

# 1.2 Männliche Sexualität im Digitalzeitalter: Aktuelle Diskurse, Trends und Daten

Nicola Döring

## Zusammenfassung

*Sexuelle Gesundheit* als – bezogen auf die Sexualität – ganzheitliches Wohlbefinden ist ein hochgestecktes Ziel für Individuen und Gesellschaft gleichermaßen: Denn nicht nur gilt es, diverse sexuelle Probleme zu erkennen und zu bekämpfen, sondern auch die vielfältigen positiven Potenziale des Sexuellen zu identifizieren und zu fördern. Mit Blick speziell auf die *sexuelle Gesundheit von Männern* behandelt der Beitrag *sieben zentrale Problembereiche*: 1. sexuelle Gewalt, 2. sexuell übertragbare Infektionen und Krankheiten, 3. ungeplante Zeugung, 4. sexuelle Funktionsstörungen, 5. sexuelle Marginalisierung, 6. -si-nbsp--sexuelle Verunsicherung und 7. sexuellen Mangel. Diesen Problemfeldern werden *acht positive Aspekte männlicher Sexualität* gegenübergestellt: 1. sexuelle Lust, 2. zwischenmenschliche Nähe und Bindung, 3. Spiritualität, 4. Vaterschaft, 5. Identitätsbestätigung, 6. sexuelle Kompetenz, 7. sexuelle Zufriedenheit sowie 8. körperliche und psychische Gesundheitsvorteile sexueller Aktivität. Je weniger Männer in Deutschland von den genannten sexuellen Problemen betroffen sind und je stärker die positiven Aspekte in ihrem Sexuellenleben ausgeprägt sind, desto besser sollte es definitionsgemäß um ihre sexuelle Gesundheit bestellt sein.

Obwohl das wissenschaftliche Interesse an männlicher Sexualität in den letzten Dekaden gewachsen ist, muss der *aktuelle Forschungsstand* als lückenhaft bezeichnet werden: Zu vielen negativen wie positiven Aspekten der Sexualitäten von Männern in Deutschland liegen keine empirischen Daten vor. Hinsichtlich

*gesellschaftlicher Trends* wie der zunehmenden Individualisierung, Kommerzialisierung, Medikalisation und vor allem Digitalisierung der Sexualität herrscht oft Unsicherheit: Wo liegen Chancen und Risiken, und wie ausgeprägt sind sie? Schließlich ist festzustellen, dass männliche Sexualität in *öffentlichen Diskursen* oft entweder dämonisierend oder glorifizierend, zumindest aber stereotypisiert dargestellt wird. Ein fortgesetzter, möglichst evidenzbasierter Erkenntnisprozess über die sexuelle Gesundheit von Männern scheint vor diesem Hintergrund notwendig und hilfreich. Der Beitrag endet mit *Handlungsempfehlungen zur Förderung der sexuellen Gesundheit von Männern*, die sich an Wissenschaft, Gesundheits- und Bildungssystem, Medien und Politik richten. Ausgewählte *Praxisbeispiele und Online-Materialien* runden die Darstellung ab.

## Summary: Male Sexuality in the Digital Age: Current Debates, Trends and Data

Sexual health as a comprehensive concept of well-being in relation to sexuality, is an ambitious goal for individuals and society alike: Not only is it necessary to recognize and solve a variety of sexual problems, but also to identify and foster the diverse, potentially positive aspects of sexuality. Focusing specifically on the sexual health of men, this chapter deals with seven main problem areas: 1. sexual violence, 2. sexually-transmitted infections and diseases, 3. unplanned procreation, 4. sexual dysfunctions, 5. sexual marginalization, 6. sexual insecurity, and 7. sexual deficit. These problem areas are

complemented by eight positive aspects of male sexuality: 1. sexual pleasure, 2. interpersonal closeness and attachment, 3. spirituality, 4. fatherhood, 5. identity validation, 6. sexual competence, 7. sexual satisfaction, and 8. physical and mental health benefits of sexual activity. The less men in Germany are affected by the aforementioned sexual problems, and the more positive aspects their sexual lives provide, the better – by definition – is their sexual health.

Although scientific interest in male sexuality has been rising in recent decades, the current state of research is still fragmentary: For many negative and positive aspects of male sexuality in Germany there is no empirical data available. Societal trends like the individualization, commercialization, medicalization and above all the digitalization of sexuality are difficult to evaluate: What opportunities and challenges do they present, and how influential are they? In public debates, male sexuality is often either demonized or glorified, and nearly always represented stereotypically. Against this backdrop, a continued evidence-based analysis of the sexual health of men seems necessary and beneficial. The chapter ends with practical recommendations for science, health and education systems, media and politics. Selected practical examples and online materials complete the treatment of this topic.

## Einleitung

Die Weltgesundheitsorganisation definiert *sexuelle Gesundheit* als »Zustand körperlichen, emotionalen, geistigen und sozialen Wohlbefindens bezogen auf die Sexualität« [1]. Damit sich ein solch umfassendes sexuelles Wohlbefinden bei Männern einstellt, reicht es nicht, dass *negative Aspekte der Sexualität* wie sexuelle Gewalt, sexuell übertragbare Krankheiten oder Leidensdruck durch sexuelle Funktionsstörungen

weitgehend ausgeschlossen sind. Vielmehr sollten für Männer (sofern sie nicht selbstgewählt asexuell leben) auch ausdrücklich *positive Erfahrungen* mit ihrem Sexualleben verknüpft sein, etwa sexuelle Lust, zwischenmenschliche Nähe und Bindung sowie sexuelle Zufriedenheit. Wie ist vor diesem Hintergrund die sexuelle Gesundheit von Männern in Deutschland gegenwärtig einzuschätzen? Wie stellen sich negative und positive Aspekte ihres sexuellen Erlebens und Verhaltens aktuell im Einzelnen dar?

Der Beitrag nähert sich diesen grundlegenden Fragen auf Basis des *aktuellen Forschungsstandes*, wobei Theorien und Befunde aus verschiedenen Fachdisziplinen eingehen. Besonderes Augenmerk liegt zudem darauf, wie männliche Sexualität heute in *öffentlichen Diskursen* verhandelt wird und welche *gesellschaftlichen Trends* – von der Individualisierung über die Kommerzialisierung bis zur Medikalisierung – auf sie einwirken. Eine wichtige Rolle unter den sexuellen Veränderungstrends spielt die im 21. Jahrhundert weiter fortschreitende *Digitalisierung*: In Deutschland und in vielen anderen Ländern gestalten Männer ihre Sexualitäten zunehmend unter Rückgriff auf historisch neue *Online-Aktivitäten*. Sei es der Zugriff auf Online-Pornografie, der Online-Handel mit Sexprodukten und sexuellen Dienstleistungen oder die Online-Suche nach Sexualpartnern.

Die Darstellung negativer wie positiver Aspekte zeitgenössischer männlicher Sexualität auf der Basis aktueller öffentlicher Diskurse, gesellschaftlicher Trends und wissenschaftlicher Daten mündet in praktische *Handlungsempfehlungen* zur Förderung der sexuellen Gesundheit von Männern in Deutschland.

## Vier Prämissen zum Verständnis zeitgenössischer männlicher Sexualität

Sexualität – insbesondere männliche Sexualität – ist ein ideologisch kontroverser Untersuchungsgegenstand, der oft einseitig be-

trachtet wird. Vorab seien deswegen vier theoretisch und empirisch begründete Prämissen zum Verständnis zeitgenössischer männlicher Sexualität zusammengefasst, die auf eine *ausgewogene Analyse* abzielen und der folgenden Abhandlung zugrunde liegen. Diese *vier Prämissen* beziehen sich auf das Verständnis von 1. Sexualität, 2. Männlichkeit, 3. Geschlechtsunterschieden und 4. gesellschaftlichen Veränderungen der Sexualität.

### Negative und positive Aspekte von Sexualität

Sexualität ist ein komplexes bio-psycho-soziales Phänomen [2], das aus objektiver wie subjektiver Sicht sowohl destruktive, gesundheitsbeeinträchtigende, als auch konstruktive, gesundheitsförderliche Aspekte beinhaltet. In Sexualforschung, Sexualmedizin und Sexualpädagogik überwiegt bislang ein einseitig risiko- und defizitorientierter, *pathogenetischer* Blick auf Sexualität, der auch als *sexnegativ* bezeichnet wird. Erst in den letzten Jahren wird häufiger eine lust- und ressourcenorientierte, *salutogenetische* Perspektive auf Sexualität eingenommen, wobei unter Rückbezug auf das Forschungsparadigma der *Positiven Psychologie* jetzt oft das Schlagwort *Positive Sexualität* bzw. *sexpositiv* verwendet wird [3–4].

Für eine ausgewogene Gesamtschau männlicher Sexualität ist es somit notwendig, negative *und* positive Aspekte von Sexualität angemessen einzubeziehen sowie auch *ambivalente* Erfahrungen und Effekte anzuerkennen (z. B. wenn lustvolles sexuelles Erleben mit sexuellem Risikoverhalten wie unsicheren Sexualpraktiken einhergeht). Aus sexpositiver Perspektive kann der möglichst vollständige Ausschluss aller sexuellen Risiken nicht das Ziel sexueller Gesundheitsförderung sein. Denn dies würde letztlich auf weitgehende Abstinenzforderungen und einen Verzicht auf positive Gesundheitseffekte befriedigender Sexualität hinauslaufen. Vielmehr geht es um die Frage

nach der individuell, interpersonal und situativ angemessenen *Balance* zwischen gesundheitsförderlicher Vermeidung sexueller Risiken einerseits und gesundheitsförderlicher Suche nach sexueller Lust und Befriedigung andererseits [5].

### Negative und positive Aspekte von Männlichkeit

Unter Männlichkeit bzw. Maskulinität verstehen wir die Gesamtheit der Merkmale und Verhaltensweisen, die man Männern als geschlechtstypisch zuschreibt bzw. die von ihnen, den sozialen Geschlechterrollen gemäß, erwartet werden [6]. Männlichkeit ist (ebenso wie Sexualität) ein komplexes bio-psycho-soziales Phänomen, das sowohl destruktive, gesundheitsbeeinträchtigende als auch konstruktive, gesundheitsförderliche Aspekte beinhaltet. In Soziologie, Psychologie, Gender- und Gesundheitsforschung überwiegt bislang ein einseitig risikozentrierter, negativer Blick auf Männlichkeit: Tradierte Geschlechterrollen verlangen demnach von »richtigen Männern«, dass sie sich im Sinne *hegemonialer Männlichkeit* [7] stets über ihre Abgrenzung und Dominanz gegenüber »Nicht-Männern« behaupten und beweisen müssen. Dies wiederum zieht diverse Gesundheitsrisiken nach sich, wie zum Beispiel Aggressivität und Gewalt gegenüber Frauen und anderen Männern sowie Vermeidung von menschlichen Eigenschaften und Verhaltensweisen, welche feminin konnotiert sind (z. B. emotionale Offenheit, Gesundheitsvorsorge). Das *Gender Role Strain Paradigm* [8] betont, dass Jungen und Männer bis heute stark unter Druck stehen, sich an der tradierten männlichen Geschlechterrolle zu orientieren (auch wenn diese widersprüchlich und oft unerfüllbar ist), und dass dies negative gesundheitliche und sonstige Folgen für sie hat.

In den letzten Jahren mehren sich im Kontext der (u. a. von der politischen Männerbe-

wegung inspirierten) Männerforschung solche Ansätze, die positive Aspekte von Männlichkeit betonen. Dabei hebt eine Strömung darauf ab, dass traditionelle Männlichkeitsideale zu Unrecht pauschal abgewertet werden, da sie durchaus viele prosoziale und gesundheitsförderliche Potenziale besitzen. Das *Positive Psychology Positive-Masculinity Paradigm* [9] postuliert eine Reihe von maskulin konnotierten menschlichen Stärken und Tugenden (z. B. Autonomie, Mut), die zum Wohlbefinden von Männern selbst und Dritten beitragen können. Das Paradigma geht davon aus, dass es für zeitgenössische Männer gesundheitsförderlich ist, eine starke maskuline Identität zu entwickeln, damit sie nicht unter Identitätsverunsicherung oder einer Krise ihrer Männlichkeit leiden. Die Rückbesinnung auf ausdrücklich maskuline Männlichkeitsideale wird dabei oft essenzialistisch begründet, als Anknüpfung an die »wahre« männliche Natur. Die neue *positive Männlichkeit* soll in Abgrenzung zur destruktiven hegemonialen Maskulinität jedoch ethisch orientiert sein, also ausdrücklich »nobel«, »ritterlich«, »heldenhaft«.

Eine andere Strömung dagegen betont, dass sich zeitgenössische Männlichkeitsideale von tradiert männlicher Überlegenheit und Stärke zunehmend entfernen und vormalig als »weich«, »weiblich« oder »schwul« abgelehnte Eigenschaften und Verhaltensweisen (z. B. Fürsorglichkeit und Zärtlichkeit in der Kindererziehung, Partnerschaftlichkeit in heterosexuellen Partnerschaften, Intimität in Männerfreundschaften) bei Männern heute zunehmend als normal angesehen werden. Es ist von *inklusive Männlichkeit* [10] oder *balancierter Männlichkeit* [11] die Rede sowie von *straight-queeren Männlichkeiten* [12]. Diese Strömung fokussiert auf die Überwindung einengender Geschlechterrollen, indem Männern das gesamte menschliche Verhaltensspektrum als flexibel zur Verfügung stehend zugesprochen wird. Eine solche Freisetzung aus der tradiert maskulinen Männerrolle erfolgt langsam und wird von

vielen Männern offenbar nicht als Krise ihrer Männlichkeit erlebt, sondern eher als pragmatischer Zugewinn an Handlungsmöglichkeiten und als Entlastung von dem Druck, als Mann ständig betont »männlich« agieren zu müssen [6].

Für eine ausgewogene Gesamtschau männlicher Sexualität ist beim aktuellen Diskussionsstand genau zu eruieren, welche Männlichkeitsideale bzw. welche männlichen Geschlechterrollen und Geschlechtsidentitäten im Sinne des *sozialen Geschlechts* (siehe nächsten Abschnitt) in welchen Bevölkerungsgruppen im Kontext von Sexualität heute überhaupt die Norm darstellen. Weiterhin ist dann zu betrachten, welche negativen *und* positiven Aspekte die jeweilige Männlichkeitsideologie mit sich bringt, wobei *ambivalente* Effekte einzubeziehen sind (siehe Kasten).

### Männlichkeitsideale und Gesundheit: Von der Metrosexualität zur Spornosexualität

Das *tradierte Geschlechterverständnis* (»Männer sind das starke Geschlecht. Frauen sind das schöne Geschlecht.«) setzt Männer unter gesundheitsbeeinträchtigenden *Leistungsdruck*, entlastet sie aber gleichzeitig von gesundheitsbeeinträchtigendem *Schönheitsdruck*: So entwickeln Jungen und Männer im Durchschnitt ein positiveres Körperselbstbild als Mädchen und Frauen, was im Kontext sexueller Gesundheit eine Ressource für Lustgewinn darstellt.

Welche positiven, negativen bzw. ambivalenten Folgen hat es nun, wenn neue Männlichkeitsideale wie die *inklusive* oder die *straight-queere Männlichkeit* ein »gutes« – sprich: gepflegtes, gestyltes, jugendliches, schlankes, trainiertes – Aussehen stärker als Bestandteil der zeitgenössischen Männerrolle definieren? Der Journalist Mark Simpson beschrieb 1994 das neue Schönheitsideal des *metrosexu-*

*ellen Mannes*, der heterosexuell identifiziert ist und sich dennoch stark mit Mode und Kosmetik befasst. Rund 20 Jahre später diagnostiziert er jetzt das zeitgenössische Ideal des *spornosexuellen Mannes*, der durch hartes Muskeltraining den Körper eines Athleten oder Pornodarstellers anstrebt und sich am liebsten »shirtless« präsentiert, um seinen »Sixpack« zu zeigen [13].

Begünstigt ein solcher Wandel der Männerrolle eine gesündere Lebensführung (bewusstere Ernährung, mehr Sport) und/oder wird gesundheitsschädigender Schönheitsdruck (mit Effekten wie Körperbild- und Essstörungen, Steroid-Missbrauch, Schönheitsoperationen) nun auch verstärkt bei Jungen und Männern erzeugt?

Die Auseinandersetzung mit Männlichkeitsidealen muss schließlich auch ideologiekritisch erfolgen und in den gesellschaftlichen Kontext eingebettet werden: Welchen empirischen Gehalt und welche politischen Implikationen hat zum Beispiel die populäre These von der angeblichen männlichen Identitätskrise durch feministische Gleichstellungsbestrebungen? Muss nicht männliche Verunsicherung durch den Verlust angestammter Privilegien und Rollen heute viel stärker im Zusammenhang von Globalisierungsfolgen, Arbeitsmarkt- und Finanzkrisen diskutiert werden [6,14]?

### **Sexuelle Unterschiede und Gemeinsamkeiten zwischen den Geschlechtern**

Fragen der sexuellen Gesundheit *geschlechterdifferent* zu behandeln – wie es auch der vorliegende, auf männliche Sexualität fokussierte Beitrag tut – ist notwendig, um die geschlechtsspezifischen Besonderheiten und Anliegen herauszuarbeiten, seien sie biologisch

und/oder psycho-sozial bzw. kulturell bedingt [15–16]: So ist etwa gut belegt, dass Männer sich im Durchschnitt in der Gesamtgesundheit (z. B. Herz-Kreislauf-Erkrankungen) von Frauen deutlich unterscheiden und sich dies unter anderem auf die Sexualität auswirkt. Zudem existieren bei sexualbezogenen Problemen wie sexuellen Funktionsstörungen oder sexueller Gewalt große Geschlechterdifferenzen. Auch im alltäglichen sexuellen Erleben und Verhalten sind teilweise starke Geschlechtereffekte nachgewiesen (z. B. hinsichtlich Masturbation). Männliche Sexualität sollte dennoch nicht einseitig anhand ihrer *Unterschiede* gegenüber weiblicher Sexualität charakterisiert werden. Vielmehr sind für eine evidenzbasierte Betrachtung auch die vielfach belegten *Ähnlichkeiten* bzw. Gemeinsamkeiten mit weiblicher Sexualität einzubeziehen [17].

