

Auf der Suche nach einer erfüllten Sexualität

Über Sex zu reden muss weder beschämend noch peinlich sein. Die Fachstelle für Sexualfragen organisiert im November einen Vortrag und einen Kurs speziell für Männer: «Online und Sex – Männer auf der Suche».

Interview: Janine Köpfl

Frau Matt, wollen Männer wirklich nur das Eine?

Patricia Matt: Und wenn dem so wäre, ist es als sexuell geniessende Frau nicht toll, einen Mann im Vollbesitz seiner Libido als Gegenüber zu erleben? Die Aussage, Männer wollen Sex, Frauen wollen Liebe, halte ich für eine Polarisierung, mit einem Funken Wahrheit. Männer und Frauen haben eine andere biologische Identität, das heisst, einen anderen Körper mit unterschiedlichen Eingangstüren. Kann sein, dass so mancher Mann sich sexuell zu einer Frau hingezogen fühlt und das als Eintrittskarte in eine Beziehung sieht. Für so manche Frau hingegen ist das Liebesgefühl die Eintrittskarte in eine Beziehung. In meiner Arbeit als Sexualtherapeutin ist es mir wichtig, weder das sexuelle Begehren noch das Liebesbegehren zu verteuern. In unserer Kultur braucht es sexuelle Lernräume und eine erotische Kultur, in der Sexualität mehr sein darf als ein mechanisches Reiben oder ein emotionales Verschmelzen. Männlichkeit (Phallizität) und Weiblichkeit (Vaginalität) erotisieren zu lernen, ist die beste Prävention gegen eine stumpf erlebte Pornosucht.

Über Sexualität zu sprechen, ist nicht leicht. Gerade Männer reden eigentlich nicht über dieses Thema, oder doch?

Die Erfahrung zeigt, dass Männer im alltäglichen Leben wenig über Sexualität reden und dass die Gespräche oberflächlich bleiben. Die eigene Befindlichkeit auszudrücken oder über eigene intime Erfahrungen zu sprechen und damit Sexualität zum Thema

zu machen, wird in den Paarbeziehungen oft vermieden. Dies geschieht gerade dann, wenn sensible Themenbereiche oder bestehende Verletzungen berührt werden.

Welche Fragen im Zusammenhang mit Sexualität haben Männer?

In der Einzelberatung und auch im geschützten Rahmen in geleiteten Männergruppen reden Männer offen über ihre Sexualität. Sobald die Entscheidung getroffen wurde, ja ich setze mich mit mir und meiner Sexualität auseinander, werden auch sensible Themen wie z. B. Erektionsprobleme, Schwierigkeiten mit der Partnerin einen Orgasmus zu erleben, der dranghafte Umgang mit sexuell erregenden Stimuli oder sexuelle Vorlieben angesprochen. Das offene Reden über diese Themen wird als erleichternd erlebt. Sobald Männer die Gespräche weder als beschämend noch als peinlich erleben, ist der Austausch untereinander eine Bereicherung. Sexologische Informationen und Körperübungen sind willkommen. Die Männer sind sehr interessiert, zu verstehen, wieso ist das so bei mir, wieso kann ich «das» nicht steuern, was kann ich tun, um meine Sexualität befriedigender zu erleben.

Reden Männer auch über ihre Schwächen?

Es ist wichtig zu verstehen, was es für einen Mann bedeuten kann, über sexuelle Schwächen zu sprechen. Das sexuelle Versagen des «nicht Könnens» bedroht Männer. Es stürzt sie in den Abgrund des «Nicht-Mann-Seins». Das Aufrichten des Penis und das sich Aufrichten in der eigenen Männlichkeit ist sozusagen die Identitätskarte des Mannes. Wenn es nicht

klappt, erleben sich Männer als Versager, entwerten sich selbst, empfinden Scham, Schuldgefühle, Verzweiflung. Viele Männer versuchen, die Erektion herzustellen, durch z. B. härteres Reiben, verschiedene körperliche Techniken sowie über die Intensivierung unterschiedlicher emotionaler Stimuli und sexueller Phantasien. Dieser Kampf ums Überleben in der eigenen Identität als Mann, ausgetragen auf der Ebene der Sexualität, mündet in eine verzweifelte Suche nach sexueller Erregung, im Bestreben auf diese Weise die Männlichkeit aufzurichten. Oft werden dranghaft immer extremere Rituale entwickelt, in der Suche danach, die bedrohte Selbstachtung aufzurichten, die oft mit Erektionsproblemen in der Partnerschaft einhergeht.



Es mehren sich die Anfragen von Männern, die sich als sexsüchtig erleben.

Patricia Matt
Sexualtherapeutin und Geschäftsführerin der Fa6

Partnerschaft einhergeht.

Der Kurs, den die Fa6 im November anbietet, richtet sich an Männer, die sich als «sexsüchtig» erleben. Was bedeutet «sexsüchtig»?

