

ISP Uster / Hochschule Merseburg
MA Sexologie III ISP Uster 2019 – 2022

Masterarbeit

Sextoys, das Versprechen von Lust und Orgasmen

Die Wirkung von Sextoys auf die sexuelle Lust und die Orgasmusfähigkeit von Frauen zwischen 20 und 30 Jahren in der Selbstbefriedigung und der Paarsexualität

Studentin

Tamara Schmucki

Erstgutachterin

Esther Elisabeth Sch. tz
Institut für Sexualpädagogik und Sexualtherapie, Uster, Schweiz

Zweitgutachter

Ben Kneubühler
Institut für Sexualpädagogik und Sexualtherapie, Zürich, Schweiz

Abgabedatum

22. August 2022

Kurzfassung

Diese Masterarbeit befasst sich mit Sextoys für Frauen. Es wird der Forschungsstand von Sextoys und deren Wirkung untersucht. Der Fokus liegt dabei auf der sexuellen Lust und der Orgasmusfähigkeit von Frauen zwischen 20 und 30 Jahren. Es wird der Frage nachgegangen, welche Lernschritte Frauen in diesem Alter in der Sexualität machen und welche Lernschritte anhand von Sextoys begünstigt oder verhindert werden können. Mit drei qualitativen Interviews werden Nutzerinnen von Sextoys befragt, wie sie diese in der Paarsexualität, sowie der Selbstbefriedigung einsetzen und welchen Nutzen sie daraus für die sexuelle Lust und die Orgasmusfähigkeit ziehen. Zudem wird untersucht, welche Wirkung unterschiedliche Sextoys haben. Die daraus gewonnenen Erkenntnisse werden anhand des Modells Sexocorporel in Bezug auf die Aktivierung sexueller Lust und dem Auslösen eines Orgasmus kritisch beleuchtet.

Sextoys sind noch immer ein Tabuthema in unserer Gesellschaft. Um Tabuthemen existieren immer auch Mythen und falsches Wissen. Die vorliegende Masterarbeit soll helfen das Tabuthema aufzubrechen und das Wissen über Sextoys zu erweitern.

Abstract

This master thesis is about sex toys for women. It examines the state of research of sex toys and their effects. The focus is on the sexual desire and orgasm ability of women between 20 and 30 years. The question is pursued, which learning steps women make in sexuality at this age and which learning steps can be promoted or prevented by sex toys. With three qualitative interviews female users of sex toys will be asked how they use sex toys in couple sexuality as well as in masturbation and what benefits they derive from them for sexual pleasure and orgasm ability. In addition, the effect of different sex toys is investigated. The resulting findings are critically examined using the Sexocorporel model in relation to the activation of sexual desire and the triggering of an orgasm.

Sex toys are still a taboo subject in our society. Myths and false knowledge always exist around taboo topics. This master thesis is intended to help break down the taboo topic and expand the knowledge about sex toys.

Inhaltsverzeichnis

Persönliches Vorwort	1
1 Einleitung	2
1.1 Ausgangslage und Problemstellung	2
1.2 Ziel.....	3
1.3 Forschungsfragen	3
1.4 Leitfragen	3
1.5 Methodenwahl.....	3
2 Sexuelle Entwicklung von Frauen zwischen 20 und 30 Jahren	4
2.1 Feste Beziehungen, sexuelle Aktivität und sexuelle Zufriedenheit.....	4
2.2 Oralsex & Petting	5
2.3 Pornografiekonsum.....	7
2.4 Orgasmus und Lust.....	8
2.5 Verhütung.....	9
2.6 Sexuelle Orientierung und Identität	10
2.7 Sexuelle Gewalt	11
2.8 Kinderwunsch.....	12
2.9 Selbstbefriedigung und Sextoys	12
2.10 Paarsexualität und Sextoys	13
2.11 Zusammenfassung	14
3 Sexuelle Lust und Orgasmusfähigkeit junger Frauen im Alter zwischen 20 und 30	16
3.1 Sexuelle Zufriedenheit	16
3.2 Sexuelle Lust.....	18
3.3 Orgasmusfähigkeit.....	19
3.4 Sexuelle Lust und Orgasmusfähigkeit im Kontext von Sextoys.....	20
4 Sextoys für Frauen	24
4.1 Definition und Kategorien von Sextoys	24
4.2 Nutzung und Wirkung von Sextoys	27
5 Sextoys im Kontext des Modells Sexocorporel	31
5.1 Physiologische Elemente des Modells	32
5.2 Aktivierung sexueller Lust und Orgasmen.....	35
6 Methodik des Forschungsprojektes	37
6.1 Forschungsmethode	37
6.2 Literaturrecherche	37
6.3 Datenerhebung	38
6.4 Stichprobe	38
6.5 Untersuchungsablauf.....	39
6.6 Transkription	39
6.7 Datenanalyse	40
6.8 Skizzenerarbeitung	42
6.9 Datenschutz und Forschungsethik	43
7 Ergebnisse	45
7.1 Kategorien Sextoy.....	45
7.2 Gründe, Erwartungen und Versprechen.....	47
7.3 Sexuelle Entwicklung	49
7.4 Orgasmus.....	50
7.5 Lust.....	52

7.6	Nutzung Sextoys	53
7.7	Wirkung von Sextoys	55
7.8	Gründe für/gegen Sextoys	57
8	Diskussion	59
8.1	Wie wirken sich Sextoys aus?	59
8.2	Wirkung auf den Orgasmus	63
8.3	Wirkung auf die Lust	64
8.4	Wirkfaktoren von Sextoys	65
8.5	Welchen Einfluss haben die Wirkfaktoren im Kontext des Modells Sexocorporel	66
8.6	Zusammenfassung	67
8.7	Limitationen	68
8.8	Weitere Forschung	68
	Schlusswort.....	69
	Quellenverzeichnis	70
	Anhang.....	79

Persönliches Vorwort

In der Zukunft möchte ich als Sexologin oder Sexualberaterin arbeiten. Diese Arbeit ermöglicht mir in einem Thema in die Tiefe abzutauchen. Schon länger liebäugelte ich mit dem Thema Sextoys. Sie erschienen mir so gegenwärtig in meiner Generation und kamen doch selten zur Sprache in unserer Ausbildung. Eine Anekdote einer Freundin ermutigte mich dann, diesem Gedanken weiter nachzugehen. Sie erzählte mir, dass sie einen Womanizer geschenkt bekommen habe und dadurch etwas wieder geweckt wurde, was sie lange verloren und vergessen hatte. Sie war so dankbar und glücklich darüber, dass mein Interesse geweckt wurde.

Esther Elisabeth Schütz und Heinz Jufer unterstützen mich dann dabei das Thema zu einem Masterarbeitsthema aufzugleisen. Neue Technologien sind immer auch von Ängsten und Skepsis begleitet. Das Interesse und die Offenheit gegenüber der Idee, Sextoys in den sexologischen Kontext einzubauen, ermöglichte mir meinen Fragen genauer auf den Grund zu gehen.

Den Teilnehmerinnen der Interviews gehört mein grösster Dank. Ihre Offenheit und ihre Ausführungen ermöglichten, dass diese Arbeit überhaupt entstehen konnte. Zudem möchte ich mich bei meinem Partner bedanken, dafür dass er mich in diesen manchmal anstrengenden Stunden ausgehalten und unterstützt hat. Meine Masterarbeitslerngruppe leistete beste Dienste. Wir motivierten uns gemeinsam und standen uns mit Rat und Tat zur Seite.

1 Einleitung

1.1 Ausgangslage und Problemstellung

In der Orgasm Equality Studie (Mahar et al., 2020) berichten 39% der weiblichen Studierenden in der Paarsexualität immer oder regelmässig einen Orgasmus zu erleben. Im Gegensatz erleben 91% der männlichen Studenten immer einen Orgasmus (Mahar et al., 2020). Bei Frauen um 20 Jahre ist die Orgasmusintensität tiefer als bei Frauen um 30 Jahre (Durex, 2008). Hersteller von Sextoys gehen bereits heute mit ihren Verkaufsversprechen auf das Bedürfnis nach Orgasmen ein oder versuchen dieses zu wecken. Auf der Webseite Kisskiss.ch sind Versprechen wie «kraftvolle und intensive Orgasmen mit nur einem einzigen Knopfdruck» oder «Orgasmen von seltener Intensität bekommen» zu lesen (In a Box GmbH, 2022). Sexualität ist ein Lernprodukt (Wrede, 2000). Mit diesem Grundgedanken, dass Sexualität das Ergebnis von Lernschritten ist, kann davon ausgegangen werden, dass das auch auf den Orgasmus und die sexuelle Lust übertragen werden kann, weil diese beiden Faktoren zur Sexualität dazugehören.

Die Grundhaltung, dass Sexualität lebenslanglich gelernt wird oder werden kann, wirft die Frage auf, welche Lernschritte von Frauen in der Zeitspanne zwischen 20 und 30 gemacht werden. Hier kommen die Sextoys ins Spiel. Diese Arbeit geht der Frage nach, ob Sextoys einen Anteil an diesen Lernschritten haben. Der Anteil von Personen, die Sextoys nutzen, hat sich laut Statista.com von 2018 bis 2020 beinahe verdoppelt (Statista Research Department, 2022). Ihre Bedeutung in der Sexualberatung und -therapie, sowie die Notwendigkeit in der Beratungsevaluation danach zu fragen, steigt.

Im Modell Sexocorporel spielt die Art und Weise, wie sich ein Mensch stimuliert, respektive wie die Person die Erregung steigert, eine wichtige Rolle. Ausgegangen wird vom angeborenen Erregungsreflex, es erfolgt die Erregungssteigerung und je nach dem eine Entladung.

Der Einsatz eines Sextoys beeinflusst die Stimulation. Mit diesen Gedanken kommen Fragen auf. Existieren Hinweise, dass sie Frauen in ihrem Lernprozess unterstützen oder eben auch hindern können? Was berichten Nutzerinnen von Sextoys dazu? Welche Wirkung haben Sextoys auf die sexuelle Lust und die Orgasmusfähigkeit von Frauen? Daraus lassen sich die Forschungsfragen dieser Arbeit ableiten.

1.2 Ziel

Ziel dieser Masterarbeit ist die qualitative Erforschung von Sextoys und deren Wirkung auf die sexuelle Lust und die Orgasmusfähigkeit von Frauen im Altern zwischen 20 und 30 Jahren. Grundlage dieser Untersuchung ist das Modells Sexocorporel.

1.3 Forschungsfragen

Wie wirken sich Sextoys auf die sexuelle Lust und die Orgasmusfähigkeit von Frauen in der Selbstbefriedigung und der Paarsexualität aus? Welchen Einfluss haben die Wirkfaktoren auf die Aktivierung sexueller Lust und das Auslösen eines Orgasmus im Kontext des Modells Sexocorporel?

1.4 Leitfragen

Wie entwickelt sich die Sexualität von Frauen zwischen 20 und 30 Jahren?

Welche Studienergebnisse gibt es bezüglich sexueller Lust und Orgasmusfähigkeit von Frauen, im speziellen bei Frauen im besagten Alter?

In welche unterschiedlichen Kategorien können Sextoys bezüglich ihrer Funktion eingeteilt werden?

Kann die Nutzung und Wirkung von Sextoys auf die sexuelle Lust und Orgasmusfähigkeit durch bestehende Studienergebnisse belegt oder widerlegt werden? Welcher Bedarf für die Nutzung von Sextoys kann daraus abgeleitet werden?

Was sind Gründe für junge Frauen Sextoys zu kaufen und zu nutzen?

Welche Sextoys verwenden befragte Frauen in der Selbstbefriedigung und oder in der Paarsexualität?

Welchen Einfluss hat der Einsatz von Sextoys in der Selbstbefriedigung und der Paarsexualität auf die sexuelle Lust, sowie die Orgasmusfähigkeit nach dem Modell Sexocorporel?

1.5 Methodenwahl

Begonnen wird diese Arbeit mit einer Literaturrecherche, um den wissenschaftlichen Hintergrund zu erfassen. Der untersuchte Forschungsbereich, speziell wenn es um die Anwendung und Wirkung der Sextoys geht, ist bisher noch wenig untersucht. Aus diesem Grund findet die Datenerhebung mit qualitativen Forschungsmethoden statt. Dafür werden drei Frauen, die Sextoys nutzen, interviewt. Im Anschluss werden die erhobenen Daten nach Mayrings Verfahren der qualitativen Inhaltsanalyse analysiert und ausgewertet.

2 Sexuelle Entwicklung von Frauen zwischen 20 und 30 Jahren

Dieser Abschnitt zeigt einen Überblick über allgemeine Forschungsergebnisse zur Sexualität von Frauen in Deutschland und der Schweiz zwischen ihrem 20igsten und 30igsten Lebensjahr. Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung BZgA führt seit den 80er Jahren grosse Untersuchungen zur Sexualität von 14 – 25-jährigen durch (Heßling & Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung., 2016). Daten zu Mädchen und Frauen dieser Altersgruppe sind somit vorhanden. Hingegen fehlten in Deutschland bis vor kurzem Surveydaten zur Altersgruppe von 18-75-Jährigen (Matthiesen et al., 2017). Die Sexuallforschung in anderen Europäischen Ländern hat sich im Gegensatz dazu in den letzten Jahrzehnten sehr schnell entwickelt. Verschiedenste Studien konnten über Jahre hinweg wiederholt gemacht werden, sodass Entwicklungen abgelesen und Vergleiche gezogen werden können. Mit der ersten bundesweiten Pilotstudie der Gesundheit und Sexualität in Deutschland GeSiD wurde diese Lücke im Jahr 2017 geschlossen. Die Studie bezieht sich auf die Bereiche der Prävention von sexuell übertragbaren Krankheiten, sexualisierter Gewalt und die Verhinderung von ungewollter Schwangerschaft, genauso wie Untersuchungen zur sexuellen Lust, sexuellen Zufriedenheit, Beziehungen und Lebensstil (Matthiesen et al., 2017).

Die Sexualität von Frauen beinhaltet unterschiedliche Themen. So wurden in den oben genannten Studien beispielsweise die Anzahl fester Beziehungen, sexueller Aktivität, Pornografiekonsum, unterschiedlicher sexueller Erfahrungen mit anderen, aber auch sich selbst, Verhütung, sexueller Gewalt, sexueller Orientierung sowie Outing untersucht. Der Kinderwunsch wird in den Jugendstudien abgefragt, wohingegen Fragen zum Orgasmus, der sexuellen Zufriedenheit und der Lust fehlen. Diese Themenfelder sind dafür in der GeSiD Studie enthalten (Heßling & Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung., 2016; Matthiesen et al., 2017).

2.1 Feste Beziehungen, sexuelle Aktivität und sexuelle Zufriedenheit

Die Form der Beziehung ist relevant für die Sexualität, da der Beziehungsstatus einen grossen Einfluss auf die sexuelle Aktivität von Frauen hat. Dies ist bereits vor dem 20. Lebensjahr so. In diesem Alter haben 89% der Frauen mit deutschem Hintergrund und 68% der Frauen mit Migrationshintergrund den ersten Geschlechtsverkehr erlebt. Mehr als die Hälfte der Frauen waren zu diesem Zeitpunkt in einer festen Beziehung. Je jünger sie waren, desto häufiger war dies der Fall. Der erste Geschlechtsverkehr ist häufig verknüpft mit dem Einstieg in ein regelmässiges Sexualleben. 80% der Frauen erleben in den Folgewochen wiederholt Geschlechtsverkehr. 85% der weiblichen Altersgruppe der 18- bis

25-Jährigen gibt an regelmässig Geschlechtsverkehr zu haben, wenn sie in einer festen Partnerschaft sind. Im Gegensatz dazu erleben 13% Geschlechtsverkehr ohne feste Partnerschaft. Über die Zufriedenheit oder den Genuss der gelebten Sexualität werden abgesehen vom ersten Geschlechtsverkehr, den die meisten als «etwas Schönes» betiteln, keine Fragen gestellt (Heßling & Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung., 2016). Auch ältere Frauen geben an, in festen Beziehungen häufiger sexuelle Aktivitäten zu erleben, wobei mit sexueller Aktivität ein offenerer Begriff gewählt wurde als in der vorher genannten Studie mit dem Begriff des reinen Geschlechtsverkehrs. Es wurde herausgefunden, dass die Gruppe der 26–35-jährigen Frauen sexuell aktiver ist als die Gruppe der 18- bis 25-Jährigen. Allerdings verschlechterte sich in diesem Zeitraum die sexuelle Zufriedenheit der Frauen. Bei allen Altersgruppen über 26 Jahren war vor allem die Dauer der Beziehung der grosse Einflussfaktor auf die sexuelle Zufriedenheit (Dekker et al., 2020). Es stellt sich jedoch die Frage, ob Frauen unter 25 Jahren tatsächlich zufriedener mit ihrer Sexualität als ältere Frauen sind oder ob sie möglicherweise in kürzeren Beziehungen leben, beispielsweise aufgrund ihres Alters. Der allgemeine Gesundheitszustand der Frauen um das 20. Lebensjahr ist etwas besser als um das 30. Lebensjahr. Der positive wie auch negative Zusammenhang zwischen sexueller Zufriedenheit und der Gesundheit allgemein konnte belegt werden (Dekker et al., 2020). Somit könnte auch dies eine mögliche Erklärung sein.

2.2 Oralsex & Petting

Die Chancen für Frauen einen Orgasmus zu erleben, sind beim Oralsex oder auch Petting viel höher als bei rein penetrativem Geschlechtsverkehr (Lentz & Zaikman, 2021). Petting ist ein Wort, das im Zusammenhang mit Jugendsexualität verwendet wird (Döring, 2016; Heiliger, 2004; Neubauer, 2008). In Studien zu Erwachsenensexualität findet die Autorin die Begriffe wie Vorspiel oder Oralsex. Der Begriff Petting hingegen kommt nicht mehr vor (Barrense-Dias et al., 2018; Brunner et al., 2021; Dekker et al., 2020). Petting leitet sich vom englischen Verb «to pet» her und bedeutet übersetzt «streicheln». Es beschreibt alle sexuellen Handlungen zwischen Menschen wie streicheln, küssen, lieblosen der erogenen Zonen ohne dass der Penis in die Vagina oder After eingeführt wird (Verein Lilli, 2022). Diese Beschreibung umfasst deutlich mehr als unter Oralsex (Stimulieren der Geschlechtsorgane mit dem Mund) verstanden werden kann. Oralsex kann also Teil des Pettings sein. Bei beidem kann danach der Penis in die Vagina oder in den After eingeführt werden, dann nennt man Petting Vorspiel (Verein Lilli, 2022).

Die allermeisten Jugendlichen durchlaufen eine stufenweise Entwicklung bei der Entdeckung der sexuellen Aktivitäten mit anderen. Gestartet wird mit Küssen, weiter geht

es mit Brustpetting gefolgt von Intimpetting und dann der erste Geschlechtsverkehr. Zwischen allen Schritten liegt meist ein zeitlicher Abstand. Im erwachsenen Alter beschleunigt sich dann dieser Ablauf (Heßling & Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung., 2016). Das bedeutet, dass praktisch alle jungen Frauen, die Geschlechtsverkehr erlebt haben, auch Erfahrungen mit verschiedenen anderen Formen der sexuellen Stimulation gemacht haben. Dies bestätigt auch die Befragung von 24- bis 26-jährigen Frauen in der Schweiz (Barrense-Dias et al., 2018). Die Untersuchung belegt, dass Frauen im Durchschnitt knapp vor ihrem 18. Geburtstag das erste Mal Oralsex erleben und unter den 24- bis 26-jährigen Frauen fast alle Oralsex erleben (Barrense-Dias et al., 2018).

Mit dem beschriebenen Ablauf bis zum ersten Geschlechtsverkehr hätten junge Frauen gute Voraussetzungen, um sexuelle Lernschritte in Richtung lustvoller Sexualität in der partnerschaftlichen Sexualität zu machen. Leider halten sie später, aus welchen Gründen auch immer, nicht daran fest. Für ihre weitere Entwicklung wäre dies vermutlich förderlich, wurde doch in verschiedensten Studien belegt, dass gerade genitale Stimulation und Oralsex mit grösserer sexueller Befriedigung und Lust verbunden waren (de Visser et al., 2003; Herbenick, Reece, Schick, et al., 2010). Weshalb also wiederholen einige junge Frauen nach dem ersten Geschlechtsverkehr diese Erfahrungen nicht oder weiten diese nicht weiter aus? Diesen Fragen wird bisher in Studien nicht nachgegangen. Die Autorin vermutet, dass ihr Interesse in diesem Alter nicht auf sich und die eigene sexuelle Befriedigung und Zufriedenheit gerichtet ist, sondern mehr auf die des Gegenübers. Eine funktionierende und gute Partnerin zu sein steht vermutlich weiter oben auf ihrer Bedürfnisliste als das eigene sexuelle Vergnügen.

Die Wichtigkeit von Oralsex wurde in der U.S. amerikanischen Studie «What Keeps Passion Alive?» (Frederick et al., 2017) untersucht und belegt. Die Problematik des in Langzeitbeziehungen auftretenden Verlusts der sexuellen Leidenschaft und Zufriedenheit wurde als Anlass genommen genauer zu untersuchen, welche Faktoren bei Paaren dazu führen, dass eben gerade dies weniger oder gar nicht auftritt. Die Studie bestätigt, dass die Zahlen der «Sexual health and behavior of young people in Switzerland» (Barrense-Dias et al., 2018) nicht nur für diese Altersgruppe, sondern auch auf eine grössere Spanne angewendet werden kann. Während eines Monats empfangen 87% der Frauen und 92% der Männer normalerweise Oralsex, wenn sie dies auch in ihrer letzten sexuellen Begegnung hatten. Etwa die Hälfte der Frauen empfing ungefähr jedes zweite Mal Oralsex und nur 9% gaben an, nie oder fast nie Oralsex zu empfangen. Dennoch gaben auch hier viele Teilnehmende an, dass sie in den ersten sechs Monaten ihrer Beziehung mehr Vorspiel und Oralsex hatten als heute (Frederick et al., 2017). Was in den Jugendjahren

fürs Petting gilt, scheint in längeren Beziehungen für das Vorspiel und den Oralsex zu gelten. Gleichzeitig wird aufgezeigt, dass Frauen, die Oralsex geben und nehmen, deutlich zufriedener sind mit ihrer Sexualität als Frauen, die das nicht erleben (Frederick et al., 2017).

2.3 Pornografiekonsum

Viele Jugendliche geben an sich im Internet über sexuelle Themen zu informieren (Heßling & Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung., 2016). Der Konsum von Pornografie gehört da auch dazu. Etwas mehr als ein Drittel aller Frauen unter 18 Jahren haben bereits Erfahrungen mit Hardcore Pornografie gemacht. Diesen Befund zweifelt die Autorin an. Es scheint ihr deutlich mehr zu sein. Der Zugang zu Pornografie ist heute für jugendliche Frauen genauso einfach wie für Männer und ein grosses Thema der Jugendlichen. Die Wahrscheinlichkeit, dass sie zumindest aus Interesse wenigstens ein Mal Hardcore Pornografie konsumiert haben, scheint gross zu sein. Die Autorin vermutet, dass die unter 18-jährigen Frauen sich nicht trauen, diesen Fakt zuzugeben. Unter Hardcore Pornografie wird Pornografie verstanden, bei denen entblösste Geschlechtsteile zu sehen sind. Bereits 45% der Mädchen haben vor ihrem 12. Lebensjahr mindestens einmal einen Softcore Porno gesehen. Im Durchschnitt sehen Mädchen kurz vor ihrem 15. Lebensjahre zum ersten Mal einen Porno. Auch wenn weibliche Jugendliche deutlich weniger häufig und später Pornografie konsumieren als männliche (Quandt & Vogelgesang, 2018), so überragt ihr Erfahrungsschatz von dem, was sie über Sexualität gesehen haben zu dem, was sie erlebt haben, in den meisten Fällen deutlich. Auch im Erwachsenenalter konsumieren Frauen seltener und weniger Pornografie als Männer (Brun Del Re et al., 2021). Hier kann gesagt werden, dass 18- bis 30-jährige Frauen am meisten Pornografie konsumieren. 58% der befragten Frauen in dieser Altersgruppe gaben an, im letzten Jahr Pornografie konsumiert zu haben. Frauen in Beziehungen schauten etwas weniger als Singles. Fast alle sind der Überzeugung, dass ihr Pornografiekonsum keine Auswirkungen auf ihr Sexualeben insgesamt habe (Martyniuk & Dekker, 2018). Pornografie ist die meist verbreitete sexuelle Erregungsquelle in der Selbstbefriedigung (Willoughby et al., 2016). Warum Mädchen und Frauen diese Quelle der Erregung weniger nutzen, ist noch unerforscht. Vermutet wird, dass es am fehlenden sexuellen Interesse überhaupt oder am fehlenden Interesse am vorhandenen Angebot liegen könnte (Cerwenka & Brunner, 2018). In der Mainstream Pornografie geht es selten darum, was eine Frau will oder wie sie zu ihrer eigenen sexuellen Zufriedenheit kommt. Sie wird als immer willig dargestellt und scheint an allem Spass zu haben. Das Ganze wird aus der männlichen Perspektive gezeigt

(Bauder & Hajok, 2019). Als Vorbild für Frauen, um ihre eigene Sexualität zufriedenstellender zu machen, dient sie nicht.

Für Frauen zwischen 20 und 30 Jahren scheint Pornografie kein Tabuthema mehr zu sein. Ob und inwiefern Pornos Frauen in ihrer sexuellen Entwicklung unterstützen, hindern oder ohne Einfluss blieben, wurde bisher nicht erforscht.

2.4 Orgasmus und Lust

In der Befragung zur Jugendsexualität (Heßling & Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung., 2016) werden die Themen sexuelle Zufriedenheit und Orgasmus gänzlich ausgelassen. Das Thema Lust kommt einmal im Zusammenhang mit einer Nebenwirkung der Anti Baby Pille (geringeres Lustempfinden) vor.

Schifan (2006) zeigt in ihrer Untersuchung auf, dass das Ausbleiben des Orgasmus das meistgenannte Problem von Frauen in der Sexualität ist. Dabei wurde diese Einschätzung von den Frauen selbst vorgenommen und es handelt sich nicht in zwingender Weise um eine sexuelle Dysfunktion. Bei Briken et al. (2020) wurden die sexuellen Probleme anhand des Screening-Instruments für sexuelle Dysfunktionen gemäss den ICD-11-Leitlinien erhoben. Nach dieser Studie waren Orgasmusstörungen bei 5.8 % der Frauen vorhanden, was nach dem verminderten sexuellen Verlangen an zweiter Stelle aufgeführt wird. In dieser Untersuchung wird klar, dass Frauen um 20 Jahre etwas häufiger davon betroffen sind als Frauen um 30. Dies stört die jüngeren Frauen aber weniger als die ältere Gruppe. Interessant ist auch zu sehen, dass bei der Gruppe der sexuell aktiven Frauen der Unterschied deutlich grösser ist und dass Frauen zwischen 36 und 45 Jahren einen weiteren Sprung in Richtung Orgasmussicherheit machen. Das Thema Orgasmusprobleme bleibt aber ein lebenslängliches Thema von einigen Frauen, wie der Tabelle zur Prävalenz sexueller Probleme im Anhang VI zu entnehmen ist. Die Resultate wurden in Altersgruppen zwischen 18 und 75 Jahren zusammengefasst. Weshalb die Personen über 75 Jahre bei der Studie nicht befragt wurden, bleibt offen. Auch der Orgasmusgap zwischen Frauen und Männern wurde erneut belegt. Gaben doch etwa doppelt so viele Frauen wie Männer an, Probleme mit dem Orgasmus zu haben (Briken et al., 2020). Das Thema mit dem Orgasmus ist in der partnerschaftlichen Sexualität grösser als in der Selbstbefriedigung. Dort geben mehr als 85 % der Frauen an fast immer oder immer zum Orgasmus zu kommen (Davis et al., 1996).

In Bezug auf die sexuelle Lust zeigt sich ein etwas anderes Bild. Auch wenn die Lust auf Sex bei sehr vielen Frauen beeinträchtigt ist, sind Frauen um 30 Jahre doch sehr viel häufiger betroffen als 10 Jahre jüngere Frauen (Briken et al., 2020). Schifan (2006)

vermutete einen Zusammenhang zwischen den Problemen mit dem Orgasmus und der Lust. Frauen könnten eventuell denken, dass sie keinen Orgasmus erlebten, weil sie zu wenig Lust hätten, so Schiffans (2006) Gedanke. Bezogen auf die beiden für diese Arbeit relevanten Altersgruppen passt dieser Gedanke nicht ins Bild. Einerseits scheinen beide Gruppen Probleme zu haben einen Orgasmus zu bekommen und ein reduziertes Verlangen nach Sex zu haben. Andererseits betrifft das Problem mit der Lust bei 26- bis 35-Jährigen fast einen Drittel mehr Frauen (Briken et al., 2020). Schiffans (2006) These weiterentwickelt könnte laut der Autorin bedeuten, dass sich das Ausbleiben des Orgasmus erst mit der Zeit auf die Lust der Frauen auswirkt oder dass weitere Faktoren die Lust beeinflussen. In der GeSid Studie, aus der unter anderem die Artikel von Briken et al. (2020) und Matthiesen et al. (2017) stammen, wird sexuelle Zufriedenheit im Zusammenhang mit der Gesundheit allgemein, der sexuellen Aktivität und der Dauer sowie Status der Beziehung gesetzt. Einen Zusammenhang zwischen dem Orgasmus, der sexuellen Lust und der sexuellen Zufriedenheit wird bisher weder dort noch bei Schiffan (2006) aufgegriffen. Der Mythos, dass Sex nur gut sei, wenn er mit einem Orgasmus endet, wird von Frauen nicht bestätigt. So gibt jede zweite Frau an sexuell zufrieden zu sein, auch wenn sie nicht immer einen Orgasmus erlebe (Hauch et al., 2006). Dies wiederum könnte ein weiterer Beleg dafür sein, dass für Frauen die sexuelle Aktivität in einer Beziehung wichtiger ist, um sexuelle Zufriedenheit zu erlangen, als den Orgasmus. Dennoch gilt es zu berücksichtigen, welchen enormen Einfluss der Orgasmus auf die Beziehung hat und wie viel Stress das Fehlen des Orgasmus auslöst (Bragagna, 2013). Zudem gilt es zu beachten, dass ein unregelmässig erlebter Orgasmus und ein totales Fernbleiben zwei wesentlich unterschiedliche Dinge sind.

2.5 Verhütung

Das Verhütungsverhalten von 20-jährigen Frauen unterscheidet sich vom Verhütungsverhalten 10 Jahre älterer Frauen. Während dem Einstieg in die sexuell aktive Lebensphase fühlen sich noch beide Geschlechter für die Verhütung verantwortlich. Dieses gemeinschaftliche Verantwortungsgefühl nimmt mit der Beziehungsdauer zu Lasten der Frauen ab. Die Pille löst nach einiger Zeit das Kondom, als meistverwendetes Verhütungsmittel, ab (Heßling & Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung., 2016). Diese beiden Fakten passen gut zusammen. Die Pille ist für die Frau konzipiert. Die Frau lässt sie sich verschreiben, die Frau nimmt sie ein, der Mann kann sich höchstens bei den Kosten beteiligen, bei der Einnahmeerinnerung oder Verschreibung unterstützen. Der Mann kann beim Verwenden der Pille weniger aktiv zur gemeinsamen Verhütung beitragen als beim Kondom. Die Verantwortung verschiebt sich in Richtung der Frau.