Darüber hinaus sollte jede Untersuchung, die das *Konstrukt* »Geschlecht« als entscheidenden Einflussfaktor auf die sexuelle Gesundheit von Menschen betrachtet, theoriebasiert mitbedenken, ob und inwiefern es im Kontext der jeweiligen Fragestellung gerechtfertigt erscheint, Menschen in »Männer« und »Frauen« bzw. in nur zwei biologische Geschlechter (engl. »sex«) oder nur zwei soziale Geschlechter (engl. »gender«) im Sinne maskuliner und femininer sozialer Geschlechterrollen und Identitäten einzuteilen (siehe vorherigen Abschnitt). Die *Vielfalt der Geschlechter jenseits von Zweigeschlechtlichkeit* (zur Trans-Männlichkeit siehe Kapitel 3.4, zur Intergeschlechtlichkeit siehe Kapitel 3.5) gilt es ebenso zu berücksichtigen wie die große *Variabilität innerhalb der jeweiligen Geschlechtsgruppen* (z. B. sexuelle Differenzen *zwischen* Männern in Abhängigkeit von Alter, Religion oder Schicht, siehe hierzu Kapitel 3.1 und 3.2). Andernfalls werden binäre Geschlechterstereotype weiter verfestigt [18].

Vor diesem Hintergrund ist »männliche Sexualität« als ein grobes *Arbeitskonzept* aufzufassen, dessen theoretische und methodische Grundlagen stets hinterfragt und be-

gründet werden müssen, wenn man eine *gendersensible Perspektive* anstrebt. Sexuelle Geschlechterdifferenzen zwischen »den Männern« und »den Frauen« klischeehaft zu überhöhen oder gar vorschnell als biologische Gesetzmäßigkeiten festzuschreiben (wie das öffentlichkeitswirksam teilweise im Kontext der an Autorität gewinnenden neurowissenschaftlichen Forschung geschieht, [19]), ist nicht »gendersensibel«. Ebenso wenig ist es »gendersensibel«, die Existenz oder Bedeutung von Geschlechterdifferenzen pauschal zu negieren (wie das – ebenfalls sehr öffentlichkeitswirksam – teilweise im Kontext der Auseinandersetzung mit Gewalt in heterosexuellen Partnerschaften geschehen ist, [20]). Eine gendersensible Analyse verlangt es, das »Geschlecht« als Konstrukt theoretisch zu reflektieren, Unterschiede *und* Gemeinsamkeiten zwischen Geschlechtern gleichermaßen einzubeziehen sowie kritisch zu untersuchen, wie die jeweiligen Unterschiede und Gemeinsamkeiten im Forschungsprozess sowie in öffentlichen Diskursen zustande kommen und welche Bedeutung ihnen in der Praxis zugeschrieben wird.

### Risiken und Chancen gesellschaftlicher Veränderungen von Sexualität

Zeitgenössische Veränderungen der Sexualität im Zuge gesellschaftlichen und technologischen Wandels bergen in der Regel sowohl Risiken als auch Chancen – wobei diese oft Hand in Hand gehen. Einseitig pessimistische oder optimistische Sichtweisen auf gesellschaftlichen und technologischen Wandel sind zugunsten einer differenzierten Betrachtung zu vermeiden, die auch *ambivalente Effekte* und *gegenläufige Entwicklungen* in Betracht zieht. So birgt der anhaltende Trend zur Individualisierung und Pluralisierung sexueller Identitäten und Lebensstile die Chance besserer Inklusion sexueller Vielfalt und gesteigerter Selbstakzeptanz. Gleichzeitig kann

sich die Lockerung eindeutiger sexualmoralischer Vorgaben in gesteigerter Verunsicherung, Orientierungslosigkeit und verstärkter Ausgrenzung sexueller Minoritäten (z. B. Remoralisierung des Sexualstrafrechts) niederschlagen. Ebenso können die neuen Online-Optionen der Sexualpartnersuche dazu beitragen, dass Menschen leichter befriedigende sexuelle Kontakte finden. Gleichzeitig können Online-Dating-Portale und Dating-Apps eine Warenmentalität gegenüber Sexualpartnern begünstigen und durch die ständige Suche nach dem vermeintlich besseren Partner die Stabilität und Qualität bestehender Partnerschaften beeinträchtigen.

Die Beschreibung und Analyse gesellschaftlicher Veränderungen von männlicher und weiblicher Sexualität muss heutzutage die Nutzung digitaler Medien einbeziehen, ohne jedoch vorschnell und technikdeterministisch »das Internet« als Hauptursache sexuellen Wandels festzuschreiben oder von nur einer bestimmten (negativen oder positiven) Wirkrichtung der Digitalisierung auf die Sexualität auszugehen [21].

### Drei Zugangswege zur zeitgenössischen männlichen Sexualität

Bevor wir uns den gesundheitsrelevanten negativen wie positiven Aspekten männlicher Sexualität im Einzelnen zuwenden, ist noch zu klären, 1. welches Bild der männlichen Sexualität in der Öffentlichkeit heute vorherrscht, 2. welchen gesellschaftlichen Veränderungstrends sie folgt und 3. welche wissenschaftlichen Erkenntnisse über sie bislang vorliegen.

### Öffentliche Diskurse über männliche Sexualität

Männliche Sexualität wird in den letzten zwei Dekaden im Zuge einer generellen *Sexualisierung und Pornografisierung der Medienland-*

*schaft* häufiger und expliziter öffentlich thematisiert [22]. Die Art und Weise, wie das jeweils getan wird, beeinflusst unser Verständnis von und unseren praktischen/gesellschaftlichen Umgang mit männlicher Sexualität (z.B. können öffentliche Debatten über eine einzelne Sexualstraftat Veränderungen im Strafrecht nach sich ziehen). Systematische Gesamtanalysen zu den Fragen, wer heutzutage wie in welcher Diskursarena (z.B. massenmediale Berichterstattung, fiktionale Unterhaltungsmedien, Ratgeberliteratur, Soziale Medien) männliche Sexualität beschreibt und bewertet und welche Folgen dies hat, stehen bislang weitgehend aus. Soziologische, kriminologische, literatur- und kommunikationswissenschaftliche Einzelanalysen zu ausgewählten Medientypen oder -inhalten liegen jedoch vor. Dabei wird deutlich, dass männliche Sexualität (wie Sexualität allgemein) in der öffentlichen bzw. medialen Kommunikation sehr verzerrt und realitätsfremd repräsentiert ist – scheinbar oft entweder *dämonisierend* oder *glorifizierend*, zumindest aber *stereotypisierend*.

### Dämonisierung männlicher Sexualität?

Den größten Raum in der *massenmedialen Berichterstattung* in Presse, Hörfunk und Fernsehen nehmen im Hinblick auf männliche Sexualität *sexuelle Skandale von Prominenten* (z.B. aufgedeckte Seitensprünge, Prostituiertenbesuche, Sexpartys) sowie *Sexualstraftaten* (Vergewaltigung, Kindesmissbrauch, Kinderpornografie usw.) ein. Haben wir es hier also mit einer Dämonisierung männlicher Sexualität zu tun? Erscheinen Männer in der Öffentlichkeit nur noch als »geil« oder »gewalttätig« [23, S. 237]? Stehen sie als »Triebtäter« alle unter »Generalverdacht«? Und liegt das am »Feminismus«? So populär derartige Thesen neuerdings geworden sind, so sind sie doch zu hinterfragen.

Vier empirisch gut belegte Merkmale der Berichterstattung sprechen gegen diese Vermutungen: Erstens sind sexuelle Skandale und Sexualstraftaten von Männern in allen Main-

stream-Medien gut sichtbar – und zwar ganz unabhängig von deren politischer Ausrichtung (so ist z.B. der *Bild*-Zeitung sicher keine feministische Agenda zu unterstellen). Zweitens wird die Verantwortung für Sexualstraftaten bis heute oft den überwiegend weiblichen Opfern zugeschrieben. Drittens wird über sexuelle Gewalttaten von Männern nicht umfassend, sondern oft nur anhand ausgewählter, möglichst spektakulärer Einzelfälle berichtet. Viertens wird die Täterschaft meist nur speziellen, ohnehin marginalisierten Teilgruppen von Männern (»Fremden«, »Perversen«, »Pädophilen«, »Kriminellen«) zugeschrieben. Im Ergebnis beteiligt sich die Berichterstattung also vor allem an der *Mythenbildung über sexuelle Gewalt* [24].

Bei sexuellen Skandalen und Sexualstraftaten von Männern handelt es sich um stark emotionalisierende Themen mit *hohem Nachrichtenwert*. Sie generieren zuverlässig viel Aufmerksamkeit und Anschlusskommunikation, sorgen somit durch hohe Auflagen, Quoten und Klickzahlen für entsprechende Umsätze bei den Medienunternehmen. Entgegen der These von der *pauschalen* Dämonisierung von Männern und ihrer Sexualität bietet der fortwährende mediale Diskurs über immer neue empörende und schockierende *Einzelfälle* männlicher sexueller Normverletzung der Mehrzahl der Männer die Möglichkeit, sich durch *kollektive, öffentliche Ächtung* dieser dämonisierend dargestellten Einzelfälle selbst als normal und moralisch einwandfrei zu positionieren, ohne das eigene Verhalten hinterfragen zu müssen.

### Glorifizierung männlicher Sexualität?

Während die nicht-fiktionalen Nachrichtenmedien oft sexuelle Skandale und Sexualstraftaten von bestimmten Männern und deren moralische Verurteilung behandeln, präsentieren fiktionale Unterhaltungsmedien (Kinofilme, TV-Serien, Pornovideos, Romane, Games, Werbeanzeigen, Musikstücke usw.) vor allem tradierte Idealbilder männlicher Sexua-

lität: Männliche Medienhelden zeigen sich körperlich meist stark, attraktiv, leistungsfähig und potent. Sie machen mühelos sexuelle »Eroberungen« und können über eine große Zahl von Frauen sexuell frei »verfügen«. Ihr Sex verläuft dabei stets vollkommen unreflektiert – Fragen von Einvernehmen, Verhütung oder Safer Sex spielen keine Rolle. Bekräftigen Unterhaltungsmedien also das Klischee, dass »echte Männer« sexuell problemlos »immer können und wollen«? Und unterstützen sie durch diese *glorifizierende Darstellung* womöglich ein bindings- und verantwortungsloses sowie leistungsorientiertes Sexualverhalten von Männern?

Derartige Vermutungen einer *starken negativen Medienwirkung* auf das tatsächliche Sexualverhalten und Geschlechterverhältnis sind in verschiedener Hinsicht zu relativieren [22]:

- *Medien-Inhalte* sind heterogen und teilweise klischee-konträr (z. B. wenn manche Porno-Labels nur Safer Sex zeigen).
- *Medien-Rezeption* erfolgt selektiv (z. B. sind heterosexuelle männliche Pornografie-Konsumenten mit ganz anderen sexuellen Skripts konfrontiert, je nachdem, ob und wie oft sie sich welche männerorientierte Mainstream-Pornografie, Paar-Pornografie, Amateur-Pornografie und/oder von Frauen produzierte bzw. feministische Pornografie anschauen).
- *Medien-Wirkungen* sind von der Interpretation abhängig (z. B. können klischeehafte sexuelle Darstellungen zu Unterhaltungszwecken genossen, gleichzeitig als unrealistische Fiktion bzw. Fantasie erkannt und somit als Maßstab für eigenes Handeln verworfen werden).
- *Sexuelle Normen und Werte* werden nicht nur durch Medien, sondern maßgeblich auch durch andere Einflüsse wie Elternhaus, Schule, Peers und Paarbeziehungen vermittelt.
- *Sexuelle Orientierungen und Präferenzen* (z. B. die sozio-sexuelle Orientierung auf verbindlichen oder unverbindlichen Sex)

sind als persönliche Dispositionen durch viele Faktoren beeinflusst und nicht einfach von Mediovorbildern geprägt.

Völlig risikolos sind glorifizierende Mediendarstellungen männlicher Sexualität dennoch nicht. Gesundheitliche Gefährdung bergen sie vor allem, wenn sie auf entsprechende *Prädispositionen* treffen:

- Männliche Jugendliche, die zu sexuellem Risikoverhalten (z. B. ungeschütztem, unverbindlichem Sex) neigen, können durch ihre verstärkte Rezeption sexuell expliziter Medieninhalte in ihrem *Risikoverhalten* bestärkt werden.
- Sexuell aggressive Männer können durch ihre verstärkte Rezeption sexuell gewalthaltiger Medieninhalte in ihrer *sexuellen Aggressivität und Frauenfeindlichkeit* bestärkt werden.
- Unsichere Männer können durch ihre sozial vergleichende Rezeption sexueller Medieninhalte in ihrem *sexuellen und körperlichen Selbstkonzept* weiter verunsichert werden.

Falsche Mediovorbilder zu problematisieren ist somit wichtig. Allerdings darf nicht von simplen Reiz-Reaktions-Mechanismen ausgegangen werden. Die Wirkungsmacht oder Wirkungslosigkeit fragwürdiger medialer Idealbilder männlicher Sexualität hängen von vielen Faktoren ab.

### *Stereotypisierung männlicher Sexualität?*

Mediale Repräsentationen männlicher Sexualität, die sich als eindeutig dämonisierend oder glorifizierend charakterisieren lassen, stellen Extreme dar. Dazwischen bewegen sich zahlreiche nicht-fiktionale wie fiktionale Darstellungen männlicher Sexualität, die mehr oder weniger stark *stereotypisieren*, indem sie an tradierte Männlichkeitsideologien anknüpfen und/oder indem sie sexuelle Geschlechtsunterschiede überspitzen und die Vielfalt männlicher Sexualitäten negie-

ren. Die Frage, wie verbreitet stereotypisierende Darstellungen männlicher Sexualität in der Öffentlichkeit heute sind und auf welche Reaktionen (z. B. zustimmend oder ablehnend) sie beim Publikum stoßen, ist schwer zu beantworten. Denn in der wissenschaftlichen Auseinandersetzung mit derartigen Medieninhalten und den mit ihnen verbundenen Rezeptions- und Wirkungsweisen werden zwei konträre Perspektiven eingenommen:

- Die *klassische medienkritische Perspektive* betont, dass stereotype Darstellungen männlicher Sexualität auch im 21. Jahrhundert fortwährend reproduziert werden. Aktuelle Analysen von Schulbüchern, Werbeanzeigen, Songtexten, Sportsendungen usw. zeigen, dass Männer recht durchgängig als potente, machtvolle Sexsubjekte, Frauen dagegen als untergeordnete Sexobjekte inszeniert werden. Dies zeigt sich nicht nur in den Massenmedien, sondern im Social-Media-Zeitalter auch in den öffentlich kursierenden selbstproduzierten Medienhalten, zum Beispiel den Selfies, den fotografischen Selbstportraits [25]. Selbst dort, wo der spornosexuelle Mann leicht bekleidet und sexualisiert dargestellt wird, bleiben stereotype Machtasymmetrien in der Regel erhalten: Der männliche Akt wird zwar heute öfter »Objekt eines Blicks«, bleibt dabei aber »Subjekt (s)einer eigenen Handlung« [26, S. 131].
- Die *optimistische Perspektive* dagegen stellt durchgängige Stereotypisierung infrage und bemüht sich darum, die existierenden innovativen und stereotyp-konträren medialen Darstellungen männlicher Sexualitäten zu identifizieren und zu analysieren. Seien es Mainstream-Filme, die Intereschlechtlichkeit oder Trans-Männlichkeit thematisieren, männliche YouTube-Stars mit Millionenpublikum, die sich als schwul outen, oder TV-Serien mit beliebten männlichen Antihelden (z. B. dem weitgehend asexuellen Physiker Sheldon Cooper in »The Big Bang Theory«).

In der Gesamtbilanz bleibt festzuhalten, dass Schlagworte wie »Dämonisierung«, »Glorifizierung« oder »Stereotypisierung« jeweils einzeln zu kurz greifen, um abzubilden, welches Image die männliche Sexualität heute in der Öffentlichkeit hat. Dafür sind die öffentlichen Diskurse zu vielfältig und vielschichtig – zu jedem Diskurs existiert auch mindestens ein Gegendiskurs. Aussagen über die öffentliche Wahrnehmung und Bewertung männlicher Sexualität müssen somit sehr viel differenzierter getroffen werden als das bislang gängig ist.

### Gesellschaftliche Trends in der männlichen Sexualität

Diverse *gesellschaftliche Verhältnisse* können auf das Sexualleben Einfluss nehmen, indem sie bestimmte sexuelle Verhaltensweisen einschränken (z. B. Verbot von männlicher Homosexualität durch religiöse und strafrechtliche Normen in vielen Ländern) und/oder indem sie bestimmte sexuelle Verhaltensweisen ermöglichen und fördern (z. B. erleichterter Zugang zu Pornografie und Prostitution weltweit durch das Internet).

Eine umfassende Analyse *sexueller Trends der Gegenwart* würde es erfordern, zunächst alle einschlägigen gesellschaftlichen Veränderungstrends systematisch zu erfassen und diese dann theoretisch und empirisch fundiert mit dem sexuellen Verhalten und Erleben unterschiedlicher Bevölkerungsgruppen in verschiedenen Ländern in Beziehung zu setzen. Eine derartige soziologische und kulturwissenschaftliche Gesamtanalyse steht weitgehend aus. Es existieren jedoch partielle Trendbeschreibungen für einzelne Dekaden und Länder (z. B. sexueller Wandel in Deutschland seit den 1960er Jahren [23, 27], sowie Analysen einzelner Trends (z. B. Medikalisierung der Sexualität). Um die aktuelle Situation in Deutschland zu kennzeichnen, sind vor allem vier sexuelle Trends wichtig: 1. Liberalisierung und Individualisierung, 2. Kommerzia-

lisierung, 3. Medikalisation und 4. Digitalisierung. Dabei sind all diese Trends untereinander verknüpft und weder einheitlich positiv noch einheitlich negativ zu bewerten.