In der Sexualberatung mehren sich die Anfragen von Männern, die sich als sexsüchtig erleben. Die meisten Männer sind psychisch gesund, sie sind liebes- und bindungsfähig. Sie beschreiben eine fehlende sexuelle Befriedigung, ein starkes, nur schwer kontrollierbares Verlangen, verbunden mit einem grossen Zeitaufwand, den sie für den Internet-Sexkonsum aufwenden. Sie beschreiben ihre Schuldgefühle gegenüber der Partnerin, und ihre Angst, die Beziehung zu verlieren. Manche klagen über Lustlosigkeit oder Erektionsprobleme mit der Partnerin oder auch sogar eine Angst, sich

strafbar zu machen. Ein Anlass, in die Sexualberatung zu kommen, ist oft der Druck der Partnerin. Der gesellschaftliche und kulturelle Wandel und die vielfältigen, individuellen Neigungen macht die Abgrenzung zwischen «gesunder» und «süchtiger» Sexualität nicht leicht. Sexsucht als komplexes, multidimensionales Konzept nach objektiven Kriterien zu erfassen, ist kaum möglich.

Welche Rolle spielt das Internet im männlichen Sexverhalten? Wo können Probleme auftauchen?

Als Sexualtherapeutin und als Sexualpädagogin gewinne ich den Eindruck, dass genitales Lernen wenig gefördert wird. Die Sexualität ist in unserer Gesellschaft durchdrungen von negativen Bewertungen. Weitgehend fehlt eine erotische Kultur. Das Internet erlaubt das Ausprobieren von sexuellen Phantasien. Durch einen direkten Zugang im eigenen Wohnzimmer muss ein Internetbesucher nicht mehr in einen Pornoshop gehen und verschämt eine Tüte mit DVDs nach Hause tragen. Das Internet ist einerseits anonym, bietet aber auch eine weltweite Bühne. Die Mehrheit der wirklich sexsüchtigen Männer verbringt ihre Zeit durch Selbstbefriedigung vor dem Bildschirm und lässt sich durch visuelle Stimuli erregen. Sie suchen nach noch geilere Szenarien, nach dem Sekundenkick. Um diesen Kick zu erleben, bedarf es über die Zeit immer intensiverer Stimuli. Männliche Sexualprobleme gründen oft in der Unfähigkeit, in der Sexualität eine erotische Dimension zu entwickeln. «Erigo ergo sum», er steht – also bin ich! Die Not, zu funktionieren und als Mann bestehen zu können, setzt viele Männer unter Druck. Die Sehnsucht nach einer befriedigenden Sexualität, die sie in ihrer Beziehung so gerade nicht erleben, motiviert manche Männer, ins Internet zu gehen. Das Internet ersetzt jedoch nicht eine lustvolle Gestaltung und gemeinsames sexuelles Lernen in der Beziehung.

Verraten Sie mehr zum Kurs und zum Vortrag. Wer ist angesprochen?

Der Vortrag wendet sich an Männer und Frauen, die sich für die Thematik Internet und Sexualität interessieren. Es geht darum, die Möglichkeiten und die Grenzen des Internetgebrauches zu verstehen. Wie kann ein Paar mit folgenden Fragestellungen umgehen: Hilfe, mein Mann schaut im Internet Pornos an? Genüge ich nicht mehr? Der Kurs wendet sich an Männer, die auf der Suche nach einer befriedigenden Sexualität sind. Die das Internet regelmässig benutzen, um sexuelle Lust zu erleben und daran interessiert sind, sich in einem geschützten Rahmen mit anderen Männern auszutauschen. Ich werde diesen Kurs zusammen mit meinem erfahrenen Kollegen Dieter Liebold durchführen.

Vortrag und Kurs

Der Vortrag «Online und Sex – Männer auf der Suche» wendet sich an Männer, die neugierig sind, Sexualität in ihrer Vielfalt zu verstehen. Schwerpunkt wird sein, die Wirkung des Internets in Verbindung mit sexueller Erregung zu betrachten. Im Anschluss an den Vortrag führt die Fa6 im November eine geleitete Gruppe für Männer durch, die sich als «sexsüchtig» erleben. In der Gruppe kann über Lust, Verzweiflung und sexuelle Fantasien gesprochen werden. Der Kurs wird von Sexualpädagogin Patricia Matt in Zusammenarbeit mit Dieter Liebold, Sexualberater und Sexualpädagoge, geleitet.

Vortrag: 2. November, 19.30 Uhr, Fachstelle für Sexualfragen, Im Malarsch 4 in Schaan

Kurs: vier Abende (8., 15., 22., 29. November) jeweils von 19.30–21.30 Uhr, Fachstelle für Sexualfragen, Im Malarsch 4 in Schaan