Das Kondom bleibt dann von hoher Bedeutung, wenn der Geschlechtsverkehr ohne festen Partner oder feste Partnerin erfolgt. Die Gründe für die verbreitete Nutzung dieser beiden Verhütungsmittel sind in erster Linie die Sicherheit und Zuverlässigkeit, gefolgt von der einfachen und bequemen Anwendung (Heßling & Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung., 2016). Gemäss der Untersuchung zum Verhütungsverhalten von 18- bis 49-jährigen Erwachsenen zeigt sich, dass Kondom und Pille auch mit dem Alter werden die beliebtesten Verhütungsmethoden bleiben. Gleichzeitig nimmt der Anteil der nicht verhütenden Personen mit dem Alter zu. In den 20ern sowie 30ern ist der häufigste Grund dafür der Kinderwunsch, nach dem 40. Lebensjahr ist die Begründung dann, dass die Personen keine Kinder (mehr) bekommen können. Interessant ist, dass die Nutzung des Kondoms gegenüber der Pille bis 25 Jahre zwar abnimmt, dann aber wieder als meist verwendetes Verhütungsmittel genannt wird (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), 2020; Heßling & Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung., 2016).

2.6 Sexuelle Orientierung und Identität

Bei der sexuellen Identität geht es darum, wie sich eine Person bezüglich ihres Geschlechts und ihres sexuellen Erlebens selbst sieht und wie sie von anderen wahrgenommen werden will. Das biologische Geschlecht, das psychische Geschlecht, das soziale Geschlecht und die sexuelle Orientierung sind Teile der sexuellen Identität.

Beim psychischen Geschlecht geht es darum, wie sich eine Person selbst fühlt - auch Geschlechtsidentität genannt. Diese innere Überzeugung muss nicht zwangsläufig mit dem biologischen Geschlecht übereinstimmen. Binär gedacht, kann das männlich oder weiblich sein. Weiter gedacht, kann es auch etwas dazwischen sein, respektive weder noch.

Bei der sexuellen Orientierung geht es um die Geschlechtspartnerorientierung, also von welchen Personen sich jemand angezogen fühlt (Sielert, 2015).

Während der Pubertät probieren Jugendliche verschiedenes aus und finden heraus, was ihnen entspricht. Das erste Festlegen der sexuellen Identität und Orientierung ist eine der zentralen Aufgaben in diesem Alter (Kastirke & Kotthaus, 2014). So gehören gleichgeschlechtliche sexuelle Erfahrungen genauso zu dieser Phase des Ausprobierens und der Selbstfindung wie gegengeschlechtliche. Dieses Ausprobieren lässt keine Rückschlüsse auf die sexuelle Orientierung zu. Mit 16 bis 17 Jahren geben dann bereits 5% der Frauen an homo- oder bisexuell orientiert zu sein. Zwischen 21 und 25 steigt die Zahl dann auf 9% an (Heßling & Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung., 2016). Im Vergleich dazu geben durchschnittlich 10.7% der 24- bis 26-jährigen Frauen in der Schweiz an, nicht heterosexuell orientiert zu sein (Barrense-Dias et al., 2018). Diese

Ergebnisse deuteten darauf hin, dass bereits in der ersten Hälfte der 20er Jahre die Mehrzahl der Frauen ihre sexuelle Orientierung festgelegt hat und dann dabei bleibt.

Zur Geschlechtsidentität wurden in der BZgA Jugendstudie von 2015 und in der GeSiD-Studie zwischen 2018 und 2019 keine Fragen gestellt. Die Schweizer Befragung von 2018 hingegen nahm das Thema auf und stellte fest, dass bei 0.4% der Befragten das bei der Geburt festgestellte Geschlecht (biologisches Geschlecht) nicht mit der Geschlechtsidentität überreinstimmte (Barrense-Dias et al., 2018). Da die eigene Definition der sexuellen Identität ein wichtiges Thema in der Pubertät ist (Kastirke & Kotthaus, 2014), kann vermutet werden, dass ähnlich wie bei der sexuellen Orientierung auch die Geschlechtsidentität in der ersten Hälfte der 20er Jahre festgelegt wird und bleibt.

2.7 Sexuelle Gewalt

Leider gehören auch sexuelle Gewalterfahrungen zur Realität von Menschen. Jede fünfte Frau macht bis zu ihrem 25. Lebensjahr sexuelle Gewalterfahrungen. Sexuell aktive Frauen trifft es noch häufiger (Heßling & Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung., 2016). Dass sexuelle Gewalterfahrungen nach den Jugendjahren nicht einfach stoppen, zeigt sich in der Lebenszeitprävalenz zu Berührungen gegen den eigenen Willen. Über 40% der Frauen berichten über solche Vorfälle (Brunner et al., 2021). Daraus lässt sich schliessen, dass die sexuellen Erfahrungen von Frauen zwischen ihrem 20. und 30. Lebensjahr nicht nur im positiven Bereich, sondern auch im negativen Bereich zunehmen.

Frauen, die ein solches Ereignis erlebt haben, berichten auch Jahre später häufiger über Beeinträchtigungen ihrer Lebensqualität, einem schlechteren Gesundheitszustand, chronische Erkrankungen oder Behinderung, eine Behandlung wegen Depressionen oder sonstigen psychischen Störung, als solche, die keine sexuelle Gewalterfahrungen gemacht haben (Brunner et al., 2021). Im Gegensatz dazu beschreibt Sielert (2015), dass viele negative Erfahrungen in den Jugendjahren auch als Lernerfahrung verbucht werden und so keine langfristigen Beeinträchtigungen auf die sexuellen Erlebnismöglichkeiten haben. Bereits im Kapitel 2.1 «Feste Beziehungen, sexuelle Aktivität und sexuelle Zufriedenheit» wird der Zusammenhang zwischen dem allgemeinen Gesundheitszustand und der sexuellen Zufriedenheit klar. Die Zunahme der Anzahl negativer sexueller Ereignisse und die damit verbundenen erhöhten Chancen gesundheitlicher Beeinträchtigungen könnten ein Teil der Erklärung sein, weshalb Frauen um 30 Jahre eine niedrigere sexuelle Zufriedenheit zeigen, als Frauen mit 20. Allerdings sind die Einflussfaktoren auf die menschliche Gesundheit äusserst vielschichtig, weshalb der vorangegangene Gedanke genauer überprüft werden müsste.

2.8 Kinderwunsch

Ein Kinderwunsch ist bei rund 80% der jungen Frauen bereits vorhanden. Gerade einmal rund 12% sind noch unentschlossen gegenüber 10%, die keine Kinder möchten (Heßling & Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung., 2016). Während Anfang 20 noch 90% der kinderlosen Frauen gewollt kinderlos sind, ändert sich das mit Anfang 30. Da sinkt die Zahl der gewollt kinderlosen Frauen auf 54%. Als ideales Alter für das erste Kind oder sich konkret mit der Familiengründung zu befassen, nennen Frauen das 30. Lebensjahr (Wippermann, 2016). Der Kinderwunsch von Frauen steht nicht direkt im Zusammenhang mit dem weiblichen Orgasmus, der Lust oder dem Gebrauch von Sextoys. Schliesslich kann eine Frau schwanger werden ohne Orgasmus, oder ohne Lust auf Sex. Kinderwunsch, Schwangerschaft und Mutterschaft sind dennoch wichtige Punkte im Feld der weiblichen Sexualität. Da sich die Interessen von 20-Jährigen und 30-Jährigen klar voneinander abgrenzt, wird dieser Punkt in dieser Arbeit erwähnt. Viele Frauen um 30 Jahre haben diesbezüglich andere Wünsche, denen sie nachgehen wollen, als Frauen mit 20 Jahren.

2.9 Selbstbefriedigung und Sextoys

In diesem Abschnitt werden Resultate aus Studien mit Frauen aller Altersgruppen präsentiert, da es wenig Daten zur Altersgruppe 20- bis 30-Jährige gibt.

Die Befragungen zur Jugendsexualität (Heßling & Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung., 2016) zeigen, dass jugendliche Frauen Erfahrungen mit Selbstbefriedigung machen. Die Selbstbefriedigung ist eine eigenständige Form der Sexualität. Zwischen der Selbstbefriedigung und dem ersten Geschlechtsverkehr besteht kein Zusammenhang. Rund 60% der 20-jährigen Frauen geben an, im vergangenen Jahr Erfahrungen in der Selbstbefriedigung gesammelt zu haben (Heßling & Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung., 2016). Weitere Angaben, wie beispielweise zur Häufigkeit, der Art und Weise oder der dahinterliegenden Motivation, fehlen in dieser Untersuchung.

Selbstbefriedigung ist eine weit verbreitete Praxis, die dennoch nicht vereinheitlicht werden kann. Die Vorlieben und Häufigkeiten variieren. Das Geschlecht, soziodemographische und soziokulturelle Elemente, aber auch Bildung und Einkommen haben Einfluss (Richters et al., 2014).

Ungefähr ein Fünftel aller Frauen gab an, in den letzten vier Wochen mindestens einmal pro Woche masturbiert zu haben. Etwas über 50% haben in diesem Zeitraum keine Selbstbefriedigung gemacht. Homosexuell und bisexuell orientierte Frauen masturbierten deutlich mehr als heterosexuell orientierte Frauen (Herbenick, Reece, Sanders, et al.,

2010). Ähnliche Resultate zeigt die Studie «Masturbation, paying for sex, and other sexual activities: the Second Australian Study of Health and Relationships» von Richters et al. (2014). Im vergangenen Jahr gaben 42% der teilnehmenden Frauen an, masturbiert zu haben. In den letzten vier Wochen waren es 24% (Richters et al., 2014), also auch ungefähr ein Fünftel wie bei Herbenick (2010). Die 24% der Frauen, die sich in den vergangenen vier Wochen selbstbefriedigten, taten das im Durchschnitt 3,1 Mal. Die weibliche Altersgruppe zwischen 20 und 50 Jahren zeigt die höchste Rate. Jüngere und ältere geben tiefere Angaben an. Auch diese Studie bestätigt: Frauen, die Sex mit Frauen haben, masturbieren häufiger (Richters et al., 2014).

Während Herbenick et al. (2010) herausfand, dass etwa gleich viele Frauen Vibratoren in der Selbstbefriedigung sowie in der Paarsexualität verwenden (dabei fehlt die Aussage, ob es sich um die gleiche Gruppe von Frauen handelt oder nicht), geht Zolnoun et al. (2008) davon aus, dass einige Frauen Vibratoren ausschliesslich während der Selbstbefriedigung verwenden. In der Untersuchung von Richters et al. (2014) verwenden 21% der Frauen während der Selbstbefriedigung ein Sexspielzeug, was vor der Pornographie mit 20% das meistgenannte Mittel ist. Während etwa ein Drittel der Frauen die Sextoys nur für sich allein verwenden, nutzen etwa drei Viertel dieses auch beim Sex mit Partnern.

2.10 Paarsexualität und Sextoys

In diesem Abschnitt wird die Paarsexualität im Zusammenhang mit der Verwendung von Sextoys untersucht. Um mehr Ergebnisse aufzeigen zu können, wurde die Altersgruppe dabei ausser Acht gelassen.

Bei der von Herbenick et al. (2010) gemachten Studie mit Frauen, die in einer Partnerschaft leben, konnte gezeigt werden, dass sich die meisten Nutzerinnen von Vibratoren wohl fühlen diese auch in der partnerschaftlichen Sexualität anzuwenden. Die Verwendung von Vibratoren ist in Partnerschaften von hetero-, homo- oder bisexuellen orientierten Frauen weit verbreitet, genauso wie andere Produkte zur Verbesserung der Sexualität, beispielsweise Gleitmittel oder Dildos (Herbenick, Reece, Sanders, et al., 2010). Die Diversität in der sexuellen Praktik wird auch von Richters et al. (2014) gezeigt. So gehört zu den Sexpraktiken der Frauen in Partnerschaften, neben den bereits genannten Sexspielzeugen, auch anale Stimulation mit den Händen (15%) oder orale anale Stimulation (4%), sowie sexuelle Rollenspiele und Dessous (7-8%). Jeweils weniger als 3% gaben an online Sex, in Swingerclubs, Gruppensex, BDSM (Bondage & Discipline, Dominance & Submission, Sadism & Masochism) oder Fisting zu betreiben. Je für Sex bezahlt zu haben, gaben gerade einmal 0.3% der Frauen an, ebenso für Sex bezahlt geworden zu sein 1% (Richters et al., 2014). Die Daten von Herbenick et al. (2010) zeigen,

dass die Bedenken gegenüber der Integration von Vibratoren in der Partnerschaft abgelegt werden können. Die Benützung wird von Partnerinnen und Partnern der Frauen positiv wahrgenommen. Die grosse Mehrheit der nutzenden Frauen gab an, dass ihre Partnerinnen oder Partner über die Verwendung Bescheid wissen und diese in den meisten Fällen gutheissen. Vibratoren, so wird vermutet, sind in der Gesellschaft alltäglicher geworden. Zudem sind sie einfacher verfügbar, was darauf schliessen lässt, dass sie sowohl für private, sexuelle als auch für klinische Zwecke akzeptierter sind (Herbenick, Reece, Sanders, et al., 2010).

Auf andere Resultate sind Fahs & Swank (2013) gekommen. Sie berichten vertiefter darüber, dass die Frauen zwar Freude an ihrem Sexspielzeug haben, sich aber dafür schämen anderen davon zu berichten. Heterosexuelle Frauen begründen diese Scham damit, dass sie das Sexspielzeug als Bedrohung für das sexuelle Selbstwertgefühl ihres Partners ansehen (Frith, 2015). Dies ist auch der Grund, warum mehrere Frauen die Verwendung von Sexspielzeugen verheimlichen oder gar verstecken. Sei dies gegenüber ihren Partnern oder aber auch anderen Bezugspersonen, wie der Mutter, Schwester, Freunden und Kolleginnen. Beide Studien wurden in den USA gemacht, wobei es sich bei Fahs & Swanks (2013) um 20 qualitative Interviews mit Frauen handelt und bei Herbenick et al. (2010) um eine nationale repräsentative Studie.

In der Befragung gaben 49.1% der Frauen an in den letzten vier Wochen masturbiert zu haben. Dabei benützten 20.1% mindestens ein oder mehrere Male einen Vibrator und 9.3% einen Dildo. Die meisten Frauen (29.8%) befriedigten sich in diesem Zeitraum weniger als ein Mal pro Woche. Insgesamt nutzen 20.3%, also fast gleich viele wie in der Selbstbefriedigung, im vergangenen Monat mit ihrem Partner oder ihrer Partnerin einen Vibrator. 9.9% verwendeten das Spielzeug während des Geschlechtsverkehrs und 10.2% im Vorspiel (Herbenick, Reece, Sanders, et al., 2010). Riva et al. (2012) vermutet, dass die hohe Zahl an Personen, die Sexspielzeuge auch in der gemeinsamen Sexualität einsetzen, damit zusammenhängen könnte, dass sie das Spielzeug dann nicht nur für die eigene Stimulation, sondern auch für den Partner oder die Partnerin verwenden und so die Verbindung der beiden wächst.

2.11 Zusammenfassung

Die aufgezeigte Forschung zur Sexualität von Frauen zeigt, in wie vielen vielfältigen Bereichen Frauen in dieser Zeitspanne Entwicklungsschritte machen. Es folgen einige wichtige Erkenntnisse der obigen Literaturrecherche:

Junge Frauen befriedigen sich heute zwar mehr als noch in den 80er Jahren. Im Vergleich zu ihren männlichen Altersgenossen sammeln sie in diesem Bereich jedoch noch immer deutlich weniger Erfahrungen (Heßling & Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung., 2016). Auch der Orgasmusgap zwischen den Geschlechtern bleibt bestehen (Briken et al., 2020). Es liegt nahe, dass diese beiden Fakten miteinander im Zusammenhang stehen. Zwischen ihrem 20. und 30. Lebensjahr sammeln Frauen 10 Jahre an sexuellen Erfahrungen. Einerseits in sexuellen Aktivitäten mit anderen, aber auch mit sich selbst. Dies könnte dazu führen, dass Frauen um ihr 30. Lebensjahr weniger an Orgasmusstörungen leiden als jüngere Frauen. Der Orgasmus, aber auch weitere Faktoren, sind für Frauen im Zusammenhang mit sexueller Zufriedenheit sehr wichtig. Gerade die sexuelle Vielfalt kristallisierte sich als besonders bedeutsam heraus, nicht nur für Frauen, sondern auch für Männer, wie das folgende Zitat aufzeigt.

“Sexually satisfied men and women were more likely to engage in almost all of the acts of sexual variety than dissatisfied men and women. In terms of the biggest percentage point differences, satisfied men and women were more likely than dissatisfied men and women to say that they tried a new sexual position, wore sexy lingerie, took a shower/bath, talked about or acted out fantasies, gave or had a massage, went on a romantic get-away, tried anal stimulation, made a date night to have sex, or used a sex toy together.”
(Frederick et al., 2017, S. 196)

Ein Sextoy allein macht also wahrscheinlich noch keinen grossen Unterschied. Die möglicherweise mit der Anwendung und dem Kauf verbundenen Nebeneffekte, wie ausprobieren, offen sein, darüber sprechen, eher einen Orgasmus erleben, etc. im Ganzen dann vielleicht schon, vermutet die Autorin.

3 Sexuelle Lust und Orgasmusfähigkeit junger Frauen im Alter zwischen 20 und 30

Sexuelle Zufriedenheit lässt sich aus unterschiedlichen Blickpunkten betrachten.

3.1 Sexuelle Zufriedenheit

In der menschlichen Sexualität ist sexuelle Zufriedenheit ein wichtiger Bestandteil, der die Lebensqualität im Allgemeinen, aber auch das körperliche und geistige Wohlbefinden, genauso wie die Bindungsqualitäten an Partner und Partnerinnen beeinflusst (Ayub, 2010). Sexuelle Zufriedenheit ist ein Begriff des Konstrukts der sexuellen Gesundheit (Jansen et al., 2013). Sexuelle Gesundheit wird von der Weltgesundheitsorganisation WHO Europa wie folgt definiert:

«Sexuelle Gesundheit ist untrennbar mit Gesundheit insgesamt, mit Wohlbefinden und Lebensqualität verbunden.

Sie ist ein Zustand des körperlichen, emotionalen, mentalen und sozialen Wohlbefindens in Bezug auf die Sexualität und nicht nur das Fehlen von Krankheit, Funktionsstörungen oder Gebrechen.

Sexuelle Gesundheit setzt eine positive und respektvolle Haltung zu Sexualität und sexuellen Beziehungen voraus sowie die Möglichkeit, angenehme und sichere sexuelle Erfahrungen zu machen, und zwar frei von Zwang, Diskriminierung und Gewalt.

Sexuelle Gesundheit lässt sich nur erlangen und erhalten, wenn die sexuellen Rechte aller Menschen geachtet, geschützt und erfüllt werden.» (WHO Europa, <https://www.euro.who.int/de/health-topics/Life-stages/sexual-and-reproductive-health/news/news/2011/06/sexual-health-throughout-life/definition>, 28.02.2022,)

Diese Definitionen bedeuten, dass alle Personen und Institutionen, die sich mit der Sexualität auseinandersetzen, diese Grundsätze einhalten und umsetzen müssen. Die Definition gilt für alle Menschen, egal welches Alter, Geschlecht oder welche sexuelle Orientierung oder Identität sie haben.

Die sexuelle Zufriedenheit hingegen wird von der WHO nicht genauer definiert. Für sexuelle Zufriedenheit wird auch sexuelles Wohlbefinden verwendet (Döring & Pöschl, 2020).

Der Begriff sexuelle Zufriedenheit (sexual satisfaction) beschreibt die subjektive Wahrnehmung von Zufriedenheit von Menschen mit ihrem Sexualleben. Er wird oft im Zusammenhang mit sexueller Gesundheit (sexual health) verwendet. (Dekker et al., 2020;

Pascoal et al., 2014) Das könnte bedeuten, dass Personen, die sexuelle Gesundheit erleben auch eher sexuelle Zufriedenheit empfinden müssten. Es ist richtig, dass die Abwesenheit von Gesundheit oder aber eben die Anwesenheit von Krankheit, für viele Menschen ein Grund für sexuelle Unzufriedenheit ist. Daraus lässt sich im Gegenzug nicht schliessen, dass jeder gesunde Mensch automatisch sexuell zufrieden ist. Ganz ähnlich verhält es sich mit der sexuellen Aktivität. Menschen ohne sexuelle Aktivität sind zwar häufig unzufrieden, was aber im Umkehrschluss wiederum nicht bedeutet, dass alle sexuell aktiven Menschen auch sexuelle Zufriedenheit empfinden. Trotzdem sind die sexuelle Aktivität und der allgemeine Gesundheitszustand ein wichtiger Teil von sexueller Zufriedenheit. Während das Alter die sexuelle Zufriedenheit nicht beeinflusst, tun dies Beziehungsstatus und -dauer schon. Personen, die seit kurzem in einer festen Beziehung sind, sind sexuell am zufriedensten, vor Personen in langen Partnerschaften, vor Singles (Dekker et al., 2020). Es gibt aber auch Paare, die bereits seit Jahren zusammen sind und trotzdem über eine grosse sexuelle Zufriedenheit verfügen. In der Studie «What Keeps Passion Alive?» (Frederick et al., 2017) wurde herausgefunden, wie sie dies schaffen. Sexuell zufriedenen Paaren gelingt es häufiger, sich nach ihren Partnern zu sehnen und sich von ihnen begehrt zu fühlen als anderen. Sie berichten über genauso viele oder mehr positive Sexualpraktiken als zu Beginn ihrer Beziehung. Zudem erreichen sie einen oder mehrere Orgasmen beim Sex, haben mehr Vorspiel, häufiger Sex und geben sowie empfangen mehr Oralsex. Des Weiteren berichten zufriedene Teilnehmende über mehr emotionale Nähe, Umarmungen und Kuscheln nach dem Sex (Frederick et al., 2017). Die sexuelle Zufriedenheit von Frauen wird im female sexual function index FSFI mit drei Fragen eruiert. Und zwar mit der Zufriedenheit über das Ausmass der Nähe zum Partner, mit der sexuellen Beziehung und mit dem Sexualleben insgesamt (Rosen, 2000). Auch Pascoal et al., (2014) entschlüsselten das Hauptthema der partnerschaftlichen Beziehungsaspekte als wesentlichen Einflussfaktor auf die sexuelle Zufriedenheit. Diese beinhalten unter anderem Romantik, Ausleben der Wünsche und Häufigkeit der sexuellen Aktivität. Sie erweitert um ein weiteres Hauptthema, die positiven Seiten der sexuellen Erlebnisse, wie den Orgasmus, sexuelle Offenheit, positive Gefühle, Erregung und besonders das gegenseitige Vergnügen (Pascoal et al., 2014).

Alles in allem kann gezeigt werden, wie vielseitig und weitschichtig die Faktoren sind, die sexuelle Zufriedenheit beeinflussen und dass der Begriff sexuelle Zufriedenheit ein Sammelbegriff für tiefergreifende Themen der Sexualforschung ist. Ein Hauptthema scheint die Beziehung zu sein, wie die Forschung von Frederick et al. (2017) und Pascoal et al. (2014) zeigen. Weitere tiefere Faktoren müssen hinzugezogen werden.

3.2 Sexuelle Lust

Frederick et al. (2017) und andere geben Hinweise darauf, dass die sexuelle Lust ein wichtiger Aspekt der sexuellen Zufriedenheit ist. Der Begriff sexuelle Lust kann aus zwei verschiedenen Blickwinkeln betrachtet werden. Entweder geht es um die Lust an Sex oder um die Lust auf Sex. Um Lust auf Sex zu fördern, ist die Lust an Sex zentral (Bischof, 2016).

Gesellschaftlich ist mit sexueller Lust oft **Lust auf Sex** gemeint. Also die positive Vorwegnahme auf kommende sexuelle Aktivität(en), beispielsweise auf einen möglichen folgenden sexuellen Kontakt mit sich selbst, in der Fantasie oder mit anderen Menschen. Das Modell Sexocorporel verwendet in diesem Zusammenhang den Begriff sexuelles Verlangen (Chatton et al., 2005b). Im deutschsprachigen Raum werden sexuelles Verlangen oder sexuelles Interesse synonym zu sexueller Lust verwendet (Bragagna, 2013; Briken et al., 2020; Klein & Briken, 2016), was für Verwirrung sorgen kann. Zudem wird unter sexueller Lust, die Lust und der Genuss an der sexuellen Aktivität selbst gemeint, sprich die angenehme Wahrnehmung und den Genuss des Erregungsreflex, der Erregung und des Orgasmus (Chatton et al., 2005b) oder vereinfacht gesagt die **Lust an Sex**.

In Studien werden unter sexueller Lust laut Ayub (2010) spontan auftretende sexuelle Gedanken oder Fantasien in Verbindung mit einem biologischen Verlangen und der Auslösung des körperlichen Erregungsreflexes verstanden, welche das Bedürfnis nach Sexualität auslösen. Was nach obiger Einteilung zur Gruppe Lust auf Sex gezählt werden kann. Allerdings widerspricht dieser Ansatz der «spontan auftretenden» sexuellen Lust den Ergebnissen aus Brottos (2010) Untersuchungen. So beschreiben Frauen sexuelle Lust nicht unbedingt als spontan auftretendes Bedürfnis, wie laut Brotto (2010) verschiedenste Studien belegen. Des Weiteren würde «spontan auftreten» bedeuten, dass die Lust wenig bis gar nicht bewusst gesteuert werden kann. Wäre die Lust wirklich ein Phänomen, das nur spontan auftritt, also unwillkürlich auftaucht oder eben auch nicht auftaucht, wäre sie kaum beeinflussbar. Dies hingegen steht im Widerspruch zur Grundannahme, dass Sexualität und somit auch sexuelle Lust ein lebenslänglicher Lernprozess ist (Chatton et al., 2005b).

In der englischen Sprache ist die begriffliche Unterscheidung eindeutiger. Der Lust an und auf Sex wird in den beiden Begriffen «sexual desire» und «sexual arousal» unterschieden. Wobei «sexual desire» das Verlangen nach sexueller Aktivität beschreibt und «sexual arousal» die Erregung, während der sexuellen Aktivität (Brotto, 2010). Es gilt zu beachten,

dass die Übergänge fließend sind und die beiden Worte in Zusammenhang zueinander stehen (Brotto, 2010).

Zusammengefasst kann gesagt werden, dass sexuelle Lust in der Forschung nicht eindeutig definiert ist und speziell im deutschsprachigen Raum verschieden verwendet wird. In dieser Arbeit wird unter sexueller Lust, die Lust **auf** Sex verstanden. Also das Interesse an der sexuellen Aktivität und das Verlangen nach Sexualität. Auch entsprechen die verwendeten Studien am ehesten dieser Definition. Ein weiterer Grund für die Wahl dieser Definition ist das Verständnis der an dieser qualitativen Forschung teilnehmenden Frauen. Verbunden damit, dass sie vermutlich die geläufigste der gesellschaftlichen Definition von sexueller Lust ist. Nichtsdestotrotz ist auch die Lust **an** Sex für diese Arbeit interessant, weshalb in der Beschreibung darauf geachtet wird, die beiden Aspekte voneinander zu unterscheiden.

3.3 Orgasmusfähigkeit

Für die Orgasmusfähigkeit wird in anderen Arbeiten der Begriff Orgasmusfunktion verwendet (Bragagna, 2014; Bublak, 2014; Vykoukal, 2008). Orgasmusfunktion reduziert den Orgasmus auf die rein körperliche Funktion. Weiter als der Begriff Orgasmusfunktion deutet das Wort Fähigkeit darauf hin, dass eine Person nicht nur die körperlichen Anlagen, sondern eben auch die Fähigkeiten besitzt, die körperlichen Funktionen bewusst einzusetzen und oder auszulösen. Dadurch entspricht der Begriff Orgasmusfähigkeit eher der von der WHO Europa (2022) geforderten Ansatz, dass Sexualität mehr ist als das Fehlen von Krankheit und Funktionsstörung.

Der Orgasmus selbst wird durch einen Reflex, den Orgasmusreflex, ausgelöst (Komisaruk et al., 2011). Die Auslösung des Orgasmusreflexes kann auf verschiedenste Arten geschehen (Komisaruk et al., 2011).

In den 50er Jahren beschrieb der amerikanische Sexualforscher Alfred Charles Kinsey den Orgasmus als Höhepunkt der Sexualreaktion durch Entladung neuromuskulärer Anspannungen (Kinsey et al., 1998). Rund 10 Jahre später führten Master & Johnson (1966) die Definition im sexuellen Reaktionszyklus mit der Dauer «kurze Episode» aus. Sie ergänzten zudem die körperlichen Veränderungen der Abnahme der Muskelanspannung mit dem Rückgang der Vasokongestion und dem körperlichen Zustand der Erleichterung (Masters & Johnson, 1966). Vasokongestion ist das Einströmen von Blut in das Genital, sie wird auf der Seite 32 genauer erläutert. Die aktuelle Sexualforschung definiert den weiblichen Orgasmus nochmals umfangreicher. Es wird zwischen männlichem und

weiblichem Orgasmus unterschieden. Mestons (2004) definiert den weiblichen Orgasmus als einen variablen, vorübergehenden Höhepunkt starken Vergnügens. Dieser Zustand verändert das Bewusstsein. Meistens wird er von unwillkürlichen, rhythmischen Kontraktionen der Gebärmutter sowie der Becken-, Vaginal- und Analmuskulatur begleitet. Mit der Auflösung des erhöhten Muskeltonus und der Vasokongestion erfolgt ein Gefühl von Wohlbefinden und Zufriedenheit (Meston et al., 2004). Ihre Definition gilt als Vorlage dieser Arbeit. Sie erweitert den Orgasmus als eine rein körperliche Funktion und bettet ihn in ein wesentlich komplexeres Zusammenspiel neurobiologischer Faktoren ein.

Wie die sexuelle Lust ist auch die Orgasmusfähigkeit ein wesentlicher Einflussfaktor der sexuellen Zufriedenheit und somit der sexuellen Gesundheit. Wie im Kapitel 3.1 «Sexuelle Zufriedenheit» erläutert und belegt, gehört der Orgasmus in den Untersuchungen von Frederick et al., (2017) Pascoal et al. (2014) zu den Hauptaspekten sexueller Zufriedenheit. Deswegen folgen hier weitere Daten aus der Forschung von Frederick et al. (2017): Männer sind zufriedener mit ihrer Sexualität, wenn sie selbst und ihre Partnerin normalerweise oder immer einen Orgasmus erleben. Bei den Frauen ist diese Zahl noch höher. 78% der Frauen, die regelmässig oder immer einen Orgasmus haben, sind zufrieden mit ihrem Sexualleben, gegenüber 41%, die dies auch ohne regelmässigen Orgasmus sind. Dabei spielt auch die Dauer der Beziehung eine Rolle. So berichten ungefähr ein Drittel der Menschen in längeren Beziehungen, dass sie heute häufiger zum Orgasmus kommen als am Anfang ihrer Beziehung. Etwa 25% haben mit der Zeit gar häufiger multiple Orgasmen (Frederick et al., 2017).