### *Liberalisierung und Individualisierung von Sexualität*

Relativ einhellig wird beschrieben, dass im zunehmend säkularisierten Nachkriegsdeutschland die *christliche Sexualmoral* ihren Einfluss verloren hat: Ihre Verbote von vor- und außerehelichem Sex, von Kondomen, Masturbation und Homosexualität wurden und werden von immer größeren Bevölkerungsgruppen ignoriert [23]. In der ehemaligen Deutschen Demokratischen Republik (DDR) war es das sozialistische Menschenbild, in der alten Bundesrepublik Deutschland (BRD) die sogenannte »sexuelle Revolution« der 1968er Jahre, welche die traditionelle religiöse Sexualmoral grundlegend ablehnten. An ihre Stelle ist heute eine *liberale sexuelle Verhandlungsmoral* getreten, der gemäß es den Beteiligten obliegt, über ihre sexuellen Aktivitäten selbst zu entscheiden, solange sie niemandem schaden und sich bei Partnersex einvernehmlich einigen [28]. Der hohe Selbstbestimmungsanspruch, der in spät- oder postmodernen Gesellschaften eine *Individualisierung und Pluralisierung von Lebensmodellen* nach sich zieht, ergreift somit auch die Sphäre von Sexualität und Liebe. Diverse Varianten von Beziehungs- und Sexualitätsmodellen sind heute rechtlich möglich, sozial prinzipiell anerkannt und medial sichtbar: Neben der monogamen heterosexuellen Paarbeziehung und Kleinfamilie sehen wir verschiedene Formen von Ein-Eltern-, Patchwork- und Regenbogen-Familien, von homo-, bi-, pan- oder asexuellen Lebensweisen und unterschiedliche Formen einvernehmlicher Nicht-Monogamie.

Während die einen heute beklagen, dass die bisherige Liberalisierung faktisch noch nicht ausreicht und weiter vorangetrieben werden sollte, weil sexuelle Ausdrucksformen und Le-

bensmodelle jenseits des Mainstreams noch immer rechtlicher Benachteiligung und sozialer Diskriminierung unterliegen, beklagen die anderen, dass die heterosexuelle Ehe als normatives Lebensmodell inzwischen zu stark an Wert verloren hätte. Ein Beispiel für die Aktualität dieser Kontroverse, in der sich Männer auf beiden Seiten positionieren, ist der Bildungsplan 2015 der Baden-Württembergischen Landesregierung, der unter anderem Akzeptanz für sexuelle Vielfalt als schulisches Bildungsziel formulierte und auf derart starke Proteste traf (u. a. durch eine Online-Petition mit 192.000 Unterschriften), dass er schließlich zurückgezogen wurde. Das gesellschaftliche Klima wird neuerdings wieder als konservativer gegenüber sexuellen Minoritäten und restriktiver hinsichtlich sexueller Vielfalt charakterisiert [29].

Die Freisetzung aus tradierten Moralvorstellungen, festgefühten Familienverhältnissen und lebenslangen Arbeitsverhältnissen hat unter den heutigen Bedingungen einer zunehmend weniger politisch regulierten sogenannten *neoliberalen Marktwirtschaft* für die Individuen nicht nur einen Zugewinn an biografischen Gestaltungsmöglichkeiten, sondern auch an Selbstoptierungszwängen erzeugt. Um in einem sich rasch verändernden, konkurrenzorientierten Umfeld mithalten zu können, muss das Individuum sich und seine Fähigkeiten ständig weiter verbessern und sich möglichst wirkungsvoll vermarkten. Dieser *allgegenwärtige Leistungs- und Selbstoptimierungsdruck* wird auch im Handlungsfeld der Liebe und Sexualität spürbar. Tradierte Geschlechterrollen schreiben in der Heterosexualität sowieso in erster Linie dem Mann sexuelle Leistungsfähigkeit und die Verantwortung für die Initiierung und Gestaltung von Sexalkontakten zu. In dem Maße, in dem heute (beispielsweise durch glorifizierende mediale Vorbilder) die Erwartungen an »perfekten Sex« steigen, wächst auch der Leistungsdruck hinsichtlich sexueller Performanz bei Männern. Das betrifft nicht nur ihre eigene sexuelle Funktionsfähigkeit, sondern

zum Beispiel auch ihre Fähigkeit, die Partnerin zum Orgasmus zu bringen, möglichst in Form gleichzeitiger oder multipler Orgasmen, was dann auch steigenden Leistungsdruck für Frauen impliziert [30]. Der Boom der sexuellen Ratgeberliteratur sowie die zahlreich vermarktetten Mittel der sexuellen Leistungssteigerung sind Indikatoren dieses Trends zur *sexuellen Selbstoptimierung*. Unklar ist bei der Kritik an einem letztlich lustfeindlichen sexuellen Leistungs- und Selbstoptimierungszwang jedoch meist die Abgrenzung zu lustfreundlicher sexueller Weiterbildung und Weiterentwicklung. Denn oftmals erleben es Frauen wie Männer durchaus positiv, wenn sie in einem liberaleren sexuellen Klima ihre individuellen sexuellen Vorlieben erkunden und ausleben können [31].

### Kommerzialisierung von Sexualität

In unserer Konsumgesellschaft unterliegt auch die Sexualität zunehmend Marktgesetzen: Das Angebot an sexuellen Produkten und Dienstleistungen ist breit und allgegenwärtig [23] (siehe auch Kapitel 3.7). Die Kommerzialisierung des Sexuellen wird aus ganz unterschiedlichen Perspektiven als negativer Trend bewertet: So widerspricht es *konservativer und vor allem religiöser Sexualmoral*, Sexualität losgelöst von Fortpflanzung und Ehe zu vermarkten. Aus politisch *linker, liberaler Perspektive* werden kapitalistische bzw. marktwirtschaftliche Prinzipien generell kritisiert, ihr Übergreifen auf die Sexualität wird somit auch vielfach abgelehnt: Sex als Ware oder Dienstleistung sei nicht authentisch, nicht emanzipatorisch, gilt als billiges entfremdetes Surrogat für echte Lust. Nicht zuletzt wird die Kommerzialisierung von Sex häufig auch aus *gendertheoretischen und manchen feministischen Perspektiven* abgelehnt: Die mehrheitlich auf männliche Konsumenten zugeschnittenen Produkte und Dienstleistungen würden die beteiligten Frauen (Pornodarstellerinnen, Prostituierte usw.) ausbeuten und darüber hinaus in der Gesellschaft generell die Rolle von Frauen als all-

seits verfügbaren, käuflichen Sexualobjekten bekräftigen. Einige politische Lager und Ideologien, die sich sonst bekämpfen, sind sich in puncto Kritik an der kommerzialisierten Sexualität einig, was den *jüngsten Erfolg von Anti-Pornografie- und Anti-Prostitutions-Bewegungen* erklärt, ebenso die Tendenz, die Rechtslage in diesen Bereichen in Deutschland und anderen europäischen Ländern wieder zu verschärfen, was zugleich als Re-Moralisierung zu deuten ist [32].

Doch die Kommerzialisierung von Sexualität wird auch positiv bewertet. Vor allem in der *Queer-Theorie und Queer-Bewegung* sowie in manchen *feministischen Strömungen* werden kommerzialisierte Ausdrucksformen von Sexualität als Chance für *sexuelle Demokratisierung und Inklusion sexueller Vielfalt* aufgefasst. Die Kommerzialisierung hat den Sex *entdramatisiert, entmystifiziert und banalisiert* [23, 28]. Das enttäuscht konservative Utopien, die Sex als Ausdruck reiner gottgefälliger Liebe sehen wollen, ebenso wie revolutionäre Utopien, die Sex zum emanzipatorischen Akt und Ausbruch aus gesellschaftlichen Machtverhältnissen stilisieren. Doch erwartungsfreier, pragmatischer und entspannter mit Sex umzugehen, ihn manchmal auch einfach als konsumierbare angenehme Freizeitbeschäftigung zu verstehen, als bequemen »Wohlfühl-Sex« zu gestalten, kann insofern als zivilisatorischer Fortschritt gedeutet werden, als das Überfrachten der menschlichen Sexualität mit religiösen oder politischen Utopien und Normen nicht selten in Überforderung und Ausgrenzung mündet.

Offen bleibt die Frage nach der *Sinnstiftung und Bedeutung sexueller Aktivität*, wenn Sexualität nicht nur ein weiteres Wellness-Angebot für die allseits stressbelastete Bevölkerung sein soll. Die eigene Sexualität wieder stärker an Liebe zu knüpfen (wie das z. B. die heutigen männlichen wie weiblichen Jugendlichen tun), ganz bewusst und selbstbestimmt einer religiösen Sexualmoral zu folgen (z. B. auf vorehelichen Sex zu verzichten) und/oder das

Spirituelle in der Sexualität zu suchen (wie das z. B. die Tantra-Szene tut), sind dementsprechend ebenfalls heutige Zeiterscheinungen.

### Medikalisierung von Sexualität

Nachdem für die Bevölkerungsmehrheit Religion und Kirchenvertreter nicht mehr die zentralen Autoritäten in Sachen Sexualverständnis und Sexualmoral darstellen, hat auch hier die in der Gesellschaft insgesamt beobachtbare *Verwissenschaftlichung* Fuß gefasst: Expertenmacht besitzen in Sachen Sexualität heute vor allem Psychologie, Pädagogik und Medizin, sodass man auch von der *Psychologisierung*, der *Pädagogisierung* und vor allem der *Medikalisierung* der Sexualität spricht [33]. Wer sexuelle Schwierigkeiten und Fragen hat und Fachexpertise wünscht, wendet sich der psychologischen Ratgeberliteratur, der Online- und Offline-Sexualberatung oder im Krisenfall auch der Paar- und Sexualtherapie zu. Sexualpädagogische Materialien und Maßnahmen sollen Jugendlichen und Erwachsenen helfen, richtig – also verantwortungsvoll und risikobewusst – mit selbstbestimmter Sexualität umzugehen. Nicht zuletzt bieten Sexualmedizin und Pharmakologie Erklärungsmodelle und Lösungsansätze für weibliche und männliche Lustlosigkeit, Erektions- und Orgasmusprobleme.

Die Emanzipation von religiösen Normen zugunsten einer Verwissenschaftlichung des Sexualverständnisses bedeutet nicht, dass Moralisierung abgeschafft ist. Vielmehr erscheint Sexualmoral heute oft nur in neuem Gewand: Was früher »sündig« oder »unsittlich« war, ist heute eben »ungesund« oder »krankhaft«. Das heute allseits favorisierte Konzept der »sexuellen Gesundheit« muss ebenso wie die gängigen Definitionen und Klassifikationen sexueller Störungen, wie sie in der jeweils aktuellen Fassung von DSM (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders) und ICD (International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems) festgeschrieben werden, also stets ideologiekritisch, geprüft werden.

### Digitalisierung von Sexualität

Wir leben heute im Internet- und Smartphone-Zeitalter, im Zeitalter der Mediatisierung und Digitalisierung. Davon sind alle Lebensbereiche und gesellschaftlichen Sphären betroffen, auch diejenigen, welche Sexualität umfassen. Denn in zentralen sexuellen Handlungsfeldern haben sich neben den herkömmlichen Offline-Aktivitäten heute entsprechende sexuelle Online-Aktivitäten fest etabliert [21, 34–35]:

- *Sexualaufklärung und Sexualberatung*, der Austausch sexueller Informationen und Erfahrungen – all dies findet heute maßgeblich online statt, etwa über Aufklärungswebsites, Online-Foren, Webvideos und Blogs. Hier kann man sexuelle Fragen aller Art schnell und diskret klären, teilweise auch den Weg zur Offline-Beratung finden. Risiken liegen in möglicher sexueller Fehlinformation bis hin zur Cyber-Hypochondrie etwa im Zuge fragwürdiger Selbstdiagnosen sexuell übertragbarer Infektionen anhand von Wikipedia-Einträgen.
- *Erotika und Pornografie* stehen im Internet in historisch einmaliger Vielfalt und Fülle zur Verfügung. Das Angebot kann vor allem über Mobilgeräte (Smartphones, Tablets usw.) jederzeit und überall diskret genutzt werden. Wer möchte, kann selbst erotisches Material erstellen und publizieren. Chancen bestehen hinsichtlich Lustgewinn und Horizonterweiterung. Risiken und Probleme liegen in reduziertem Kinder- und Jugendschutz, beim Zugang zu dem weltweit zirkulierenden sexuell expliziten Material sowie in der Verbreitung illegaler Pornografie wie zum Beispiel Missbrauchsbildern. Auch wird der massenhafte Gebrauch von Pornografie durch Männer generell problematisiert, etwa im Sinne einer Abstumpfung, der Orientierung an falschen Vorbildern oder der Entwicklung von Pornografiesucht.

- *Sexuelle Kontakte und Beziehungen* lassen sich über Dating-Portale und Single-Börsen im Internet sowie über entsprechende Dating-Apps leichter anbahnen als im Offline-Leben, da man jederzeit und überall auf einen großen Pool ebenfalls Kontaktsuchender zugreifen kann. Der Kontakt kann sich auf Cybersex beschränken und/oder auf reale Treffen hinauslaufen. Ortsbasierte Apps (z. B. Grindr, Tinder) zeigen an, welche Sexsuchenden sich aktuell in unmittelbarer geografischer Nähe aufhalten, was die Kontaktabbahnung weiter beschleunigt. Online-Dating hat die Möglichkeiten des Kennenlernens vervielfacht, besonders für Menschen, die nicht in urbanen Zentren leben, weniger mobil sind oder Partner mit speziellen Interessen suchen. Diese Chancen gehen mit unterschiedlichen Risiken einher: Online-Sexpartnersuche kann als Fremdgehen bestehende Partnerschaften gefährden oder als zwanghaftes, suchtähnliches Verhalten den Aufbau stabiler Partnerschaften verhindern. Der leichte und schnelle Kontakt zu anderen Sexsuchenden kann die Wahrscheinlichkeit für riskantes Sexualverhalten steigern (z. B. häufigerer ungeschützter Sex). Rund um sexuelle Kontaktsuche kann es zu unterschiedlichen Formen von Übergriffen und Gewalt kommen, zum Beispiel ungewollte sexuelle Annäherung an Minderjährige, sexuelle Belästigung, Gewalt bei realen Verabredungen, Stalking, Erpressung mit geteilten intimen Fotos usw. Weiterhin besteht die Gefahr, an sogenannte Fake-Profile zu geraten, die echte Kontaktsuche nur vorspiegeln und stattdessen ökonomische oder andere Interessen verfolgen und zu Frustrationen und Enttäuschungen bei den Betroffenen führen.
- *Sexuelle Szenen* wie die Schwulen-Szene oder die BDSM-Szene organisieren sich zunehmend über Online-Communitys. Offline-Szenetreffpunkte verlieren teilweise an Bedeutung. Dafür kann man online

Gleichgesinnte auch für seltene Vorlieben finden, um sich wechselseitig zu unterstützen, kennenzulernen, Öffentlichkeitsarbeit zu betreiben, Szeneinformationen auszutauschen oder auch sexualpolitischen Aktivismus zu organisieren. Die Bedeutung des Internet für das Empowerment sexueller Minoritäten wird einhellig gewürdigt. Die verstärkte Sichtbarkeit von Transgender/Transidentität oder neuerdings Asexualität verdankt sich maßgeblich der Organisation der Szenen im Internet. Risiken werden vor allem darin gesehen, dass die Sichtbarkeit sexueller Vielfalt auch Gegenbewegungen und Online-Hass auf den Plan ruft. Weiterhin wird es als Risiko eingestuft, wenn sich Minoritäten im Internet organisieren, deren sexuelle Interessen und Verhaltensweisen als selbst- und/oder fremdschädigend eingestuft werden (z. B. sexueller Kannibalismus, Pädophilie).

- *Sexuelle Produkte* für die Solo- und Partnersexualität werden umfassend im Internet vermarktet, sei es über große Online-Versandhäuser oder spezielle Online-Sex-Shops. Der enge Kontakt zwischen Konsumenten und Entwicklern von Sexspielzeugen im Internet führt zu einer Diversifizierung des Marktes bis hin zu individuell maßgeschneiderten Produkten (z. B. bei Sex-Möbeln oder Fetisch-Bekleidung) oder zu Crowdfunding-Aktionen für bestimmte neue Sextechnologien (z. B. intelligente, fernsteuerbare Dildos). Chancen bestehen wiederum hinsichtlich Luststeigerung und Horizonterweiterung. Die Risiken der Normalisierung von Sexprodukten bis hin zu Sex-Robotern werden dagegen vor allem in Selbstoptimierungszwängen und in einer Abwendung vom Partnersex zugunsten technisch verbesserter Masturbation gesehen. Als besonders problematisch gilt es auch, dass verschreibungspflichtige Medikamente und illegale Drogen, die der sexuellen Lust- und Leistungssteigerung dienen können, im Internet gehandelt werden.

Tab. 1: Anzahl der Beiträge zu männlicher und weiblicher Sexualität in referierten Fachzeitschriften gemäß der wissenschaftlichen Literaturdatenbank APA PsycInfo (Stand: 22.01.2016; eigene Darstellung). Quelle: <http://www.apa.org/pubs/databases/psycinfo/index.aspx>

Suchbegriffe	Male Sexuality Men's Sexuality		Female Sexuality Women's Sexuality	
	im Titel	im Abstract	im Titel	im Abstract
1940–1959	2	10	6	13
1960–1979	8	108	24	129
1980–1999	57	630	102	852
2000–1/2016	96	1.466	208	2.166
Summe	163	2.207	340	3.160

➤ *Sexuelle Dienstleistungen* werden im Internet direkt als sexuelle Online-Dienstleistungen angeboten und nachgefragt (v. a. Strip- und Sexshows vor der Webcam), zudem werden Offline-Dienstleistungen beworben: Stripclubs, Bordelle, aber auch einzelne männliche, weibliche und Trans\*-Prostituierte und Escorts inserieren, ebenso Semi-Professionelle und Stricher. Bezahlsex bzw. Prostitution wird im Kontext der verschiedenen Formen der *Kommerzialisierung* von Sex ethisch am stärksten kontrovers diskutiert. Das Internet macht den Bezahlsex-Markt sichtbarer und befördert dessen Ausdifferenzierung, bietet der Sexarbeiter/innen-Bewegung Vernetzungsmöglichkeiten, macht die Beteiligten (Dienstleistende wie Kundschaft) besser erreichbar für Forschung und Präventionsmaßnahmen [36]. Die Risiken der Online-Vermarktung sexueller Dienstleistungen werden primär in der Ausbeutung der überwiegend weiblichen Sexarbeiterinnen und dem damit vermittelten Frauenbild gesehen.