Verkehrsinfrastrukturbericht 2011 verabschiedet

Vaduz. – Liechtenstein hat 130 Kilometer Landstrassen, rund 500 Kilometer Gemeindestrassen und 9 Kilometer Normalspurreisenbahn. Die Regierung hat nun den Verkehrsinfrastrukturbericht 2011 zuhanden des Landtags verabschiedet. Mit diesem Bericht wird die bisherige Praxis geändert, wie die Kredite im Tiefbaubereich gesprochen

werden: Abgestimmt mit der Stabsstelle Finanzen werden darin die Investitionsprojekte in «neue» oder «gebundene» Ausgaben kategorisiert. In die Kompetenz des Landtags fallen ausschliesslich «neue» Ausgaben, die nicht von der Regierung selbst beschlossen werden können. Wenn eine Ausgabe für ein Projekt als «gebunden» qualifi-

ziert wird, so kann die Regierung dieses innerhalb der vom Landtag bewilligten Budgetmittel in eigener Kompetenz realisieren. Meist ist die Einstufung eines Tiefbauprojektes als «neu» oder «gebunden» eindeutig. Regierungschef-Stellvertreter Martin Meyer erläutert: «Wenn die Regierung als ausführende Behörde einen relativ ho-

hen Handlungsspielraum bezüglich Zeitpunkt und Ausgestaltung des Projekts hat und mit diesem eine neue oder erweiterte Funktionalität verbunden ist, handelt es sich um eine neue Ausgabe. Eine gebundene Ausgabe liegt dann vor, wenn es sich um reine werterhaltende Projekte handelt.» Basierend auf diesen Grundsätzen ent-

hält der Infrastrukturbericht nur mehr ein Projekt, welches eindeutig als neue Ausgabe einzustufen ist. Es handelt sich dabei um ein Projekt im Zentrum von Schaan, das zur weiteren Umsetzung des Schaaner Verkehrsrichtplans notwendig ist. Die Regierung beantragt dafür einen Verpflichtungskredit von 1,4 Mio Franken. (pafl)

Akkreditierungsrat neu bestellt

Vaduz. – Die Regierung hat den Akkreditierungsrat für die Mandatsperiode 2010 bis 2014 neu bestellt. Den Vorsitz des Rates hat Bruno Hälg, Schaan, inne. Mitglieder sind Josef Beck, Planken (Liechtensteinische Industrie- und Handelskammer), Thomas Facklam, Berlin (DAkS Deutsche Akkreditierungsstelle GmbH), Günter P. Friers, Wien (Österreichische Akkreditierungsstelle), und Jürgen Nigg, Vaduz (Wirtschaftskammer Liechtenstein). Der Rat berät die liechtensteinische Akkreditierungsstelle, überprüft die vorgenommenen Begutach-

tungen und erarbeitet Entscheidungsanträge zuhanden der Akkreditierungsstelle. Diese ist beim Amt für Handel und Transport eingerichtet. Sie kann Akkreditierungen als Kalibrierstelle, Prüfstelle, Inspektionsstelle sowie Zertifizierungsstelle (Qualitätssicherungssysteme, Personal, Produkte, Umwelt) erteilen. Die zu akkreditierenden Stellen müssen im Gewereregister eingetragene natürliche oder juristische Personen mit Wohnsitz oder Sitz in Liechtenstein sein und den Nachweis erbringen, nach internationalen Anforderungen zu prüfen. (pafl)

Bildungsverordnungen erlassen

Vaduz. – Die Regierung hat in ihrer Sitzung vom 26. Oktober 37 Verordnungen über die berufliche Grundbildung erlassen. Die Bildungsverordnungen betreffen berufliche Grundbildungen in der Industrie und im Gewerbe. Nach dem neuen Berufsbil-

dungsgesetz sind die Ausbildungsreglemente nach altem Recht innert fünf Jahren nach Inkrafttreten des neuen Gesetzes zu ersetzen. Diese Umsetzung erfolgt in Etappen. Vorliegend wird der zweite Teil der Bildungsverordnungen erlassen. (pafl)

SCHAAN

Agnes Weiss-Wieser †
Gestern, Dienstag, ist unsere liebe Mitbürgerin Agnes Weiss-Wieser im 85. Lebensjahr gestorben. Ihrer wird heute, Mittwoch, um 19 Uhr in der Pfarrkirche Schaan gedacht. Der Seelenrosenkranz wird morgen, Donnerstag, um 19 Uhr in der Pfarrkirche

Schaan gebetet. Der Trauergottesdienst mit anschliessender Verabschiedung findet am Freitag, 29. Oktober, um 10 Uhr in Schaan statt. Die Urnenbeisetzung erfolgt im engsten Familienkreis. Wir entbieten den Angehörigen unser aufrichtiges Beileid zu diesem schmerzlichen Verlust.

LESER-SUDOKU

Nehmen Sie diese Herausforderung an!

Schwierigkeit: sehr schwer

				1			8
	8		2		9		
2			7		4	6	
		5	9		8		7
1	7						5
			6			3	
				3	5		
	7		5				2
3	6						

Lösung:

4	6	1	2	8	7	9	5	3
2	8	6	9	5	1	7	4	8
6	7	3	4	1	2	8	9	5
9	1	3	7	2	4	6	8	5
5	8	9	4	3	2	1	7	6
3	5	6	1	8	7	4	9	2
7	9	1	5	7	8	6	3	4
1	5	1	6	9	3	8	4	7
8	2	7	1	6	4	3	9	5

SUDOKU – täglich im «Liechtensteiner Vaterland»

Im **Vaterland** stehts.