3.4 Sexuelle Lust und Orgasmusfähigkeit im Kontext von Sextoys

In diesem Kapitel werden Ergebnisse aus Studien zu Sextoys präsentiert, die Aussagen über die sexuelle Lust und Orgasmusfähigkeit machen. In den vorangegangenen Kapiteln wird erläutert, wie wichtig die Themen sexuelle Lust und Orgasmusfähigkeit sind, wenn es um sexuelle Zufriedenheit von Menschen geht. Die Autorin stellt in ihrer Arbeit mit Frauen fest, dass dies auf die Sexualität von Frauen besonders zutrifft. Über beide Themen wird im Netz, auf sozialen Medien, sowie in der Boulevard-Presse viel geschrieben. In der Studie «Sexualverhalten in der deutschsprachigen Schweiz» von Dania Schiffan (2006) werden eben diese beiden Themen von Frauen als die häufigsten Probleme im Zusammenhang mit Sexualität genannt. Schiffan (2006) vermutet, dass das Ausbleiben des Orgasmus im Zusammenhang mit der sexuellen Lustlosigkeit stehen könnte. Diese Vermutung teilt die Autorin, auch wenn genussvolle Sexualität auch ohne Orgasmus möglich ist. Die effektivste Stimulation, um einen Orgasmus zu erreichen ist für 80% der Frauen die Klitorisstimulation.

Ob diese manuell oder mit Vibration geschieht, spielt dabei keinen grossen Unterschied (Davis et al., 1996).

Die nationale Studie von Herbenick et al. (2010) berichtet von positiven Einflüssen der Benutzung von Sexspielzeugen. Sie untersuchten die Nutzung von Vibratoren durch hetero-, bi- und homosexuelle Frauen. Dabei erforschten sie unter anderem, ob sich die Werte des FSFI (female sexual funktion index) von Frauen, die in ihrem Leben jemals einen Vibrator benutzt haben, zu Frauen, die noch nie einen Vibrator benutzt haben, unterscheiden. Der FSFI ist ein wissenschaftlich erstellter und untersuchter, kurzer Fragebogen, der die sexuelle Funktion bei Frauen mehrschichtig untersucht. Als diagnostisches Instrument hilft der FSFI sexuelle Dysfunktionen von Frauen zu ermitteln und zu klassifizieren (Rosen, 2000). Je höher die erreichte Punktzahl, desto bessere ist die sexuelle Funktion und gleichzeitig niedriger die sexuelle Funktionsstörung. Das Messinstrument des FSFI ist erprobt und die Gültigkeit wurde überprüft (Berner et al., 2004). Für diese Arbeit deckt der Index die relevanten Bereiche gut ab. Im Zusammenhang mit diesem Kapitel sind die untersuchten Abschnitte zu Orgasmus, Lust und Erregung relevant. Auch wenn sexuelle Lust und sexuelle Erregung nicht das Gleiche sind, wird beiden Ergebnissen Beachtung geschenkt. Bei der sexuellen Lust geht es um das Verlangen nach Sexualität, wie bereits im Kapitel 3.2 «Sexuelle Lust» beschrieben wurde. Die sexuelle Erregung allerdings ist ein körperlicher Zustand. Im Reaktionszyklus von Masters & Johnson (1966) wird die Erregung in der Erregungsphase mit der Vasokongestion beschrieben. Die sexuelle Erregung und die sexuelle Lust sind häufig miteinander verbunden. So kann die sexuelle Lust den körperlichen Reflex der sexuellen Erregung auslösen, gleichzeitig kann der ausgelöste Erregungsreflex die Lust aktivieren. Hinzu kommt, dass die sexuelle Erregung teilweise im Orgasmus mündet, weshalb sie auch aus dieser Sicht eine interessante Grösse dieses Kapitels darstellt.

Folgende Daten wurden von Herbenick et al. (2010) hervorgebracht:

Heterosexuelle Frauen, die je in ihrem Leben einen Vibrator gebraucht haben, zeigten bei der Lust und der Erregung einen deutlich höheren Punktwert. Beim Orgasmus ist der Unterschied weniger gross, dennoch signifikant. Homosexuell und bisexuell orientierte Frauen zeigten unter dem Abschnitt Lust keine bedeutsamen Unterschiede. Während die Erregung bei homosexuell orientierten Frauen keinen wesentlichen Unterschied zeigte, war dieser Wert bei bisexuell orientierten Frauen signifikant. Umgekehrtes lässt sich über den Orgasmus sagen. Keiner der drei Werte von Frauen, die je einen Vibrator genutzt haben, war tiefer als der Wert von Frauen, die noch nie einen Vibrator verwendet haben (Herbenick et al., 2010). Da die sexuelle Orientierung der Frauen in dieser Arbeit nicht beachtet wird, können die Resultate dieser Untersuchung global angeschaut werden. Zusammengefasst

kann aus der obigen Studie festgehalten werden, dass Frauen, die je einen Vibrator verwendet haben, in den Bereichen Orgasmus, Lust und Erregung deutlich mehr Punkte erreichen als Frauen, die noch nie einen Vibrator verwendet haben.

Das lässt den Schluss zu, dass die Verwendung von Vibratoren das sexuelle Lernen der Frauen ermöglicht, ohne dabei genaueres über die Art der Verwendung oder die Häufigkeit auszusagen. Ob diese Ergebnisse bereits bei einem einzigen Einsatz eintreffen, ist zu bezweifeln. Die Repetition ist ein wichtiger Bestandteil des motorischen Lernens (Haas & Blischke, 2009). Ein paar wenige Befragte haben negativ wahrgenommene Werte angegeben. Dazu werden keine weiteren Aussagen gemacht. Die fehlende Erfragung nach der Art der Wirkung und der Häufigkeit der Anwendung lassen viel Raum für Interpretationen zu. Folgende könnten dies sein: Frauen, die einen Vibrator benutzen sind aufgeschlossener gegenüber dem Thema Sexualität als andere. Schon vor und mit dem Kauf mussten sie sich mit dem Thema auseinandersetzen. Auch erfordert die Verwendung in der Partnerschaft Kommunikation, sei dies nun verbal oder nonverbal. Weiter könnte ein kommunikativer Austausch auch mit Freundinnen stattfinden. Der Einfluss auf die Kommunikation müsste demnach auch mit anderen Sexspielzeugen erreicht werden können. Die Resultate im Bereich des Orgasmus, der Lust und der Erregung hingegen sind nicht unbedingt auf andere Sextoys zu übertragen, weil die Vibration im Gegensatz zu anderen Toys nicht nur die Hautoberfläche des Körpers stimuliert, sondern tiefer in den Körper hinein geht. So werden die Tiefenrezeptoren mitstimuliert. Andererseits könnten die negativ wahrgenommenen Werte mit Thesen aus anderen Studien, die später in dieser Arbeit vorgestellt werden, zusammenhängen. Während in der Studie von Herbenicks et. al. (2010) keine Angaben zur Anwendung der Vibratoren gemacht wird, präsentiert Davis et. al. (1996) Resultate in diesem Bereich. Diese werden im Kapitel 4.2 «Nutzung und Wirkung von Sextoys» dieser Arbeit beschrieben.

Der meistgenannte Grund einen Vibrator zu nutzen, ist aus Vergnügen und Freude. Erst später wird der Orgasmus genannt. Das Vorurteil, dass Frauen hauptsächlich Vibratoren verwenden, weil sie sonst Schwierigkeiten haben einen Orgasmus zu erleben, gilt es demnach zu bestreiten (Herbenick, Reece, Sanders, et al., 2010). Auch Davis et al. (1996) untersuchte die Vibratorennutzung von Frauen. Die Steigerung der sexuellen Erregung und des sexuellen Vergnügens wurden in ihrer Untersuchung als Hauptargumente für den Einsatz von Vibratoren genannt. Den Einfluss auf den Orgasmus folgt erst in späteren Argumenten. Die meisten Frauen gaben an, durch Vibratoren intensivere, stärkere Orgasmen zu erleben. Bei über der Hälfte sind es sogar mehrere Orgasmen. Fast alle teilnehmenden Frauen kommen auch ohne Einsatz des Vibrators zum Orgasmus (Davis et al., 1996).

Auch Frith (2015) stimmt zu, dass Vibratoren Frauen möglicherweise helfen können einen Orgasmus zu erleben. Gleichzeitig berichtet Frith (2015) auch über einen kritischen Aspekt. Die weit verbreitete Werbung und das Marketing könne den Leistungsdruck erhöhen. So können Frauen den Eindruck erhalten, dass sie in der sexuellen Begegnung einen Orgasmus liefern müssen (Frith, 2015). Philippsohn (2001) belegt, dass ein erhöhter Leistungsdruck die sexuelle Lust und Orgasmusfähigkeit verringert. So würde in diesem Zusammenhang Sextoys eher eine Minderung der Lust und Orgasmusfähigkeit verursachen.

In markantem Gegensatz zu positiv konnotierter sexueller Lust und Orgasmusfähigkeit stehen die Anwendung von Sextoys im Rahmen von Macht und Zwang. Wenn auch sehr selten, kommt es doch leider vor, wie Fahs & Swank (2013) berichten. So zwangen einige Männer ihre Frauen dazu Sexspielzeuge zu nutzen, um ihre pornografischen Fantasien auszuleben. Teilweise symbolisiert das Sexspielzeug die Machtlosigkeit der Frauen beim Sex. Sie ist ihm ausgeliefert, wird beschrieben (Fahs & Swank, 2013).

Im Grossen und Ganzen zeigen die Studien, dass der Orgasmus von Frauen durch Vibratoren häufiger eintritt als ohne. Zielt ein Sextoy zusätzlich auf die Stimulation der Klitoris ab, kann dieser positive Einfluss aus den Resultaten von Davis et al. (1996) abgeleitet werden, da die Stimulation der Klitoris bei der Anwendung des Vibrators eine zentrale Rolle spielt (Davis et al., 1996), wie später in dieser Arbeit ausführlicher beschrieben wird. Wie der Einfluss von anderen Sexspielzeugen ist, konnte noch nicht belegt werden.

Aussagen über den direkten Einfluss von Sexspielzeugen auf die sexuelle Lust werden keine gemacht. Der Einfluss lässt sich hingegen im Zusammenhang mit dem Orgasmus erklären, da diese beiden Faktoren korrelieren (Schifftan, 2006). Die Begründung der Nutzerinnen von Vibratoren zur Steigerung der sexuellen Erregung kann als positiven Einfluss auf die sexuelle Lust abgeleitet werden. Beides ist, wie im Kapitel 3.2 «Sexuelle Lust» beschrieben, miteinander verknüpft. Auch Gründe wie Freude und Vergnügen lassen etwas Lustvolles erahnen.

4 Sextoys für Frauen

4.1 Definition und Kategorien von Sextoys

Die Suche des Wortes Sextoy im deutschen online Wörterbuch von Duden bleibt trefferlos. Anstelle des gesuchten Wortes erscheint das Wort Sexspielzeug. Wie für andere Wörter im deutschsprachigen Raum wird im alltäglichen Sprachgebrauch das englische Wort synonym verwendet. Unter der Bedeutung Sexspielzeug steht «Gegenstand, der [auf spielerische Weise] der sexuellen Stimulation dient» (duden.de, 2022).

Ein Sexspielzeug zu kaufen, ist so einfach wie noch nie. Es bleibt anonym und es besteht keine Notwendigkeit in ein Geschäft gehen zu müssen. Kinderleicht, mit wenigen Klicks, werden Suchende im Internet auf das riesige Angebot beliebiger online Händler hingewiesen (Leiblum, 2001). Nebst dem einfachen Zugang ist das Angebot überwältigend. Die Palette wird immer grösser und reicht von ferngesteuerten Vibratoren, über Sexmaschinen bis hin zu Sexrobotern. Über Amazon lassen sich beispielsweise über 1000 verschiedene Produkte, bei welchen es um Sexualität geht, kaufen (Döring & Pöschl, 2018).

In ihrer Studie zu den Erfahrungen mit Sextoys von heterosexuellen Männern und Frauen in Deutschland schreibt Dörig und Pöschl (2020), dass bisher keine akademische Klassifizierungs- und Etikettierungssysteme für Sexspielzeuge existieren. Aus diesem Grund inkludieren sie eine Vielzahl von Produkten des Sexspielzeugmarkts in ihrer Studie. Zu Sextoys gehören physische Gegenstände, also keine Pornographie. Einige dieser Gegenstände, wie Dildos, Vibratoren und Masturbatoren ähneln menschlichen Körperteilen, wie Penis oder Vagina. Diese physiologische Verbindung ist allerdings nicht zwingend. Sexspielzeuge sind entworfen, um verschiedene Teile des Körpers zu stimulieren und werden, während der sexuellen Aktivität, direkt auf dem Körper verwendet (Döring & Pöschl, 2020). In Anlehnung an die Definition von Dörig und Pöschl (2020) werden auch in dieser Arbeit unter dem Sammelbegriff Sextoys, wie Spielzeuge, die während Sadomaso(SM)- oder Bondage-Spielen eingesetzt werden, erotische Dessous und Kostüme zu den oben genannten Gegenständen hinzugenommen. Gleitmittel und Mittel zur Steigerung der sexuellen Erregung hingegen, anders als bei Döring & Pöschl (2020) werden ausgeklammert.

Dörig und Pöschl (2020) inkludieren in ihre Definition von Sextoys auch Gleitmittel und Mittel zur Steigerung der sexuellen Erregung. Sie begründen dies mit den Arbeiten von Hassali et al. (2012), Herbenick et al. (2014) und Wu et al. (2017). Diese Arbeiten untersuchen explizit die Verwendung von Gleitmitteln (Herbenick et al., 2014) oder Aphrodisiaka (Hassali et al., 2012; Wu et al., 2017), nicht aber die Verwendung von Sextoys

im vorher genannten Sinne. Deshalb fallen Gleitmittel und Mittel zur Steigerung der sexuellen Erregung in dieser Arbeit nicht unter Sextoys, auch wenn beides häufig gekauft wird und gerade Gleitmittel häufig in Zusammenhang mit Gegenständen zur Stimulation verschiedenster Körperstellen während der sexuellen Aktivität eingesetzt werden (Herbenick et al., 2014).

Neben der Definition eines Sextoys scheint die Gruppierung der Toys aufgrund der Art ihrer Stimulation interessant. Von den genannten Studien wird dies bisher nicht gemacht. Gerade die grosse Vielfalt der Toys, sowie die teilweise Mischung der Funktionen, machen eindeutige Gruppierungen schwierig. Wie eine Person ein Toy oder auch andere Gegenstände in der Sexualität einsetzt, bestimmt die Person selbst. Dabei sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt. Nichtsdestotrotz lassen die Form, die Funktion und teilweise auch die Anleitung des Toys gewisse Anwendungstendenzen erahnen. Die Autorin nimmt eine grobe Einteilung in Vibrations-Toy, Womanizer, Dildo und Analttoy vor. Das erstes Gruppierungsmerkmal ist die Vibration. Vibriert das Toy oder nicht?

Vibrations-Toy

Alle Sextoys mit einer Vibrationsfunktion werden in diese Gruppe eingeteilt. Wirft man einen Blick auf bekannte online Anbieter oder in das Sortiment eines für Sextoys spezialisierten Anbieters, erscheint die Vielfalt an Vibrationstoy grenzenlos. Amorana.ch (Frei, 2022) unterscheidet auf ihrer Webseite sechs Hauptmerkmale: Grösse, Farbe, Stimulationsart, Wasserresistenz, Vibrationsstufen und Betriebsart. Anschliessend wird weiter in verschiedenen Vibrator-Typen unterteilt. Für diese Arbeit ist es aus Sicht der Autorin vor allem aber wichtig, ob der Vibrator äusserlich an der Vulva und oder innerlich in der Vagina (oder auch Anal) angewendet werden kann, wobei jeder ihr bekannter Gegenstand äusserlich angewendet werden kann, einzelne sich aber nicht für die Einführung in die Vagina (oder auch den Anus) eignen. Ob ein Toy speziell für den G-Punkt oder wie ein Rabbit Toy für innen und aussen gleichzeitig konstruiert wird, spielt aus ihrer Sicht eine sekundäre Rolle, weil der Hauptfokus auf der Vibration liegt. Gehrig (2013) schreibt, dass bei der Anwendung Oberflächen- und Tiefenrezeptoren stimuliert werden. Gerade Frauen wenden in der Selbstbefriedigung häufiger Vibration an. Sie können durch die Vibration sehr schnell eine orgasmische Entladung erreichen und so teilweise gar erstmalig überhaupt Erfahrungen im Entladen sammeln. Unter Entladung wird ein Orgasmus verstanden, der körperlich zur Entspannung führt, aber nicht mit den Emotionen verbunden ist. Der Begriff wird in Kapitel 5.2 «Aktivierung sexueller Lust und Orgasmen» genauer erklärt. Die Anwendung des Vibrators wird von Klientinnen oftmals mit wenig Bewegung im Körper und hoher Muskelspannung beschrieben. Die fehlende Bewegung führt zu einer Einschränkung

des Genusses, da sich die Erregung dadurch nicht im Körper verteilen kann (auch Diffusion genannt). Auch die teilweise fehlende Anwendung der Vibration in der Paarsexualität kann als Problem erlebt werden (Gehrig, 2013).

Womanizer

Obwohl die Womanizer Linie als Saug-Toy bekannt ist, funktioniert sie nicht über eine Saug-, respektive Vakuumfunktion, wie es beispielsweise ein Staubsauger tut. Streng genommen müsste der Womanizer zu den Vibrations-Toys gezählt werden. Über die Luftwellen erfolgt zwar keine Stimulation über eine direkte Berührung mit dem Toy, aber durch die Schwingungen entsteht doch eine Art Vibration des darunterliegenden Gewebes. Doch weil diese Art der Luftwellenstimulation ein neuartiges erotisches Erlebnis verspricht, sich sehr unterschiedlich anfühlt und der Womanizer als eine Art Revolution der Sextoys gilt (Gerl, 2017), werden diese Toys als separate Gruppe aufgeführt.

Der Womanizer wurde von Michael Lenke, einem niederbayerischen Tüftler und Erfinder, im Jahr 2014 entwickelt. Nachdem Lenke eine Studie gelesen hatte, in der beschrieben war, wie viele Frauen Schwierigkeiten mit dem Orgasmus hatten, beschloss er, sich gemeinsam mit seiner Frau Brigitte diesem Thema zu widmen (WOW TECH TM EUROPE GMBH, 2022). Der Womanizer verspricht ein Orgasmusgarant zu sein und ist ein Verkaufshit. Das Toy wird direkt auf die Klitoriseichel aufgesetzt. Die Klitoriseichel ist ein kleiner Teil der Klitoris. Im Vulva Modell von Haag-Wackernagel (2020) ist die Klitoriseichel gelb markiert und gut zu erkennen (siehe Kapitel 6.8 «Skizzenerarbeitung»). Mit Druckwellen wird die Klitoris sanft stimuliert. Das System wurde von Lenke patentiert (Gerl, 2017).

Abbildung 1: Kurzfilm zur Funktion des Womanizers <https://www.womanizer.com/ch/so-funktioniert> (Womanizer, 2020)



Dildo

In die Gruppe der Dildos werden Sextoys eingeteilt, die eine eher phallische Form haben und vaginal (oder auch anal) eingeführt werden können. Grundsätzlich könnten auch viele Gegenstände aus dem Haushalt als Dildo verwendet werden. Hier ist das Angebot unendlich vielseitig. Mehr als bei anderen Toys scheint die Oberfläche (glatt, gewellt, gerillt, etc.) eine Rolle zu spielen. Auch wenn es Dildos mit einer Art Stossfunktion gibt, funktioniert ein nicht motorisierter Dildo über die Bewegung der Anwenderin. Angenommen der Dildo wird in die Vagina eingeführt, so funktioniert er über die Reibung an der Vaginalwand oder das Stossen an den Gebärmutterhals. Der Dildo kann an der Vagina gerieben werden oder die Vagina reibt sich am Dildo. Eine weitere Möglichkeit ist das Einführen und anschliessende Stimulieren über an- und entspannen der Beckenbodenmuskulatur.

Analtoys

Einige Sextoy, die für den vaginalen Verkehr verwendet werden können, sind auch für den Analverkehr geeignet. Sobald das Toy einen Fortsatz oder Stopper am Ende hat, der verhindert, dass das Toy ins Rektum hochrutschen kann, ist es möglich. Auch hier könnte wieder zwischen vibrierenden, nicht vibrierenden und anderen Kategorien unterschieden werden. Obwohl in allen drei Interviews der gleiche Typ Analplug erwähnt oder gezeigt wurde, wird in dieser Arbeit nicht weiter auf Analtoys eingegangen.

4.2 Nutzung und Wirkung von Sextoys

Wie Studien aus englischsprachigen Ländern zeigen, werden nicht nur sexuelle Lust und Orgasmusfähigkeit, sondern auch der Gebrauch von Sexspielzeugen oft mit sexuellem Wohlbefinden verknüpft, obwohl die Datenlage über die wahrgenommene Wirkung von Sexspielzeugen auf das sexuelle Wohlbefinden bisher gering ist (Döring & Pöschl, 2020). Genauere Angaben über die Korrelation vom Gebrauch von Sexspielzeugen und dem sexuellen Wohlbefinden fehlen. Mit ihrer Untersuchung «Experiences with Divers Sox Toys Among German Heterosexual Adults» leisten Döring & Pöschl (2020) einen Beitrag diesen Mangel an Daten zu beheben.

Sie untersuchen die Nutzung von Sexspielzeugen im Allgemeinen, die Nutzung von Sexspielzeugen in verschiedenen Kulturen, sowie welche Sexspielzeuge in Deutschland lebende Frauen und Männer überwiegend benutzen. Auf die Frage, inwieweit heterosexuell identifizierte Frauen und Männer in Deutschland die Nutzung von Sexspielzeug als negativ und/oder positiv für ihr sexuelles Wohlbefinden wahrnehmen, fanden sie heraus, dass die Teilnehmenden überwiegend positive Wirkungen wahrnehmen. Wobei es keine

Unterschiede zwischen Männern und Frauen gibt. Spannend gewesen wäre es herauszufinden, welche Wirkungen sie genau beschreiben. Leider fehlt diese Erfragung. Eine mögliche Ableitung könnte sein, dass ein Spielzeug allgemein als etwas Lustvolles und Vergnügliches angesehen werden kann. So liegt die Vermutung nahe, dass Sexspielzeuge eine Wirkung auf das sexuelle Vergnügen, Lust und Zufriedenheit haben. Eine andere Mutmaßung könnte sein, dass Sexspielzeuge das Erleben eines Orgasmus erleichtern und so die positiv wahrgenommene Wirkung erklärt werden kann. Ein Wechselspiel verschiedenster Faktoren ist wahrscheinlich.

Neben der bereits im Kapitel 3.4 «Sexuelle Lust und Orgasmusfähigkeit im Kontext von Sextoys» beschriebenen Zahlen zur Wirkung von Sextoys auf die sexuelle Lust und Orgasmusfähigkeit, werden weitere Wirkungsfelder wie die Verbesserung der Sexualfunktion, des sexuellen Vergnügens und der sexuellen Zufriedenheit beschrieben (Herbenick, Reece, Sanders, et al., 2010).

In der Untersuchung von Herbenick et al. (2010) zur Verwendung von Vibratoren durch Frauen in sexuellen Partnerschaften, werden neben den Elementen der Lust, der Erregung und des Orgasmus auch das Verlangen, die Lubrikation und der Schmerz gemäss des FSFI (female sexual funktion index) ausgewertet. Die Resultate zeigen, dass die Gruppe der Frauen, die je einen Vibrator genutzt haben, signifikant mehr Punkte erreichten als die Gruppe ohne Erfahrung mit einem Vibrator. Ist der Partner einer in einer heterosexuellen Beziehung lebenden Frau informiert über die Verwendung des Vibrators und heisst er dies gut, dann wird dies als wichtigster Einflussfaktor für die sexuelle Zufriedenheit der Frau identifiziert. In diesem Resultat könnte sich ein weiterer positiver Faktor erahnen lassen. Eine Vermutung ist, wenn sie offen über ihre sexuellen Interessen und Vorlieben sprechen kann und diese Präferenzen vom Partner akzeptiert werden, dann steigt die Zufriedenheit der Frau. Gegenübergestellt der Annahme, dass sich Frauen nur in genügend zufriedenstellender Beziehung wohl genug fühlen, um überhaupt über ihre sexuellen Fantasien und Interessen oder gar ihre persönliche Masturbationspraxis Auskunft zu geben (Herbenick et al., 2010).

Weiter fand Herbenick et al. (2010) heraus, dass die Gründe «aus Spass» oder «Neugier» für die erste Nutzung eines Vibrators genannt werden. Etwa ein Drittel der Frauen erhoffen sich leichter zum Orgasmus zu kommen und ihr Sexleben aufzuwerten. Leider wird in der Studie nicht beschrieben, inwiefern die Erwartungen an das Spielzeug erfüllt wurden. Der häufigste genannte Grund, weshalb Frauen den Vibrator nicht mehr in der Partnerschaft anwenden, ist das Fehlen eines Partners oder einer Partnerin oder weil das Gegenüber es wünschte. Er wurde von jeder vierten Frau genannt. (Herbenick, Reece, Sanders, et al., 2010).

Döring & Pöschl (2020) empfehlen, Sexspielzeuge vor allem als nützlich zu betrachten, auch wenn diese mit Problemen verbunden sein können. Fachpersonen in der Sexualerziehung, Prävention und Beratung sollten Sextoys in erster Linie als etwas Übliches und Hilfreiches im Zusammenhang mit Sexualität anschauen. Hinzu kommt, dass es wichtig ist, den Klienten und Klientinnen das nötige Wissen über Sexspielzeuge mitzugeben und ihre Fähigkeiten zur Nutzung zu fördern, damit diese kompetent verwenden können.

Auskunft darüber, wie oft Frauen Sextoys in der Selbstbefriedigung und Paarsexualität verwenden, wurde in Kapitel 2.9 «Selbstbefriedigung und Sextoys» und 2.10 «Paarsexualität und Sextoys» gegeben. Forschung, welche die Anwendung der Sexspielzeuge, respektive von Vibratoren genauer beschreibt, wurde von Davis et al. (1996) betrieben. Die meisten Frauen wenden Vibratoren auf dem Rücken liegend an. Sie halten das Gerät dabei mit der Hand an die Klitoriseichel. Sie bewegten den Vibrator oder den Körper oder beides leicht. Die Beschreibungen der Bewegungen variieren von aufwärts und abwärts, seitwärts und kreisend. Sie atmen dabei schneller oder schwerer als üblich. Ungefähr gleich viele gaben an, dabei Geräusche wie Stöhnen oder Ächzen von sich zu geben oder eben ruhig zu sein. Diese Beschreibung passt auf die Mehrheit der Frauen, dennoch zeigen auch viele Frauen andere Muster. Eine andere Gruppe wendet das Gerät in anderen Stellungen an, beziehen grössere Bereiche der Vulva oder vaginale Stimulation mit ein. Etwa die Hälfte der Frauen betreiben neben der Selbstbefriedigung mit dem Vibrator auch Selbstbefriedigung mit anderen Methoden. Die Resultate zeigen ein vielfältiges Bild der Anwendung von Vibratoren in der Selbstbefriedigung genauso wie in der Paarsexualität. Die Idee einen Vibrator in die gemeinsame Sexualität miteinzubeziehen, kam ungefähr gleich oft vom Partner oder der Partnerin, wie von der befragten Frau selbst. Während der sexuellen Aktivität wird der Vibrator ungefähr gleich häufig, ohne zu fragen, wie abgesprochen, angewendet. Auch das Verhältnis der Initiative zwischen der an der Studie teilnehmenden Frauen und ihren Partner und Partnerinnen war ungefähr gleich gross. Die Partner und Partnerinnen waren an der sexuellen Interaktion aktiv beteiligt. Entweder indem sie das Toy führten oder die Frauen gleichzeitig auf andere Weise stimulierten. Manche beobachteten ihre Partnerin, während sie den Vibrator verwendete und einige masturbieren gleichzeitig dazu.

Aus der obigen Forschung wird deutlich, wie sich Vibratoren auf das sexuelle Erleben auswirken. Eine weitere Möglichkeit dies zu untersuchen, bietet der Ansatz der positiven Technologien. Der Rahmen der positiven Technologien ist ein angewandter und

wissenschaftlicher Ansatz, Technologien zur qualitativen Verbesserung der persönlichen Erfahrungen (unter anderem gilt das auch für Geräte, die in der Sexualität eingesetzt werden können) auf drei Ebenen zu analysieren:

Auf der ersten Ebene werden Technologien eingesetzt, um erste positive und angenehme Erfahrungen auf hedonischem Gebiet zu erleben (Riva et al., 2012). Das Wort Hedonismus stammt aus dem Altgriechischen und bedeutet auf Deutsch «Freude, Vergnügen, Lust, Genuss, sinnliche Begierde». Dabei geht es darum, bei all unseren Handlungen die Lust zu steigern und den Schmerz zu verringern (wikipedia.org, 2022). Die zweite Ebene unterstützt Menschen darin, als engagierte und selbstbestimmte Wesen Erfahrungen in einer gelungenen Lebensführung zu machen. Organisationen, Gruppen und Individuen in ihrer Verbundenheit und Integration auf der sozialen Ebene zu unterstützen, ist die dritte Ebene. Mit dieser Denkweise können Geräte persönliche Fortschritte unterstützen, positive Emotionen fördern und damit zur kulturellen und sozialen Entwicklung beitragen (Riva et al., 2012).

Das Wissen aus der empirischen Forschung zur Wahrnehmung von positiven und negativen Effekten, sowie zur Verwendung von Sexspielzeugen in der Gesellschaft, kann helfen, Personen zu stärken Sexspielzeuge in ihr persönliches sexuelles Repertoire aufzunehmen. Achtsam angewendet, können Sie ihre sexuelle Gesundheit, ihr Wohlbefinden und ihr Glücksgefühl verbessern. Gleichzeitig muss gesagt werden, dass Sexspielzeuge keineswegs idealisiert werden sollten. So sollten auch die negativen Auswirkungen in Betracht gezogen werden (Döring & Pöschl, 2020). Zudem kann festgehalten werden, dass die Daten zur Nutzung von Vibrator zeigen, wie vielseitig die Sexualität von Frauen ist (Davis et al., 1996). Weitere vergleichbare Untersuchungen mit anderen Toys wären spannend. Die positive Wirkung von Sexspielzeugen auf die sexuelle Gesundheit von Frauen wurde von Döring & Pöschl (2020) und Herbenick et al. (2010) belegt.

5 Sextoys im Kontext des Modells Sexocorporel

In diesem Kapitel wird Sexualität mit Sextoys mit Hilfe des Modells Sexocorporel beleuchtet. Dazu wird zuerst ein Überblick über die physiologischen Elemente des Model Sexocorporel geschaffen, die Aktivierung der sexuellen Lust und der Orgasmus beschrieben. Anschliessend werden die möglichen Auswirkungen von Sextoys auf das Erleben von Sexualität dargestellt.