In der Gesamtbilanz birgt das Internet sowohl zahlreiche Chancen als auch zum Teil gravierende Risiken im Hinblick auf die sexuelle Gesundheit von Männern. Eine simplifizierende mediendeterministische Debatte darüber, ob »das Internet« sich entweder positiv *oder* ne-

gativ auf männliche Sexualitäten auswirkt, ist zu ersetzen durch eine interaktionistische Perspektive, die die Vielfalt der Nutzungsweisen einbezieht und auch anerkennt, dass sexuelle Aktivitäten eben generell vielfach *zwiespältige Effekte* haben.

### Wissenschaftliche Forschungsergebnisse zur männlichen Sexualität

In den letzten Jahrzehnten hat das wissenschaftliche Forschungsinteresse an sexuellen Fragestellungen zugenommen, wie die wachsende Zahl von Fachpublikationen zeigt. Dabei wird männliche Sexualität zunehmend separat adressiert, wenn auch bislang seltener als weibliche Sexualität (siehe Tabelle 1). Hierbei ist jedoch zu beachten, dass zumindest in früheren Dekaden ein Großteil der wissenschaftlichen Studien, die Sexualität scheinbar geschlechtsneutral behandeln, sich theoretisch und empirisch auf Männer beziehen. Bis heute besteht also für ein verbessertes Verständnis männlicher Sexualität eine wichtige Herausforderung darin, Forschungsergebnisse geschlechtersensibel zu generieren und zu interpretieren.

Wie stark das wissenschaftliche Interesse speziell an männlicher Sexualität zunimmt, lässt sich freilich nur abschließend beurteilen, wenn der Zuwachs der Beiträge zur männli-

chen Sexualität im Verhältnis zu Publikationen über weibliche Sexualität betrachtet sowie am insgesamt wachsenden Publikationsvolumen in der Wissenschaft relativiert wird. Dass die männliche Sexualität wissenschaftlich heute *kein blinder Fleck* mehr ist, kann jedoch zweifelsfrei festgehalten werden.

Die Thematisierung von Sexualität in der Wissenschaft ist indessen weitgehend als *Problemmatisierung* zu begreifen, jedenfalls zeigt sich ein klarer Negativ-Bias: Eine Inhaltsanalyse von n=606 Fachartikeln aus fünf führenden internationalen sexualwissenschaftlichen und sexualmedizinischen Fachzeitschriften zeigte, dass die große Mehrzahl wissenschaftlicher Fachartikel negative (58%) oder neutrale (35%) Aspekte von Sexualität thematisiert [3]. Als zentrale Problemfelder zeitgenössischer männlicher Sexualität werden dabei in der Fachliteratur vor allem sexuelle Gewalt, sexuelle Funktionsstörungen und sexuell übertragbare Infektionen betrachtet.

Der Anteil der wissenschaftlichen Zeitschriftenartikel, die sich auf positive Aspekte von Sexualität konzentrieren, liegt seit den 1960er Jahren unter 10%, im Mittel bei 7% [3]. Die positiven, salutogenen Aspekte des sexuellen Erlebens und Verhaltens von Männern und Frauen stellen im wissenschaftlichen Diskurs bislang also noch eine große *Forschungslücke* dar [4]. Dazu zählen zum Beispiel gesteigertes körperliches und seelisches Wohlbefinden im Zuge sexueller Erlebnisse sowie auch Beziehungs- und Lebenszufriedenheit.

## Negative Aspekte männlicher Sexualität

Will man den Status quo sexueller Gesundheit von Männern in Deutschland zusammenfassend beschreiben, so bietet es sich an, nach negativen und positiven Aspekten zu differenzieren. Ein Blick in die wissenschaftliche Fachliteratur zeigt, dass auf der negativen Seite vor allem sieben zentrale Problembereiche männlicher Sexualität thematisiert werden: 1. sexuel-

le Gewalt, 2. sexuell übertragbare Infektionen und Krankheiten, 3. ungeplante Zeugung 4. sexuelle Funktionsstörungen, 5. sexuelle Marginalisierung, 6. sexuelle Verunsicherung und 7. sexueller Mangel. Diese sieben Problemfelder männlicher Sexualität werden im Folgenden kursorisch vorgestellt und mit aktuellen Daten unterlegt, wobei Bezüge zu den öffentlichen Sexualitätsdiskursen und gesellschaftlichen Veränderungstrends wie der Digitalisierung hergestellt werden.

Zur Erklärung des menschlichen Sexualverhaltens existieren grundsätzlich zwei theoretische Lager [37]: Die *biologisch-deterministischen bzw. essenzialistischen Ansätze*, die menschliche Sexualität als im Wesentlichen biologisch und evolutionär vorgezeichnet verstehen (hier wird dann zum Beispiel sexuelle Gewalt in Form von Vergewaltigung als evolutionär angelegte Fortpflanzungsstrategie von Männern interpretiert), und die *sozial-konstruktivistischen Ansätze*, die betonen, dass sexuelles Begehren, sexuelles Verhalten und sexuelle Identitäten sich in einem lebenslangen Prozess der Auseinandersetzung mit eigenen sexuellen Erfahrungen einerseits und sozialen Werten und Normen andererseits dynamisch und sinnstiftend entwickeln (hier wird dann z.B. sexuelle Gewalt vor dem Hintergrund tradiert Geschlechterrollen, Interaktionsdynamiken in Peer-Groups und Partnerschaften, institutioneller Machtasymmetrien usw. erklärt). Sozial-konstruktivistische Ansätze leugnen biologische Einflüsse nicht, ordnen sie aber in ein *bio-psycho-soziales Gesamtmodell* der menschlichen Sexualität ein [2] und betonen die große Bedeutung psychosozialer Faktoren, die sich unter anderem in historischen Veränderungen und interkulturellen Differenzen im Umgang mit Sexualität niederschlägt.

Insgesamt ist davon auszugehen, dass Jungen und Männer eine bessere sexuelle Gesundheit und Gesamtgesundheit im Sinne ganzheitlichen Wohlbefindens haben, wenn sie *nicht* von den angesprochenen sieben Pro-

blembereichen betroffen sind oder wenn sie im Falle einer (möglichen) Betroffenheit ausreichend mit Informationen, Präventions- und Interventionsangeboten versorgt sind.

## Sexuelle Gewalt

Sexuelle Gewalt meint sexuelle Handlungen, die ohne die Einwilligung oder ohne die Einwilligungsfähigkeit der betroffenen Person stattfinden. Die Forschung zu sexueller Gewalt arbeitet mit Studien im Hellfeld (z. B. Kriminalstatistik erfasster Sexualstraftaten) und im Dunkelfeld (z. B. Bevölkerungsumfragen zu Gewalterfahrungen sowohl in der Täter- als auch in der Opfer-Rolle). Es zeigt sich, dass sexuelle Gewalt mehrheitlich von Männern ausgeübt wird (Täterinnen sind seltener) – und zwar gegenüber weiblichen Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen. Da es sich bei sexueller Gewalt oft um Taten zwischen einander bekannten Personen handelt, ist der Beziehungskontext bzw. der institutionelle Kontext zu beachten (z. B. sexuelle Übergriffe in Familien, Kinderheimen, Schulen, Kirchen, Sportvereinen, Krankenhäusern, Flüchtlingsheimen, Justizvollzugsanstalten, am Arbeitsplatz). Im heutigen Digitalzeitalter treten historisch neue, medienvermittelte Formen sexueller Gewaltausübung auf (z. B. sexuelle Belästigung im Internet, Vergewaltigungsdrohungen im Internet, Verbreitung von Kinderpornografie bzw. sexuellen Missbrauchsbildern im Internet). Sexuelle Online- und Offline-Gewalt gehen teilweise Hand in Hand, teilweise kommt es aber auch zu neuen Täter-Opfer-Konstellationen.

Die personalen, situativen und Umweltfaktoren, die sexuelle Gewalt ermöglichen und begünstigen, sind vielfältig. Sexuelle Gewalt ist nicht immer ausschließlich oder primär sexuell motiviert, in der Regel spielen auch *nicht-sexuelle Motive* (Hass, Rache, Macht, Scham usw.) eine wichtige Rolle: So kann zum Beispiel Hasskriminalität gegenüber Angehörigen von sexuellen und Gender-Minoritäten (z. B.

Gewalt gegen schwule oder Trans\*-Jungen und -Männer) als sexuelle bzw. sexualisierte Gewalt auftreten. In bewaffneten Auseinandersetzungen kann sexuelle Gewalt ein menschenrechtsverletzendes Mittel der Kriegsführung darstellen, das nicht nur gegen weibliche, sondern auch gegen männliche Zivilisten und Kombattanten eingesetzt wird.

Im Hinblick auf die sexuelle Männergesundheit ist es vordringlich, zum einen die – bislang oft übersehene oder bagatellierte – sexuelle Viktimisierung von Jungen und Männern angemessen zu bearbeiten sowie zum anderen die Ausübung sexueller Gewalt durch Jungen und Männer offline wie online noch besser und nachhaltiger zu bekämpfen (zu sexuellen Grenzverletzungen und Sexualstraftaten siehe auch Kapitel 5).

### *Männer als Opfer sexueller Gewalt*

Im aktuellen öffentlichen Diskurs ist sexuelle Gewalt ein viel beachtetes Thema. Vermutlich rangiert es heute in Deutschland sogar auf dem ersten Platz der wahrgenommenen Probleme rund um Sexualität. Die *öffentliche Sensibilisierung für sexuelle Gewalt* ist zunächst als große Errungenschaft zu würdigen, birgt sie doch die Chance verbesserter Gewaltprävention und Unterstützung für weibliche sowie für männliche Opfer sexueller Gewalt. In Forschung und Praxis hat sich das *Verständnis sexueller Viktimisierung von Jungen und Männern* in jüngster Zeit deutlich verbessert [38]. Insbesondere wird heute auch stärker beachtet, dass und wie sexuelle Viktimisierung geschlechtsspezifisch zu erfassen und zu behandeln ist. Über sexuelle Gewaltwiderfahrnisse zu berichten, kann Männern insofern besonders schwerfallen, als die sexuelle Opferrolle kulturell weiblich konnotiert ist und somit ihre männliche und gegebenenfalls auch ihre heterosexuelle Identität bedroht. Auch wird immer wieder betont, dass sich für die unterschiedlichen Formen sexueller Viktimisierung von Männern angemessene

Tab. 2: Sexuelle Viktimisierung in Abhängigkeit vom Lebensalter laut Umfragedaten (Prozentangaben bezogen auf die Stichproben).

- a) Repräsentative Stichprobe von n=6.787 Schüler/innen der achten Klasse in der Schweiz [39, S. 307]  
 b) Gelegenheitsstichprobe von n=2.149 Student/innen im ersten Studienjahr in Deutschland [40, S. 197]  
 c) Repräsentative Stichprobe von n=546 Einwohner/innen von Stuttgart, Durchschnittsalter: 42 Jahre [41, S. 472]

	Weibliche Opfer (in %)	Männliche Opfer (in %)
<b>Sexuelle Viktimisierung im Kindesalter (Lebenszeit Prävalenz) a)</b>		
Sexueller Kindesmissbrauch ohne Körperkontakt	35,1	14,9
Sexueller Kindesmissbrauch mit Körperkontakt ohne Penetration	14,9	4,8
Sexueller Kindesmissbrauch mit Penetration	2,5	0,6
Gesamt	40,2	17,2
<b>Sexuelle Viktimisierung im Jugendalter (Lebenszeit Prävalenz) b)</b>		
Sexuelle Viktimisierung bei Personen mit ausschließlich heterosexuellen Kontakten	33,3	17,1
Sexuelle Viktimisierung bei Personen mit ausschließlich homosexuellen Kontakten	8,7	26,3
Sexuelle Viktimisierung bei Personen mit hetero- und homosexuellen Kontakten	47,4	37,0
Gesamt	35,9	19,4
<b>Sexuelle Viktimisierung im Erwachsenenalter (Prävalenz vergangenes Jahr) c)</b>		
Sexuelle Viktimisierung durch Intimpartner (leichte Formen)	23,1	25,0
Sexuelle Viktimisierung durch Intimpartner (schwere Formen)	2,0	2,0
Gesamt	25,1	27,0

Begrifflichkeiten noch etablieren müssen, da »Vergewaltigung« nicht immer passt. Aktuelle nationale und internationale Umfragen zu sexueller Gewalt machen das bislang unterschätzte Ausmaß sexueller Viktimisierung von Jungen und Männern deutlich (siehe Tabelle 2, [39–41]).

Sexuelle Viktimisierung von Jungen und Männern sichtbar zu machen, erfordert in der Forschung vor allem angemessene standardisierte Erhebungsinstrumente und mehr Studien mit *bevölkerungsrepräsentativen Stichpro-*

*ben* sowie mit besonders *vulnerablen Gruppen* (z. B. mit drogenabhängigen, strafgefangenen, wohnungslosen, körperlich und/oder geistig behinderten Jungen und Männern). Jungen und Männer werden nach vorliegenden Daten überwiegend von männlichen Jugendlichen und Erwachsenen sexuell viktimisiert. Bei der Auseinandersetzung mit mann-männlicher sexueller Gewalt ist somit darauf zu achten, dass sie nicht *homophoben Vorurteilen* Vorschub leistet. Die Feststellung, dass Jungen und Männer auch durch Frauen se-

xuell viktimisiert werden, ist wichtig für eine gendersensible Behandlung sexueller Gewalt, die Geschlechterklischees nicht reproduzieren möchte. Dennoch sollte die Beachtung weiblicher Täterschaft nicht zu einem *Mythos geschlechtsneutraler sexueller Viktimisierung* in dem Sinne überhöht werden, Frauen seien in gleicher Häufigkeit und Intensität sexuell gewalttätig wie Männer und Männer in gleicher Weise Opfer sexualisierter Gewalt wie Frauen [20]. Hier ist es insbesondere wichtig, nach Arten, Schweregraden und Folgen (z. B. Hospitalisierung) sexueller Gewalt zu differenzieren und das Konzept der sexuellen Gewalt auch nicht inflationär zu verwenden. Wenn etwa eine Studie berichtet, dass 27,0% der erwachsenen Männer (Durchschnittsalter: 42 Jahre) im letzten Jahr sexuelle Viktimisierung durch Intimpartner angeben [41] (siehe Tabelle 2), so muss zur Einordnung des Befundes berücksichtigt werden, dass unter anderem das Anmieren zu Sex ohne Kondom als sexuelle Viktimisierung gezählt wurde (das Geschlecht der Sexualpartner wurde nicht erhoben).

Die Rolle des Internet in Bezug auf sexuelle Viktimisierung von Jungen und Männern ist zwiespältig: Zum einen findet ein Teil der sexuellen Viktimisierung heutzutage online statt, insbesondere besteht ein Großteil der Viktimisierungsfälle im Kindesalter in sexueller Belästigung per Internet oder Smartphone [39] (siehe Tabelle 2). Dies verweist auf die Verantwortung der Plattform-Betreiber, besseren Schutz vor Belästigung zu bieten. Zum anderen bietet das Internet wiederum auch die Chance, männliche Gewaltopfer niedrigschwellig für Forschung, Prävention und Intervention zu erreichen – etwa mit Informationen über Hilfsangebote und mit anonymer Online-Beratung.

### *Männer als Täter sexueller Gewalt*

Nationale wie internationale Hellfeld- und Dunkelfeldstudien zeigen, dass sexuell aggressives Verhalten unterschiedlicher Schweregra-

de bei männlichen Jugendlichen und Erwachsenen weit verbreitet, aber auch bei weiblichen Jugendlichen und Frauen zu beobachten ist. Sehr wichtig ist der Befund, dass sexuelle Gewalt entgegen gängigen *Vergewaltigungsmythen* nicht in erster Linie von Fremden, sondern vor allem von Bekannten, Familienmitgliedern und Intimpartnern ausgeübt wird. Sexuelle Gewalt geht dabei nicht selten mit anderen Formen häuslicher Gewalt einher und ist in allen gesellschaftlichen Schichten vertreten.

Sexuelle Kontakte schon mindestens einmal durch Ausübung oder Androhung körperlicher Gewalt, durch Ausnutzung von Widerstandsunfähigkeit oder durch verbalen Druck gegen den Willen einer gegengeschlechtlichen Person durchgesetzt zu haben, berichtet in Deutschland knapp jeder zweite männliche Jugendliche (46.4%) und jede zehnte weibliche Jugendliche (10.5%) (siehe Tabelle 3, [42]). Die große Prävalenz unterstreicht die Notwendigkeit umfassender Prävention sexueller Gewalt bereits im Kindes- und Jugendalter. Wichtig ist hierbei, Gewaltprävention zielgruppen- und kontextspezifisch (z. B. für unterschiedliche Altersgruppen und Institutionen) sowie nachhaltig zu implementieren und die Wirksamkeit entsprechender Maßnahmen wissenschaftlich zu evaluieren. So scheinen viele Präventionsmaßnahmen weitgehend wirkungslos zu bleiben, da sie zum Beispiel zu kurzfristig angelegt sind, um Einstellungs- und Verhaltensänderungen bewirken zu können.

Im Hinblick auf das Internet- und Smartphone-Zeitalter stellt die Erforschung und Prävention von *medienvermittelter sexueller Gewaltausübung* eine neue Herausforderung dar. Dabei sind ganz unterschiedliche Tatkonstellationen und Tätergruppen zu unterscheiden: Relativ intensiv erforscht sind *Online-Missbrauchstäter*, die *Online-Kinderpornografie* nutzen und/oder mit sexuellen Absichten Online-Kontakte zu Kindern anbahnen (sog. *Online-Grooming*), wobei der Miss-

Tab. 3: Gegengeschlechtliche sexuelle Aggression laut Umfragedaten (Prozentangaben bezogen auf die Stichproben) [42, S. 175]

	Weibliche Täter (n=524; 18,7 Jahre)	Männliche Täter (n=248, 18,1 Jahre)
Mittelschwere sexuelle Aggression	6,9	34,0
Schwere sexuelle Aggression	3,6	12,4
Gesamt	10,5	46,4

brauch dann überwiegend online, teilweise aber offline begangen wird. Während die Gefahr, die von erwachsenen Missbrauchstätern im Internet ausgeht, sehr oft diskutiert wird, ist das Ausmaß *sexueller Online-Belästigung unter Jugendlichen* seltener Thema. Sexuell herabwürdigende und aggressive Äußerungen männlicher Jugendlicher gegenüber Mädchen und Frauen oder gegen »schwul« wirkende Jungen sind im Internet weit verbreitet. Sie spiegeln sexistische und sexuell aggressive Umgangsformen außerhalb des Netzes [43].

