englischen von Helmut Bittner: Scherz Verlag.

Statistisches Bundesamt (2018). *Pressemitteilung - 45% der Seniorinnen in Deutschland leben alleine*. Retrieved November 22, 2020, from [https://www.destatis.de/DE/PresseService/Presse/Pressemitteilungen/zdw/2018/PD18\\_49\\_p002.html](https://www.destatis.de/DE/PresseService/Presse/Pressemitteilungen/zdw/2018/PD18_49_p002.html).

Sydow, K. von (1992). *Die Lust auf Liebe bei älteren Menschen. Reinhardts gerontologische Reihe: Bd. 5*. München, Basel: E. Reinhardt.

Wohlrab-Sahr, M., & Przyborski, A. (2014). *Qualitative Sozialforschung*: De Gruyter.

## Selbstständigkeitserklärung

Hiermit erkläre ich, dass ich die vorliegende Arbeit selbstständig und ohne fremde Hilfe verfasst und keine anderen Hilfsmittel als angegeben verwendet habe.

Insbesondere versichere ich, dass ich alle wörtlichen und sinngemäßen Übernahmen aus anderen Werken als solche kenntlich gemacht habe.

Dresden, den

---

Ines Rudolph