«Sexocorporel ist eine umfassende Sichtweise der menschlichen Sexualität, die alle physiologischen, emotionalen, kognitiven und Beziehungskomponenten berücksichtigt, die das sexuelle Erleben ausmachen. Es wurde von Prof. Jean Yves Desjardins an der sexologischen Fakultät der Universität von Montreal, Quebec, in den 80er Jahren entwickelt und wird seither angewandt, gelehrt und weiter entwickelt von Sexologen in Kanada und Europa. Die Förderung des sexuellen Lusterlebens ist ein wesentliches Ziel der Sexocorporel Sexualtherapie.» (Bischof, 2012, S. 59)

Im Modell Sexocorporel wird von vier Komponenten, die als Bedingungen für bestmögliches Lusterleben definiert werden, gesprochen. Diese Komponenten werden physiologische, emotionale, kognitive und Beziehungskomponenten genannt (Bischof, 2012).

Körper und Hirn sind eine Einheit. Diese Ansicht gilt als Grundannahme. Das Modell Sexocorporel nutzt dies, sowie die Plastizität des Hirns, um neue sexuelle Lernschritte zu machen. Es wird an Wahrnehmungen, den Emotionen und Kognitionen gearbeitet, um Variationen der Stimulation, Atmung, Muskelspannung und Bewegung anzuregen (Bischof, 2012). Ein Sexspielzeug gibt der Nutzerin oder dem Nutzer auch einen neuen Reiz. Ein Vibrator oder auch ein Womanizer sind mechanische Geräte, die jedes Mal denselben Reiz auslösen. So bleibt die Frage, ob es bei längerer oder gleicher Verwendung die Erweiterung weiter anregt oder eher einengt. Mithilfe des Modell Sexocorporel wird dieser Frage nachgegangen.

Eine Therapie nach Sexocorporel fördert das sexuelle Lusterleben. Sexuellen Erlebnissen eine positive Bedeutung zu geben, ist eine der Fähigkeiten, die gefördert werden soll. Zudem sollen grössere sensorische Anstösse und mehr emotionale Intensität und Loslassen bewirkt werden (Bischof, 2012). Inwiefern kann ein Sextoy diese Ansprüche erfüllen oder unterstützen und somit zur Lustförderung beitragen? Und wie diese Förderung des sexuellen Lusterlebens genauer beschrieben wird, darauf wird später in dieser Arbeit eingegangen.

Das sexuelle Lusterleben umfasst auch den Orgasmus. Einerseits kann es, je nach Wunsch des Klienten oder der Klientin, das Ziel einer Therapie nach Sexocorporel sein, überhaupt einen Orgasmus zu erleben. Andererseits wird die Fähigkeit geschult, die Sinnesreize bei der Erregung und dem Orgasmus wahrzunehmen, den Orgasmus mit intensiven Emotionen zu verbinden und diese Emotionen dann gemeinsam mit dem Orgasmus zu entladen (Bischof, 2012). Ein Sexspielzeug kann helfen einen Orgasmus zu erreichen (Herbenick, Reece, Sanders, et al., 2010). Doch wie sieht es mit der beschriebenen emotionalen Verbindung und der Schulung der Wahrnehmung aus? Dem gegenüber ist die Autorin kritisch, da auch diese Fähigkeiten, genauso wie motorische Fähigkeiten, gelernt werden müssen. Bischof (2012) beschreibt beispielsweise, dass die Wahrnehmung nicht automatisch geschieht und geübt werden muss.

5.1 Physiologische Elemente des Modells

Für viele Menschen fühlt sich genitale sexuelle Erregung gut an. Für andere stimmt diese Aussage nicht. Dieser Erregung liegt ein angeborener Reflex, der Erregungsreflex zugrunde. Im Sexocorporel steht das genitale sexuelle Erleben einer Person im Zentrum (Bischof, 2012). Die Basis der physiologischen Komponente des Modell Sexocorporel bilden biologische Voraussetzungen wie Hormone, Gene, Blutgefäße, Nervensystem etc. Sie werden von der Erregungsfunktion, der Art und Weise, wie eine Person die Erregung steigert, genannt Erregungsmodi, und den Sinnenempfindungen ergänzt (Gehrig, 2013). Die Erregungsfunktion wird durch den Erregungsreflex aktiviert. Dabei strömt Blut in die Sexualorgane. Dieses Phänomen heisst Vasokongestion und ist ein vom vegetativen Nervensystem gesteuerter, unwillkürlicher, nicht willentlich beeinflussbarer Vorgang. Gleichzeitig werden dazu muskuläre Abläufe aktiviert. Muskuläre Abläufe sind im Gegenzug zur Vasokongestion bereits sehr früh im Leben durch die «drei Gesetze des Körpers» steuerbar. Unter den drei Gesetzen des Körpers werden Bewegung (dazu gehört auch die Atmung), Rhythmus und der Muskeltonus verstanden (Gehrig, 2013).

Nachdem der Erregungsreflex ausgelöst wurde, kann die Erregung gesteigert werden. Wenn dies gelingt, wird nach einer gewissen Zeit ein weiterer Reflex, der point of no return, ausgelöst. Dieser Reflex löst den Orgasmus aus (Gehrig, 2013).

Unter den sexuellen Erregungsmodi werden die von DeJardins beobachteten Muster der Erregungssteigerung verstanden. Er fand heraus, dass Menschen immer auf ihre bevorzugte und repetitive Art und Weise der Erregungssteigerung zurückgreifen. Dieses eingeübte Muster beeinflusst, wie die sexuelle Erregung wahrgenommen und erlebt wird (Chatton et al., 2005). Dabei wurden auf der Grundlage der drei Gesetze des Körpers fünf Arten der Erregungssteigerung definiert: Der archaische Erregungsmodus, der

mechanische Erregungsmodus, der archaisch-mechanische Erregungsmodus, der ondulierende Erregungsmodus und der wellenförmige Erregungsmodus. Die Evaluation des Erregungsmodus ist in der Sexualberatung und Sexualtherapie wichtig, um Klientinnen und Klienten mit geeigneten Lernschritten zu ihrem Beratungs- oder Therapie-Ziel zu führen (Gehrig, 2013). DeJardins fand heraus, dass der persönliche Erregungsmodus im Laufe des Lebens als Folge von Lernprozessen angeeignet wird, wobei sich jeder Erregungsmodus anders auf das sexuelle Lusterleben auswirkt (Bischof, 2012).

Ob eine Person ein Sextoy benutzt oder nicht, kann sich auf das angeeignete Muster der Erregungssteigerung auswirken. Deshalb werden die Erregungsmodi nachfolgend kurz beschrieben.

Der archaische Erregungsmodus (AM) ist geprägt von sehr starker körperlicher Anspannung, viel Druck oder Pressen des Genitals und einer Atmung, die angehalten wird oder stockt. Dabei werden beispielsweise die Schenkel aneinandergespresst oder das Genital wird gegen einen Gegenstand gedrückt. Auch kann beispielsweise der Penis oder die Eichel mit der Hand zusammengedrückt oder gegen eine Unterlage gedrückt werden. So ist eine sehr schnelle orgasmische Entladung möglich. Da sich die gesamte Aufmerksamkeit auf einen kleinen Bereich konzentriert, ist wenig Wahrnehmung möglich. Im Geschlechtsverkehr kann dieses Muster zu Problemen der Ejakulation und/oder Erektion bei Männern, zu Orgasmusproblemen, Schmerzen oder Verspannungen des Beckenbodens bei Frauen führen. Lustvolle Gefühle sind begrenzt möglich (Gehrig, 2013). Diese Definition wird von der Autorin auf Sextoys erweitert. Ein Sexspielzeug kann eingesetzt werden, um viel Druck auf das Genital erzeugen zu können. Ein Penis- oder Hodenring, Klemmen, Prostatastimulationstoy oder alle möglichen Toy mit denen sehr viel Druck erzeugt werden kann, sofern es dabei nicht um die Bewegung oder Reibung durch das Toy geht. Bei Frauen sieht das ähnlich aus. Hier können beispielsweise mit grossen Dildos Druck an die Vaginalwände oder den Cervix ausgeübt werden.

Beim mechanischen Erregungsmodus (MM) verrät der Name bereits die charakteristische Erregungssteigerung. Mit raschen, mechanischen Bewegungen werden die Oberflächenrezeptoren stimuliert. Eine schnelle orgasmische Entladung ist möglich. Der Bewegungsraum ist auf die mechanische Bewegung der Hand oder Finger begrenzt. Der restliche Körper bewegt sich kaum und ist sehr angespannt. Die Atmung ist eingeeengt. Je mehr die Erregung steigt, desto stärker zeigt sich dieses Muster. Da der Bereich der Stimulation klein ist, ist es schwierig das Bewusstsein auf die Sinnesempfindungen zu lenken. Somit bleibt wenig Platz für lustvolle Gefühle. Erst durch orgasmische Entladung erfolgt die gewünschte Entspannung. Männer im MM können während des

Geschlechtsverkehrs Probleme mit der Kontrolle der Ejakulation haben oder die Vagina der Frau als zu wenig eng empfinden. Frauen hingegen zeigen wenig Interesse an Vaginalverkehr, sie nehmen dabei zu wenig wahr. Für sie ist die Stimulation der Klitoris sehr wichtig (Gehrig, 2013). Die Erregungssteigerung mit dem Womanizer passt zur Beschreibung des mechanischen Erregungsmodus (MM). Das Toy wird auf die Klitoris gelegt. Es stimuliert dort punktuell und mechanisch die Klitoriseichel. Die Teilnehmerin 1 der Interviews beschreibt beispielsweise die hohe Körperspannung während der Anwendung.

Im archaisch-mechanische Erregungsmodus (AMM) verbinden sich die beiden voran genannten Modi. Die Stimulation der Oberflächen- und Tiefenrezeptoren wird gleichzeitig einbezogen. Typischerweise passiert dies bei der Verwendung eines Vibrators, des Duschstrahls oder der Reibung des Genitals an ein Kissen (Gehrig, 2013). Diese Stimulation der Oberflächen und gleichzeitig der Tiefenrezeptoren, die durch die Vibration ins Körperinnere geht, ist in den Abbildungen 4 und 5 im Kapitel 8.1 «Wie wirken sich Sextoys aus» gut zu erkennen. Vergleichbar wie beim archaischen Modus ist auch im AMM die Wahrnehmung und das Lusterleben begrenzt. So treten auch ähnliche Probleme auf (Gehrig, 2013).

Personen im ondulierenden Modus (OM) bewegen ihren Körper während der Sexualität fließend in alle Richtungen. So werden Nerven des ganzen Körpers stimuliert. Der Intimbereich ist dabei nicht unbedingt im Zentrum. Die Muskelspannung variiert je nach Bewegung (Bischof, 2012). Sie bleibt aber im Grossen und Ganzen tief. Die sexuelle Erregung kann sich durch diese Bewegungen im ganzen Körper verbreiten. Sexualität wird als lustvoll, intensiv und voller Genuss erlebt. Manchmal fehlt den Personen die nötige Spannung, um zu einer orgasmischen Entladung zu kommen (Gehrig, 2013). Typische Toys die genussvoll in diesem Modus angewendet werden, können laut der Autorin Federn sein. Um das feine, langsame Streicheln als angenehm zu empfinden, braucht es eine gewisse Lockerheit (Bischof, 2012).

Im wellenförmigen Modus (WM) werden die Bewegungen in der Körperachse gemeinsam mit der Atmung koordiniert. Das Becken wird nach vorne und nach hinten gekippt (Beckenschaukel), während ein- und ausgeatmet wird. Bei der doppelten Schaukel wird der Kopf und das Brustbein in die Bewegung integriert (Bischof, 2012). In dieser Bewegung kann der Rhythmus und die Muskelspannung variiert werden, was das Wellenförmige verstärken der sexuellen Erregung bis hin zum Orgasmus ermöglicht. So können Frauen ihre Vagina intensiver wahrnehmen und ein Bewusstsein für ihre innere Höhle entwickeln.

Männer auf der anderen Seite, können sich phallisch-penetrierend erleben (Gehrig, 2013). Die Erregungssteigerung im wellenförmigen Modus vereint Lust und Emotionen mit dem Orgasmus. Eine Verbindung mit einem Sextoy schliesst die Autorin nicht aus, je nachdem wie dieses angewendet wird.

Jeder Modus hat einen Einfluss auf die Sexualität. Die Lust und das Erleben sind unterschiedlich, je nach Art der gewohnten Stimulation. Gleichzeitig eignen sich einige mehr oder weniger in der Paarsexualität (Bischof, 2012).

5.2 Aktivierung sexueller Lust und Orgasmen

Im Modell Sexocorporel wird der Orgasmus in orgasmische Entladung und orgastische Entladung unterschieden. Beides beschreibt die körperliche Reaktion auf Stimulation (Gehrig, 2013).

Die Fähigkeit eine orgastische Entladung zu erreichen, beschreibt den körperlichen Vorgang, bei dem nach dem point of no return der Beckenboden- und die Bauchmuskulatur rhythmisch kontrahieren. Männer erleben dabei (meist) einen Samenerguss (Gehrig, 2013). Dieser Ablauf des sexuellen Erregungszyklus ist bereits von Master und Johnson (1966) erforscht und beschrieben worden. Aussagen über die Qualität dieses Erlebens, wie und ob es überhaupt wahrgenommen wird, fehlen (Bischof, 2012). Meston & Gorzalka (1995) zeigten mit ihren Experimenten, dass gerade Frauen Mühe haben die genitale Erregung wahrzunehmen, geschweige denn mit Lust in Verbindung zu bringen. Bei diesen Experimenten wurden Frauen mit einem vaginalen Photoplethysmographen ausgestattet. Der Photoplethysmographen misst Blutströme in der Vagina. Die Probandinnen beurteilten ihre sexuelle Erregung. Diese Beurteilung zeigte, dass die Frauen die Vasokongestion kaum wahrnahmen (Meston & Gorzalka, 1995). Die Vasokongestion ist durch Wärme, Feuchtigkeit, Druck, Spannung oder Kribbeln im weiblichen Geschlecht wahrnehmbar. Diese Wahrnehmung und die Verbindung dieser Sinnesreize auf lustvolle Weise ist nicht einfach so vorhanden und muss durch Übung erworben werden (Bischof, 2012).

Die orgasmische Entladung erweitert die orgastische Entladung. Dabei werden intensive Lustgefühle mit der orgastischen Entladung verbunden. Um orgasmische Entladungen zu erleben, werden die Fähigkeiten des Loslassens (emotional und genital) damit verbunden die Erregung im Körper zu verbreiten und zu steigern (Gehrig, 2013).

Die Aktivierung der sexuellen Lust wird von sogenannten fördernden Faktoren unterstützt und von hemmenden Faktoren gemindert (Bischof, 2016). Dabei ist das sexuelle Lusterleben ein Hauptfaktor.

Das sexuelle Lusterlebnis zu fördern ist ein zentrales Ziel einer Therapie nach dem Modell Sexocorporel (Bischof, 2012). Für ein Lusterlebnis sind sensorische, affektive und kognitive Aspekte wichtig. Es geht um die Fähigkeiten, die Lust überhaupt von der genitalen Erregung bis zur orgasmischen Entladung steigern zu können, dabei die Sinnesreize wahrzunehmen und mit Emotionen in Verbindung zu bringen, sowie dieses Erlebnis positiv zu bewerten. Alle Teile stehen in Verbindung zueinander und beeinflussen sich wechselseitig (Bischof, 2012). Bischof (2012) beschreibt verschiedene Interventionen, um die sexuelle Lust zu aktivieren. Eine davon ist, die Nervenrezeptoren des Geschlechts durch wiederholte Stimulation mit den Synapsen im Hirn zu verbinden. Damit meint sie das Spiel am eigenen Genital. Der häufige taktile und visuelle Kontakt zum eigenen Geschlecht ist eine Grundvoraussetzung, damit die Synapsen entwickelt werden. Eine weitere Empfehlung ist, bei der Selbstbefriedigung vielseitig zu explorieren, anstatt es immer genau gleich zu machen. So kann das eigene Repertoire erweitert werden. Das wäre beispielsweise im Spiel mit verschiedenen Muskelspannungen durch Bewegung und der Atmung möglich. Wie in Kapitel 5.1 «Physiologische Elemente des Modells» beschrieben, eignen sich die angewohnten Muster mehr oder weniger in der Paarsexualität. Mit vielseitig ausgebildeten Synapsen kann die gemeinsame Sexualität als lustvoller empfunden werden. Ein weiterer Punkt, der die sexuelle Lust beeinflusst, ist die Art und Weise wie eine Person über Sexualität denkt. Deswegen ist die Arbeit an den Kognitionen ein weiterer Teil der Intervention (Bischof, 2012).

Das sexuelle Erlebnis selbst ist ein weiterer Faktor, wenn es darum geht, ob sexuelle Lust erfahren wird oder nicht. Was als lustvoll erlebt wird, motiviert zur Wiederholung. Lohnt sich der erlebte Sex? Es gilt zu beachten, dass der Orgasmus das zuvor Geschehene oftmals verschleiert. Das Gefühl der Zufriedenheit kann sich auf die gesamte vorangegangene sexuelle Begegnung beschönigend auswirken. Oftmals erleben Frauen Sex, der für sie eigentlich gar nicht lohnend ist. Falls beispielsweise das Bedürfnis nach Sicherheit und Anerkennung im Vordergrund stehen, ist das sexuelle Lustempfinden anfällig auf Störungen. Gerade auch dann, wenn die Dauer der Beziehung fortgeschrittener ist. «Erst wenn der Sex hochgradig lustvoll erlebt wird, ist er deutlich weniger störanfällig auf Stress, Müdigkeit oder Ablenkung» (Bischof, 2016, S. 21).

6 Methodik des Forschungsprojektes

6.1 Forschungsmethode

Für diese Arbeit wurde die quantitative Forschungsmethode gewählt. Mit Hilfe der qualitativen Forschung wird der aktuelle Forschungsstand des gewählten Forschungsgegenstands erweitert und genauer untersucht (Mayring, 2010a). Diese Methode bietet den Vorteil der Offenheit sowie vertiefter Hintergründe und Ursachen zu erfahren. So können neue, bisher unbekannte Erkenntnisse zum Forschungsgegenstand in der persönlichen Interaktion erkundet werden (Heinke & Wetzel, 2016). Das sind die Hauptargumente der Autorin für die Wahl dieser Forschungsmethode.

Mayring (2010) betont die Wichtigkeit des Forschungs-Designs für die Ernsthaftigkeit der qualitativen Forschung. Dazu wird zuerst ein Ablaufplan aufgestellt, an den sich die Forschung verbindlich hält, auch wenn zwischendurch Modifizierungen gemacht werden müssen. Das Design beschreibt, wie an die Arbeit herangegangen wird, ohne bereits die Methode vorzuschreiben. Erst in einem nächsten Schritt wird die passende Methode dazu ausgewählt (Mayring, 2010a). Für diese Arbeit wurde zuerst eine qualitative Analyse zum Forschungsgegenstand unternommen. Diese wurde anschliessend mit Leitfadeninterviews ergänzt. Die daraus geschlossenen Hypothesen ermöglichen künftiger Forschung vertieft in die Thematik einzutauschen. Die gestellten Fragen und Ergebnisse dienen als Basis, um die spezifische Stichprobe weiter zu überprüfen. Wie Flick (2007) beschreibt, unterscheidet sich die Forschungslogik in der Sozialforschung von anderen Forschungslogiken. So ist beispielsweise die Verallgemeinerung der Stichprobe im statistischen Sinn kein angestrebtes Ziel. In der methodologischen Literatur wird der Auswahl der Stichprobe im Zusammenhang mit einer verkleinerten Stichprobe keine besonders grosse Aufmerksamkeit geschenkt, auch wenn dies genau dann vermutet werden könnte. Dies könnte daran liegen, dass diese Art der Forschung gerade nicht auf die Verallgemeinerung angelegt ist (Flick, 2007).

6.2 Literaturrecherche

Für die Literaturrecherche wurden deutsche und englische Literatur verwendet. Nach Möglichkeit wurden möglichst neue Ergebnisse bevorzugt, da sich gerade die Technik in den letzten Jahrzehnten enorm verändert hat. Die Studien, Artikel und Bücher wurden über Google Scholar, über die Datenbank der Zentralbibliothek Zürich und über die Quellenverzeichnisse von Fachartikeln gesucht und gefunden.

6.3 Datenerhebung

Leitfadeninterview mit Nutzerinnen von Sextoys

Als Ergänzung und Erweiterung der Daten der Literaturrecherche wurden Leitfadeninterviews erhoben. Im Leitfadeninterview werden die Inhalte der Interviews bewusst vorstrukturiert und gesteuert. Die Rollen der beiden beteiligten Personen haben gegenüber einem Alltagsgespräch einen künstlichen Charakter (Helfferich, 2014). Dabei interessiert vor allem die persönliche Sicht und Erfahrung der interviewten Personen mit dem Untersuchungsgegenstand (Baur & Blasius Jörg, 2014). Als Vorbereitung der Interviews wurde ein Leitfaden erstellt. Ein Leitfaden zeichnet sich dadurch aus, dass er eine maximale Offenheit zulässt, gleichzeitig einschränkt, damit das Forschungsinteresse gewährt wird. Es gilt das Prinzip: «So offen wie möglich, so strukturierend wie nötig». (Helfferich, 2014). Der Leitfaden wurde anhand der Leitfragen dieser Arbeit, nach dem aufgezeigten Vorgehen von Heinz Jufer (2021) ausgearbeitet. Der Leitfaden deckt die in der Literatur wenig gestellten Fragen nach der Anwendung der Sextoys in der Selbstbefriedigung und der Paarsexualität ab. Gleichzeitig wird nach Verbindungen zu Lust und Orgasmus gesucht. Der Leitfaden befindet sich in Anhang II. Wenn es um Themen wie die Sexualität geht, entsprechen direkte Fragen nach der Einstellung oder dem Verhalten nicht immer der Realität, weshalb es sinnvoll ist Indikatoren zu setzen, die auf die zentralen Fragen hinweisen (Jufer, 2021). Aus diesem Grund stellte die Autorin mehrfach Fragen nach der Wahrnehmung und den Gefühlen. Sie versuchte Beschreibungen der Empfindungen einzuholen und zu überprüfen.

6.4 Stichprobe

Für diese Arbeit wurden drei Frauen, die regelmässig Sextoys in der Selbstbefriedigung und der Paarsexualität verwenden, interviewt. Dass die Frauen ein oder mehrere Male in längeren Beziehungen lebten, um die dreissig Jahre alt sind und verschiedene Erfahrungen mit Sextoys gemacht haben, ist für die vorliegende Arbeit wichtig. Ein weiteres Kriterium ist, dass diese Frauen die Sextoys erst nach ihrem 20. Lebensjahr in Partnerschaften integrierten.

Über die Sozialen Netzwerke Facebook, Instagram und Whatsapp wurden die Frauen angeschrieben. Dafür wurde ein Post vorbereitet, der die wichtigsten Eckdaten enthielt. Innert weniger Stunden meldeten sich die ersten beiden Frauen via Instagram-Privatnachricht. Beide Personen sind der Autorin aus ihrer Jugend bekannt. Hingegen besteht seit Jahren, abgesehen von der Verbindung über die Sozialen Medien, kein

weiterer Kontakt. Die dritte Frau meldete sich via Whatsapp. Sie hatte den Post von einer Freundin weitergeleitet bekommen. Mit allen drei Frauen wurde schriftlicher Kontakt aufgenommen, um weitere Eckdaten abzuholen und genauere Informationen zu geben.

Alle drei Frauen verbindet, dass sie in heterosexuellen, monogamen Beziehungen leben oder lebten. Während eine der drei Frauen aktuell in keiner festen Beziehung ist, leben die anderen beiden mit ihren Partnern zusammen. Sie alle nutzen oder nutzten Sextoys für sich selbst, sowie in der Paarsexualität. Alle drei arbeiten Voll- oder Teilzeit und sind wohnhaft im Kanton Zürich. Eine der drei Frauen ist Mutter einer 3-jährigen Tochter.

6.5 Untersuchungsablauf

Vor den eigentlichen Interviews wurden mehrere Pretests gemacht. Pretests gehören zum Common Sense der empirischen Sozialforschung und haben das Ziel, die Datenerhebung zu optimieren (Weichbold, 2014). Dazu wurde das Leitfadenterview mit zwei Probandinnen getestet, sowie Fragealternativen in einer Fokusgruppe mehrfach diskutiert.

Die Autorin stellte einen geeigneten Raum zur Verfügung, überliess es aber den befragten Personen, den Ort des Interviews auszuwählen. Für das Interview war es wichtig, dass es ungestört durchgeführt werden konnte, genug Zeit reserviert wurde und vor allem, dass die befragte Person einen Ort wählte, an dem sie sich wohl fühlte, um ein solch intimes Gespräch zu führen. Zwei Frauen wählten ihr eigenes Zuhause, einmal am Esstisch, einmal auf dem Sofa. Die dritte Frau wählte ein freies Zimmer an ihrem Arbeitsplatz. Die befragten Frauen hatten vorab den Auftrag, ihre Sextoys zu fotografieren und das Bild ausgedruckt oder auf ihrem Smartphone mitzubringen.

Zu Beginn des Interviews wurden die Frauen über den Ablauf des Interviews, sowie über das Ziel und den Inhalt der vorliegenden Arbeit informiert. Anschliessend wurden die Einverständniserklärung [siehe Anhang I] sowie die Rechte gemeinsam besprochen und diese unterschrieben. Es blieb genügend Zeit, um auf allfällige Fragen einzugehen und Unklarheiten aus dem Weg zu räumen. Die Tonspur des Interviews wurde aufgenommen. Auf Notizen wurde verzichtet, um genügend Kapazität für das genaue Zuhören und das Beobachten der Probandin zu haben (Thierbach & Petschick, 2014).

6.6 Transkription

Die Interviews wurden persönlich vor Ort geführt und mit dem Smartphone der Autorin aufgenommen. Die Interviews wurden in Standardsprache geführt, da alle Beteiligten

gewohnt sind, in Standardsprache zu sprechen. Die befragten Frauen waren damit einverstanden. Anschliessend wurden die Interviews in MAXQDA2022 wortgetreu transkribiert. Geräusche wie z.B. Lachen wurden in Klammer gesetzt.

6.7 Datenanalyse

Die qualitative Inhaltsanalyse dieser Arbeit folgt den von Mayring (2010) festgelegten systematischen Schritten. Das zu Grunde liegende Datenmaterial sind die drei Interviews. Alle drei Interviews wurden nach Mayrings Strukturierung analysiert mit dem Ziel einerseits überprüfbar zu sein und gleichzeitig den komplexen Inhalten gerecht zu werden. Eine ähnliche Untersuchung ist der Autorin unbekannt. Deshalb wird das inhaltsanalytische Gütekriterium der korrelativen Gültigkeit nicht überprüft. Korrelative Gültigkeit meint den Vergleich der Ergebnisse mit anderen ähnlichen Fragestellungen (Mayring, 2010).

Der Aufbau des Leitfadens brachte fünf Hauptkriterien (Entwicklungsschritte, sexuelle Lust, Orgasmus, Selbstbefriedigung und Paarsexualität) hervor. Aus der Literaturrecherche, dem Durchführen und Transkribieren der Interviews und den Leitfragen entstanden die folgenden Kategorien:

- Kategorien Sextoy
- Gründe, um Sextoys zu kaufen & nutzen
- Sexuelle Entwicklung
- Sexuelle Lust
- Orgasmus
- Nutzung Sextoys
- Wirkung Sextoys
- Gründe für/gegen Sextoys

Zur eindeutigen Erarbeitung der Kategorien, müssen alle drei Definitionsprozesse nach Mayring (2010) durchlaufen werden. Zuerst wurden die Kategorien genau definiert. Jeder Kategorie wurde ein Ankerbeispiel hinzugefügt, das die Kategorie besonders gut repräsentiert. Schliesslich wurde die Kodierregel festgelegt. Alle drei Schritte sind im Kodierleitfaden [Anhang IV] festgehalten.

Für die Datenanalyse wurde das Programm MAXQDA2022 verwendet. Der Interviewleitfaden, die Eindrücke nach der Durchführung der Interviews und der Transkription ergaben die ersten Hauptkategorien für die Kodierung. Mit diesen wurde das erste Interview durchgearbeitet. Anschliessend wurden die Hauptkategorien nochmals

überprüft und überarbeitet. Daraufhin konnte die Kodierung bei einer ersten Durchsicht auf das gesamte Material angewendet werden. Bei der zweiten Durchsicht wurden die deduktiv festgelegten Hauptkodierungen durch weitere induktiv festgelegte Unterkodierungen ergänzt. In diesem laufenden Prozess wurden die Kategorien für die Kodierung wiederholt überprüft und überarbeitet. Zum Schluss wurden zuerst die einzelnen Aussagen je nach Unterkodierungen in eine Liste zusammengefügt und paraphrasiert. Nach den Unterkodierungen folgten derselbe Ablauf für die Hauptkodierungen.

Dieses angewendete umfangreiche Kodiersystem führt zwar einerseits dazu, dass die Intercoderreliabilität verloren geht, dafür aber gewinnt die inhaltliche Aussagekraft (Ritsert, 1972).

Für diese Arbeit ist die inhaltliche Aussagekraft der Interviews besonders wichtig. Auch Lisch & Kriz (1972) sind der Intercoderreliabilität gegenüber kritisch. Sie sehen die Unterschiede in der Interpretation von sprachlichem Material als Regel und nicht als Ausnahme an (Lisch & Kriz, 1972).

Tabelle 1 Kategoriesystem

Hauptkodierung	Unterkodierung
Kategorien Sextoy	Definition
	Funktion
Gründe, um Sextoys zu kaufen & nutzen	Erwartungen vor Kauf
	Reflexion der Erwartungen nach Anwendung
	Gründe für die erste und heutige Nutzung
Sexuelle Entwicklung	
Sexuelle Lust	Einfluss auf den Orgasmus
	Wahrnehmung des Orgasmus
Orgasmus	Einfluss von Sextoy
	Wahrnehmung der Lust
Nutzung Sextoys	Nutzung der Toys in der Selbstbefriedigung
	Nutzung der Toys im Geschlechtsverkehr
Wirkung Sextoys	Wirkung der Toys in der Selbstbefriedigung
	Wirkung der Toys im Geschlechtsverkehr
Gründe für/gegen Sextoys	Pro
	Kontra

6.8 Skizzenerarbeitung

Mit Hilfe der für diese Arbeit erstellten Bilder wird veranschaulicht, welche Gebiete im Genital durch die Verwendung von verschiedenen Sextoys stimuliert werden. Es wurden bewusst vereinfachte Darstellungen als Grundlage gewählt, bei denen keine Nervenbahnen eingezeichnet sind. Wie Wolf (2019) beschreibt, beginnen die Beckennerven bei den Sakralwirbeln im unteren Rücken. Dies ist auch auf dem Netter-Bild 3093, welches online angeschaut werden kann, gut zu erkennen. Anschliessend verästeln sich die Nerven im Beckenraum immer weiter. Die Verästelung ist äusserst komplex, weshalb diese zahlreichen Seitenstränge bei jeder Frau unterschiedlich verlaufen (Wolf, 2019). Ein Bild, bei dem Nervenenden eingezeichnet wären, würde daher nicht annähernd der Wahrheit vieler Frauen entsprechen. Deshalb wurden Bilder mit Organen als Grundlage gewählt. In diese Grundlagen wurden entsprechende Sextoys gezeichnet. Zu den gewählten Toys wurde je einen Querschnitt und eine Aussenansicht gezeichnet. Die entstandenen Abbildungen sind im Kapitel 8.1 «Wie wirken sich Sextoys aus» zu sehen. Die Vielfalt der menschlichen Körper und der Sextoyindustrie wird nicht berücksichtigt, dies würde den Rahmen dieser Arbeit sprengen. Mit den Bildern gelingt es zu zeigen, welche Zonen im Körper durch die unterschiedlichen Sextoy-Gruppen stimuliert werden. Bisher existieren keine wissenschaftlichen Modelle, die Sextoys in der Anwendung am weiblichen Geschlecht zeigen. Als Grundlage dienen einerseits das Vulva Modell von Haag-Wackernagel (2020) sowie den Querschnitt des weiblichen Geschlechtsorgans von Schütz & Kimmich (2000). Die Grundlagen wurden von der Grafikerin Anna Fürer aus Zürich im Auftrag der Autorin eingefärbt. Die Autorin legte dafür Skizzen und Beschreibungen an. Sie tauschte sich darüber mit anderen Fachpersonen und der Grafikerin aus.