Eine neue Form der sexuellen Gewaltausübung besteht im Digitalzeitalter weiterhin darin, intime Fotos oder Videos von Mädchen und Frauen (seltener von Männern) ohne deren Einverständnis zu verbreiten oder zu veröffentlichen (sog. *Racheporno*). Obwohl es sich um einen Straftatbestand handelt, wird diese Form der Gewaltausübung von den Tätern oft damit gerechtfertigt, dass Mädchen und Frauen, die Nacktbilder von sich herstellen, es letztlich selbst provozieren, dass diese in Umlauf kommen. Die Schuldzuschreibung an die meist weiblichen Opfer ist weit verbreitet [44]. Gewaltprävention muss also dezidiert bei den Tätern ansetzen. In Institutionen wie Schulen oder Betrieben geht sexueller Bildermisbrauch nicht selten mit Mobbing einher, sodass es einen großen Kreis an *Mittäter/innen* und *Zuschauer/innen* gibt, die alle in die Gewaltprävention einzubeziehen sind. Bei sexueller Online-Gewalt wie Belästigung oder Missbrauch intimer Bilder stellt sich neben Prävention und strafrechtlicher Sanktionierung auch die Frage nach der *Verantwortung*

*der Plattform-Betreiber* (z. B. beanstandete Beiträge schnell zu löschen oder bereits das Hochladen intimer Bilder ohne Einverständniserklärung der Beteiligten zu verhindern). Nicht zuletzt ist zu beachten, dass Täter, die sexuelle Gewalt offline ausüben, ihre Opfer zunehmend auch online bzw. per Handy belästigen und verfolgen (z. B. gewalttätiger Ex-Partner nutzt Internet und Smartphone für *Online-Stalking*).

So wie das Internet neue Möglichkeiten eröffnet, sexuelle Aggression auszuüben, so bietet es auch besondere Optionen für Forschung, Prävention und Intervention auf Tätererebene. Social-Media-Kampagnen gegen sexuelle Belästigung oder für Zivilcourage bei Mobbing können online sehr schnell sehr große Reichweite erzielen. Zudem stehen unter den Bedingungen der Online-Kommunikation den Gewaltopfern teilweise bessere Möglichkeiten der Gegenwehr zur Verfügung als in Offline-Kontexten: Das Täterhandeln kann online leichter dokumentiert werden, zudem lassen sich in vielen Online-Räumen belästigende Teilnehmer/innen direkt blockieren und melden. Welche Sicherheitsoptionen existieren, ist dabei von Plattform zu Plattform unterschiedlich.

### Sexuell übertragbare Infektionen und Krankheiten

Bei einer sexuell übertragbaren *Infektion* (STI: sexually transmitted infection) wird der Erreger hauptsächlich durch Sexualkontakt übertragen. Erst wenn sich nach der Infektion auch

Symptome zeigen, handelt es sich um eine sexuell übertragbare *Krankheit* (STD: sexually transmitted disease). Sexuell übertragbare Infektionen können symptomfrei bleiben (v. a. beim Mann), aber dennoch zur Ansteckung weiterer Personen führen. Das Risiko sexuell übertragbarer Infektionen steigt in Abhängigkeit von der Sicherheit bzw. Unsicherheit der Sexualpraktiken sowie der Anzahl der Sexualpartner/innen und deren Sexualverhalten. Im Rahmen der sexuellen Gesundheit werden vor allem diejenigen Krankheitserreger diskutiert, die schwerwiegende Folgen haben und/oder die weit verbreitet sind. Von den meldepflichtigen STIs (z. B. HIV, Syphilis, Hepatitis B) sind signifikant mehr Männer als Frauen betroffen, insbesondere Männer, die Sex mit Männern (MSM) haben [16, S. 82ff.]. Bei den nichtmeldepflichtigen STIs (z. B. Chlamydien, Humane Papillomviren [HPV]) zeigen sich erhöhte Prävalenzen bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen und spielt der heterosexuelle Übertragungsweg eine große Rolle (zu sexuell übertragbaren Infektionen siehe auch Kapitel 4.5).

Für die sexuelle Männergesundheit ist es im Sinne der Prävention vordringlich, die Neuinfektion mit sowie eine Weitergabe von sexuell übertragbaren Krankheitserregern zu vermeiden, vor allem durch *Safer-Sex-Praktiken*. Darüber hinaus ist es wichtig, vorhandene sexuell übertragbare Infektionen bzw. Krankheiten möglichst frühzeitig zu diagnostizieren sowie sachgerecht zu behandeln.

Das Internet hat die Sexualpartnersuche erleichtert, was unter bestimmten Umständen das Infektionsrisiko erhöht. Insbesondere wenn im Zuge der Online-Anbahnung ein intimer Austausch über sexuelle Vorlieben (und vielleicht auch Cybersex) stattfindet, kann das dadurch erzeugte Gefühl von Nähe die Bereitschaft verringern, beim realen Sex mit Online-Bekanntschäften Kondome zu verwenden. Dating-Portale und Dating-Apps spielen zudem eine große Rolle im Zusammenhang mit Sexualtrends, die als besonders ris-

kant gelten. Ein aktuelles Beispiel aus urbanen Schwulen-Szenen sind die sog. *Chemsex-Partys* (Sexpartys unter Drogeneinfluss), die über Dating-Apps verabredet werden, und bei denen sich die Risiken injizierenden Drogengebrauchs und ungeschützter Gruppensexpraktiken kombinieren.

Andererseits bietet das Internet durch Online-Sexualaufklärung und Social-Media-Kampagnen auch verbesserte Möglichkeiten der Prävention sexuell übertragbarer Infektionen. So lassen sich die bei Jugendlichen sehr beliebten Sozialen Medien für Aufklärungskampagnen nutzen. MSM sind über entsprechende Dating-Apps und Dating-Portale ansprechbar – über diese sind zudem auch männliche Escorts und Stricher erreichbar. Mittels der sogenannten Freier-Foren im Internet lassen sich heterosexuelle Prostitutionskunden mit zielgruppenspezifischen Safer-Sex-Informationen versorgen [45]. Freier-Foren sind zudem ein Beispiel für die neuen Forschungsmöglichkeiten zur sexuellen Männergesundheit, die das Internet heute eröffnet: So kann anhand einer Inhaltsanalyse der Diskussionen in Freier-Foren non-reaktiv der Frage nachgegangen werden, ob und inwiefern sich Männer, die sexuelle Dienstleistungen in Anspruch nehmen, mit Infektionsrisiken befassen und welche Mythen oder Wissenslücken hier möglicherweise vorherrschen.

## Ungeplante Zeugung

Ungeplante Zeugung bzw. ungeplante Schwangerschaft einerseits und Unfruchtbarkeit bzw. ungewollte Kinderlosigkeit andererseits stellen Probleme dar, die weniger der sexuellen als der *reproduktiven Gesundheit* von Männern zugeordnet und hier deswegen nicht vertieft werden [16, S. 78f.]. Im Hinblick auf *Schwangerschafts- bzw. Zeugungsverhütung* zeigt sich, dass männliche Jugendliche in Deutschland vergleichsweise gut aufgeklärt sind und sorgfältig verhüten [46]. Parallel zur Prävention sexuell übertragbarer Infektionen ist jedoch auch hinsichtlich

Zeugungsverhütung weiterhin für wirkungsvolle Prävention in allen heterosexuell aktiven männlichen Bevölkerungsgruppen zu sorgen.

## Sexuelle Funktionsstörungen

Das sexuelle und sonstige Wohlbefinden von Männern kann dadurch mehr oder minder stark beeinträchtigt sein, dass sexuelle Funktionsstörungen in der *Appetenzphase* (bei zu geringer Lust: Lustlosigkeit bzw. Hyposexualität; bei zu starker Lust: »Sexsucht« bzw. Hypersexualität), in der *Erregungsphase* (Erektionsstörung) oder in der *Orgasmus-Phase* (frühzeitiger, verzögerter oder ausbleibender Orgasmus) des sexuellen Reaktionszyklus auftreten (siehe dazu auch Kapitel 4.3). Zu beachten ist jedoch, dass nicht alle Männer, die sexuelle Funktionsstörungen erleben, auch darunter leiden oder einen Behandlungswunsch haben. Teilweise fühlen sich die Sexualpartner/innen stärker von der sexuellen Funktionsstörung beeinträchtigt als der Mann selber [15].

Gemäß der Global Study of Sexual Attitudes and Behavior (GSSAB) berichteten im Jahr 2001 aus der Gruppe der 40- bis 80-jährigen Männer in Deutschland 8% *sexuelle Lustlosigkeit*, 8% *Erektionsstörungen* und 15% *vorzeitigem Samenerguss* zu haben [47]. Aus sexualmedizinischer Sicht sind sexuelle Funktionsstörungen eng mit dem Lebensalter sowie mit dem Lebensstil und der Gesamtgesundheit verknüpft, sodass insbesondere sexuelle Lustlosigkeit und Erektionsstörungen im Zuge demografischen Wandels, ungesunder Lebensweise (z. B. Bewegungsmangel, Schlafmangel, berufliche Überforderung) und damit verbundenen körperlichen und seelischen Zivilisationskrankheiten (z. B. Depressionen, Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen) weiterhin an Bedeutung für die sexuelle Männergesundheit gewinnen werden (siehe Kapitel 4.4 zur Bedeutung psychischer und Kapitel 4.6 zur Bedeutung chronischer Erkrankungen für die Sexualität von Männern). Ebenso sind männli-

che Fruchtbarkeitsstörungen mit der Gesamtgesundheit verknüpft [16, S. 78].

Interessanterweise haben die aktuellen gesellschaftlichen Verhältnisse im Hinblick auf die sexuelle Funktionsfähigkeit von Männern in der Appetenzphase einen gegenläufigen Trend oder zumindest einen gegenläufigen Diskurs erzeugt: So wird einerseits ein *vermindertes sexuelles Verlangen bei Männern* als neues gesellschaftliches Problem diskutiert (Aufnahme von männlicher Lustlosigkeit als neues Störungsbild in das DSM-5, vermehrte Sichtbarkeit männlicher Lustlosigkeit in der Paartherapie). Andererseits wird auch ein *übersteigertes sexuelles Verlangen bei Männern* als zeitgenössisches Problem beschrieben (fachliche Diskussion über die Aufnahme von »Sexsucht« bzw. Hypersexualität in das DSM-5, die jedoch letztlich nicht erfolgt ist). Sowohl männliche Lustlosigkeit als auch männliche »Sexsucht« werden teilweise dem Digitalzeitalter zugeschrieben: So steht Online-Sexualität (allen voran die Online-Pornografie) sowohl im Verdacht durch Übersättigung und Abstumpfung männliche Lustlosigkeit zu erzeugen als auch durch die ständige Bereitstellung idealer Stimulation männliche »Sex- bzw. Pornografiesucht« hervorzurufen. Vorschnelle Problemzuschreibungen an »das Internet« sind jedoch fragwürdig. Die Ursache der Probleme ist meist primär außerhalb des Netzes in der Lebensweise von Männern zu suchen (z. B. können Lustlosigkeit im Hinblick auf Partnersexualität ebenso wie exzessive Pornografienutzung beide einzeln oder gemeinsam als Symptome von Erschöpfung oder Depression auftreten). Aus diskurstheoretischer Sicht ist weiterhin zu hinterfragen, wer welche Normvorstellungen über das »richtige« oder »falsche« Maß sexuellen Verlangens von Männern verbreiten und als psychiatrische Diagnosen festschreiben kann. So artikuliert sich in jüngster Zeit gerade im Internet verstärkt die *Asexuellen-Szene*, die dauerhafte sexuelle Lustlosigkeit nicht als Störungsbild, sondern als normale sexuelle Variation, als legitime se-

xuelle Identität und als weiteren Lebensstil begriffen sehen will, auch bei Männern, deren maskuline Geschlechtsidentität stereotyp mit sexueller »Triebhaftigkeit« assoziiert ist.

Die Erektionsstörung als Problem der Erregungsphase gilt im heutigen »Viagra-Zeitalter« als pharmazeutisch gut behandelbar. Zudem werden Potenzmittel von Männern auch jenseits der Behandlung von diagnostizierten sexuellen Funktionsstörungen als Freizeit- und Partydrogen angewendet. Dieser Trend zur Medikalisierung männlicher Sexualität und die damit verbundene Vorstellung, befriedigende Sexualität sei eine Frage der medikamentös steigerbaren sexuellen Leistungsfähigkeit, wird kritisch diskutiert: Sind es nicht oft übersteigerte Erwartungen an ständige sexuelle Leistungsfähigkeit in jedem Lebensalter und zu rigide, auf Geschlechtsverkehr reduzierte Sexualskripts, die die Erektion zum vermeintlichen Problem beim sexuellen Lustgewinn werden lassen? Würden nicht Männer und Paare viel stärker profitieren, wenn sie ihr sexuelles Ausdrucksspektrum erweitern, ihre Intimkommunikation verbessern, anstatt auf die »Wunderpille« zu setzen? Es ist unter anderem die sozial-konstruktivistische Bewegung des »New View«, die der zunehmenden Medikalisierung weiblicher wie männlicher Sexualität eine Perspektive gegenüberstellt, die medizinische Aspekte nicht ausblendet, aber psycho-soziale Aspekte stärker in Theorie und Praxis der Behandlung männlicher Sexualitätsprobleme einbezieht [48].

## Sexuelle Marginalisierung

Die Gesundheit von Männern kann darunter leiden, dass Männer aufgrund ihrer sexuellen Orientierungen, Präferenzen oder Interessen *sozial ausgegrenzt, stigmatisiert und diskriminiert* werden, was diverse Folgeprobleme nach sich ziehen kann, insbesondere auch hinsichtlich Selbstbild und sozialer Integration. Im Ex-

tremfall können Männer mit seltenen sexuellen Vorlieben Opfer von Hasskriminalität werden und/oder Suizidalität entwickeln. Gemäß sexueller Doppelmoral wird Männern zwar generell in der Gesellschaft ein aktiveres und freizügigeres Sexualverhalten als Frauen zugestanden, ohne dass es zu sozialer Sanktionierung kommt. Bei Abweichungen vom aktuellen Verständnis sexueller »Normalität« droht jedoch auch Männern sexuelle Marginalisierung.

Dies betrifft etwa *Homosexualität*, *Bisexualität* und auch *Asexualität* bei männlichen Jugendlichen (siehe Kapitel 2.5) sowie bei erwachsenen Männern (siehe Kapitel 3.2 und 3.3). Die mittlerweile verstärkte Sichtbarkeit männlicher Homosexualität in Massenmedien und im Internet ist nicht vorschnell als Indikator dafür zu werten, dass Normalität und Gleichstellung im Alltag überall bereits erreicht seien (z. B. besteht weiterhin Benachteiligung in rechtlicher Hinsicht oder im Berufsleben, [49, S. 247]). Zumal die mediale Auseinandersetzung mit männlicher Homosexualität ihrerseits nicht selten homonegativ ausfällt (z. B. in Form von stereotypisierenden Darstellungen oder Online-Hass). Probleme mit sexueller Marginalisierung erleben weiterhin nicht selten auch männliche Jugendliche und erwachsene Männer, die sexuell an bestimmten *Fetischen* und/oder an einvernehmlichen *sadomasochistischen Praktiken* interessiert sind (siehe Kapitel 3.6). Wie gut es Männern gelingt, soziale Ausgrenzung zu überwinden und statistisch seltenere sexuelle Vorlieben in Selbstbild und eigene Lebenswirklichkeit zu integrieren, hängt von vielen personalen, situativen und Umwelt-Faktoren ab. So können zum Beispiel homosexuelle Jugendliche in Deutschland besonders starke Stigmatisierung erfahren, wenn sie aus religiös-konservativen Milieus stammen [50] (siehe zur Intersektionalität auch Kapitel 3.2).

Unter den sexuellen Interessen am stärksten stigmatisiert ist die *Pädophilie*, das sexuelle Interesse an präpubertären Kindern. In einer deutschen Studie forderten 39% der Befragten

Präventivhaft für Menschen mit pädophilen Neigungen, auch wenn diese keinerlei kriminelle Vergangenheit hatten; 14% wünschten ihnen den Tod [51]. In Folge dieser massiven Stigmatisierung dürften Männer mit pädophiler Neigung verstärkter Isolation ausgesetzt sein, was ihre Erreichbarkeit für soziale Unterstützung im Umfeld sowie für therapeutische Hilfe reduziert und somit das Risiko von Übergriffen auf Kinder erhöht. Die Bevölkerung, einschließlich Journalisten und medizinischem Fachpersonal, ist besser darüber aufzuklären, dass Missbrauchstäter/innen oft nicht pädophil sind und dass Männer mit pädophiler Neigung oft keine Missbrauchstaten begehen (wollen) und somit für gewaltpräventive Interventionen erreichbar sind – sofern sie nicht befürchten müssen, dass allein das Ansprechen ihrer Interessen bereits zu gesellschaftlicher Ächtung führt (zu Pädophilie und sexuellem Kindesmissbrauch siehe auch Kapitel 5.4).

Abgesehen von dem besonders eklatanten Stigmatisierungsbeispiel Pädophilie ist der gesamtgesellschaftliche Umgang mit einvernehmlich ausgelebten Paraphilien (also mit tatsächlich oder vermeintlich ungewöhnlichen bzw. selteneren sexuellen Interessen) sowie mit nicht-heterosexuellen Orientierungen im Sinne einer *Ent-Stigmatisierung* und *De-Marginalisierung* auch im 21. Jahrhundert noch ein wichtiges Thema. Online-Communitys können hier einen Beitrag zum Empowerment sexueller Minoritäten leisten. Darüber hinaus ist eine anhaltende *evidenzbasierte fachliche Auseinandersetzung* darüber notwendig, was gemäß diagnostischen Krankheitskatalogen wie dem DSM-5 als »ungewöhnliche« sexuelle Präferenz (*Paraphilie*) – im Gegensatz zum vermeintlich »normalen« sexuellen Interesse (*Normophilie*) – zu gelten hat [52]. Weiterhin ist zu hinterfragen, unter welchen Bedingungen eine ungewöhnliche sexuelle Präferenz zur Krankheit erklärt wird oder nicht (*paraphile Störung* gemäß DSM-5). Darüber hinaus ist evidenzbasiert zu entscheiden,

welche Merkmale einzelnen paraphilen Störungen zugeschrieben werden (z. B. tatsächliche oder vermeintliche Unveränderbarkeit von Pädophilie, [53]).