«Ein Bild sagt mehr als tausend Worte», besagt ein altes Sprichwort. Ziel der Autorin ist es, mit den angelegten Bildern den komplexen Sachverhalt vereinfacht darzustellen, sowie das Verständnis für die körperliche Wirkung von Sextoys zu fördern.

Abbildung 2: 3D Vulva Modell, (Haag-Wackernagel, 2020)

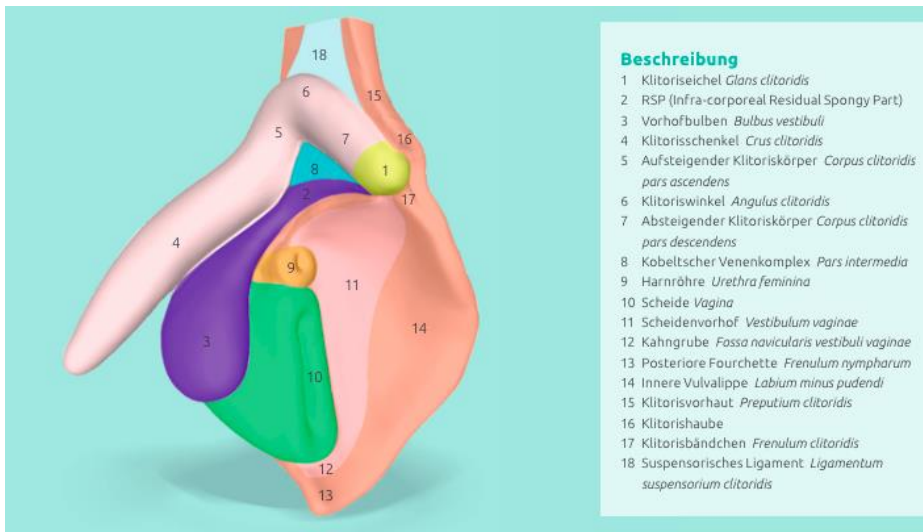


Abbildung 3: Querschnitt der weiblichen Geschlechtsorgane, Orgasmus, (Schütz & Kimmich, 2000)



6.9 Datenschutz und Forschungsethik

Über ihre Rechte wurden die an den Interviews teilnehmenden Frauen durch das Besprechen der Einverständniserklärung [Anhang I] informiert. Die befragten Frauen konnten selbst entscheiden, wie und was sie bei den offen gestellten Fragen beantworten. Ein «dazu möchte ich nichts sagen» wäre jederzeit akzeptiert gewesen. Alle Daten wurden anonymisiert. So wird der Datenschutz der Frauen gewährleistet. Sobald diese Arbeit eingereicht ist, werden die Audiodateien auf allen Endgeräten und Backups gelöscht.

Die Autorin kann keine völlige Neutralität gegenüber den befragten Frauen garantieren. Die menschlichen Züge wie Mimik, Gestik und auch teilweise die Rückfragen, ermöglichten den interviewten Frauen Interpretationen. Als Sexologin in Ausbildung ist sich die Autorin dieser Thematik bewusst. Sie reflektiert ihre Haltung, ihr Auftreten und ihre Sprache immer wieder.

7 Ergebnisse

Die Ergebnisse aus den Interviews mit den Nutzerinnen von Sextoys werden in der gleichen Reihenfolge wie die Kategorien im Kodierleitfaden angegeben. Die Namen der interviewten Personen werden nicht angegeben, bei wörtlichen Zitaten wird hinzugefügt, aus welchem der drei Interviews und aus welcher Position der Ausschnitt stammt. Die Teilnehmerinnen werden entsprechend ihrem Interview mit 1, 2 oder 3 benannt. Die vollständig transkribierten Interviews sind auf dem beigelegtem USB-Stick gespeichert. Einzelne Ausschnitte aus den Interviews sind in Anhang III zu finden.

7.1 Kategorien Sextoy

Definition

Die Teilnehmerinnen bestätigen, dass es für Sextoys auch im Alltag keine eindeutige und klare Definition gibt. Dies zeigte Teilnehmerin 1, indem sie nicht all ihre Toys fotografierte, weil sie sich nicht sicher war, was alles zu Toys zählt. Auch Teilnehmerin 2 sagte, dass sie auch die Würfel, die anzeigen was man tun soll, mit auf die Fotos genommen habe, weil sie sich nicht sicher war, was die Autorin alles unter Toys verstehe. Die dritte Teilnehmerin brachte kein Foto mit, da sie gerade am Wohnungsumzug war und die Toys verpackt waren. Daher kann nicht abgeglichen werden, was für sie alles unter die Kategorie Sextoys gehört. Nur eine der Teilnehmerinnen zählt Gleitmittel zu Sextoys, obwohl alle von ihnen damit in Kontakt kamen. Im Weihnachtskalendern, den zwei der drei Teilnehmerinnen einmal erhalten hatten, waren Gleitmittel ebenso wie andere Toys enthalten. Trotzdem scheinen sie nicht als Spielzeug, wie beispielsweise das von Teilnehmerin 2 beschriebene Wachs, angesehen zu werden. Während Spielzeuge rund um Sodomaso und Bondage teilweise von den Teilnehmerinnen erwähnt wurden, fehlen Dessous und Kostüme komplett. Die Autorin vermutet, dass ein Kleidungsstück einerseits ein Kostüm für das Spiel ist, allerdings per se nicht als Spielzeug angesehen wird. Eine weitere Möglichkeit, weshalb die Teilnehmerinnen nicht all ihre Sextoys abbildeten, könnte Scham sein, weil Sextoys weiterhin ein Tabuthema sind.

Die Teilnehmerinnen besitzen Toys der Gruppen Vibrationstoy, Womanizer (sogenannte Saugtoys) und Analtoy am häufigsten. Ein Dildo wird nur von einer Person benutzt. Auch Liebeskugeln, die bei den Kategorien an Sextoys dieser Arbeit fehlen, kommen bei zwei Frauen zum Einsatz.

Tabelle 2 Übersicht Sextoynutzung der Interviewpartnerinnen

	Teilnehmerin 1	Teilnehmerin 2	Teilnehmerin 3
Vibrationstoy	Ja	Ja	Ja
Womanizer	Ja	Nein, bewusste Entscheidung dagegen	Ja
Analtoy	Ja	Ja	Besitz ja, genutzt nein, Interesse vorhanden
Dildo	nein	Ja	Nein, früher ja, war uninteressant
Liebeskugeln	Ja	Ja	Nein

Funktion

Die Funktion von jedem Sextoy kann unterschiedlich sein, je nachdem, wie sie von den Nutzerinnen angewendet werden. Aus diesem Grund wurden die Frauen gefragt, wie sie selbst die Funktion der Toys erklären.

Wie der Name der Gruppe Vibrationstoy bereits verrät, handelt es sich um Toys, welche mit Vibration funktionieren. Sie werden an die Klitoriseichel oder den Vaginaeingang gehalten oder in die Vagina eingeführt.

Beide Nutzerinnen des Womanizers beschreiben die Funktion des Toys als Saugen/Sog auf der Klitoris. Das Gerät wird auf die Klitoriseichel aufgesetzt und angestellt, um mehr kümmern sich die Nutzerin dabei nicht.

Analtoy werden in den Anus eingeführt und dann dort gelassen. Das meist erwähnte Analtoy der Frauen war ein Analplug. Abgesehen von der Einführung, erfolgt keine weitere Bewegung/Stimulation. Mehr darüber, wie die Stimulation damit funktioniert wurde nicht erfragt und nicht gesagt.

Der Dildo wird «nur da rein» gemacht (Interview 3, 80). Damit ist gemeint, dass die Funktion darin besteht, dass der Dildo vaginal eingeführt wird. Ähnlich ist es bei den Liebeskugeln. Sie werden vaginal eingeführt. Sie sind so aufgebaut, dass eine Kugel in der Kugel integriert

ist. Im Gegenzug zum Dildo bewegen sie sich durch Beckenbewegungen von selbst, was einen kleinen Impuls auf die Vagina auslöst (Amorana.ch, 2022).

7.2 Gründe, Erwartungen und Versprechen

Erwartungen vor dem Kauf

Die Erwartungen an den Womanizer sind am grössten. Dabei ist die Rede von einem anderen Gefühl. An die anderen Toys werden weniger hohe Erwartungen gestellt. Die Erwartungen an den Womanizer sind eine intensivere Stimulation, Lustgewinn oder -steigerung sowie das leichte und schnelle Erreichen eines Orgasmus. Die Frau des zweiten Interviews berichtet mehr von Interesse, welches geweckt wird, als von Erwartungen. «Ich probiere sie aus, sehe was sie können und dann probiere ich sie so lange aus, bis ich das Gefühl habe, ja, okay, jetzt weiss ich, was sie können.» (Interview 2, 133)

Das meisterwähnte Toy ist der Vibrator. Alle drei Teilnehmerinnen berichten über den Besitz und die Anwendung von Vibratoren. Der Vibrator war gar das erste Sextoy von allen. Interessanterweise berichten Teilnehmerin 2 und 3 von einem ähnlichen Erlebnis beim Kauf ihres ersten Toys. Beide liessen eine Mini-Vibrator, der ungefähr so gross ist wie ein Tampon, an einem Automaten in der Toilette eines Clubs heraus. Sie berichten auch von der emotionalen Aufladung im Vorfeld dieses Moments.

«...ich habe das immer gesehen und es war für mich schon immer eine Hemmschwelle. Ich habe dann immer geschaut, guckt jemand oder nicht? (lacht)» (Interview 3, 76)

«...ich bin mehrmals an diesem, also an so einem Automaten vorbeigelaufen. Ich habe immer so ein bisschen damit geliebäugelt und hab so irgendwie das Gefühl gehabt, doch, das will ich.» (Interview 2, 105)

Wie bei den anderen Toys ist auch hier das Hauptargument für den Vibrator, dass die Frauen damit schnell zum Orgasmus kommen. Sie beschreiben es als ein intensiveres, sexuelles Erlebnis. Diese emotionale Aufladung vor dem Kauf oder der ersten Anwendung wird auch bei anderen Toys beschrieben. So erzählt die Befragte 1 vom Erhalt ihres lang gewünschten Womanizers durch zwei Freundinnen.

«...sie waren beide mega aufgeregt und ich habe mich schon gefragt: Was, was soll das, also was ist da drin? Und dann haben, habe ich es ausgepackt und hatte mega, mega Freude und es war dann auch mega lustig. Sie haben gesagt: Ja, weil eigentlich, dass ich... es war zu meinem Geburtstag und am Abend war erst das Fest. Und sie sind

extra am Morgen gekommen, haben gesagt, sie lassen mir jetzt Zeit, um es auszuprobieren. Sie möchten gerne am Abend dann ein Feedback haben. (lacht)» (Interview 1, 79)

Es fällt auf, dass die Erwartungen an die Toys weniger wichtig sind als die aufregenden Gefühle, die in diesem Zusammenhang genannt werden.

Reflexion der Erwartungen nach Anwendung

Der Womanizer scheint nicht nur die grössten Hoffnungen zu wecken, sondern diese auch zu erfüllen. «Oh mein Gott», sagt die Teilnehmende 1 dazu (Interview 1, 92). Von Anwenderin 3 wird es gar als Lieblingstoy genannt. Sie berichtet von einem Erlebnis, das sich anders anfühlt als die bisherigen. Im Grossen und Ganzen sind die Frauen zufrieden mit den Toys. Sie finden, dass sich das Ausprobieren lohne.

Einzig mit den Lustkugeln (Interview 1), dem V-Vibe (Interview 1) und dem Dildo (Interview 3) waren die befragten Frauen nicht ganz zufrieden. Während der ersten Person bei den Liebeskugeln etwas Sexuelles gefehlt hat, war sie am Ende mit dem Ergebnis doch zufrieden. Sie wünschte sich nach der Geburt ihrer Tochter, die Lust wieder zurück. Obwohl sie mit den Kugeln nicht direkt sexuell erregt wurde oder zum Orgasmus kam, halfen ihr die Kugeln trotzdem, wieder Lust zu verspüren. Vom V-Vibe (im Interview wegen der Form «U» genannt) hatte sie sich erhofft, dass es auch für ihren Mann zu einem intensiveren Erlebnis wird. Er jedoch fühlte keinen grossen Unterschied. Der Dildo, den die dritte Person gemeinsam mit einem Kollegen gekauft hatte, war von Anfang an nicht etwas, das ihr gefallen hatte. Im Gegenteil war sie schon angeekelt davon als sie den penisähnlichen Dildo anschaute. Als dann die gewünschte Befriedigung mit dem Toy auch noch ausblieb, ihr fehlte die Stimulation an der Klitoriseichel, warf sie ihn wieder weg.

Gründe für die Nutzung

Anfangs nutze die Teilnehmende 1 Sextoys, um mehr Abwechslung in die Beziehung zu bringen. Etwas Neues erleben, das sie vorher nicht kannte. Sie findet, dass sich das gelohnt habe. Dadurch habe sie die Möglichkeit erhalten, die Toys auch für sich allein zu nutzen und im Geschlechtsverkehr verschiedene Erlebnisse zu haben. Auch die zweite Teilnehmerin nennt als Grund den Wunsch nach Abwechslung, «ein bisschen mehr Kick in die ganze Sexualität von mir und meinem damaligen Partner bringen» (Interview 2, 175), als Start für die Sextoys. Für die Befragte 3 war es von Anfang an klar, ihr ging es lediglich um ihre Befriedigung.

«...mich selber schnell befriedigen zu können, wenn ich gerade Lust darauf habe.» (Interview 3, 112)

Heute ist der Hauptgrund der Teilnehmenden 2 der Spass. Bei der Befragten 1 kommt die Befriedigung dazu. Nach wie vor bleibt bei beiden die Abwechslung ein wichtiger Teil. Die Teilnehmende 3 nutzt Toys aktuell ausschliesslich in der Selbstbefriedigung. Ihr Grund ist auch hier simpel: Sie sind ein Hilfsmittel für die Befriedigung.

7.3 Sexuelle Entwicklung

Die drei Befragten sind sich einig. Ein wichtiger, wenn nicht der wichtigste Schritt ihrer sexuellen Entwicklung der letzten Jahre besteht darin:

«Sag, was du willst (lacht) und vor allem auch, was du nicht willst.»

(Interview 1, 16)

Dies setzt voraus, dass die Frauen überhaupt wissen, was sie wollen oder eben nicht wollen. Zu diesem Wissen gelangen sie auf unterschiedliche Weise. Gemeinsam haben sie, dass sie beginnen, sich mit ihrer Sexualität auseinanderzusetzen und versuchen etwas zu verändern.

«...ich glaube, je älter ich werde und je mehr ich mich mit dem Thema auseinandersetze, desto mehr sehe ich und lerne ich darüber.»

(Interview 2, 25)

Einen Teil zu dieser Auseinandersetzung tragen bei diesen drei auch Sextoys bei.

«...wenn ich zum Beispiel früher Selbstbefriedigung gemacht habe, dann habe ich das immer ähm, von Hand gemacht. Und dann habe ich da diese verschiedenen Sextoys, ähm, erhalten und habe dann das ausprobiert und gemerkt, dass mir das, ja, Spass macht. (Interview 3,

10)

Erstens berichten sie davon, wie sie mit den Toys angefangen haben ihren Körper zu erforschen und auszuprobieren. Zweitens tauschen sie sich darüber mit Partnern, Freunden und Freundinnen aus. Drittens überlegen sie sich vor der Beschaffung eines Toys, was ihnen denn gefallen könnte. Die Person 2 beschreibt, wie sie sich durch Lesen damit auseinandersetzt, um zu den gewünschten Informationen zu kommen. Wird der Einkauf online abgeschlossen, ist der Effekt vermutlich etwas kleiner, weil die Überwindung sich in einem Laden beraten zu lassen als weiterer Lernschritt betrachtet werden kann.

Einen anderen Teil trägt neben den Toys die wachsende sexuelle Erfahrung bei. Der Erfahrungsschatz im Leben, aber eben auch in der sexuellen Aktivität in den Jahren zwischen 20 und 30, wird logischerweise reicher.

«Umso mehr sexuelle Aktivitäten man hat, umso mehr denke ich, erfährt man, äh, etwas über sich selber und seinen Körper ..., dass sich auch mein Interesse an dem Ganzen intensiviert hat.» (Interview 3, 8)

Dies führt möglicherweise auch dazu, dass zwei der drei Frauen beschreiben, dass für sie heute Sex mehr ist als einfach nur der Akt an und für sich. Neben den sexuellen Erfahrungen erleben die Frauen Veränderung im verbesserten Selbstvertrauen und der Selbstakzeptanz. Zudem haben sie ihren Körper besser kennengelernt.

All diese und weitere beschriebenen Lernschritte tragen dazu bei, dass die Frauen sich heute offener und entspannter gegenüber sexuellen Themen fühlen. Ihr Interesse an Sexualität ist, gegenüber früher, gestiegen. Sie würden jungen Frauen empfehlen offener zu sein, auszuprobieren und herauszufinden, was ihnen gefällt und was nicht.

7.4 Orgasmus

Einfluss von Sextoys auf den Orgasmus

Dank den Sextoys kommen die befragten Frauen schneller zum Orgasmus. Obwohl alle drei Befragten bereits im Alter von 20 Jahren Orgasmen erlebten, habe sich dieser im Verlauf der Jahre verändert. Zwei der drei Frauen berichten, dass ein Orgasmus während des Geschlechtsverkehrs schwierig war für sie. Als Grund gab die Befragte 3 an, dass sie sich noch nicht so gut gehen lassen konnte und zu angespannt war. In der Selbstbefriedigung aber funktionierte es. Gleichzeitig schien es den beiden nicht so wichtig zu sein.

«Ich habe es irgendwie nicht so hinterfragt. Ich habe irgendwie einfach das Gefühl gehabt, ja das ist so und das muss irgendwie so sein.»

(Interview 3, 42)

«Früher war es dann einfach so, ja dann war's einfach so...»

(Interview 1, 30)

Dies änderte sich mit den Sextoys. Mit den Toys erleben sie auch während des Geschlechtsverkehrs einen Orgasmus.

Die Teilnehmende 2 erlebte in beiden Situationen Orgasmen. Doch auch sie berichtet, dass sich diese verändert haben. Früher brauchte sie dazu immer auch äussere Stimulation, heute weniger. Ob die äussere Stimulation durch ein Toy, Finger oder die Zunge geschah, war unwichtig. Sextoys unterstützen diese äussere Stimulation. Auch bei ihr geht es mit den Toys etwas schneller und fühlt sich intensiver an, sie hat aber auch gelernt, dass sie mit der Atmung ihre Erregung bewusst steuern kann. Dennoch berichtet sie darüber, dass die Toys die Vorfreude auf den Orgasmus erhöhen. «...ich masturbiere nur oder eigentlich ausschliesslich, wenn ich kommen will.» (Interview 2, 187)

Einen Unterschied des Orgasmus erleben alle drei in der Priorisierung. Während der Orgasmus in der Selbstbefriedigung für sie das Ziel ist, schildern zwei von drei Frauen, dass es mit dem Partner um mehr gehe, beispielsweise das Spiel, das Drumherum (Interview 2, 289) oder die Zuneigung (Interview 3, 142). Trotzdem sei es mit Orgasmus schöner und mache den Sex zufriedenstellender (Interview 3, 118).

Wahrnehmung des Orgasmus

Den Orgasmus nehmen die drei Frauen positiv wahr. Sie schildern ihn als sehr, sehr schönes Gefühl. Die Befragte 3 fragt sich, ob es überhaupt etwas Besseres gibt. Alle drei nehmen nach dem Orgasmus einen Entspanntheitszustand wahr, der sich gut anfühlt. Des Weiteren beschreibt die Befragte 2:

«Manchmal kriege ich Gänsehaut. ...der Ausfluss wird noch stärker, als bevor ich Lust hatte und die Nippel ...stehen.»

(Interview 2, 269)

Die Befragte 3 erzählt auch von einer Wärme und Lockerheit, die sie spürt. Sie empfindet es gemeinsam mit einem Partner stärker als bei der Selbstbefriedigung mit einem Sextoy. Mit dem Sextoy gehe es schnell wieder vorbei. Sie nimmt auch eine Reizung der Genitalien wahr, die sie nicht als negativ empfindet. Die Reizung ist nach etwa einer Stunde nicht mehr spürbar. Die einzige Aussage über eine Wahrnehmung kurz vor dem Orgasmus macht die Befragte 1. Sie erzählt von einer grossen Spannung im ganzen Körper vor dem Orgasmus, wenn sie den Womanizer anwendet.

7.5 Lust

Einfluss von Sextoys auf die Lust

Die Teilnehmerinnen kennen verschiedene Auslöser der sexuellen Lust. Manchmal ist sie einfach da, andere Male kommt sie durch Verliebtheit, Bilder, Fantasien, Filme, Text-Nachrichten oder auch, weil gerade nicht viel anderes zu tun ist.

Obwohl sich die Befragte 3 schon immer als lustvolle Frau erlebt hat, meint sie zur Lust in ihren früheren sexuellen Begegnungen in der Partnerschaft:

«Wir haben Sex gehabt, aber das war jetzt nie so, ... habe wirklich auch mega, mega Lust darauf.» (Interview 3, 44)

Sie beschreibt einerseits Lust, aber nicht Lust auf den Sex mit ihrem Partner. Die Befragten 2 und 3 gehen heute ihrer Lust öfters nach als früher.

*«...jetzt mit 30 ... ich habe Lust auf, auf Sex, also, also hole ich mir diesen Sex oder so, ich hab Lust auf Selbstbefriedigung, also.»
(Interview 2, 35)*

Auch die Befragte 1 erlebt heute mehr Lust auf sich selbst als früher. Einer der Gründe, den die Frauen nennen ist, dass es einfach und schnell geht die Lust mit den Sextoys zu steigern, sowie dass sie dadurch zum Orgasmus kommen. Lust und Orgasmus hängen wie bereits von Eisenring (2020) vermutet zusammen, dies bestätigen auch die Aussagen der Befragten. Auf die Frage, ob das Sextoy die Lust auf den Orgasmus beeinflusse, meint die Befragte 3: «Äh, ja, weil ich weiss, dass es mit denen schnell geht» (Interview 3, 194). Die Lust an Sex mit den Toys allerdings ist trotzdem nicht zu vergleichen mit der Lust an Sex mit einer Person, findet Befragte 3. Einen weiteren Grund für den Einsatz von Toys beschreibt die Befragte 1. Mit einem Toy müsse die Lust weniger gross sein, um anzufangen. Durch das Toy werde dann die Lust gesteigert. Ähnlich tönt dies bei der Befragten 3: «Die Hemmschwelle ist viel niedriger, es dann einfach zu machen.» (Interview 3, 192)

Auch der Gedanke an die Toys und was man damit tun könnte, hilft den Frauen und wirkt lustfördernd.

Schlussfolgernd kann gesagt werden, dass die Frauen aus den diversen oben genannten Gründen mehr Lust auf und an Sex haben, dank den Sextoys.

Wahrnehmung der Lust

Im Vergleich zu der wahrgenommenen Lust während oder vor der sexuellen Aktivität mit oder ohne Sextoy mit einem Partner, nehmen die Frauen bei der Selbstbefriedigung mit einem Sextoy weniger körperliche Signale wahr. Mit einem Mann erzählt die Befragte 3 von

Wärme, Lustempfinden im Bauch und zucken im Genital. Während sie dies in der Selbstbefriedigung mit einem Sextoy nicht hat oder nicht wahrnimmt. Da meint sie, finde es mehr im Kopf statt. Auch die zweite Befragte berichtet, dass sie zwar die Lust schon mit 13 oder 14 Jahren wahrgenommen habe, diese aber dann mit ihrem ersten Partner stärker wurde. Sie hingegen nimmt auch im Alltag oder in der Selbstbefriedigung körperliche Signale der Lust wahr.

« ...bei mir ist das ganz eindeutig... ich spüre beispielsweise, dass ich feucht werde, wenn ich Lust habe.» (Interview 2, 209)

Die Befragte 2 und 3 würden jungen Frauen empfehlen, ihrer Lust nachzugehen. Voraussetzung dafür ist, dass sie die Lust überhaupt wahrnehmen.

7.6 Nutzung Sextoys

Nutzung in der Selbstbefriedigung

Ihr erstes Sextoy, den Mini-Vibrator, wendeten die Befragte 2 und 3 in der Selbstbefriedigung an. Während es für die Befragte 2 ein Art Erweiterung zur entdeckten Stimulation mit der Duschbrause war, ist der Mini-Vibrator für die Befragte 3 das erste Toy. Bei der Gestaltung der Selbstbefriedigung unterscheiden sich die drei Frauen. Die Befragte 1 nutzt heute immer ein Sextoy in der Selbstbefriedigung. Heute macht sie etwa 1x pro Monat Selbstbefriedigung, vor der Geburt ihrer Tochter war es ungefähr 1x pro Woche. Dabei legt sie sich auf den Rücken, lässt die Kleider an und bewegt sich nicht weiter. Der Körper ist angespannt. Zur Atmung kann sie keine sichere Beobachtung schildern. Sie nimmt meist den Womanizer oder einen kleinen Vibrator. Ihr Womanizer ist mit einem Stück erweitert, den sie sich in die Vagina einführen kann und das vibriert. Sie stimuliert sich von innen über die Vibration und nimmt dann zu einem späteren Zeitpunkt die Funktion der Klitorisichelstimulation dazu. Das Gerät ist auf mittlerer Stufe eingestellt. Gedanklich ist sie dabei bei ihrem Freund. Ihr Partner weiss über die Nutzung.

Die Befragte 2 nutzt Toys vor allem, weil es ihr Spass macht, Abwechslung gibt und sie das Spiel damit mag. Sie nutzt sie dann, wenn sie kommen will und beschreibt es als eine Art Repertoire, welches sie nutzen kann, um eine andere, vielleicht intensivere Art der Stimulation zu haben. Sie setzt die Sextoys etwa jedes zweite Mal ein. Ob mit oder ohne Toys, beides macht ihr Spass. Ungefähr 4-6x pro Monat befriedigt sie sich selbst. Wenn sie Lust auf Selbstbefriedigung verspürt, öffnet sie ihre Schubladen, in denen die Sextoys verstaut sind und lässt sich davon inspirieren. Bei einem Einsatz kommen sie verschieden zur Anwendung. Manchmal führt sie sie ein, manchmal setzt sie sie an die Klitoris oder

manchmal auch beides. In etwa 80% der Fälle liegt sie dabei auf dem Rücken. Sie winkelt ihre Beine an und gibt etwas Druck auf die Füße, sodass sie das Becken kreisen lassen kann. Dazu setzt sie die Atmung bewusst ein, je nachdem welches Ziel sie verfolgt. Währenddessen stellt sie sich unterschiedlichen Szenen mit einer anderen Person vor, bei denen sie selbst auch vorkommt. In den anderen 20% ist sie in der Position auf den Knien. Da hat sie etwas andere Fantasien, in denen sie selbst eher dieselbe Position einnimmt. Hier bewegt sich ihr Becken neben dem Kreisen auch auf und ab. Mit der Atmung spielt sie auch hier. Ihre Partner wussten über die Nutzung der Toys in der Selbstbefriedigung Bescheid.

Die Befragte 3 befriedigt sich aktuell etwas weniger selbst als in den letzten Jahren. Sie begründet dies damit, dass sie gerade in einer frischen Beziehung ist, in der sie sehr viel Sex hat. Zurzeit seien es etwas 10x pro Monat. Bei ihr hängt das also etwas mit der Partnerschaft zusammen. Wenn sie sich befriedigt, dann setzt sie immer Sextoys ein. Ihr Lieblingstoy ist der Womanizer. Die Nutzung ist zwar mit dem Partner nicht offen abgesprochen, allerdings wisse er es wahrscheinlich schon.

Nutzung im Geschlechtsverkehr

Der Partner der Befragten 1 ist gegenüber Sextoys positiv eingestellt. Sie hatte bisher in allen Partnerschaften Sex mit Toys. Ein kleiner Vibrator ist ihr Lieblingstoy in der Paarsexualität, weil er in allen Stellungen einsetzbar ist. Meist sagt ihr Partner, wenn er kurz vor dem Orgasmus steht, dann nimmt sie den Vibrator dazu, um gemeinsam mit ihm zu kommen. Auch den Womanizer wenden sie gemeinsam an. Den Analplug und den V-Vibe (im Interview U genannt) haben sie schon länger nicht mehr genutzt. Im Vorspiel mögen sie Handschellen oder eine Kette, um sich zu fesseln und so die Lust zu steigern. Die Gründe für den Einsatz der Sextoys sind; Abwechslung in die Beziehung zu bringen, Befriedigung zu erlangen und den Akt spannender zu machen. In etwa 80% der sexuellen Begegnungen nutzen sie Sextoys.

Die Befragte 2 hat die ersten Erfahrungen mit Sextoys nach einigen Jahren in einer Partnerschaft mit ihrem ersten Freund gemacht. Sie fand es spannend, dies gemeinsam zu entdecken und diese Erfahrungen zu machen. Ab dem Moment, als sie die Toys gekauft hatten, haben sie sie dann auch öfters gemeinsam benutzt. Bis heute blieb das so, schwankte allerdings je nach dem, wie offen der jeweilige Partner gegenüber den Sextoys war. Ungefähr jedes vierte Mal setzt sie Toys ein. Als Grund nennt sie, dass sie ihre Partner gerne etwas herausfordert, sie möchte, dass es spannend bleibt. Sie findet es zudem aufregend. Es gibt eine Art Kick und der Sex ist intensiver. Sextoys geben die Möglichkeit

sich gemeinsam besser kennenzulernen. Sie setzt alle ihre Toys in der gemeinsamen Sexualität ein, sobald sie den Partner etwas besser kennt. Am ehesten den Rabbit-Vibrator, der äusserlich und innerlich angewendet werden kann und wird. Dann die Analt toys, die Liebeskugeln und das Wachs. Die Liebeskugeln beispielsweise, führt ihr Sexualpartner ein und spielt mit dem Rückholmechanismus. Bei dem Wachs geht es vor allem um das Spiel mit der Wahrnehmung. Durch das Erhitzen über einer Kerze wird die Stimmung romantisch. Vom Ablauf her macht die Befragte 2 meist nach dem Vorspiel und nach Oralsex den Vorschlag, ein Sextoy anzuwenden. Sie erklärt ihren Partnern, wie sie die Anwendung wünscht. Dies geschieht bevor er zum Orgasmus kommt.

Bei der Befragten 3 hängt es von der Einstellung des Partners ab, ob und wie Sextoys in der Beziehung eingesetzt werden. Da ihre aktuelle Beziehung frisch ist, ist noch nicht ganz geklärt, wie offen der Partner gegenüber Sextoys ist, und ob er sie gemeinsam einsetzen möchte oder nicht. Aktuell setzen sie keine Sextoys ein. In ihrer letzten Partnerschaft waren die Sextoys da, um etwas frischen Wind in das Sexleben zu bringen. Als sie den Amorana Weihnachtskalender von ihrem damaligen Freund erhalten hat, hatten die Sexspielzeuge grossen Einfluss. Sie probierten alles gemeinsam aus. Mit der Zeit wurden sie dann nicht mehr verwendet und hatten demnach keinen Einfluss mehr auf die gemeinsame Sexualität. Es brauchte für sie Überwindung, die Sextoys gemeinsam zu nutzen und ihm das Steuer zu überlassen. Ihr Ex-Partner allerdings war ganz angetan davon. Beide Toys, der Womanizer und der Vibrator, unterstützen die Befragte 3 während der gemeinsamen Sexualität zum Orgasmus zu kommen.

7.7 Wirkung von Sextoys

Wirkung in der Selbstbefriedigung

Die Frauen sind überzeugt davon, dass sie durch die Sextoys mehr Selbstbefriedigung machen. Die Befragte 1 machte, bevor sie Sextoys hatte, fast nie Selbstbefriedigung, jetzt schon.

«Weil man halt wie weiss, dass es einfach geht. Also, ich find jetzt so mit dem Finger oder so muss man sich schon auch sehr gut kennen, um zu wissen wie geht oder wie, wie muss ich was machen. Mit einem Sextoy ist einfach, man weiss er funktion – also es funktioniert einfach.»

(Interview 1, 178)

Der Wechsel von der Hand zu den Sextoys wirkt bei der Teilnehmerin 3 auf ihre Experimentierfreude, weil ihr die Selbstbefriedigung mehr Spass macht und sie schnell befriedigt ist.

Des Weiteren begründen die drei Befragten die Wirkung von Sextoys auf die Selbstbefriedigung wie folgt: Die Toys sorgen für Befriedigung, fühlen sich realer an, bringen Abwechslung, man macht auch Selbstbefriedigung, wenn wenig Zeit vorhanden ist, weil es schnell geht, wenn man zu faul ist, um es von Hand zu machen.

Wirkung im Geschlechtsverkehr

Wie in der Selbstbefriedigung denken die Teilnehmerinnen, dass sie dank den Sextoys mehr sexuelle Kontakte mit ihren Partnern haben, auch wenn die Befragte 1 das nicht als Sex betitelt.

«...wenn man, wie zum Beispiel zu müde ist für den Sex, wirklich den ganzen Akt, so, dass wir einfach Sextoys benutzen und keinen Sex an sich haben.» (Interview 1, 194)

Die Befragte 2 begründet es eher mit der Abwechslung, die Sextoys bieten. So können sie einmal mit und einmal ohne Sex haben.

Sextoys können zudem ein niederschwelliger Anlass sein, um über Sexualität, Wünsche und Vorlieben zu sprechen.

«Der Kalender, den mir geschenkt hat, der hat grossen Einfluss genommen auf unsere Kommunikation, dass wir eigentlich wirklich alles durchprobiert haben. Wir haben auch einiges weggeschmissen. Das war schon so, wir haben sehr oft darüber geredet, was uns gefällt und was nicht.» (Interview 1, 205)

Die Befragte 3 beschreibt, dass die Hemmschwelle über Sexualität zu sprechen durch die Toys gesunken ist. Sie haben dadurch in der Partnerschaft offener miteinander gesprochen. Die Befragte 2 stimmt dem zu. Gerade anfangs, als die Toys neu waren, haben sie mehr darüber gesprochen. Es war ihnen wichtig zu kommunizieren, was sie tun und wie sie die Toys anwenden. Neben den Partnern sind die Sextoys ein Anlass für alle drei, um sich mit Freundinnen über Sextoys, und so auch über Sexualität, auszutauschen. Sie empfinden das als bereichernd. Es brauche gute kommunikative Fähigkeiten, um in einen

echten Austausch z.B. auch über Ängste im Zusammenhang mit Sextoys zu kommen, gibt die Befragte 3 zu bedenken.

Auf die sexuelle Zufriedenheit in der Partnerschaft im Allgemeinen konnte kein Zusammenhang festgestellt werden. So berichtet die 3. Befragte, dass sie in der Beziehung, in der Sextoys zum Einsatz kamen, nicht so zufrieden war und in der jetzigen, in der keine Toys genutzt werden, sehr zufrieden ist. Dies war bei der Befragten 2 umgekehrt. Sie war in der Partnerschaft mit Toys zufrieden, in derjenigen ohne, weniger. Daraus lässt sich schliessen, dass weitere Faktoren im Zusammenhang mit der Sexualität wichtiger sind, als ob Sextoys genutzt werden oder nicht.

7.8 Gründe für/gegen Sextoys

Pro

Viele Begriffe, die als Vorteile von Sextoys von den Befragten genannt wurden, wurden bereits in obigen Teilen erwähnt. Hier eine Zusammenfassung:

- sich selbst besser kennenlernen, erkunden, experimentieren, Repertoire erweitern
- besser, schneller und einfacher zum Orgasmus, Befriedigung, funktionieren
- spannender, aufregender, Abwechslung, frischer Wind, Neues, Interesse geweckt, was gibt es sonst noch
- geht auch mit weniger Lust, intensiv
- Spiel, Spass
- realer
- Vorfreude auf Nutzung
- Hilfsmittel
- Vermehrter Austausch

Kontra

Neben den vielen positiven Effekten drücken die Befragten auch Bedenken und Nachteile im Zusammenhang mit Sextoys aus. Dabei geht es um Konflikte, Faulheit, Abhängigkeit, Konkurrenzkampf und gesellschaftliches Ansehen.

Zu grossen Konflikten kam es zwischen den Befragten und ihren Partnern bisher nicht. Aushandeln, wenn sie etwas nicht ausprobieren wollte, musste die Befragte 1 aber schon. Dies könnte auf der anderen Seite auch als positiv angesehen werden. Sie lernte so für ihre Bedürfnisse einzustehen.

Die Sextoys führen auch dazu, dass die Frauen, wie sie selbst sagen, «faul» werden. Es geht so einfach mit den Toys, dass sie sich manchmal fragen: «Warum musste ich das selber machen?» (Interview 3, 190). Dies führt bei der Befragten 1 dazu, dass sie sich manchmal gar nicht mehr auf Sex ohne Toys einlässt, obwohl ihr Partner es gerne mit dem Finger probieren möchte. Dies steht im Widerspruch mit den Aussagen, dass die Sextoys die Experimentierfreude fördern sollen. Sich nicht mehr ohne Toys einzulassen, führt auch zur Angst vor der Abhängigkeit von einem Toy.

«Dass ich mich zu fest an die Geräte gewöhne und dann mehr Mühe habe mit dem Orgasmus.» (Interview 3, 218)

In ihrem Fall bestätigte sich die Sorge glücklicherweise nicht. Die Befragte 2 hingegen, erlebte einst eine Phase, in der sie die Sextoys brauchte, um zum Höhepunkt zu kommen. Vielleicht ist es ihr heute deshalb wichtig, dass die Mischung zwischen Sex mit und ohne Toys stimmt.

Ein weiteres Thema ist der Konkurrenzkampf zwischen den Toys und den Männern. Obwohl dieser nicht direkt von den Männern angesprochen wird, interpretieren es zwei der drei Frauen als mögliches Problem. Dabei geht es darum, dass es die Männer den Frauen nicht ohne Toys «besorgen» können. Dieser Gedanke kam den Frauen im Zusammenhang mit Partnern, die Unsicherheiten, weniger Freude oder Offenheit gegenüber den Sextoys zeigten.

Die Befragten sind sich einig: Sie finden Sextoys bringen Abwechslung in die Beziehung. Die Kurzfristigkeit dieses Effekts, spricht die Befragte 3 an.

Die Befragte 2 spricht ein weiteres Thema im Zusammenhang mit Sextoys an. Sie findet, dass negative Image der Toys in der Gesellschaft damit zusammenhängen könnte, dass es viele Toys gebe, die mit Gewalt in Verbindung gebracht werden können. Hingegen gebe es nur wenige, die auf die Sensitivität ansprechen.

8 Diskussion

Im folgenden Kapitel wird die Forschungsfragen dieser Arbeit diskutiert. Dafür werden die Ergebnisse der qualitativen Interviews mit den Erkenntnissen der Literaturrecherche verknüpft. Die Forschungsfrage lautet:

Wie wirken sich Sextoys auf die sexuelle Lust und die Orgasmusfähigkeit von Frauen in der Selbstbefriedigung und der Paarsexualität aus? Welchen Einfluss haben die Wirkfaktoren auf die Aktivierung sexueller Lust und das Auslösen eines Orgasmus im Kontext des Modells Sexocorporel?

Für die Herleitung der Antwort wird die Forschungsfrage in einzelne Schritte zerlegt.

8.1 Wie wirken sich Sextoys aus?

Es sind verschiedene wissenschaftliche Modelle des weiblichen Geschlechts vorhanden. Genauso gibt es Beschreibungen der empfindlichen Zonen (Bischof, 2016). Wissenschaftliche Skizzen darüber, welche körperliche Wirkung eine bestimmte Stimulationsart mit Hilfe eines Sexspielzeugs haben, fehlen.

Mithilfe des Vulva Modells von Prof. Dr. D. Haag-Wackernagel (2020) vergleicht die Autorin die Stimulation der unterschiedlichen Sextoys gemäss den Kategorien von Kapitel 4.1 «Definition und Kategorien von Sextoys». Sie zeigt auf, welche Areale und tieferen Schichten beim jeweiligen Sextoy stimuliert werden mit dem Ziel, die Wirkung verständlich und einfach darzustellen. Dazu wurde zu jedem Toy eine Skizze angelegt, sowie einen Vergleich zu einem männlichen Penis. Es gilt zu beachten, dass jedes Toy einzeln, auf verschiedene Arten oder auch kombiniert mit weiteren Hilfsmitteln angewendet werden kann. Der nachfolgende Vergleich zeigt lediglich eine mögliche Anwendungsform auf. Es gilt auch zu beachten, dass jeder Körper unterschiedlich gebaut ist.

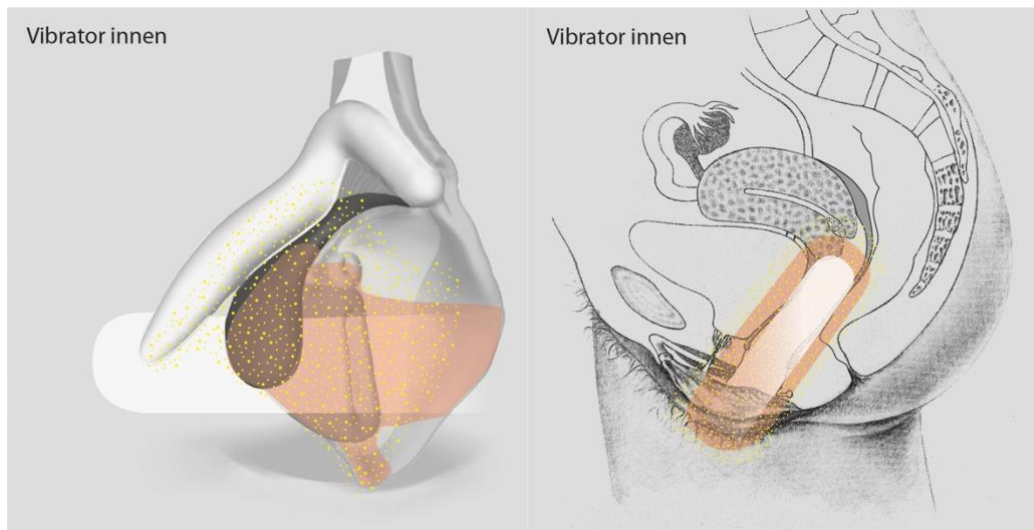
Durch Studien ist belegt, dass Vibratoren in der Selbstbefriedigung und der Paarsexualität ein Thema sind. Erkenntnisse darüber, wie die Vibratoren eingesetzt werden, gewinnt die Autorin aus der Untersuchung von Davis et al. (1996) und aus den Interviews. Alle drei interviewten Frauen geben an, den Vibrator von aussen an der Vulva, sowie von innen in der Vagina anzuwenden. Aus diesem Grund werden diese beiden Anwendungsmöglichkeiten genauer erläutert. Obwohl es einen Unterschied macht welche Geschwindigkeit, Vibrationsstärke und welchen Rhythmus das Gerät hat, sowie an welcher Stelle es genau liegt und wie tief es in die Vagina eingeführt wird, lassen sich dennoch einheitliche Aussagen über die stimulierten Zonen machen.

Ist der Vibrator in der Vagina, werden alle umliegenden Gewebe und Organe in Schwingung gesetzt. Die Stimulation erreicht das gesamte weibliche Geschlecht, von Anus und

Enddarm über Klitorischenkel, Vorhofbulben der Klitoris und Beckenbodenmuskulatur, bis Blase, Harnröhre und Uterus. Die von Bischof (2016) beschriebenen Zonen mit erhöhter Nervendichte der Vagina, nämlich die Druck- und Dehnungsrezeptoren der umliegenden Gewebe, Vorderwand sowie Urethralregion (Bischof, 2016), werden durch die Vibration stark stimuliert.

Abbildung 4: 3D Modell Vibrator innen

Abbildung 5: Querschnitt Vibrator innen

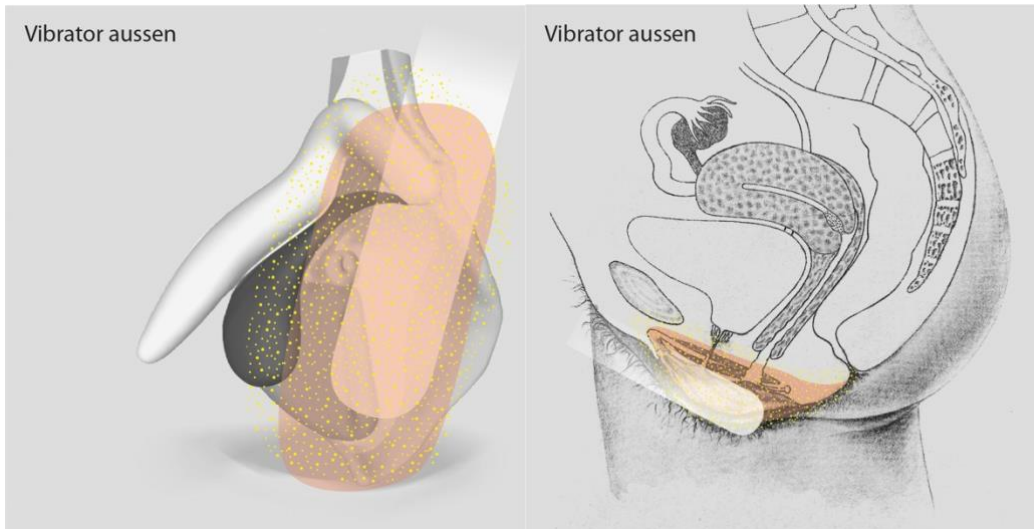


Die rot gefärbten Zonen auf den Abbildungen zeigen an, wo das jeweilige Sextoy eine starke Stimulation erzeugt. Die gelben Punkte weisen auf leichte Stimulation hin.

Liegt der Vibrator aussen an der Vulva versucht die Frau vermutlich die Klitoriseichel zu stimulieren, wie die befragte Person 2 bestätigt. Auch hier hängt die Reichweite der Vibration wieder von den Einstellungen und der Qualität des Vibrators ab. Im Gegenzug zur Vibration im Körper wird die Klitoriseichel viel stärker involviert, der Eingang der Vagina hingegen weniger. Der Uterus, der hintere Teil der Vagina, sowie die Nerven um den Anus und Enddarm herum, eher gar nicht.

Abbildung 6: 3D Modell Vibrator aussen

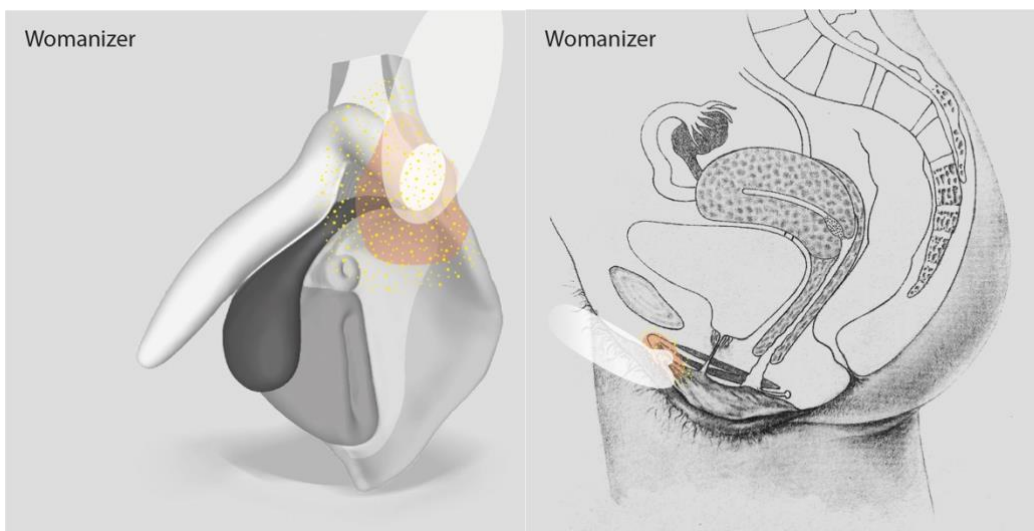
Abbildung 7: Querschnitt Vibrator aussen



Die Zone der Stimulation wird mit dem Womanizer noch gezielter bearbeitet. Das Gerät ist so konzipiert, dass die Stimulation der Klitoriseichel von zentraler Bedeutung ist. Je nach Stärke der Einstellung schwingen die umliegenden Gewebe etwas mit. Einzelne Frauen beschreiben aber, dass sie gar nichts wahrnehmen von der Stimulation (WOW TECH TM EUROPE GMBH, 2022). Die Druckwellen setzen wie im Produktionsfilm von Womanizer (WOW TECH TM EUROPE GMBH, 2022) vor allem die Klitoriseichel und den absteigenden Klitoriskörper in Bewegung.

Abbildung 8: 3D Modell Womanizer

Abbildung 9: Querschnitt Womanizer



Bei allen oben beschriebenen Geräten ist eine Bewegung des Körpers der Anwenderin einerseits nicht ausgeschlossen, andererseits aber nicht nötig. Abgesehen vom Dildo, ist

nicht einmal eine Bewegung der Hand, welche das Gerät hält, nötig. Aus allen drei Interviews geht hervor, dass die bevorzugte Position in der Selbstbefriedigung auf dem Rücken liegend, mit den Beinen leicht angewinkelt ist, was mit den Ergebnissen von Davis et al. (1996) übereinstimmt. Es erfolgt lediglich eine leichte oder gar keine Beckenbewegung. Die Toys werden vom Bauchnabel her gehalten. Die Atmung wird von den drei befragten Frauen unterschiedlich beschrieben. Während die erste Person ihrer Atmung noch keine Beachtung geschenkt hat, variiert die zweite Person bewusst in der Atmung, je nach verfolgtem Ziel. Die dritte Person beschreibt die Atmung als ruhig. Vibratoren und Womanizer stimulieren mit einer sehr hohen und gleichmässigen Frequenz der Rhythmen.

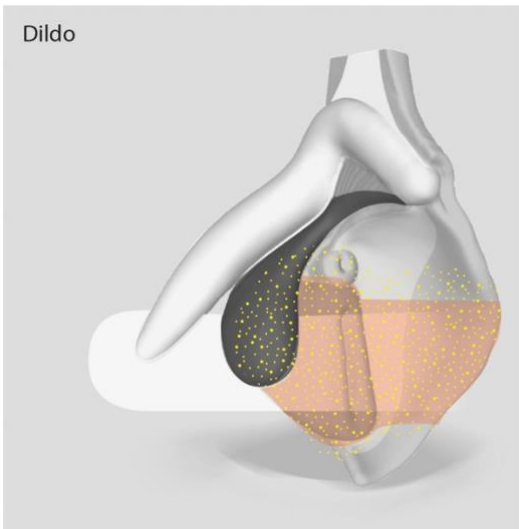
«Das ist halt eine Art Maschine, ... die nie, nie aufhört, die immer gleich funktioniert, ähm, konstant ist» (Interview 3, 116)

Die sehr hohe und gleichmässig Frequenz der Rhythmen von Vibratoren und Womanizer sind eine zu beachtende Komponente. Mit einer Zunge, einem Finger oder einem Penis sind sie nicht vergleichbar. Diese können eine solch mechanische Gleichmässigkeit sowie dieses Tempo nicht erreichen, geschweige denn über eine längere Zeit halten.

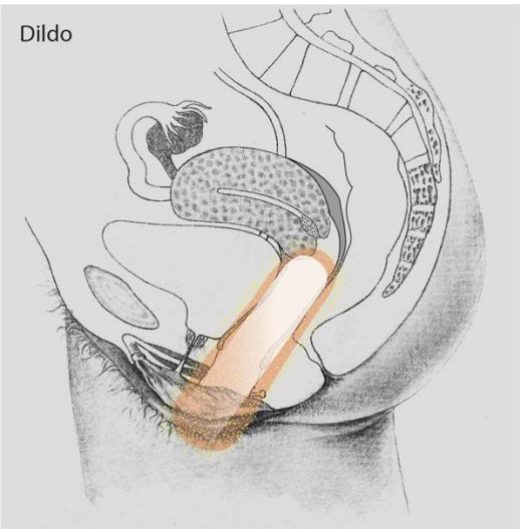
Mit einem Dildo hingegen ähnelt die Stimulation den menschlichen Fähigkeiten schon eher. Dies ist beim Vergleich der Abbildungen Dildo vs. Penis leicht erkennbar. Nicht zu erkennen ist die Körperwärme, die bei der Penetration mit einem Penis wahrgenommen werden kann. Die Anwendung des Dildos wird lediglich von der befragten Person 2 beschrieben. Auf Grund der phallischen Beschaffenheit und des Aussehens wurde die vaginale Anwendung aufgezeichnet. Ähnlich wie mit einem Penis wird der Vaginaeingang, die Vaginalwand und je nach dem der Gebärmutterhals durch Reibung oder Druck stimuliert. Der Dildo erzeugt einen leichten Druck auf den Enddarm, die Vorhofbulben der Klitoris, die Beckenbodenmuskulatur, die Harnröhre und die Blase. Des Weiteren kann über Spannen und Entspannen der Beckenbodenmuskulatur der Druck auf den Dildo erhöht und gesenkt werden. Auch ein Dildo kann lediglich mit der Hand bewegt werden, ohne restliche Körperbewegung. Die Anwendung in verschiedenen Positionen und in Bewegung scheint gegenüber elektronischen Geräten, bei denen «Hinhalten» genügt, viel offener. Die befragte Person 2 beschreibt dies so, dass sie den Dildo z.B. auf einer glatten Oberfläche über eine Art Saugnapf befestigen kann. Sie stimuliert sich, indem sie auf den Knien den Dildo aufnimmt und sich durch Beckenbewegungen befriedigt.

Abbildung 10: 3D Modell Dildo

Abbildung 11: Querschnitt Dildo



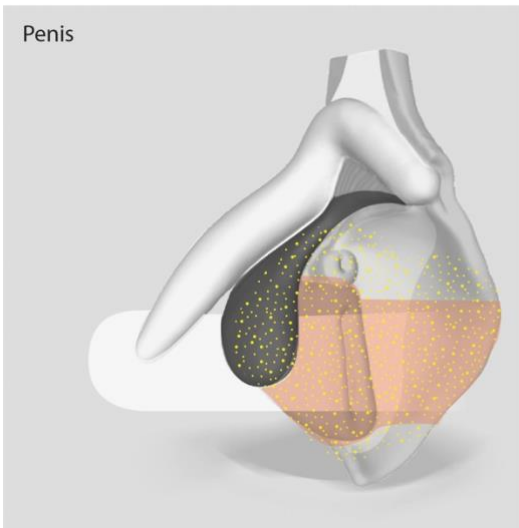
Dildo



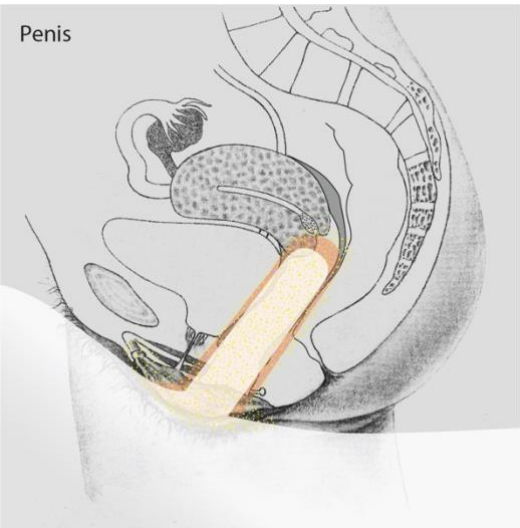
Dildo

Abbildung 12: 3D Modell Penis

Abbildung 13: Querschnitt Penis



Penis



Penis

8.2 Wirkung auf den Orgasmus

Vibrierende Sexspielzeuge und der Womanizer erhöhen die Chance auf einen Orgasmus der Frau. Frauen erreichen den Orgasmus schneller und einfacher. Diese Erkenntnis gilt sowohl für die Selbstbefriedigung wie auch für den Geschlechtsverkehr. Die Erkenntnis wird in den Interviews festgestellt und in Bezug auf den Vibrator auch in der Theorie festgehalten. Allerdings zeigt Gehrig (2013) in der Beschreibung des Konzepts des Sexocorporel auch die Grenzen des Erregungsmusters mit Vibratoren auf. Viele Wiederholungen eines Stimulus führen zur entsprechenden Repräsentation des

Geschlechts im Hirn. Es wird abgespeichert, welche Sinnesreize wir als sexuelle Erregung wahrnehmen (Bischof, 2010).

Womanizer oder auch Vibratoren können Frauen beim Erreichen einer orgasmischen Entladung unterstützen. Trotzdem haben manche Frauen den Wunsch, ohne ein Sexspielzeug eine orgasmische oder orgasmische Entladung zu erreichen. Die Anwendung von Sexspielzeugen können ein Lernschritt unterwegs zu diesem Fernziel sein, da viele Frauen ihren ersten sicheren Orgasmus überhaupt dank Hilfsmitteln wie Sextoys erleben. Süchtig machen kann ein Toy nicht. Es sind Werkzeuge, mehr nicht. Möchte eine Frau anders zum Orgasmus kommen, lohnt es sich Variation in die Befriedigung einzubauen (Hombach, 2020).

8.3 Wirkung auf die Lust

Dadurch, dass es mit Sextoys schnell und einfach geht, steigt die Freude an Sexualität, wie aus den Interviews deutlich hervorgeht. Etwas, das teilweise problembehaftet ist, ist plötzlich problemlos erreichbar. Dieser Effekt wirkt entlastend und hat positive Einflüsse auf die Sexualität der Frauen. Dank den Hilfsmitteln steigt die Anzahl an sexuellen Aktivitäten. Unterstützt durch das Wissen, dass auch bei Zeitmangel, wenig Energie oder gar fehlender Lust die teilweise zusätzlich benötigten Stimulierungen und Impulse generiert werden können. Das Ausprobieren und Experimentieren wird als lustvoll erlebt. Gerade die zunehmende Erfahrung im Zusammenhang mit Sex war für die Frauen ein wichtiger Lernschritt. Die dadurch gewonnene Selbstsicherheit im Umgang mit Sexualität, wirkt sich auch darauf aus, vermutet die Autorin, dass sich die Frauen mehr auf sexuelle Begegnungen mit sich selbst und anderen freuen.

Die befragten Frauen stimmen den Ergebnissen der Studie von Herbenick et al. (2010) zu. Da die interviewten Frauen verschiedene Sextoys verwenden, können die Aussagen sogar auf andere Toys ausgedehnt werden. Zudem erweitern die Teilnehmerinnen die Aussagekraft der Studie, indem sie Gründe erläutern. Weitere Studien zu anderen Sextoys und im speziellen zur Auswirkung auf die Lust könnten wichtige Beiträge zur genaueren Erforschung dieses Bereichs geben.

Die Frauen beschreiben, wenn es um Sextoys geht, vor allem die Lust auf einen Orgasmus. Sie berichten zudem von mehr Lust auf eine kommende sexuelle Aktivität, weil diese für sie erfolgsversprechend ist. Der genannte Vorteil während der sexuellen Aktivität, also während der Erregungssteigerung ist für sie, dass es schneller und einfacher geht. Über den Genuss der Lust oder Erregung berichten sie kaum.

8.4 Wirkfaktoren von Sextoys

Neben der beschriebenen Wirkung auf den Orgasmus und die sexuelle Lust, erscheinen weitere Wirkfaktoren von Sextoys, die sich positiv auf die Sexualität von Frauen auswirken.

Die Defizite von Frauen gegenüber Männern, wenn es um die Erfahrungen mit dem eigenen Geschlecht und dem eigenen Körper geht, sind über Jahre belegt (Heßling & Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung., 2016). Laut den Aussagen der befragten Frauen unterstützen Sextoys Frauen in diesem Punkt. Sie motivieren mehr Selbstbefriedigung zu machen, sowie mit dem Spielzeug zu experimentieren und herauszufinden, welche Wicklung es hat. So können Frauen wichtige Erfahrungen mit ihrem eigenen Körper sammeln.

Werden die Toys in der Partnerschaft eingebracht, erfordert dies eine kommunikative Auseinandersetzung mit dem Partner. Es scheint einfacher zu sein über Sextoys ins Gespräch über Sexualität zu kommen, als ohne. Dies eröffnet den Paaren neue Möglichkeiten wie beispielsweise alte Muster aufzubrechen, neues Verhalten und neue Praktiken in der Sexualität zu verhandeln und vielleicht zu integrieren. Die interviewten Frauen geben an, dass vor allem auch das Ausprobieren mit den Toys, einen positiven Einfluss auf die gemeinsame Sexualität hat, Da es den Paaren ermöglicht ihr sexuelles Repertoire zu erweitern. Vielfältige sexuelle Praktiken, mit längerem Vorspiel erweisen sich in der Forschung von Frederick et al. (2017) als wichtiges Element, um auch in Langzeitbeziehungen eine zufriedene Sexualität zu leben. Wichtig dabei ist die Einstellung der beiden Partner gegenüber Sextoys. Das zeigen sowohl die teilnehmenden Frauen als auch die Studie von Herbenick et al. (2010).