## Sexuelle Verunsicherung

Das sexuelle Wohlbefinden von Jungen und Männern kann dadurch beeinträchtigt sein, dass sie sich in sexueller Hinsicht verunsichert fühlen. In der Männerforschung werden *unrealistische und widersprüchliche Männlichkeitsideale* dafür verantwortlich gemacht, dass Männer in sexuellen Interaktionen und Beziehungen mit Frauen heute teilweise gar nicht wissen, ob und wann sie sich dominant und draufgängerisch oder sanft und feinfühlig zeigen sollen. Die unklaren und überzogenen Ansprüche an Männer würden dafür sorgen, dass viele überfordert seien oder das Gefühl hätten, am Ende sexuell sowieso alles falsch zu machen [54, S. 27]. In dem Maße, in dem die sexualisierte und pornografisierte Medienwelt nun auch Männer verstärkt sexuell explizit darstellt und unerreichbare *Idealbilder männlicher Attraktivität und sexueller Performanz* kursieren, werden insbesondere unsichere Jungen und Männer noch weiter in ihrem Selbstwert, ihrer sexuellen Selbstwirksamkeit und ihrem Körperbild bedroht (siehe oben den Abschnitt zu glorifizierenden Mediendarstellungen männlicher Sexualität). Da bei männlichen Jugendlichen heute oft jahrelange masturbatorische Pornografienutzung den ersten eigenen Erfahrungen mit Partnersexualität vorausgeht, wird eine grundlegende Verunsicherung dahingehend vermutet, welche *sexuellen Skripts* eigentlich im realen Leben – im Kontrast zu fiktionalen Porno-Skripts – üblich sind [55].

Um sexueller Verunsicherung von Jungen und Männern vorzubeugen, ist es zum einen wichtig, das Selbstwertgefühl zu stärken und zum anderen die Medienkompetenz zu fördern, damit die Machart idealisierter sexueller Repräsentationen und Männlichkeitsbilder

durchschaut wird. Empirisch ist noch genauer zu klären, welche Gruppen von Jungen und Männern aus welchen Gründen heute in besonderer Weise unter sexueller Verunsicherung leiden. So ist durchaus nicht abschließend geklärt, ob Sexualisierung und Pornografisierung Verunsicherung steigern oder nicht vielmehr häufig eher reduzieren. In Zeiten der stärkeren Tabuisierung von Sexualität herrschte vermutlich ein hohes Maß an sexueller Verunsicherung, Angst, Scham und Schuldgefühlen vor. Der offenere Umgang mit sexuellen Darstellungen und die sichtbare Vielfalt sexueller Ausdrucksformen erlaubt es Jungen und Männern heute, sich umfassender zu informieren und auszutauschen. So berichten männliche Jugendliche beispielsweise, dass es ihnen Angst und Unsicherheit nimmt, einzelne sexuelle Praktiken vor dem eigenen Ausprobieren zumindest schon einmal im Porno gesehen zu haben. Dabei wissen Jugendliche durchaus, dass vieles im Porno unrealistisch, übertrieben und »Fake« ist [34]. Dass sexuelle Verunsicherung im Rahmen der sexuellen Männergesundheit oft diskutiert wird, verweist auf die anhaltende Notwendigkeit, sexuelle Kompetenz bei Jungen und Männern zu fördern (siehe unten den Abschnitt zu sexueller Kompetenz).

## Sexueller Mangel

Das körperliche, seelische und soziale Wohlbefinden von Männern kann beeinträchtigt sein, wenn sie wiederholt und/oder dauerhaft *sexuelle Zurückweisung und sexuellen Mangel* erleben, sei es beim Kennenlernen neuer Sexualkontakte oder in bestehenden Partnerschaften. Sexueller Mangel aufseiten der Männer wird zuweilen als *strukturelles Problem der Heterosexualität* beschrieben – und zwar sowohl im Alltagsverständnis (»Männer wollen Sex. Frauen wollen Liebe.«), als auch in Teilen der Fachliteratur [56]: So zeigen nationale und internationale Studien relativ einhellig, dass Männer aller Altersgruppen in Umfra-

gen angeben, dass sie sich im Vergleich zu Frauen häufigeren und abwechslungsreicheren Sex sowie mehr Sexualpartner wünschen. Diese Unterschiede im Antwortverhalten werden teils auf biologische Faktoren (naturgemäß stärkere sexuelle Motivation bei Männern als bei Frauen, [57]), teils auf psycho-soziale und kulturelle Ursachen zurückgeführt (z. B. sexuelle Doppelmoral und historische Unterdrückung sexuellen Selbstausdrucks bei Frauen, [58]). Aber auch demografische Faktoren wie ein Männerüberschuss in einzelnen Bevölkerungsgruppen können zu strukturellem sexuellem Mangel führen. Ebenso können individuelle Merkmale und Lebensumstände bestimmten Männern den Zugang zu homo- wie heterosexuellen Kontakten erschweren oder verunmöglichen (z. B. bei bestimmten Krankheiten und Behinderungen). Sexueller Mangel wiederum wird bei Männern mit chronischer Frustration, sexueller Aggression und Gewalt, Selbstzweifeln und Unzufriedenheit in Verbindung gebracht [56].

Die Kontroverse um tatsächlichen oder vermeintlichen sexuellen Mangel bei Männern, um dessen Ursachen und Lösungsansätze wird in unterschiedlichen Diskursarenen geführt. In der *Paartherapie* sind Differenzen in sexuellen Bedürfnissen im Sinne männlicher Lust und weiblicher Lustlosigkeit ein häufiges Thema, wobei jedoch zunehmend auch die männliche Lustlosigkeit als Problem auftritt. Probleme beim Kennenlernen neuer Sexualpartnerinnen, wie sie zum Beispiel verstärkt von jungen Männern erlebt werden (z. B. im Zusammenhang mit Schüchternheit oder geringem Sozialstatus), sind bislang oft gar nicht im Fokus der Gesundheitsförderung. Sie werden dafür beispielsweise im Rahmen der im Internet aktiven und hinsichtlich ihres Frauen- und Sexualitätsbildes umstrittenen *Pick-Up-Artist-Szene bzw. Seduction-Community* behandelt, die Männer anleitet, wie sie mit diversen psychologischen Tricks Sexualkontakte zu Frauen herstellen können.

Im Zusammenhang mit sexuellen Menschenrechten und sexueller Gesundheit ist ak-

tuell umstritten, ob und wie das Recht auf sexuellen Selbstausdruck bei Jungen und Männern zu verwirklichen ist, die zum Beispiel aufgrund einer Erkrankung oder Behinderung bzw. aufgrund der Bedingungen in Krankenhäusern und Pflegeeinrichtungen nicht in der Lage sind, eigenständig Sexualkontakte anzubahnen: Sollten nicht beispielsweise der demografisch wachsenden Gruppe von in Pflegeeinrichtungen lebenden Alzheimer- und Demenz-Patienten bei Bedarf menschenwürdige Möglichkeiten gegeben werden, ihren sexuellen Mangel zu beheben (z. B. durch *Sexualassistenz*), um damit ihre Lebensqualität und ihre Gesamtgesundheit zu verbessern?

### Positive Aspekte männlicher Sexualität

Eine Selbstverständigung der Wissenschaft darüber, wie speziell positive Aspekte der menschlichen Sexualität zukünftig systematischer zu untersuchen sind, hat gerade erst begonnen: So wird beispielsweise eine Forschungsinitiative *Positive Sexualität* – analog dem Forschungsparadigma der *Positiven Psychologie* – vorgeschlagen [4]. Es gilt dabei, den bisherigen Negativ-Bias der Forschung zu überwinden und das recht vage Konzept der sexuellen Gesundheit theoretisch und empirisch zu präzisieren. Bisherige Kriterien- und Indikatoren-Kataloge zur sexuellen Gesundheit sind oft auf die – in der Gesundheitsversorgung vordringlichen – medizinischen und psychosozialen Probleme fokussiert [59]. Positive Aspekte, die vor allem im Bereich der Sexuaufklärung, Sexualpädagogik, Sexualberatung und allgemein der sexuellen Bildung relevant sind, werden dabei zwar angesprochen, aber selten genauer expliziert.

Wie also lässt sich die positive Erlebensseite des Sexuellen, das sexuelle Wohlbefinden, genauer definieren, in Subdimensionen einteilen und messen? Und wie steht es um theoretische Kenntnisse über Ursachen und Folgen sexuellen Wohlbefindens: Welche personalen, situa-

tiven und Umwelt-Bedingungen fördern nachhaltig das sexuelle Wohlbefinden bei unterschiedlichen Teilgruppen von Männern im heutigen Digitalzeitalter? Und welche Konsequenzen hat das Erleben von sexuellem Wohlbefinden für Männer? Zu derartigen Fragen existieren bislang keine zusammenfassenden theoretischen Modelle oder Forschungsübersichten.

Ein in der internationalen Fachliteratur an Bedeutung gewinnender konzeptueller Rahmen, der positives sexuelles Erleben (und vor allem die individuellen Voraussetzungen dafür) psychologisch mehrdimensional abbildet, ist die *sexuelle Subjektivität* (sexual subjectivity), also die mehr oder minder stark ausgeprägte Haltung einer Person, sich ausdrücklich als sexuelles Subjekt zu positionieren [60]. Dazu gehört, mit der eigenen Sexualität insgesamt selbstsicher und entspannt umzugehen (sexual self-esteem), den eigenen Körper als sexuell attraktiv und als Lustquelle anzusehen (sexual body-esteem), sich das Recht auf sexuelles Lustempfinden bei der Solosexualität (entitlement to self-pleasure) sowie bei der Partnersexualität (entitlement to sexual desire and pleasure with a partner) zuzugestehen, sich die aktive Gestaltung sexueller Interaktionen gemäß eigenen Bedürfnissen zuzutrauen (sexual self-efficacy), nicht zuletzt auch über sexuelle Erfahrungen nachzudenken und aus ihnen zu lernen (sexual self-reflexion).

Der vorliegende Beitrag knüpft an den Forschungsstand zur sexuellen Subjektivität an, geht aber über die alleinige Betrachtung psychologischer Aspekte hinaus. Er schlägt vor, die positive Erlebensseite von Sexualität in *acht zentrale Aspekte* zu gliedern. Ausgehend von dem Vier-Funktionen-Modell der Sexualität (Lust-, Beziehungs-, Fruchtbarkeits- und Identitätsfunktion, [61]), lassen sich 1. sexuelle Lust, 2. zwischenmenschliche Nähe und Bindung, 3. Spiritualität, 4. Vaterschaft sowie 5. Identitätsbestätigung als positive Aspekte männlicher Sexualität ableiten. Sexuelle Erfahrungen ermöglichen zudem 6. die (Weiter-)Entwicklung sexueller Kompetenz als ei-

ner wichtigen personalen Ressource für sexuelle Gesundheit und bilden 7. die Basis sexueller Zufriedenheit als zentraler positiver Outcome-Variable des eigenen Sexuallebens. Nicht zuletzt sind 8. diverse körperliche und psychische Gesundheitsvorteile sexueller Aktivität anzunehmen.

## Sexuelle Lust

*Sexuelle Lust* (sexual pleasure, sexual enjoyment) ist ein Sammelbegriff für alle positiven – physischen wie psychosozialen – Reaktionen, die bei sexuellen Aktivitäten auftreten. Dazu gehört unter anderem das Erleben von sexueller Erregung und Orgasmen. Zur empirischen Erfassung sexueller Reaktion werden physiologische Messungen (z. B. der Genitaldurchblutung) sowie Selbstauskunftsverfahren (Einzel-Items, psychometrische Skalen) eingesetzt. Manche Theoriemodelle sehen in der Lustfunktion nicht nur eine wichtige, sondern sogar *die wichtigste Funktion* menschlicher Sexualität, noch deutlich vor der Fortpflanzungsfunktion. Das zentrale Argument lautet dabei, dass der Großteil der stark ausdifferenzierten sexuellen Aktivitäten des Menschen faktisch losgelöst von biologischer Reproduktion stattfindet. Das Streben nach lustvollen und befriedigenden sexuellen Erfahrungen wird heute als sexuelles Menschenrecht anerkannt [62]. Zahllose Ratgeber, Produkte und Dienstleistungen, die dem sexuellen Vergnügen von Männern bei der Solo- und Partnersexualität dienen sollen, werden offen vermarktet. An Möglichkeiten der sexuellen Lustsuche mangelt es Männern also heutzutage nicht.

Forschungsbedarf zur sexuellen Lust von Männern besteht vor allem in zweierlei Hinsicht: Zum einen scheint der von Männern praktizierte herkömmliche (Hetero-)Sex ihnen selbst oft weniger authentische sexuelle Freude zu bereiten als erwartet. Zum anderen wissen wir bislang nicht viel über das sexuelle Vergnügen oder Missvergnügen von Männern,

die sich in besonderen Lebenssituationen befinden oder sich neuen sexuellen Praktiken zuwenden.

Seit Dekaden weisen Sexualtherapeutinnen und -therapeuten darauf hin, dass zumindest ein Teil der Männer Partnersex nicht besonders spannend und lustvoll, sondern eher mechanisch, selbstbestätigungs- und leistungsorientiert erlebt. Vor allem sexuelle Mythen, Geschlechter-Stereotype und fragwürdige Männlichkeitsideologien werden für diese Probleme beim Lusterleben von Männern verantwortlich gemacht. Zur Förderung authentischer Lust kann die Stärkung *sexueller Subjektivität* hilfreich sein, etwa das *sexuelle Selbstbewusstsein*, eigene sexuelle Bedürfnisse über leistungsorientierte Normen zu stellen. Schließlich zeigen Studien, dass gerade großartige bzw. *optimale sexuelle Erfahrungen* (optimal sexuality, optimal sexual experiences), die aus Sicht von Männern maximal lustvoll erlebt wurden, sich viel stärker emotionaler Offenheit und zwischenmenschlicher Verbundenheit verdanken als körperlicher Leistung [63]. Irreführende Ideale vom »richtigen Sex« durch ein realistisches Verständnis sexuellen Lusterlebens zu ersetzen und dabei die großen individuellen Unterschiede zwischen Männern und Bedürfnisänderungen über die Lebensspanne hinweg zu würdigen, wäre demnach eine wichtige Aufgabe für die sexuelle Bildung (zu sexueller Gesundheit im Lebenslauf siehe Kapitel 2).

Kann schon unter üblichen Bedingungen das sexuelle Vergnügen von Männern offenbar nicht als automatisch gegeben angenommen werden, wie sieht es dann unter *besonderen Lebensumständen* aus: Wie ist beispielsweise sexuelle Lust für Männer erlebbar, die aufgrund einer Rückenmarksverletzung die Empfindungsfähigkeit in den Genitalien verloren haben? Welche Art von Information und Unterstützung hilft ihnen nach einem Unfall zu welchem Zeitpunkt [64]? Welche Erlebensformen sexueller Lust werden Jungen und Männern mit geistiger Behinderung zugestanden [65]? Und wie steht es empirisch um das Lustpotenzial der so kontrovers diskutierten

kommerzialiserten Formen zeitgenössischer Sexualität: Unter welchen Bedingungen werden zum Beispiel Pornografie und Sextoys von Männern unterschiedlicher sexueller Orientierungen und Altersgruppen als lustvolle Bereicherung ihrer Solo- oder Partnersexualität erlebt [66]?

Nimmt man ernst, dass zur sexuellen Gesundheit ausdrücklich die Lustsuche dazugehört [1], so ist es eine relevante Frage, ob und wie Männer bei Bedarf darin zu unterstützen sind, ihre Sexualitäten lustvoll(er) zu erleben und zu gestalten, was dann als Beitrag zu ihrem sexuellen und allgemeinen Wohlbefinden gelten kann.

### Zwischenmenschliche Nähe und Bindung

*Zwischenmenschliche Nähe* im Sinne des Empfindens wechselseitiger körperlicher und emotionaler Verbindung wird sowohl als Voraussetzung für, als Begleiterscheinung von, wie auch als Folge von lustvoller Partnersexualität beschrieben [63]. Dabei geht es wesentlich um persönliche Zuwendung, offene Kommunikation und Gegenseitigkeit im Austausch. Das positive Erleben zwischenmenschlicher Nähe und Intimität beim Partnersex hängt von unterschiedlichen Faktoren der Person und der Interaktion ab.

Die Frage, ob eine sexuelle Begegnung als persönlich/nah oder unpersönlich/distanziert empfunden wird, liegt auf einer anderen Ebene als die Frage, ob Partnersex im Rahmen einer kurzfristigen/unverbindlichen oder einer *langfristigen/verbindlichen sozialen Beziehung* stattfindet. So kann der Partnersex in Ehe oder Partnerschaft routiniert und mechanisch, der Partnersex bei einem One-Night-Stand dagegen als innig und intim erlebt werden. Generell zeigt sich, dass lustvolle Partnersexualität, Beziehungsqualität und Bindungsdauer bei Paaren positiv korrelieren, wobei die Kausalmechanismen unklar sind: So mag gute Partnerbindung die Sexualität erhöhen

und gleichzeitig umgekehrt gute Sexualität die zwischenmenschliche Bindung stärken [5]. Da eine zufriedenstellende Partnerschaft eine ganz zentrale Ressource für umfassende Gesundheit darstellt und sexuelle Probleme zu Beziehungskrisen und Trennungen führen können, gilt es im Zuge der Sexualaufklärung und sexuellen Bildung Fragen rund um Intimität und Bindung ausdrücklich zu behandeln.