Ein anderer Aspekt, welcher der Autorin wichtig erscheint, ist das Erlebnis, ein Sextoy zu kaufen oder zu erhalten. Frauen, die Sextoys kaufen oder benützen, beginnen sich bereits im Vorfeld über Sexualität zu informieren und sich für das Thema zu interessieren. Dies wurde bisher in den Studien nicht erfragt, ist aber eine Auffälligkeit, die aus den Interviews zu lesen ist. Bestimmt gibt es auch Frauen, die sich ohne Sextoys für Sexualität interessieren und sich informieren. Die Autorin vermutet dennoch, dass der Anteil derer, die Sextoys nutzen, grösser ist. Die Tatsache, dass sie das Toy kaufen, benötigt ein gewisses Mass an Interesse, Information und Austausch. Sogar wenn der Kauf online geschieht, werden sie die verschiedenen Produkte miteinander vergleichen und sehen, was es alles auf dem Markt gibt.

8.5 Welchen Einfluss haben die Wirkfaktoren im Kontext des Modells Sexocorporel

Das Modell Sexocorporel ist in vier Bereiche aufgeteilt (Gehrig, 2013). Die Autorin ordnet die Wirkfaktoren Orgasmus, sexuelle Lust, mehr Übung und Erfahrung sowie Auseinandersetzung mit Sexualität den Komponenten des Modells zu und ergänzt diese mit ihren eigenen Überlegungen.

Die Wirkung auf den Orgasmus als körperliche Funktion verordnet die Autorin der physiologischen Komponente zu. Sexspielzeuge ermöglichen Lernschritte auf körperlicher Ebene. Diese können auch ohne Spielzeuge gemacht werden jedoch beschreiben die interviewten Frauen eine erhöhte Motivation durch die Spielzeuge. Sextoys ermöglichen schnelle Orgasmen. Allerdings ist dies nicht zwangsläufig mit bewusstem Steuern der Sexualität, wie es Gehrig (2013) beschreibt, verbunden. Dieses bewusste Steuern oder Spiel wäre eine Grundvoraussetzung, um mehr Intensität und gleichzeitig Genuss zu empfinden. Ähnlich sieht es bei der sexuellen Lust aus. Auch hier sind körperliche Lernschritte wichtig. Gerade aber die Diffusion, d. h. die Ausbreitung der Lust im ganzen Körper (Gehrig, 2013), wird mit Sextoys wenig gefördert, da die meisten Sextoys nicht zur Bewegung des Körpers animieren, was deutlich wird, wenn die interviewten Frauen die Anwendung der Toys beschreiben. Eine Ausnahme sind da die Liebeskugeln und der Dildo, weil diese Bewegung erfordern. Wenn es um die Lust geht, ist es besonders wichtig für Frauen, dass sie ihr eigenes Geschlecht als etwas Positives erleben, als etwas, das sich gut anfühlt. Genauso wichtig ist, dass sie sich selbst als sexuell kompetent erleben (Bischof-Campbell, 2012). Dies beeinflusst das eigene Körperbild positiv und führt dadurch zu mehr sexuellem Begehren. Die befragten Frauen erleben sich durch die Sextoys kompetent.

Die Wirkung auf das Repetitionsverhalten der Nutzerinnen verordnet die Autorin im Modell Sexocorporel fördernd, wie auch einschränkend. Fördernd, weil das häufige Berühren und stimulieren der Vulva und Vagina ein Grundstein ist, um sexuelle Lernschritte zu machen (Bischof, 2012). «Beispielsweise kann die Empfindsamkeit der Vagina durch wiederholte Berührungen gesteigert werden, wodurch Penetration für die Frau lustvoller werden kann.» (Bischof, 2012, S. 5). Dadurch, dass die befragten Frauen dank den Sextoys mehr Selbstbefriedigung machen, steigt ihre Anzahl an Berührungen und somit auch ihr Erfahrungsschatz. Einschränkend kann es sein, wenn Frauen bei ihren Übungssequenzen immer die gleichen Muster anwenden. Ein elektronisches Gerät ermöglicht es beispielsweise, die Art der Stimulation immer exakt gleich auszuführen. Dies kann dazu führen, dass das gewohnte Erregungsmuster sehr eng ist, was wiederum dazu führt, dass es genau gleich angewendet werden muss, um die Erregung zu steigern. Gut eintrainierte Muster sind schwierig zu ändern. Eine Stimulation, die abwechslungsreich, bewusst und in

Bewegung ausgeführt wird, ermöglicht positive sexuelle Lernschritte (Bischof, 2012). Diese Aussage kann auch auf Sexspielzeuge übertragen werden.

«Die persönliche Erfahrung, dass „nichts Schlimmes passiert“ und das stimulierte Belohnungssystem vermitteln eine viel mächtigere Botschaft als die ausgeklügeltsten Argumente des talentierten Therapeuten: «Dies fühlt sich gut an, also ist es gut» (Bischof, 2012). Mit dieser Aussage unterstreicht Bischof den Wirkfaktor, dass viele positive Erfahrungen wichtig sind. Die neu gemachten Erfahrungen helfen dann auch hinderliche Denkmuster zu überwinden.

Darüber, dass die Auseinandersetzung mit dem Thema Sexualität ein wichtiger Lernschritt sein könne, steht im Konzept des Modell Sexocorporel nicht direkt. Dafür ist aus der Beratung allgemein bekannt, dass viele Probleme sich bereits damit lösen, dass sich eine Person für die Beratung anmeldet (Grolimund, 2017). Das ist ein deutliches Argument dafür ist, dass bereits die Auseinandersetzung mit einem Thema eine positive Wirkung hat.

8.6 Zusammenfassung

Sextoys ermöglichen sich sexuell zu befriedigen, ohne sich gross dabei zu Bewegen. Viele Toys, gerade wenn man an Vibratoren oder den Womanizer denkt, übernehmen die Arbeit. Frauen könnten sich dazu trotzdem bewegen, beispielsweise durch die Beckenschaukel oder gar die doppelte Schaukel. Auch wäre eine gleichzeitige Stimulation mit der Hand denkbar. Die Toys könnten in verschiedenen Positionen - auf dem Bauch, auf dem Rücken, im Stehen, im Sitzen, im Knien - angewendet werden. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. So können Toys zur Erweiterung des sexuellen Spielraums der Frauen beitragen, ihnen ermöglichen ihr gewohntes Muster zu durchbrechen und mit den drei Körpergesetzen zu spielen. Aus den Interviews geht hervor, dass dies eher selten geschieht. Vermutlich kommen die Frauen gar nicht auf die Idee, dass dies für ihre sexuellen Entwicklung wichtig sein und vor allem auch Spass machen könnte. Sie beschreiben ja, dass es ihnen in der Selbstbefriedigung vor allem um den Orgasmus gehe. An diesem Punkt könnte die Aufklärungsarbeit über Sexualität von Frauen, die Sexualberatung oder Therapie ansetzen.

Aus der Theorie und den Interviews lässt sich schliessen, dass ein Sextoy durchaus ein Teil des sexuellen Lernprozesses von Frauen sein kann. Stimulationstechniken können erweitert werden, mit oder ohne Toy, um so das Erleben von sexueller Lust zu ermöglichen (Rohleder & Swartz, 2012). Es könnte helfen, die individuellen Stärken eines Menschen in

sexuellen Angelegenheiten auf Grund seiner vorhandenen Fähigkeiten zu stärken (Williams et al., 2015). Alle genannten Lernschritte sind auch ohne Toys möglich. Das bedeutet aber, dass die gemachten Lernschritte mehr mit dem «es tun» zusammenhängen als mit dem Toy. Die Stärke der Sexspielzeuge ist die Motivation. Frauen zeigten sich motivierter, Selbstbefriedigung zu betreiben. Sie machen die Erfahrung, dass Selbstbefriedigung etwas Positives ist und ihnen gut tut, was ihnen ein neues Feld für Lernschritte eröffnete.

8.7 Limitationen

Die Anzahl der interviewten Personen erlauben keine Bestätigung oder Widerlegung einer These. Dafür bietet die qualitative Herangehensweise dieser Arbeit persönliche Einblicke in die Sexualität mit Sexspielzeugen der Teilnehmerinnen. Je nachdem, wie erfahren die Teilnehmerinnen in Gesprächen über Sexualität sowie der Beschreibung von Wahrnehmungen sind, können sie detaillierter und differenzierter Auskunft geben. Eine genaue Evaluation des Erregungsmodus wäre in einer Folgearbeit interessant, da dies weitere Daten zur Wirkung der Sexspielzeuge liefern könnte. Der Umfang des Interviews, welches auch noch andere Themen abdecken sollte, ermöglichte dies nicht. Die fehlende Erfahrung der Autorin und die zusätzliche Meinung von einer oder mehreren Expertinnen oder Experten aus der Sexualberatung oder Therapie schränkt die Aussagekraft dieser Arbeit ein. Erschwerend kommt die enorme Vielfalt an Sexspielzeugen auf dem Markt dazu. Einen wirklichen Vergleich untereinander zu ziehen scheint sehr anspruchsvoll. Des Weiteren ermöglichte der weit gewählte Begriff «Sextoy», verschiedene Studien in die Arbeit miteinzubeziehen.

8.8 Weitere Forschung

Bisher fehlen Langzeituntersuchungen zu Sexspielzeugen. Darüber, ob eine Person mit der Zeit einen grösseren Stimulus braucht, wenn sie sich über Jahre mit dem gleichen Toys selbstbefriedigt, kann weiter untersucht werden.

Genaue Daten zu den einzelnen Toys, gerade zum stark verbreiteten und weiter aufkommenden Womanizer, könnten den Einsatz der Toys auf Empfehlung eines Beratungs- oder Therapiesettings ermöglichen.

In einer Folgearbeit könnten zudem die für diese Arbeit erstellten Abbildungen genauer überprüft und ergänzt werden. Eine Messung, wie weit eine Stimulation wirklich reicht, würde Aussagen über die Erregbarkeit des weiblichen Genitals machen und so einen Beitrag zur Erforschung der weiblichen Sexualität leisten.

Schlusswort

Eine Gesellschaft, in der offen und ohne Angst über Sexualität gesprochen werden kann, ist eine schöne Vorstellung. Mit dieser Arbeit will ich dem Tabuthema Sexspielzeuge auf den Grund gehen und so einen kleinen Beitrag dazu leisten, sich über Hilfsmittel in der Sexualität auszutauschen und Genaueres darüber zu erfahren. Ebenso war es mir ein Anliegen bestehende Mythen zu hinterfragen und Klischees aus dem Weg zu räumen.

Neben den äusserst spannenden Interviews und Begegnungen mit den drei teilnehmenden Frauen bot die Arbeit viele interessante Gespräche in meinem Umfeld.

Ich wünsche mir, dass das Thema Sextoys auch im Aufklärungsunterricht und in der Beratung rund um Sexualität mehr mit einbezogen wird, um den Geräten mit einer positiven Einstellung zu begegnen und sie ressourcenorientiert einzusetzen. Allen, die Freude an Sexspielzeugen haben, wünsche ich weiterhin viel Spass und tolle Erlebnisse.

Anfangs war der Berg der Arbeit gross. Ich konnte mir nicht vorstellen, wie ich ihn erklimmen sollte. Doch in kleinen Schritten ging es voran. Teilweise war es mühsam, teilweise machte es sogar Freude. Besonders stolz bin ich auf die entstandenen Abbildungen, die aufzeigen, wie die verschiedenen Sexspielzeuge wirken.

Quellenverzeichnis

- Amorana.ch. (2022, July 29). *Was tun Liebeskugeln?*
https://www.Amorana.Ch/de/Catalog/Category/View/s/Liebeskugeln-0/Id/13/?Gclid=Cj0KCQjwio6XBhCMARIsAC0u9aF6LjAFK0IFYxDIo2LG8tcTgr-F8YA0gfpzgN2Unjltwmz7IPh1bYIaAnivEALw_wcB.
- Ayub, N. (2010). Development Of Martial Satisfactions Scale. In *Pakistan Journal of Clinical Psychology* (Vol. 9).
- Barrense-Dias, Y., Akre, C., Berchtold, A., Leeners, B., Morselli, D., Suris, J.-C., de Santé, R., & Lausanne, -. (2018). *Institut universitaire de médecine sociale et préventive-IUMSP Groupe de recherche sur la santé des adolescents-GRSA Sexual health and behavior of young people in Switzerland*. <https://doi.org/10.16908/issn.1660-7104/291>
- Bauder, N., & Hajok, D. (2019). Jugend und Pornografie. Aktuelle Perspektiven auf einen ›Klassiker‹ des Jugend- medienschutzes. *Jugend Medien Schutz-Report*, 42(2), 2–7. <https://doi.org/10.5771/0170-5067-2019-2-2>
- Baur, N., & Blasius Jörg. (2014). Handbuch Methoden der empirischen Sozialforschung. In 2014. <https://doi.org/10.1007/978-3-531-18939-0>
- Berner, M. M., Kriston, L., Zahradnik, H.-P., Härter, M., & Rohde, A. (2004). Überprüfung der Gültigkeit und Zuverlässigkeit des deutschen Female Sexual Function Index (FSFI-d). *Geburtshilfe Und Frauenheilkunde*, 64(3), 293–303. <https://doi.org/10.1055/s-2004-815815>
- Bischof, K. (2010). *Vaginismus und Dyspareunie der Frau*.
- Bischof, K. (2012). Sexocorporel und die Förderung des sexuellen Lusterlebens. *Auf Englisch*, 59–68.
- Bischof, K. (2016). *Libidomangel bei der Frau*.
- Bischof-Campbell, A. (2012). *Das sexuelle Erleben von Frauen als Spiegel ihres sexuellen Verhaltens*. <https://doi.org/10.12.2012>
- Bragagna, E. (2013). *Der weibliche Orgasmus-jenseits von Mythen*.
- Bragagna, E. (2014). Therapie weiblicher orgasmusstörungen “Standard operating procedures.” *Gynakologe*, 47(2), 80–85. <https://doi.org/10.1007/s00129-013-3227-6>
- Briken, P., Matthiesen, S., Pietras, L., Wiessner, C., Klein, V., Reed, G. M., & Dekker, A. (2020). Prävalenzschätzungen sexueller Dysfunktionen anhand der neuen ICD-11-Leitlinien. *Deutsches Arzteblatt International*, 117(39), 653–658. <https://doi.org/10.3238/arztebl.2020.0653>
- Brotto, L. A. (2010). The DSM diagnostic criteria for hypoactive sexual desire disorder in women. *Archives of Sexual Behavior*, 39(2), 221–239. <https://doi.org/10.1007/s10508-009-9543-1>

- Brun Del Re, U., Hilpert, P., Spahni, S., & Bodenmann, G. (2021). Pornographiekonsum in der Partnerschaft: Häufigkeit, Motivation und Einstellung des Konsums und deren Geschlechtsunterschiede. *Zeitschrift Fur Klinische Psychologie Und Psychotherapie*, 50(1), 10–20. <https://doi.org/10.1026/1616-3443/a000611>
- Brunner, F., Tozdan, S., Klein, V., Dekker, A., & Briken, P. (2021). Lifetime prevalences of nonconsensual sexual intercourse and touch and associations with health-related factors: Results from the German Health and Sexuality Survey (GeSiD). *Bundesgesundheitsblatt - Gesundheitsforschung - Gesundheitsschutz*, 64(11), 1339–1354. <https://doi.org/10.1007/s00103-021-03434-6>
- Bublak, R. (2014). Sexleben leidet oft empfindlich. *Uro-News*, 18(1), 8–8. <https://doi.org/10.1007/s00092-014-0004-3>
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA). (2020). *Verhütungsverhalten Erwachsener: Ergebnisse der Repräsentativbefragung 2018*.
- Cerwenka, S., & Brunner, F. (2018). Sexual Identity, Sexual Attraction and Sexual Behaviour - Dimensions of Sexual Orientation in Survey Research. *Zeitschrift Fur Sexualforschung*, 31(3), 277–294. <https://doi.org/10.1055/a-0664-4764>
- Chatton, D., Desjardins, J. Y., Desjardins, L., & Tremblay, M. (2005a). Clinical sexology based on a sexual health model. In *Psychotherapies* (Vol. 25, Issue 1, pp. 3–19). Editions Medicine et Hygiene. <https://doi.org/10.3917/psys.051.0003>
- Chatton, D., Desjardins, J.-Y., Desjardins, L., & Tremblay, M. (2005b). La sexologie clinique basée sur un modèle de santé sexuelle. *Psychothérapies*, 25(1), 3. <https://doi.org/10.3917/psys.051.0003>
- Davis, C. M., Blank, J., Lin, H., & Bonillas, C. (1996). Characteristics of vibrator use among women. *Journal of Sex Research*, 33(4), 313–320. <https://doi.org/10.1080/00224499609551848>
- de Visser, R. O., Smith, A. M. A., Rissel, C. E., Richters, J., & Grulich, A. E. (2003). Sex in Australia: Heterosexual experience and recent heterosexual encounters among a representative sample of adults. *Australian and New Zealand Journal of Public Health*, 27(2), 146–154. <https://doi.org/10.1111/j.1467-842X.2003.tb00802.x>
- Dekker, A., Matthiesen, S., Cerwenka, S., & Briken, P. (2020). Gesundheit, sexuelle Aktivität und sexuelle Zufriedenheit. *Deutsches Arzteblatt International*, 117(39), 645–652. <https://doi.org/10.3238/arztebl.2020.0645>
- Döring, N. (2016). Jugendsexualität heute: Zwischen Offline- und Online-Welten. In M. Syring, T. Bohl, & R. (Hrsg.) Treptow (Eds.), *YOLO – Jugendliche und ihre Lebenswelten verstehen. Zugänge für die pädagogische Praxis*. (pp. 220–237). Beltz.

- Döring, N., & Pöschl, S. (2020). Experiences with Diverse Sex Toys Among German Heterosexual Adults: Findings From a National Online Survey. *Journal of Sex Research*, 57(7), 885–896. <https://doi.org/10.1080/00224499.2019.1578329>
- Döring, N., & Pöschl, S. (2018). Sex toys, sex dolls, sex robots: Our under-researched bedfellows. *Sexologies*, 27(3), 133–138. <https://doi.org/10.1016/j.sexol.2018.05.003>
- duden.de. (2022, March 12). *Duden | Sexspielzeug | Rechtschreibung, Bedeutung, Definition, Herkunft*. <https://www.duden.de/Suchen/Dudenonline/Sexspielzeug>.
- Eisenring, L. (2020). *Sexuelle Unlust von Frauen im Kontext des Geschlechtsverkehrs und der Selbstbefriedigung*.
- Fahs, B., & Swank, E. (2013). Adventures with the “Plastic Man”: Sex Toys, Compulsory Heterosexuality, and the Politics of Women’s Sexual Pleasure. *Sexuality and Culture*, 17(4), 666–685. <https://doi.org/10.1007/s12119-013-9167-4>
- Flick, U. (2007). *Qualitative Sozialforschung. Eine Einführung* (2. Auflage). Rowohlt.
- Frederick, D. A., Lever, J., Gillespie, B. J., & Garcia, J. R. (2017). What Keeps Passion Alive? Sexual Satisfaction Is Associated With Sexual Communication, Mood Setting, Sexual Variety, Oral Sex, Orgasm, and Sex Frequency in a National U.S. Study. *Journal of Sex Research*, 54(2), 186–201. <https://doi.org/10.1080/00224499.2015.1137854>
- Frei, S. (2022, June 26). *Vibrator – Alles, was du wissen musst*. https://www.amorana.ch/de/Magazin/Vibratoren-Ratgeber?Gclid=CjwKCAjwh-CVBhB8EiwAjFEFGfzljrLS3nXIY4BP-XyVEMCMjj_1WbOkR3SvNraJHobll_OqS5YYWxoCr9EQAvD_BwE.
- Frith, H. (2015). Orgasmic bodies: The orgasm in contemporary western culture. In *Orgasmic Bodies: The Orgasm in Contemporary Western Culture*. Palgrave Macmillan. <https://doi.org/10.1057/9781137304377>
- Gehrig, P. (2013). *Das Konzept des Sexocorporel*. www.ziss.ch
- Gerl, M. (2017). Sexspielzeug – Das angeblich ultimative Sexspielzeug | Bayern. *Süddeutsche Zeitung Digitale Medien GmbH / Süddeutsche Zeitung GmbH*.
- Grolimund, F. (2017). *Psychologische Beratung und Coaching*. Hogrefe. <https://doi.org/10.1024/85807-000>
- Haag-Wackernagel, D. (2020). *Vulva Modell*.
- Haas, C., & Blischke, K. (2009). Bedeutung der Repetition für das motorische Lernen - Lehren aus der Sportwissenschaft. *Neuroreha*, 20–27. <https://doi.org/10.1055/s-0029-1242444>
- Hassali, M. A., Saleem, F., Shafie, A. A., Al-Qazaz, H. K., Farooqui, M., Aljadhey, H., Atif, M., & Masood, I. (2012). Assessment of general public perceptions toward traditional medicines used for aphrodisiac purpose in state of Penang, Malaysia. *Complementary*

- Therapies in Clinical Practice*, 18(4), 257–260.
<https://doi.org/10.1016/J.CTCP.2012.06.001>
- Hauch, M., Lange, C., & Cassel-Bähr, S. (2006). 13. Paartherapie bei sexuellen Störungen am Beispiel des Hamburger Modells. In *Sexuelle Störungen und ihre Behandlung*.
- Heiliger, A. (2004). *Jugendsexualität zwischen gesellschaftlichen Botschaften und individuellen Erfahrungen*.
- Heinke, R., & Wetzel, K. (2016). *Qualitative und quantitative Forschungsmethoden*.
- Helfferrich, C. (2014). Leitfaden- und Experteninterviews. In *Handbuch Methoden der empirischen Sozialforschung* (pp. 559–574). Springer Fachmedien Wiesbaden.
https://doi.org/10.1007/978-3-531-18939-0_39
- Herbenick, D., Reece, M., Sanders, S. A., Dodge, B., Ghassemi, A., & Fortenberry, J. D. (2010). Women’s vibrator use in sexual partnerships: Results from a nationally representative survey in the United States. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 36(1), 49–65. <https://doi.org/10.1080/00926230903375677>
- Herbenick, D., Reece, M., Schick, V., Sanders, S. A., Dodge, B., & Fortenberry, J. D. (2010). An Event-Level Analysis of the Sexual Characteristics and Composition Among Adults Ages 18 to 59: Results from a National Probability Sample in the United States. *The Journal of Sexual Medicine*, 7, 346–361. <https://doi.org/10.1111/j.1743-6109.2010.02020.x>
- Herbenick, D., Reece, M., Schick, V., Sanders, S. A., & Fortenberry, J. D. (2014). Women’s use and perceptions of commercial lubricants: Prevalence and characteristics in a nationally representative sample of American adults. *Journal of Sexual Medicine*, 11(3), 642–652. <https://doi.org/10.1111/jsm.12427>
- Heßling, Angelika., & Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung. (2016). *Jugendsexualität 2015: die Perspektive der 14- bis 25-Jährigen: Ergebnisse einer aktuellen repräsentativen Wiederholungsbefragung*.
- Hombach, S. M. (2020). Wie Sextoys das Liebesleben verändern. *Spektrum Der Wissenschaft*. <https://www.spektrum.de/news/sexspielzeuge-immer-mehr-menschen-nutzen-dildo-und-vibrator/1734092>
- In a Box GmbH. (2022, July 26). *Kisskiss.ch*. Kisskiss.Ch.
- Jansen, K., Bremer, V., von Räden, U., Steffan, E., & Nitschke, H. (2013). Sexuelle Gesundheit in Deutschland - Indikatoren als Instrumente zum Beschreiben, Planen und Evaluieren: Der Indikatorenkatalog der Deutschen STI-Gesellschaft. *Bundesgesundheitsblatt - Gesundheitsforschung - Gesundheitsschutz*, 56(7), 913–921. <https://doi.org/10.1007/s00103-013-1762-x>
- Jufer, H. (2021). 9 Vom Thema zu den Fragen • Interview-Leitfaden. *ISP Uster, HS Merseburg, MA III Uster, Block „Qualitative Forschung*.

- Kastirke, N., & Kotthaus, J. (2014). Jugendliche Sexualität und sexuelle Identität. In *Jugend, Schule und Identität* (pp. 265–280). Springer Fachmedien Wiesbaden. https://doi.org/10.1007/978-3-658-03670-6_15
- Kinsey, A. C., Pomeroy, W. B., Martin, C. E., & Gebhard, P. H. . (1998). *Sexual behavior in the human female*. Indiana University Press. https://books.google.ch/books?hl=de&lr=&id=JWHHCgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP3&ots=JY8rTplsHC&sig=GkQc86VGMFG9_yJ0X5PeGh2aOWg&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- Klein, V., & Briken, P. (2016). Ungedeckter medizinischer Bedarf? Kommentar zu dem erneuten Versuch, die sexuelle Unlust der Frau zu medikalisieren. *Zeitschrift Fur Sexuallforschung*, 29(2), 158–169. <https://doi.org/10.1055/s-0042-108221>
- Komisaruk, B. R., Wise, N., Frangos, E., Liu, W., Allen, K., & Brody, S. (2011). Women's Clitoris, Vagina, and Cervix Mapped on the Sensory Cortex: fMRI Evidence. *The Journal of Sexual Medicine*, 8(10), 2822–2830. <https://doi.org/10.1111/j.1743-6109.2011.02388.x>
- Leiblum, S. R. (2001). Women, sex and the internet. *Sexual & Relationship Therapy*, 16(4), 389–405. <https://doi.org/10.1080/14681990120083512>
- Lentz, A. M., & Zaikman, Y. (2021). The Big "O": Sociocultural Influences on Orgasm Frequency and Sexual Satisfaction in Women. *Sexuality and Culture*, 25(3), 1096–1123. <https://doi.org/10.1007/s12119-020-09811-8>
- Lisch, R., & Kriz, J. (1972). *Grundlagen und Modelle der Inhaltsanalyse*. Rowohlt.
- Mahar, E., Mintz, L., & Akers, B. (2020). Orgasm Equality: Scientific Findings and Societal Implications. *Current Sexual Health Reports*, 12. <https://doi.org/10.1007/s11930-020-00237-9>
- Martyniuk, U., & Dekker, A. (2018). Adult Pornography Use in Germany: Results of a pilot study. *Zeitschrift Fur Sexuallforschung*, 31(3), 237–249. <https://doi.org/10.1055/a-0664-4441>
- Masters, W. H., & Johnson, V. E. (1966). Human sexual response. In *Human sexual response*. Little, Brown.
- Matthiesen, S., Dekker, A., von Rueden, U., Winkelmann, C., Wendt, J., & Briken, P. (2017). Sexsurveyforschung in Deutschland und Europa: Die Studie Liebesleben: Pilotstudie zu sexuellen Erfahrungen, Einstellungen und Beziehungen von Erwachsenen in Deutschland. In *Bundesgesundheitsblatt - Gesundheitsforschung - Gesundheitsschutz* (Vol. 60, Issue 9, pp. 971–978). Springer Verlag. <https://doi.org/10.1007/s00103-017-2598-6>
- Mayring, P. (2010a). Design. In G. Mey & K. Mruck (Eds.), *Handbuch Qualitative Forschung in der Psychologie* (pp. 225–237).

- Mayring, P. (2010b). *Qualitative Inhaltsanalyse; Grundlagen und Techniken* (2. Auflage). Beltz Verlag.
- Meston, C. M., & Gorzalka, B. B. (1995). The effects of sympathetic activation on physiological and subjective sexual arousal in women. *Behaviour Research and Therapy*, 33(6), 651–664. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(95\)00006-J](https://doi.org/10.1016/0005-7967(95)00006-J)
- Meston, C. M., Levin, R. J., Sipski, M. L., Hull, E. M., & Heiman, J. R. (2004). Women's orgasm. *Annual Review of Sex Research*, 15, 173–257.
- Neubauer, G. (2008). Jugend, Sexualität, Geschlechterbilder. In B. Rendtorff & S. (Hrsg.) Burckhart (Eds.), *Schule, Jugend und Gesellschaft: ein Studienbuch zur Pädagogik der Sekundarstufe* (pp. 100–108). W. Kohlhammer GmbH .
- Pascoal, P. M., Narciso, I. D. S. B., & Pereira, N. M. (2014). What is sexual satisfaction? Thematic analysis of lay people's definitions. *Journal of Sex Research*, 51(1), 22–30. <https://doi.org/10.1080/00224499.2013.815149>
- Philippsohn, S. (2001). *Sexuelle Befriedigung und Sexualmythen bei Frauen: Ergebnisse einer Fragebogenuntersuchung zu den Determinanten sexueller Zufriedenheit*. Medizinische Hochschule Hannover.
- Quandt, T., & Vogelgesang, J. (2018). Jugend, Internet und Pornografie. In *Kumulierte Evidenzen* (pp. 91–118). Springer Fachmedien Wiesbaden. https://doi.org/10.1007/978-3-658-18859-7_5
- Richters, J., de Visser, R. O., Badcock, P. B., Smith, A. M. A., Rissel, C., Simpson, J. M., & Grulich, A. E. (2014). Masturbation, paying for sex, and other sexual activities: The Second Australian Study of Health and Relationships. *Sexual Health*, 11(5), 461–471. <https://doi.org/10.1071/SH14116>
- Ritsert, J. (1972). *Inhaltsanalyse und Ideologiekritik. Ein Versuch über kritische Sozialforschung*. Äthenäum.
- Riva, G., Baños, R. M., Botella, C., Wiederhold, B. K., & Gaggioli, A. (2012). Positive technology: Using interactive technologies to promote positive functioning. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15(2), 69–77. <https://doi.org/10.1089/cyber.2011.0139>
- Rohleder, P., & Swartz, L. (2012). Disability, sexuality and sexual health. In P. Aggleton, P. Boyce, H. L. Moore, & R. Parker (Eds.), *Understanding Global Sexualities* (1st Edition, pp. 138–152). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203111291>
- Rosen, C. B. J. H. S. L. R. (2000). The Female Sexual Function Index (FSFI): A Multidimensional Self-Report Instrument for the Assessment of Female Sexual Function. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 26(2), 191–208. <https://doi.org/10.1080/009262300278597>
- Schiftan, D. (2006). *Sexualverhalten in der deutschsprachigen Schweiz*.

- Schütz, E. E., & Kimmich, T. (2000). *Sexualität und Liebe, Praxis der Sexualpädagogik, Band 2*.
- Sielert, U. (2015). Einführung in die Sexualpädagogik. In *Einführung in die Sexualpädagogik (2.)*.
- Statista Research Department. (2022, July 28). *Benutzt du zur Zeit Sextoys?*
<https://de.statista.com/statistik/daten/studie/1025779/umfrage/umfrage-in-deutschland-zur-nutzung-von-sextoys-nach-geschlecht/>.
- Thierbach, C., & Petschick, G. (2014). Beobachtung. In *Handbuch Methoden der empirischen Sozialforschung* (pp. 855–866). Springer Fachmedien Wiesbaden.
https://doi.org/10.1007/978-3-531-18939-0_66
- Verein Lilli. (2022, June 5). *Petting und Vorspiel: Tipps*.
https://www.lilli.ch/peking_vorspiel_tippis.
- Vykoukal, E. (2008). Wilhelm Reich: Die Funktion des Orgasmus. In *Einhundert Meisterwerke der Psychotherapie* (pp. 165–166). Springer Vienna.
https://doi.org/10.1007/978-3-211-69499-2_78
- Weichbold, M. (2014). Pretest. In *Handbuch Methoden der empirischen Sozialforschung* (pp. 299–304). Springer Fachmedien Wiesbaden. https://doi.org/10.1007/978-3-531-18939-0_19
- WHO Europa. (2022, April 28). *Sexuelle und Reproduktive Gesundheit Definition*.
<https://www.euro.who.int/de/health-topics/life-stages/sexual-and-reproductive-health/news/news/2011/06/sexual-health-throughout-life/definition>.
- wikipedia.org. (2022, March 15). *Hedonismus*. <https://de.wikipedia.org/wiki/Hedonismus>
<https://de.wikipedia.org/wiki/Hedonismus>
- Williams, D. J., Thomas, J. N., & Walters, W. (2015). Introducing a Multidisciplinary Framework of Positive Sexuality for Positive Sexuality. In *Journal of Positive Sexuality* (Vol. 1).
- Willoughby, B. J., Carroll, J. S., Busby, D. M., & Brown, C. C. (2016). Differences in Pornography Use Among Couples: Associations with Satisfaction, Stability, and Relationship Processes. *Archives of Sexual Behavior*, 45(1), 145–158.
<https://doi.org/10.1007/s10508-015-0562-9>
- Wippermann, C. (2016). Gewollte Kinderlosigkeit und aufgeschobener Kinderwunsch: Eine Umfrage in Deutschland. *Gynakologische Endokrinologie*, 14(1), 49–53.
<https://doi.org/10.1007/s10304-015-0037-z>
- Wolf, N. (2019). *Vagina: Eine Geschichte der Weiblichkeit*. Rowohlt Taschenbuch.
- Womanizer. (2020). *Womanizer HowTo*. WOW TECHTM EUROPE GMBH.
<https://www.womanizer.com/ch/so-funktioniert>

- WOW TECH TM EUROPE GMBH. (2022, July 3). *From Bavaria with love*.
<https://www.womanizer.com/ch/ueber-womanizer>.
- Wu, X., Huang, H., Tang, Z., Shen, Z., Lu, H., Chen, H., Chen, L., Huang, H., Ruan, Y., & Shao, Y. (2017). Aphrodisiac Use and Associated Factors Among Older Male Clients of Low-Cost Female Sex Workers in Southwestern Rural Areas of China. *Sexuality Research and Social Policy*, 14(1), 71–80. <https://doi.org/10.1007/s13178-016-0224-2>
- Zolnoun, D., Lamvu, G., & Steege, J. (2008). Patient perceptions of vulvar vibration therapy for refractory vulvar pain. *Sexual and Relationship Therapy*, 23(4), 345–353. <https://doi.org/10.1080/14681990802411685>

Anhang

- Anhang I: Einverständniserklärung
- Anhang II: Leitfaden für Interviews mit Nutzerinnen
- Anhang III: Interviewausschnitte
- Anhang IV: Koderleitfaden
- Anhang V: USB Stick mit den vollständigen Interviewtranskripten

Selbständigkeitserklärung

Anhang I: Einverständniserklärung

Einverständniserklärung zur Teilnahme an einem Nutzerinneninterview im Rahmen der Masterarbeit am ISP Uster / Hochschule Merseburg

Thema der Masterarbeit: **Sextoys, das Versprechen von Lust und Orgasmen**

(Die Wirkung von Sextoys auf die sexuelle Lust und die Orgasmusfähigkeit von Frauen zwischen 20 und 30 Jahren in der Selbstbefriedigung und der Paarsexualität)

Zweck: Datenerhebung
Durchführende Institution: ISP Uster und Hochschule Merseburg
Interviewdatum: 31. Mai 2022
Interviewerin: Tamara Schmucki

Einwilligungserklärung

Hiermit willige ich ein, dass im Rahmen des beschriebenen Forschungsprojektes Daten meiner Person erhoben und ausgewertet werden. Die Erhebung erfolgt durch Audioaufnahmen, die in der Folge transkribiert und für die wissenschaftliche Analyse und daraus hervorgehende Veröffentlichung auszugsweise verwendet werden.

- Über die Art der Erhebung und Auswertung wurde ich mündlich informiert.
- Meine Fragen im Zusammenhang mit der Teilnahme an dieser Studie sind mir zufriedenstellend beantwortet worden.
- Ich hatte genügend Zeit, um die Entscheidung zu treffen, an der Studie teilzunehmen.
- Ich nehme an dieser Studie freiwillig teil. Ich kann jederzeit und ohne Angabe von Gründen meine Zustimmung zur Teilnahme widerrufen, ohne dass mir deswegen Nachteile entstehen.
- Im Interesse meiner Gesundheit kann mich die Interviewende Person jederzeit von der Studie ausschliessen.

Zürich,

Vor- und Nachname

Unterschrift

Name Interviewerin

Unterschrift

Anhang II: Leitfaden für Interviews mit Nutzerinnen

Sextoys, das Versprechen von Lust und Orgasmen

Die Wirkung von Sextoys auf die sexuelle Lust und die Orgasmusfähigkeit von Frauen zwischen 20 und 30 Jahren in der Selbstbefriedigung und der Paarsexualität

Erklärung und Aufklärung

Im Rahmen der Masterarbeit. Das Interview wird aufgenommen. Die Tonaufnahme anonymisiert und verschriftlicht. Nur die schriftliche Form wird weiter verwendet.

Alle Informationen, die Rückschlüsse auf deine Identität ermöglichen, werden gelöscht. Die Tonaufnahme wird nach Beendigung der Masterarbeit gelöscht. Die Masterarbeit wird vom ISP Uster und der Hochschule Merseburg aufbewahrt.

Unterschreiben der Einverständniserklärung

Hintergrundinformationen:

Bist du aktuell in einer Partnerschaft?

Um was für eine Art Partnerschaft handelt es sich?

Wie sah deine Beziehungssituation um 20 aus?

Interview

	Einstieg	1. Du hast dich auf mein Interviewaufruf gemeldet, was hat dein Interesse geweckt?	
		2. Was fällt dir zum Wort Sexualität ein?	
Welche Studienergebnisse gibt es bezüglich sexueller Lust und Orgasmusfähigkeit von Frauen, im Speziellen Frauen im Alter zwischen 20 und 30 Jahren?	Entwicklung sexuelle Lust und Orgasmusfähigkeit	3. Im Lauf des Lebens verändert sich Sexualität. Wie denkst du darüber?	
		4. Veränderungen in der Sexualität können als Lernprozess gesehen werden, wie sieht das bei dir aus?	
		5. Welche sexuellen Lernschritte hast du seit deinem 20. Lebensjahr gemacht?	
		6. Wie hat sich die Lust auf andere verändert, seit du 20 warst – bis heute?	Und deine Lust auf dich selbst? Und die Lust auf Sex allgemein?
		7. Hast du mit 20 Orgasmen erlebt?	Wenn ja, wie war das für dich? Wenn nein, wie war das für dich? Und in der SB & GV? Wie ist das heute?
		8. In meiner Arbeit geht es vor allem um Sextoys... Ich habe dich gebeten, ein Foto deiner Toys mitzubringen. 9. Kannst du mir die Sextoys, die du besitzt beschreiben?	bezüglich ihres Aussehens, Materials und Funktion nachfragen
In welche unterschiedlichen Kategorien können Sextoys	Kategorien & Funktion Sextoys	10. Fehlen Toys auf dem Bild?	Wenn ja, warum?

bezüglich ihrer Funktion eingeteilt werden?			
		11. Erinnerung dich bitte an dein erstes Sextoy. Was kannst du mir für eine Geschichte dazu erzählen?	Welche Gedanken und Gefühle hattest du vor dem Kauf / beim Erhalt des Geschenks? Was weißt du noch über die ersten Einsätze? Wie war das für dich?
		12. Wie bist du zu den anderen Toys gekommen?	Welche Gedanken und Gefühle hattest du, wenn du ein Toy geschenkt bekommen hast? Kannst du mir die Situation beschreiben, als du das Toy gekauft / geschenkt bekommen hast? Wieso hast du sich für diesen Anbieter entschieden? Was hat dein Interesse an genau diesen Produkten geweckt?
Welche Gründe führen junge Frauen dazu, Sextoys zu kaufen und nutzen?	Kauf-Verhalten & Versprechen	13. Welche Erwartungen hast du an das jeweiligen Toy gehabt?	Kam es auf das Toy an? Wenn ja wie? Welche Erwartungen wurden erfüllt / nicht erfüllt?
	Gründe für Toys	14. Aus welchen Gründen nutzt du heute Sextoys?	Hast du aktuell ein Lieblingstoy oder sind es mehrere Lieblingstoy? Was macht es für dich zum Lieblingstoy?
		15. Welche Gründe führten anfangs dazu Sextoys zu nutzen?	Was genau fandst du toll daran?

			Wie meinst du mit einfacher/schneller? Was genau ist anstrengend? Warum ist dir der Orgasmus wichtig?
		16. Kannst du bitte nochmals das Foto deiner Toys hervorheben. Wenn du jetzt an deine Selbstbefriedigung denkst, welches Toy nutzt du?	Seit wann? Wie oft? Wie setzt du es ein?
Welche Sextoys verwenden befragte Frauen in der Selbstbefriedigung und oder in der Paarsexualität?	Toys in der SB	17. Nun das gleiche während der Sexualität mit anderen? Welches Toy nutzt du mit anderen?	Seit wann? Wie oft? Wie setzt du es ein?
		18. Stell dir einmal den Moment vor, bevor du mit der Selbstbefriedigung anfängst. Wie kommt es dazu? Wie geht es dann weiter?	Was nimmst du da wahr? Und im Körper? Welche Gedanken hast du?
Welchen Einfluss hat der Einsatz von Sextoys in der Selbstbefriedigung und der Paarsexualität auf die sexuelle Lust sowie die Orgasmusfähigkeit nach dem Modell Sexocorporel?	Einfluss von Toys auf SB		Welche Position nimmst du ein? Und dann? Wo bewegst du dich? Wie atmest du? Welche Gedanken hast du dabei?
		19. Wie fühlst du dich danach?	Was nimmst du Körperlich wahr?
		20. Welchen Anteil haben Toys aktuell in deiner Selbstbefriedigung?	Denkst du, du machst dank den Toys mehr oder weniger Selbstbefriedigung? Wieviel mehr oder weniger? Warum? Wie beeinflussen Toys deine Lust oder Vorfriede auf Selbstbefriedigung? Und auf den Orgasmus?

		21. Welche Gemeinsamkeiten und Unterschiede gibt es für dich bei der Selbstbefriedigung mit oder ohne Toy?	Wie fühlt es sich an?
		22. Welchen Einfluss haben die Toys auf deine Paarsexualität?	Auf die Anzahl? Lust darauf? Den Orgasmus? Kommunikation?
Welchen Einfluss hat der Einsatz von Sextoys in der Selbstbefriedigung und der Paarsexualität auf die sexuelle Lust sowie die Orgasmusfähigkeit nach dem Modell Sexocorporel?	Einfluss von Toys auf Paarsexualität	23. Was denkt dein Partner darüber?	Weiss er über die Nutzung in der SB? Was denkst du selbst darüber? Welche kritischen Gedanken kommen auf?
	Einfluss auf die Partnerschaft	24. Wie ist das Verhältnis von Sex mit und ohne Toys?	Wie zufrieden bist du mit eurer gemeinsamen Sexualität?
		25. Hattest du einmal eine Paarsexualität ganz ohne Toys?	Wenn ja, wie war das für sie? Was war gleich? Was war unterschiedlich?
		26. Kannst du bitte nochmals das Foto deiner Toys hervorheben. Wenn du jetzt an deine Paarsexualität denkst, welches Toy nutzt ihr gemeinsam? 27.	Seit wann? Wie oft? Wie nutzt ihr sie? Welche Toys am meisten und warum genau diese?
Welche Sextoys verwenden befragte Frauen in der Selbstbefriedigung und oder in der Paarsexualität?	Toys in der Paarsexualität	Kannst du mir beschreiben, wie sich das abspielt?	Wie entscheidet ihr, wann, welches Toy verwendet wird?
		28. Welche Gespräche führst du über Toys und mit wem?	Was besprecht ihr da? Hat es auch schon Konflikte gegeben?
Welche Studienergebnisse gibt es bezüglich der	Wirkung von Toys	29. Inwiefern haben sich Sextoys positiv auf deine Sexualität ausgewirkt?	und negativ?

Nutzung sowie der Wirkung von Sextoys zu sexueller Lust und Orgasmusfähigkeit?		30. Welche Empfehlung würden du 20-jährigen Frauen im Zusammenhang mit Sextoys machen?	Deinem eigenen 20-jährigen ich?
Abschluss		31. Welchen Rat würdest du dir jetzt geben?	Warum? Was hält dich davon ab, das zu tun?
		32. Gibt es etwas, das sie sonst noch sagen wollten?	

Nach dem Interview:

Aufnahme stoppen
 Danken
 Bedarf für weiteres Gespräch oder Fragen klären
 Verabschiedung

Anhang III: Interviewausschnitte

I = Interviewerin, B = Befragte

Orgasmus

Interview 1

27	I	Hast du mit 20 Orgasmen erlebt?
28	B	Ja aber nie solche, die ich heute erlebe.
29	I	Was kannst du mir darüber erzählen?
30	B	Ich bin eine Frau, die sehr, sehr schlecht ähm beim Sex an sich kommen kann. Früher war es dann einfach so, ja dann war's einfach so und heute, ja, nutzt du einfach andere Mittel, um zum Orgasmus zu kommen. Ja.
31	I	Also, wie war das für dich damals, wenn du nicht gekommen bist?
32	B	Das war so, also war wie das Gehörte dann einfach dazu. Also.
33	I	Ähm, war das nur im Geschlechtsverkehr so oder auch in der Selbstbefriedigung?
34	B	Nein, bei der Selbstbefriedigung, da konnte ich.
35	I	Mh, wie gehst du heute damit um?
36	B	Ja, eben. Heute sage ich ganz klar, was ich brauche beim Sex zum zum Orgasmus zu kommen, ja. Meistens mit, eben mit Toys oder eben, ja.

Interview 2

286	I	Und beeinflussen sie auch die Vorfreude über die Lust auf den Orgasmus?
287	B	Also auf den Orgasmus würde ich sagen definitiv. Weil ich masturbiere nur oder eigentlich ausschliesslich, wenn ich kommen will.
288	I	Warum ist der Orgasmus wichtig?
289	B	Ah. Ich habe einen strengen Job und er entspannt mich einfach unglaublich (<i>lacht</i>). Ja, also, ich glaube, er macht mich ein bisschen entspannter, lockerer. Ähm, ja. Deshalb finde ich ihn so wichtig. Er ist mir bei der Selbstbefriedigung, ist er mir sehr wichtig. Wenn ich mit einem Partner Sex habe, ist er mir tatsächlich nicht so wichtig. Da geht es viel mehr um das Spiel, um das Drumherum. Aber bei der Selbstbefriedigung ist mir wichtig, weil sonst müsste ich mich nicht selber befriedigen.
290	I	Welche Gemeinsamkeiten und Unterschiede gibt es für dich bei der Selbstbefriedigung mit oder ohne Toy?

291 B	Eben mit Toy kann es unter Umständen einfach schneller gehen, kann es manchmal auch intensiver sein und ohne Toy, ähm, merke ich aber ich nehme mir bewusst mehr Zeit für mich. Das ist so, das sind so die grossen Unterschiede.
292 I	Gibt es auch Gemeinsamkeiten?
293 B	Ja. Sie bringen mich zum Orgasmus. <i>(lacht)</i> Wenn ich das möchte.

Interview 3

40 B	Ja. Also, der Orgasmus war schwierig für mich. So als ich 20 war. Das war äh, weil ich mich einfach nicht – ich konnte mich nicht gleich gehen lassen wie jetzt mit 33, also das ist schon, war ich zu verkrampft und irgendwie hat das selten geklappt. Ja.
41 I	Wie war das für dich, dass es nicht so geklappt hat?
42 B	Ich habe es irgendwie nicht so hinterfragt. Ich habe irgendwie einfach das Gefühl gehabt, ja das ist so und das muss irgendwie so sein. Und ähm, eben ich habe mich dann einfach selbst befriedigt oft und das war dann irgendwie für mich zufriedenstellend. Aber ähm, eben so der Mut, den Mut haben, da vielleicht auch mal Wünsche anzubringen oder irgendwie noch etwas einzufordern, wenn's halt beim Sex nicht zum Orgasmus kam, dann im Nachhinein noch irgendwie, äh, sich befriedigen zu lassen oder so, das, ähm, war mir da irgendwie auch nicht so wichtig und ich habe mich da auch sehen, das irgendwie zu kommunizieren.
43 I	Wie war das für die Partnerschaft oder für den Partner?
44 B	Ja, ich bin ja dann eben eigentlich Anfang 20 in einer Partnerschaft gewesen, also eben, ein paar Jahre lang. Ähm. Es war nicht so, ich würde das, wenn ich es jetzt vergleiche mit der Partnerschaft, die ich jetzt habe, würde ich sie die erste Beziehung nicht als wahnsinnig sexuelle Beziehung bezeichnen. Wir haben Sex gehabt, aber das war jetzt nie so, dass ich irgendwie das Gefühl hatte, ich bin jetzt, ja kann mich eben voll gehen lassen und habe wirklich auch mega mega Lust darauf. Und äh, ja, es war einfach so ja, es war okay und irgendwie ja.
45 I	Wie ist er damit umgegangen, das mit dem Orgasmus gemeinsam nicht immer, oder nicht so geklappt hat?
46 B	Es stand irgendwie nicht so im Vordergrund. Also, er hat dann schon, eben, ich habe Schwierig—also ich komme selten beim Sex an sich, ähm, meistens hat er mich dann nach dem Sex noch befriedigt mit der Hand oder dem Mund oder so und ja, es war aber irgendwie auch nicht mega im Zentrum. Also eben, es war so, es war schön, aber wir haben auch nicht wahnsinnig oft Sex gehabt. Und dann, ja.

Sexuelle Lust

Interview 1

19	I	Wie hat sich die Lust auf andere, seit du 20 bist bis heute, verändert?
20	B	Also Lust auf andere Menschen?
21	I	Ja.
22	B	Ja schon. Also früher war es halt schon so, dass man viel Lust hatte, viel auch Verschiedenes ausprobieren möchte. Aber das hat, also das ist bei mir schon auch etwas, was immer noch so, wo nicht ganz weg ist, dass man so auch anderes anschaut oder.. ja, anders hat. Ja. Das ist jetzt noch schwierig. Es ist sicher nicht mehr so, dass man jedem Bedürfnis so nachgeht. Das war bei mir in den 20ern schon so, aber die Bedürfnisse sind immer noch da, aber man weiß, wie auch was zum Beispiel eine langjährige Beziehung viele Vorteile hat in der Sexualität, finde ich.
23	I	Und deine Lust auf dich selbst?
24	B	Die hat sich auch also gestärkt. Sag ich mal. Also vermehrt. (<i>Räuspern</i>)
25	I	Und so ganz allgemein die Lust auf Sex?
26	B	Die ist weniger. (<i>lacht</i>)

Interview 2

32	I	Mhm. Ähm, wie hat sich denn die Lust auf andere verändert, seit du 20 warst?
33	B	Mhm. Also, ich würde sagen, seit ich das erste Mal sexuelle Lust verspürt habe (<i>Räuspern</i>) bis ich dann effektiv 20 war, da war schon so ein riesiger Schritt, oder. Und dann von 20 bis 30 –
34	I	Vielleicht kannst du den ein bisschen beschreiben?
35	B	Ja, also als, vielleicht, angefangen mit 13, 14, da hatte ich noch keinen Sexualpartner, aber die Lust, die Lust war schon da. Das heisst, Masturbation, Selbstbefriedigung. Da, da hat man schon mal versucht seinen Körper kennenzulernen und so weiter. Man konnte sich natürlich keine Toys bestellen, oder (<i>lacht</i>) im Internet. Das Geld fehlte und irgendwie wäre das auch komisch gewesen glaube ich, so, und dann merke ich aber schon, ah, irgendetwas ist vorhanden. Ich glaube, bei vielen Leuten ist das so, sie gehen diese Lust gar nicht erst nach. Ich bin damals schon mit 13, 14 dieser Lust nachgegangen und dann, als ich dann den ersten Sexualpartner hatte, ähm, wurde das so ein bisschen stärker. Ich habe wie gemerkt, aha, okay, es ist, es ist etwas, das sich verändert im Sinne von das nie konstant ist, ich habe ja nicht ständig Lust, oder,

		sondern es ist etwas, was mein Körper mir auch sagt. In welcher Stimmung bist du jetzt? Möchtest du gerade? Hast du Lust drauf, oder nicht? Aber ich glaube, so die innere Stimme, die einem sagt, hey, geh doch dieser Lust nach, die hat schon zugenommen. Im Sinne von, ich glaube, jetzt mit 30 bin ich offener zu sagen: Ah, ich habe Lust auf, auf Sex, also, also hole ich mir diesen Sex oder so ich hab Lust auf Selbstbefriedigung, also
36	I	Okay. Die nächste Frage wäre: und deine Lust auf dich selbst –
37	B	Ja (<i>lacht</i>).
38	I	Wie hat sich die verändert?
39	B	Ja. Also wie ich gerade schon beschrieben habe, ähm, ich gehe dieser Lust einfach viel mehr nach. Sie ist, sie war schon immer da. Also seit dem ich mich mit meiner Sexualität befasst habe. Aber heute gehe ich einfach mal, geh ich spontaner und gelassener an die ganze Sache heran. Früher musste ich mich verstecken, oder. Zu Hause, so "Oh Oh", also ich habe mich versteckt wegen, wegen dieser Familie (<i>lacht</i>).

Interview 3

133	I	Was nimmst du in diesem Moment körperlich wahr?
134	B	Vor dem, bevor ich es mache? Die Lust. Also ich glaube, es gäbe selten einen Moment, wo ich sagen würde, jetzt hätte ich keine Lust, wenn ich zu Hause bin oder so? Also, ja, aber es ist unterschiedlich. Ja, manchmal ist die Lust gross. Eben, manchmal habe ich das Gefühl, ja, ich habe gerade nichts Besseres zu tun. (<i>lacht</i>) Und dann, ja.
135	I	Wie nimmst du sie wahr?
136	B	Die Lust?
137	I	Mhm.
138	B	Ja schon nicht gleich intensiv, wie wenn ich jetzt zum Beispiel, äh, einen Partner habe. Also beim Partner, ja, da spüre ich mehr und das ist auch. Also ich schätze den Sex mit einem Menschen allgemein mehr als mit den Toys ist für mich.
139	I	Was spürst du da?
140	B	Beim Sex?
141	I	Nein, wenn du sagst, du spürst mehr mit, wenn du einen Mann anschaust, also, was nimmst du körperlich wahr?
142	B	Ja, die Lust ist einfach intensiver. Ich sag mal, es geht wie weiter als einfach nur... Ich habe das Gefühl, bei meinem Sex ist bei mir dann wirklich die Befriedigung

		im Vordergrund. Und beim Sex mit äh, mit deinem Partner, ist es noch viel mehr. Es ist die Zuneigung, nicht die Leidenschaft. Es ist ja einfach die Aufmerksamkeit.
143	I	Spürst du das irgendwo im Körper?
144	B	Ja schon, und es gibt so eine Wärme. Es ist halt so das Lustempfinden im Bauchbereich, wo man dann spürt, dann zuckt es unten und so, wenn man den Partner anschaut und man hat dann so richtig, richtig fest Lust auf diese Person. Und das habe ich eigentlich nicht, wenn ich mich mit den Sextoys oder wenn ich jetzt, bevor ich mit den Sextoys etwas mache, dann habe ich das nicht. Ich denke, es wäre cool, jetzt das zu machen, aber es ist wie nicht so, ja.
145	I	Gibt es aber etwas, was du spürst?
146	B	Es ist viel im Kopf, glaube ich. Also ja. Ich merke wirklich nicht viel unten oder so oder ein Zucken, oder. Ja, nein, eher eher im Kopf. Ich überleg das dann, ja.

Anhang V: Kodierleitfaden

Kategorie	Unterkategorien	Definition	Ankerbeispiel	Kodierregel
Kategorien Sextoy	<ul style="list-style-type: none"> • Definition • Funktion 	Sextoys sind physische Gegenstände, die zur Stimulation des Körpers während der sexuellen Aktivität verwendet werden.	Dieses Vibrations- (lacht) ding... funktioniert auf Vibration... verschiedene Stufen... Stoss Funktion... Saugnapfmässig... vaginal eingeführt. (Interview 2, 63-67)	Alles was Sextoys definiert und ihre Funktion erklärt.
Gründe, um Sextoys zu kaufen & nutzen	<ul style="list-style-type: none"> • Erwartungen vor Kauf • Reflexion der Erwartungen nach Anwendung • Gründe für die erste und heutige Nutzung 	Beschreibung von Gefühlen, Erwartungen, Situationen vor dem Kauf eines Toys und der anschliessenden Beurteilung.	...es war für mich schon immer eine Hemmschwelle. Ich habe dann immer geschaut, guckt jemand oder nicht? (lacht) Und ähm, es ist mir dann einfach gefallen, weil dann eine Freundin mit dabei war. (Interview 3, 76)	Beispiele, die Situationen um den Kauf, die Bestellung, das Geschenk eines Sextoys erläutern sowie die Reflexion darüber, ob die Erwartungen erfüllt wurde. Gründe für die Nutzung.
Sexuelle Entwicklung		Sexualität wird gelernt. So führen verschiedene Lernprozesse zu Entwicklung.	Früher war es dann einfach so, ja dann war's einfach so und heute, ja, nutzt du einfach andere Mittel, um zum Orgasmus zu kommen (Interview 1, 30)	Beschriebene Veränderungen, Lernschritte aus der Vergangenheit bis jetzt.
Orgasmus	<ul style="list-style-type: none"> • Einfluss auf den Orgasmus • Wahrnehmung des Orgasmus 	Der Orgasmus ist ein variabler, vorübergehender Höhepunkt starken Vergnügens. Dieser Zustand verändert das Bewusstsein. Meistens wird er von unwillkürlichen, rhythmischen Kontraktionen der Gebärmutter sowie der Becken-, Vaginal- und Analmuskulatur begleitet. Mit der Auflösung des erhöhten Muskeltonus und der Vasokongestion erfolgt ein Gefühl von Wohlbefinden und Zufriedenheit (Meston et al., 2004).	...der Orgasmus war schwierig für mich. So als ich 20 war. Das war äh, weil ich mich einfach nicht – ich konnte mich nicht gleich gehen lassen wie jetzt mit 33, also das ist schon, war ich zu verkrampft und irgendwie hat das selten geklappt. (Interview 3, 40)	Äusserungen zum Orgasmus. Auch Befriedigung erlangen. Häufigkeit, Art und Weise, Erleben des Orgasmus in SB und GV, Gedanken & Gefühle um den Orgasmus, Begründen warum es klappt/nicht klappt. Verbindungen zwischen Sextoys und Orgasmus.

Sexuelle Lust	<ul style="list-style-type: none"> • Einfluss von Sextoy • Wahrnehmung der Lust 	Unter sexueller Lust wird in dieser Arbeit die Lust auf Sex, also das positiv konnotierte Gefühl oder Gedanken vor der sexuellen Aktivität verstanden.	...angefangen mit 13, 14, da hatte ich noch keinen Sexualpartner, aber die Lust, die Lust war schon da... (Interview 2, 35)	Alles was die Teilnehmerinnen zum Thema Lust sagen, wie sie selbst Lust definieren, wahrnehmen, begründen, sowie die Verbindungen zwischen Sextoys und Lust.
Nutzung Sextoys	<ul style="list-style-type: none"> • SB • GV 	Sextoys können unterschiedlich verwendet werden. Es spielt eine Rolle, ob sie allein in der SB oder im GV zum Einsatz kommen.	Ähm der Vibrator kommt meistens erst gegen Schluss zum Einsatz. So, meistens wenn es zum Orgasmus geht. Also dass wir, ja, den anwenden. Oder ich den anwende, meistens selber. (Interview 1, 235)	Gestaltung, Häufigkeit der Nutzung und Stellenwert des Sextoys im SB und GV. Begründung der Nutzung.
Wirkung Sextoys	<ul style="list-style-type: none"> • SB • GV 	Die Wirkung eines Sextoys kann je nach Einsatz gleich, ähnlich oder unterschiedlich erlebt werden. Möglicherweise unterscheidet sich die Wirkung in der SB oder dem GV.	Denkst du, du machst dank den Toys mehr oder weniger I Selbstbefriedigung? B Mehr. (Interview 1, 173-174)	Erlebte Wirkungen, Unterschied zwischen Hand/Penis und Sextoy, Wirkung auf Kommunikation und sexuelle Zufriedenheit.
Gründe für/gegen Sextoys	<ul style="list-style-type: none"> • Pro • Kontra 	Sextoys sind noch immer ein Tabuthema. Ihr Einsatz kann verschiedene positive oder negative Erlebnisse, Gefühle und Gedanken auslösen.	...dass er als Mann das halt vielleicht irgendwie als Konkurrenz ansieht... (Interview 3, 222)	Vorteile, Nachteile, Konflikte, Bedenken im Zusammenhang mit Sextoys.

Anhang VI: Abbildungen

Abbildung 14 (Briken et al., 2020)

Prävalenz sexueller Probleme innerhalb des letzten Jahres nach Altersgruppen: Frauen (Angaben in %, 95%-Konfidenzintervalle in Klammern)

Alter in Jahren	12-Monatsprävalenz	12-Monatsprävalenz und starke Beeinträchtigung	12-Monatsprävalenz und starke Beeinträchtigung (nur sexuell Aktive)
Probleme, einen Orgasmus zu bekommen			
18–25	27,0 [22,5; 32,1]	6,9 [4,7; 10,1]	7,9 [5,3; 11,5]
26–35	26,2 [22,5; 30,4]	7,4 [5,2; 10,3]	7,0 [4,9; 10,0]
36–45	21,1 [16,8; 26,3]	5,4 [3,2; 8,9]	6,0 [3,6; 9,9]
46–55	28,4 [23,3; 34,2]	6,8 [4,5; 10,1]	6,3 [4,0; 9,9]
56–65	21,0 [16,6; 26,3]	6,4 [4,1; 9,8]	6,9 [3,8; 12,2]
66–75	11,6 [7,6; 17,3]	1,0 [0,2; 4,7]	3,2 [0,7; 14,1]

Vorname: Tamara
Name: Schmucki
Matrikelnummer: 25777

Selbstständigkeitserklärung

Ich versichere hiermit ehrenwörtlich, dass ich die vorliegende Masterarbeit

Sextoys, das Versprechen von Lust und Orgasmen

Die Wirkung von Sextoys auf die sexuelle Lust und die Orgasmusfähigkeit von Frauen zwischen 20 und 30 Jahren in der Selbstbefriedigung und der Paarsexualität

selbstständig verfasst und keine anderen als die angegebenen Hilfsmittel benutzt habe. Sämtliche Stellen der Arbeit, alle Formulierungen, Ideen, Untersuchungen, Gedankengänge, Analysen und sonstigen schöpferischen Leistungen, Grafiken, Tabellen und Abbildungen, die benutzten Werken oder Quellen aus dem Internet eins zu eins oder dem Sinn nach entnommen sind, habe ich durch Quellenangaben korrekt kenntlich gemacht.

Die Arbeit wurde bisher in gleicher oder ähnlicher Form keiner anderen inländischen oder ausländischen Prüfungsbehörde vorgelegt und noch nicht veröffentlicht. Die vorliegende schriftliche Fassung entspricht der eingereichten elektronischen Version.

Ort

Datum

Vorname Name

Unterschrift