### Spiritualität

Die Fruchtbarkeitsfunktion der Sexualität [61] hat zwei Unteraspekte: Neben der biologischen Fortpflanzung geht es auch um das Erleben von Sexualität als *Lebens- und Schöpfungsenergie*, als Verbindung mit allem Lebendigen oder mit einer höheren Kraft [67–68]. Eine solche spirituelle Erlebensdimension stellt sich, wie Interview-Studien zeigen, bei Männern und Frauen zuweilen spontan beim Sex ein [68] und wird als Element herausragend befriedigender sexueller Erlebnisse berichtet [63]. Teilweise wird sexuelle Transzendenz von Männern und Frauen auch bewusst angestrebt, zum Beispiel durch Atemtechniken im Rahmen von Tantra-Seminaren [54]. Daten zur Verbreitung und Bedeutung spiritueller sexueller Erfahrungen bei Männern in Deutschland liegen nicht vor.

Die Würdigung transzendenter sexueller Erfahrungen, die sich um Selbstauflösung und umfassende Verbundenheit drehen, bildet einen Kontrapunkt zum engen Sexualitätsverständnis tradierter Männlichkeit, das auf Selbstbestätigung der eigenen Männlichkeit durch sexuelle Potenz abhebt. Die Beschäftigung mit spirituellen Aspekten der Sexualität kann im Rahmen der Förderung von sexuellem Wohlbefinden zudem ein hilfreiches Gegengewicht zu einseitiger Medikalisierung (Hoffnung auf sexuelle Erfüllung durch eine »Lustpille«) oder Kommerzialisierung (Hoffnung auf sexuelle Erfüllung durch bezahlte Dienstleistungen) männlicher Sexualität bieten. Spiritualität ist weiterhin eine positive sexuelle Erlebensqualität, die mit zunehmendem

Lebensalter nicht abnimmt, was dieses Konzept unter anderem für die Förderung sexuellen Wohlbefindens älterer Männer relevant macht (zu Sexualität im Alter siehe Kapitel 2.10).

## Vaterschaft

Ein positiver Aspekt männlicher Sexualität ist *gewollte Zeugung, Schwangerschaft und Vaterschaft*. Sie steht im Kontrast zu den im Kontext sexueller Gesundheit primär diskutierten negativen Aspekten und Problemen im Bereich der reproduktiven Funktion von Sexualität: *Ungewollte Zeugung* bzw. ungewollte Schwangerschaft einerseits und *ungewollte Kinderlosigkeit* bzw. Unfruchtbarkeit andererseits. Im Kontext alltäglichen sexuellen Erlebens spielt Fruchtbarkeit für Männer oft keine große Rolle, da ihre sexuellen Aktivitäten von Reproduktion weitgehend losgelöst sind. In Phasen der Familienplanung kann jedoch die Fruchtbarkeit als eigene positive Erlebensdimension von Sexualität und Identität (*procreative identity*) präsent sein und dabei zum Beispiel die Lust steigern, die Partnerbindung intensivieren, eine besondere Form der Identitätsbestätigung bieten und/oder das Erleben von Transzendenzen ermöglichen [69].

## Identitätsbestätigung

Positive sexuelle Erfahrungen können für Jungen und Männer in verschiedener Hinsicht identitätsbestätigend und selbstwertstärkend wirken: Partnersex zu erleben kann die *Cis-Geschlechtsidentität* bestätigen (als biologischer Mann sich als »richtiger« Mann fühlen). Für Mann-zu-Frau- ebenso wie für Frau-zu-Mann-Transgender-Personen kann es die *Trans\*-Geschlechtsidentität* bestärken, wenn sie in ihrer selbst definierten Identität agierend Sexualpartner\*innen finden und Partnersex erleben (zu Trans-Männlichkeiten siehe Kapitel 3.4). In Abhängigkeit vom Geschlecht der Sexual-

partner kann Partnersex auch die *homo-, bi-, pan- oder heterosexuelle Identität* von Männern bekräftigen. Bewusst keinen Partnersex zu praktizieren, kann die *asexuelle Identität* unterstützen. Sexuelle Identitäten, die mit besonderen Präferenzen verbunden und nicht selten von Marginalisierung bedroht sind, werden ebenfalls positiv bestätigt, wenn sie sich beim Partnersex ausleben lassen (z. B. im Falle von Fetischismus). Während es als problematisch angesehen wird, wenn Männer Partnersex in erster Linie als Mittel ihrer Selbstbestätigung ansehen, weil darunter Lusterleben und zwischenmenschliche Intimität leiden, so ist doch eine positive Identitätsbestätigung und Selbstwertsteigerung als Nebeneffekt gelungener Partnersexualität positiv im Sinne sexueller Gesundheit einzustufen.

## Sexuelle Kompetenz

Unter *sexueller Kompetenz* versteht man die notwendigen Kenntnisse und Fähigkeiten, um das eigene Sexualeben gelingend zu gestalten, also in sozialverträglicher und zielführender Weise eigene sexuelle Bedürfnisse auszuüben. *Sexuelles und reproduktives Wissen* ist in Form von Sexualaufklärung in Deutschland recht breit verfügbar [46]. Sexualpädagogische Maßnahmen fördern zum Teil auch *sexualbezogene kommunikative und Handlungskompetenzen*. Darüber hinaus erfolgt ein Großteil sexuellen Kompetenzerwerbs informell etwa durch Reflexion eigener Erfahrungen, Gespräche mit Peers, Lektüre von Ratgebern oder Besuch von Veranstaltungen. Hier hat unter anderem das Internet neue Erfahrungsräume für Exploration und diskrete Peer-to-Peer-Beratung eröffnet.

Die theoretische Konzeptualisierung sexueller Kompetenz ist noch nicht weit genug fortgeschritten, ebenso fehlen einschlägige Messinstrumente. Eine Vielzahl von Einzelkonzepten sind in der Fachliteratur zu finden, die mit sexueller Kompetenz verbunden sind, etwa *se-*

xuelle Selbstreflexion und sexuelle Selbstwirksamkeit [60]. Da im Alltagsleben selten »perfekte« Bedingungen für Sex anzutreffen sind, meint *sexuelle Intelligenz* ausdrücklich Problemlösefähigkeit: Wie kann auch unter nicht-perfekten Bedingungen (Zeitmangel, Müdigkeit, Krankheit, räumliche Distanz) für sexuelles Vergnügen gesorgt werden, das womöglich nicht (oder nicht allein) darin besteht, orgasmusorientiert den Geschlechtsakt zu vollziehen [70]? Mit dem Konzept der *sexuellen Bildung* [71–72] sind unter anderem auch politische Aspekte des Sexuellen angesprochen: So sollte eine sexuell gebildete Person erkennen können, wenn sexualbezogene Themen politisch instrumentalisiert werden (z. B. um Ausländerfeindlichkeit zu schüren). Aktuelle Daten zur sexuellen Bildung der erwachsenen männlichen Bevölkerung stehen aus.

## Sexuelle Zufriedenheit

*Sexuelle Zufriedenheit* (sexual satisfaction) liegt vor, wenn eine Person eine emotional und kognitiv positive Gesamtbilanz ihres Sexuallebens zieht – und zwar auf der Basis ihrer eigenen Standards [73]. So kann ein Mann, der keinerlei sexuellen Aktivitäten nachgeht, hohe Zufriedenheit mit seinem Sexualleben bekunden, wenn er sich zum Beispiel aufgrund von Asexualität gar nichts anderes wünscht. Umgekehrt kann ein sexuell sehr aktiver Mann sexuell unzufrieden sein, weil er sich idealerweise mehr Sex oder anderen Sex wünscht. Eine hohe sexuelle Zufriedenheit deutet darauf hin, dass es entweder gelungen ist, das tatsächliche Sexualleben entsprechend den eigenen Standards zu gestalten und/oder die eigenen Idealvorstellungen den realen sexuellen Verhältnissen anzupassen. Zur Messung der sexuellen Zufriedenheit als zentraler positiver Outcome-Variable des Sexuallebens werden sowohl Einzel-Items als auch psychometrische Skalen eingesetzt. Aktuelle bevölkerungsrepräsentative Daten zur Verbreitung sexueller Zufriedenheit bei Männern in Deutschland fehlen.

Internationale Studien zeigen, dass die Allgemeinbevölkerung üblicherweise eine mittlere bis gute sexuelle Zufriedenheit angibt. Dabei bestehen im Durchschnitt keine Unterschiede zwischen Männern und Frauen, zwischen hetero- und homosexuellen Männern oder zwischen jüngeren und älteren Männern – sie sind alle in vergleichbarem Maße sexuell zufrieden [73–74]. Der beste Prädiktor für Zufriedenheit mit dem eigenen Sexualleben ist in allen Altersgruppen die Zufriedenheit mit der eigenen Liebesbeziehung, in der ja statistisch die überwältigende Mehrzahl der Geschlechtsakte stattfindet. Um die sexuelle Zufriedenheit zu steigern, wird theoriebasiert entsprechend empfohlen, an der Paarbeziehung anzusetzen: Gemäß dem *Sexual Knowledge and Influence Modell* (SKIM) entsteht sexuelle Zufriedenheit durch offene Kommunikation unter Partnern, gemäß dem *Interpersonal Exchange Model of Sexual Satisfaction* (IEMSS) durch ein ausgewogenes Geben und Nehmen, das heißt, die eigene sexuelle Zufriedenheit und die der Partnerin oder des Partners sind verknüpft. Da die sexuelle Zufriedenheit maßgeblich von den eigenen Standards abhängt, kann auch die Ausbildung realistischer Maßstäbe, also etwa die Erwartung von »ausreichend gutem« statt »perfektem« Sex ein wichtiger Beitrag zur sexuellen Zufriedenheit sein [75].

## Körperliche und psychische Gesundheitsvorteile sexueller Aktivität

Eine ausbalancierte Betrachtung von Sexualität und sexueller Gesundheit darf nicht nur auf gesundheitsförderliche Vermeidung riskanter sexueller Aktivitäten abzielen, sondern muss auch die *gesundheitsförderliche Beteiligung an sexuellen Aktivitäten* würdigen. Es mehren sich jedenfalls in jüngster Zeit die Studien, die positive Zusammenhänge zwischen sexueller Aktivität und *körperlicher Gesundheit* herstellen [5]: Männer, die sexuell aktiver sind, zeigen bessere Immunwerte, eine bessere Herz-Kreis-

lauf-Gesundheit, ein geringeres Prostatakrebs-Risiko und eine höhere Lebenserwartung. Positive Zusammenhänge werden zudem bei der *psychischen Gesundheit* nachgewiesen oder zumindest ernsthaft diskutiert: Männer, die sexuell aktiver sind, leiden weniger unter Depressionen, Ängsten, Schlafstörungen und Stress. Bislang sind die meisten dieser Untersuchungen jedoch *rein korrelativer Natur*; randomisierte Kontrollgruppenstudien fehlen, sodass Wirkrichtungen offen sind. Ebenso steht die Theoriebildung am Anfang. Wir wissen zum Beispiel noch nicht genau, über welchen Wirkmechanismus sexuelle Aktivität lebensverlängernd wirkt (z. B. direkt über den körperlichen Trainingseffekt und/oder indirekt über die verbesserte Beziehungsqualität).

Die neue Botschaft »*Sex ist gesund!*« wurde trotz mangelnder umfassender Kausalevidenz indessen von den Massenmedien und Fachorganisationen national und international breit aufgegriffen. »Besser als Yoga oder Pillen – so gesund ist Sex« verkündete beispielsweise das Nachrichtenmagazin *Focus*. Und die *American Sexual Health Association* (ASHA) betont auf ihrer Website wiederholt, dass regelmäßige Selbstbefriedigung nicht nur »okay«, sondern ausgesprochen »gesund« ist. Ein Sex-ist-gesund-Diskurs mag hilfreich für Jungen und Männer sein, wenn er Scham- und Schuldgefühle reduziert und zum Beispiel die historisch pathologisierte Masturbation nun zur vernünftigen Gesundheitsvorsorge erklärt. Gleichzeitig kann die Betonung von körperlichen und psychischen Gesundheitsvorteilen sexueller Aktivitäten aber auch normierend wirken und sexuell weniger aktive Gruppen von Männern unter Druck setzen, gar einen bedenklichen Trend zur leistungsorientierten sexuellen Selbstoptimierung vorantreiben. Wird regelmäßige sexuelle Aktivität dann bald zur Pflichtübung? Die *Quantified-Self-Bewegung*, die zur Selbstoptimierung sämtliche Lebensäußerungen digital dokumentiert, nutzt längst diverse Apps, um die eigene sexuelle Aktivität zu protokollieren und statistisch auszuwerten.

## Handlungsempfehlungen zur Förderung der sexuellen Gesundheit von Männern

Für Wissenschaft, Gesundheits- und Bildungssystem, Medien und Politik lassen sich aus der vorliegenden Bestandsaufnahme sexueller Männergesundheit eine Reihe von Empfehlungen ableiten. Zudem sind exemplarisch diverse Good-Practice-Beispiele und Materialien zu nennen, die der Förderung der sexuellen Männergesundheit dienen.

### Handlungsempfehlungen für die Wissenschaft

Auch wenn die Zahl der wissenschaftlichen Studien über männliche Sexualität stetig wächst (siehe oben Tabelle 1), so sind doch zahlreiche Forschungslücken noch zu schließen: Gerade im Hinblick auf das Konzept der sexuellen Gesundheit ist zu beklagen, dass die bisherige Forschung stark pathogenetisch bzw. sexnegativ ausgerichtet ist. *Salutogenetische bzw. sexpositive Perspektiven* auf männliche Sexualität müssen dementsprechend theoretisch und empirisch weiterentwickelt werden, etwa im Rahmen des Positive-Sexuality-Ansatzes [4]. Will man den Status quo sexueller Männergesundheit zukünftig ausgewogen erfassen, so ist es notwendig, sich über *Indikatoren und Messinstrumente* einig zu werden, die sowohl negative Aspekte (z. B. sexuelle Aggression und sexuelle Viktimisierung online wie offline) als auch positive Aspekte (z. B. sexuelle Kompetenz und sexuelle Zufriedenheit) der Sexualität gendersensibel und valide erfassen.

Im Hinblick auf die *empirische Datenbasis* zur männlichen Sexualität ist zu beklagen, dass zu vielen gesundheitsrelevanten Fragestellungen aktuelle bevölkerungsrepräsentative Daten fehlen (z. B. zur Verbreitung sexueller Verunsicherung oder sexuellen Mangels bei Männern). Zu wenig Datenmaterial steht zudem zur Verfügung, wenn es um die sexuelle Gesundheit von Teilgruppen von Männern geht

(z. B. Männer mit unterschiedlichen Behinderungen, männliche Geflüchtete in Deutschland). Mangelhaft ist auch die Datenlage zu tatsächlichen oder vermeintlichen Medieneinflüssen auf das sexuelle Erleben und Verhalten von Männern und zu der Frage, wie männliche Sexualitäten in Massenmedien und Sozialen Medien repräsentiert sind: Welche Männer werden in der Öffentlichkeit heute etwa als sexuelle Gewalttäter oder als sexuelle Gewaltopfer besonders hervorgehoben, welche dagegen unsichtbar gemacht? Obwohl Einigkeit darüber besteht, dass im Digitalzeitalter Internet- und Smartphone-Nutzung eine wichtige Rolle im Sexualleben vieler Männer einnehmen, fehlen auch hier belastbare Daten. Die ARD-ZDF-Online-Studie, die jährlich die Internet-Nutzung der Bevölkerung in Deutschland erhebt, blendet sexualbezogene Nutzung aus. Nicht zuletzt steht die Forschung vor der Aufgabe, ihre Befunde zur sexuellen Männergesundheit stärker in die öffentlichen Debatten einzubringen, insbesondere dort, wo diese von Mythen und Fehlinformationen (z. B. beim Thema Pädophilie) dominiert sind.

### Handlungsempfehlungen für das Gesundheitssystem

Die bisherigen Ansätze zur Prävention und Behandlung negativer, gesundheitsbeeinträchtigender Aspekte der männlichen Sexualität (z. B. sexuell übertragbare Infektionen und Krankheiten, sexuelle Funktions- und Fruchtbarkeitsstörungen) gilt es weiter auszubauen und dabei auch positive, gesundheitsförderliche Aspekte zu integrieren. Ein strukturelles Problem besteht darin, dass sexuelle Probleme in der Gesundheitsversorgung viel zu selten thematisiert werden: Mehr als die Hälfte der 40- bis 80-jährigen Männer in Deutschland (54,2%) ist der Auffassung, dass Ärzte routinemäßig nach möglichen sexuellen Schwierigkeiten fragen sollten – tatsächlich wurde aber nicht einmal jeder zehnte Mann (9,2%) in den

zurückliegenden drei Jahren beim Arzt darauf angesprochen [47, S. 441]. Nicht nur ist die generelle Bereitschaft und Fähigkeit des medizinischen Fachpersonals, Fragen der sexuellen Männergesundheit proaktiv anzusprechen, zu fördern. Auch Veränderungstrends in der Sexualität sind fortlaufend in die Ausbildung einzubeziehen: Ein zeitgenössisches Phänomen wie die über Dating-Apps verabredeten »Chemsex-Partys« in urbanen Schwulen-Szenen erfordert beispielsweise die Zusammenarbeit von Drogen- und Sexualberatung. In Zeiten zunehmender Selbstoptimierung und Medikalisierung männlicher Sexualität wird es in der Behandlung und Beratung wichtiger, unrealistische Erwartungen und problematische Männlichkeitsideale in Frage zu stellen und zu verdeutlichen, dass sexuelle Lust bei Männern über die gesamte Lebensspanne hinweg nicht an sexuelle Leistung bzw. Leistungssteigerung gebunden ist. Das wachsende Bewusstsein dafür, dass auch Jungen und Männer sexuell viktimisiert werden, verweist auf die Notwendigkeit, das Problem der sexuellen Gewalt in der Gesundheitsversorgung sehr differenziert gendersensibel zu behandeln.

Nicht zuletzt ist sicherzustellen, dass medizinisches Fachpersonal sexuelle Gesundheitsfragen kompetent und sachgerecht behandelt und dass keine Stigmatisierung von nicht-heterosexuellen oder paraphilen Männern stattfindet. Angesichts der in Medien und Bevölkerung weit verbreiteten Fehlinformationen und Ressentiments gegenüber Pädophilen ist zum Beispiel fraglich, ob Männer mit entsprechenden Interessen sich Ärzten und Therapeuten heute tatsächlich bedenkenlos anvertrauen können. Schließlich ist der angemessene (d. h. sexuelle Menschenrechte berücksichtigende) Umgang von Institutionen und Fachpersonal mit Jungen und Männern, die aufgrund von Krankheit oder Behinderung beim Ausleben von Solo- und Partnersexualität auf Unterstützung angewiesen sind, noch immer ein weitgehend ungelöstes Problem. Im Zuge des demo-

grafischen Wandels wird die Versorgung dieser Personengruppe (z. B. Demenz-Patienten mit starken sexuellen Bedürfnissen) an Bedeutung gewinnen.

### Handlungsempfehlungen für das Bildungssystem

Eine gesunde sexuelle Entwicklung im heutigen Digitalzeitalter setzt voraus, dass altersgerechte Sexual- und Medienerziehung bereits im Kleinkindalter beginnt, wobei Elternhäuser und Kindergärten gefordert sind. Außerdem ist eine umfassende *schulische wie außerschulische Sexual- und Medienbildung* notwendig, um die allseits geforderte Medien- und Sexualkompetenz zu entwickeln. Hierbei ist eine nachhaltige Integration wirksamer sexual- und medienpädagogischer Maßnahmen gefragt, die in der Praxis bislang weitgehend fehlen oder allenfalls punktuell stattfinden. Nachholbedarf besteht bei der Konzeptentwicklung, der Implementierung und Umsetzung sowie bei der Evaluation zeitgemäßer Sexual- und Medienbildungsmaßnahmen für Kinder und Jugendliche. Aufgrund der hohen Schamswellen im Austausch zwischen Eltern und pädagogischen Fachkräften einerseits und männlichen Jugendlichen andererseits (z. B. wenn es um Selbstbefriedigung und Pornografie geht), sind Peer-Education-Konzepte sowie Online-Sexualaufklärung sinnvolle Ergänzungen. Angesichts der großen Verbreitung sexueller Grenzverletzungen und sexistischer Beleidigungen offline wie online sind Respekt, Einvernehmen und Gewaltfreiheit als zentrale Inhalte der Medien- wie der Sexualerziehung männlicher Jugendlicher anzusehen. Die in Deutschland etablierte Sexualerziehung schreibt (im Unterschied zu den USA) keine sexuelle Abstinenz bis zur Ehe vor, sondern begleitet ein verantwortungsvolles Hineinwachsen in individuell gewünschte sexuelle Aktivität. Im heutigen Digitalzeitalter beinhaltet das Anbahnen und Führen erster

sexueller Beziehungen oft auch Online-Aktivitäten (z. B. Austausch sexueller Text- und Bildbotschaften, sogenanntes »Sexting«). Anstelle von nutzlosen oder gar schädlichen medialen Abstinenzforderungen sind somit Konzepte gefragt, die männliche Jugendliche zu einem sexualbezogenen Online-Verhalten befähigen, das Risiken der Selbst- und Fremdschädigung reduziert, gleichzeitig aber altersdifferenziert positive Aspekte wie Neugier, Identitätserprobung, Kontakt- und Lustsuche online wie offline anerkennt [44].

Neben der Verbesserung der Medien- und Sexualerziehung Heranwachsender ist ein zielgruppengerechtes Angebot an *lebenslanger sexueller Weiterbildung* für Männer wünschenswert, damit sie sich zum Beispiel auf altersbedingte Veränderungen, auf unterschiedliche Lebenssituationen und Beziehungskonstellationen persönlich einstellen können, aber auch um in einer demokratischen Gesellschaft mündig über geschlechter- und sexualpolitische Fragen mitdiskutieren und mitentscheiden zu können. Darüber hinaus ist es wichtig, sexualbezogene Inhalte in einschlägige medizinische, psychologische, pädagogische, gesundheits- und pflegewissenschaftliche sowie journalistische Ausbildungs- und Studiengänge zu integrieren, um die *sexuelle Fachexpertise* in den relevanten Berufsgruppen generell zu heben. Die Herausforderung besteht darin, nicht nur die seit Langem beklagte generell unzureichende Behandlung sexualbezogener Themen im Bildungssystem zu überwinden, sondern Fragen der sexuellen Gesundheit dann auch noch inhaltlich und didaktisch zeitgemäß (z. B. unter Einbeziehung sexueller Online-Aktivitäten) und gendersensibel (d. h. jenseits von Geschlechterstereotypen) zu behandeln.

### Handlungsempfehlungen für die Medien

Angesichts der weit verbreiteten Kritik an medialen Darstellungen von und medienvermit-

telten Umgangsweisen mit Sexualität sind zur Förderung der sexuellen Männergesundheit auch die Medien wichtige Akteure. Im Sinne journalistischer Qualitätssicherung ist zum Beispiel zu fordern, dass *sexualbezogene Medienberichterstattung* weniger reißerisch erfolgt und sich an ethischen Kriterien und wissenschaftlichen Erkenntnissen orientiert. Durch die Verknüpfung massenmedialer Berichterstattung mit Diskursen in Sozialen Medien haben alarmistische Berichte zu sexuellen Themen heute eine ganz neue Tragweite, können zu Online-Hetzkampagnen führen oder politisch instrumentalisiert werden. Eine bessere Selbstreflexion (z. B. der eigenen Mitverantwortung für das Erzeugen von Moralpanik) und Selbstregulierung (Verzicht auf sexuelle reißerische und voyeuristische Berichterstattung, auch wenn diese die meiste Aufmerksamkeit generiert) ist zumindest von den Qualitätsmedien zu fordern. Die öffentlich-rechtlichen Anstalten sind hinsichtlich Art und Umfang der Berichterstattung über sexuelle Themen an ihrem Bildungsauftrag zu messen. Im Hinblick auf fiktionale Medienangebote gilt es, die transportierten Idealbilder von Männern, Männlichkeit und männlicher Sexualität zu hinterfragen und vielfältigere sowie auch stereotypkonträre Darstellungen bewusst stärker einzubeziehen. Nicht zuletzt sind angesichts der Probleme mit der Verbreitung von rufschädigenden sexuellen Gerüchten, sexueller Beleidigung und Belästigung, Missbrauch intimer Fotos usw. auf Online-Portalen auch die Plattform-Betreiber und Social-Media-Entwickler heute stärker in die Pflicht zu nehmen, unethische und strafrechtlich relevante sexualbezogene Online-Verhaltensweisen zu unterbinden.

### Handlungsempfehlungen für die Politik

Die in den soeben genannten Handlungsfeldern notwendigen Maßnahmen erfordern es, in sexuelle Gesundheitsförderung zu investieren. Dementsprechend sind *Forschungs-, Ge-*

*sundheits- und Bildungspolitik* angesprochen: Dass wir so viele Forschungslücken im Hinblick auf sexuelle Männergesundheit beklagen müssen, liegt nicht zuletzt daran, dass im deutschen Wissenschaftssystem die Sexualforschung kaum noch existent ist und Fördergelder für sexualwissenschaftliche Studien schwer zu akquirieren sind, insbesondere wenn es um positive Aspekte der Sexualität geht. Die großen und durch den demografischen Wandel wachsenden Probleme im Bereich der stationären und ambulanten Versorgung und Pflege lassen Fragen der sexuellen Gesundheit der Patienten und Klienten in den Hintergrund treten, sofern man sie nicht politisch auf die Agenda setzt. Dasselbe gilt für die Förderung der sexuellen Bildung, die vor dem Hintergrund von Sparmaßnahmen im Bildungssektor einen schweren Stand hat, zumal sexualbezogene Bildungsziele wie die Akzeptanz sexueller Vielfalt heute wieder politisch kontroverser geworden sind. Die Politik ist gefragt, wenn es um die Durchsetzung von Bürger- und Verbraucherrechten gegenüber Online-Plattform-Betreibern und App-Anbietern geht, denen die Nutzenden in großem Umfang sensible Informationen über ihr Sexualeben anvertrauen. Weitere politische Herausforderungen bestehen darin, sexualisierte Gewalt offline und online rechtlich angemessen zu regeln sowie die sexuellen Menschenrechte im deutschen Recht umfassend zu verankern (z. B. hinsichtlich der Gleichstellung gleichgeschlechtlicher Paare oder intergeschlechtlicher Menschen).

### Ausgewählte Praxisbeispiele und Materialien

Um zu verdeutlichen, wie praktische Maßnahmen zur Förderung der sexuellen Männergesundheit heute aussehen können und welche Informations- und Bildungsmaterialien zur Verfügung stehen, seien abschließend einige ausgewählte Beispiele zusammengetragen.

### Fachlich fundierte Ratgeber-Literatur zur männlichen Sexualität

- *BZgA (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung) (2002)*. Wie geht's – wie steht's? Wissenswertes für Jungen und Männer. Köln: BZgA.
- *Fliegel, S. & Veith, A. (2010)*. Was jeder Mann über Sexualität und sexuelle Probleme wissen will: Ein Ratgeber für Männer und ihre Partnerinnen. Göttingen: Hogrefe.
- *Zilbergeld, B. (2000/1978)*. Die neue Sexualität der Männer: Was Sie schon immer über Männer, Sex und Lust wissen wollten. Tübingen: DGVT.

### Websites zur Sexualaufklärung für unterschiedliche männliche Zielgruppen

- *Info4Escorts.de* (Arbeitskreis deutschsprachiger Stricherprojekte): Gesundheitsbezogene Informationen und Beratung für Jungen und Männer, die mit Sex Geld verdienen.
- *MakeLoveNotPorn.com* (Cindy Gallop): Sexualitätsdarstellungen in der Pornografie werden sexueller Alltagspraxis gegenübergestellt. Das Material soll vor allem jungen Männern eine Orientierung darüber geben, welchen Realitätsgehalt fiktionale pornografische Sexualitätsdarstellungen haben.
- *Pflege-deinen-Schwanz.de* (AIDS-Hilfe Dresden/Matthias Stiehler): Allgemeines Informationsportal zur sexuellen Männergesundheit.
- *Sexsicher.de* (Gemeinnützige Stiftung Sexualität und Gesundheit/Harriet Langanke): Informationen über Safer Sex für Prostitutionskunden in für die Szene typischer Sprache. Die Informationen wurden zusammen mit der Zielgruppe erarbeitet. Zudem ist die Website in einschlägigen deutschsprachigen Freier-Foren verlinkt.
- *Zanzu.de* (BZgA/Sensoa): Grundlegende Informationen über sexuelle und reproduktive Gesundheit in zahlreichen Spra-

chen und mit visueller Veranschaulichung. Das Material kann selektiv von Fachkräften eingesetzt werden, die mit Männern und Frauen unterschiedlicher Muttersprachen und Kulturkreise arbeiten.

### Video-Material zur Sexualaufklärung für unterschiedliche männliche Zielgruppen

- *61MinutenSex* (YouTube-Kanal von Jan Winter & Gianna Chanel): Lustorientierte Sexualaufklärung mit sexualpädagogischem Hintergrund, die sich mit kurzen Video-Clips vor allem an männliche Jugendliche richtet. In den Videos werden Fragen und Reaktionen der jungen Zuschauer aufgegriffen.
- *Geiler Scheiß* (Medienprojekt Wuppertal): Dokumentarfilm (2008) über den Umgang männlicher und weiblicher Jugendlicher mit Pornografie. Der Film wurde unter Mitarbeit der Jugendlichen produziert und zeigt die Vielfalt der Aneignungs- und Sichtweisen der Jugendlichen.
- *MrTransQueer* (YouTube-Kanal von einer Gruppe von Trans\*-Männern): Authentische Erfahrungsberichte von jungen Trans\*-Männern zu Fragen der Identität, Liebe und Sexualität.
- *Survival Guide – Love & Sex* (YouTube-Kanal von Endemol beyond GmbH; mit Mia & Lars): Lustorientierte Sexualaufklärung für männliche und weibliche Jugendliche.

### Peer-to-Peer-Beratung und Selbsthilfegruppen zur sexuellen Männergesundheit

- *AVEN-Forum.de* (deutschsprachiges Forum des Asexual Visibility and Education Network AVEN): Online-Forum für Erfahrungsaustausch, Weiterbildung und soziale Unterstützung von und für asexuelle Menschen.
- *forum.dgti.info* (Forum der Deutschen Gesellschaft für Transidentität und Intersexua-

lität e.V.): Online-Forum für Erfahrungsaustausch zu Transidentität und Intersexualität.

- *Impotenz-Selbsthilfe.de* (Selbsthilfegruppe Erektile Dysfunktion, Gröbenzell): Informationsplattform über Selbsthilfe-Initiativen von Männern mit Erektionsstörungen.

### Präventions-Projekte und Kampagnen zur sexuellen Männergesundheit

- *AKSD.eu* (Arbeitskreis deutschsprachiger Stricherprojekte): Zusammenschluss von sozialpädagogischen Einrichtungen, die gesundheitsbezogene Arbeit mit der Zielgruppe männlicher Prostituirter anbieten.
- *ItGetsBetter.org* (Dan Savage): Weltweite Initiative zur Prävention von Diskriminierung und Mobbing gegen lesbische, schwule, bisexuelle und transgender Jugendliche.
- *IWWIT.de* («Ich weiß was ich tu«, Deutsche AIDS-Hilfe): Bundesweite Präventionskampagne für schwule Männer zu Fragen der sexuellen Gesundheit.
- *Kein-Taeter-Werden.de* (Universitätsklinikum Charité in Berlin, Klaus Beier): Präventionsnetzwerk, das bundesweit an verschiedenen Standorten kostenlose und vertrauliche Behandlungsangebote für Menschen bietet, die sich sexuell zu Kindern hingezogen fühlen und keine Übergriffe begehen wollen.
- *Männerberatung von Pro Familia* (pro-familia.de): Beratung speziell für Jungen und Männer zu Fragen von Sexualität, Partnerschaft, Schwangerschaftskonflikt usw.

### Literatur

- 1 WHO (World Health Organization). Defining Sexual Health. Genf: WHO; 2006 [zitiert am 02.02.2017]. [http://www.who.int/reproductivehealth/topics/gender\\_rights/defining\\_sexual\\_health.pdf](http://www.who.int/reproductivehealth/topics/gender_rights/defining_sexual_health.pdf).
- 2 Dekker A. Was heißt: Sexualität ist »bio-psycho-sozial«? Über die erkenntnistheoretischen Grundlagen interdisziplinärer Sexualforschung. ZS für Sexualforschung. 2013;26(1):34–43.
- 3 Arakawa DR, Flanders CE, Hatfield E, Heck R. Positive Psychology: What Impact has it had on Sex Research Publication Trends? *Sexuality & Culture*. 2013;17(2):305–320.
- 4 Williams DJ, Thomas JN, Prior EE, Walters W. Introducing a Multidisciplinary Framework of Positive Sexuality. *Journal of Positive Sexuality*. 2015;1:6–11.
- 5 Diamond LM, Huebner DM. Is good sex good for you? Rethinking sexuality and health. *Social and Personality Psychology Compass*. 2012; 6/1:54–69.
- 6 Meuser M. *Geschlecht und Männlichkeit*. 3. Aufl. Wiesbaden: VS; 2010.
- 7 Connell RW, Messerschmidt JW. Hegemonic masculinity: Rethinking the concept. *Gender Soc*. 2005;19:829–859.
- 8 Levant RF. Research in the psychology of men and masculinity using the gender role strain paradigm as framework. *Am Psychol*. 2011;66:765–776.
- 9 Kiselica MS, Benton-Wright S, Englar-Carlson M. Accentuating positive masculinity: A new foundation for the psychology of boys, men, and masculinity. In: Wong YJ, Wester SR (Hrsg.), *APA Handbook of Men and Masculinities*. Washington, DC, US: APA; 2016:123–143.
- 10 Anderson E. *Inclusive Masculinity: The Changing Nature of Masculinities*. London: Routledge; 2009.
- 11 Winter R, Neubauer G. *Kompetent, Authentisch und normal? Aufklärungsrelevante Gesundheitsprobleme, Sexualaufklärung und Beratung von Jungen*. Köln: BZgA; 1998.
- 12 Heasley R. Queer masculinities of straight men: A typology. *Men Masc*. 2005;7(3):310–320.
- 13 Simpson M. The Metrosexual is dead. Long live the spornosexual. *The Telegraph*; 2014 [zitiert am 02.02.2017]. <http://www.telegraph.co.uk/men/fashion-and-style/10881682/The-metrosexual-is-dead-Long-live-the-spornosexual.html>.
- 14 Pohl R. Männer – das benachteiligte Geschlecht? Weiblichkeitsabwehr und Antifeminismus im Diskurs über die Krise der Männlichkeit. *Gruppenpsychother Gr*. 2012;48(3):296–324.
- 15 Bosinski HAG. Sexuelle Gesundheit von Männern aus sexualmedizinischer Sicht. *Bundesgesundheitsblatt*. 2013;56:215–222.
- 16 RKI (Robert Koch Institut). *Gesundheitliche Lage der Männer in Deutschland*. Berlin: Robert Koch Institut; 2014 [zitiert am 02.02.2017]. <https://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Gesundheitsberichterstattung/GBEDownloadsB/maennergesundheit.pdf>.
- 17 Petersen JL, Hyde JS. A meta-analytic review of research on gender differences in sexuality, 1993–2007. *Psychol Bull*. 2010;136(1):21–38.
- 18 Vanwesenbeeck I. Doing Gender in Sex and Sex Research. *Archives of Sexual Behavior*. 2013;38:883–898.

- 19 Schmitz S, Höppner G. Neurofeminism and feminist neurosciences: a critical review of contemporary brain research. *Front Hum Neurosci*. 2014;8:Artikel 546.
- 20 Schröttle M. Die Studienergebnisse des Robert-Koch-Instituts zu Gewalt gegen Frauen und Männer: Ein Lehrstück für die Notwendigkeit einer methodisch versierten Erfassung, Auswertung und Interpretation geschlechtervergleichender Daten im Rahmen einer geschlechtersensiblen Gewalt- und Gesundheitsforschung. 2013 [zitiert am 02.02.2017]. [http://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Studien/Degs/degs\\_w1/Basispublikation/Stellungnahme\\_Schroettle.pdf](http://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Studien/Degs/degs_w1/Basispublikation/Stellungnahme_Schroettle.pdf).
- 21 Döring N. The Internet's Impact on Sexuality. A Critical Review of 15 Years of Research. *Comput Hum Behav*. 2009;25(5):1089–1101.
- 22 Döring N. Medien und Sexualität. In: von Gross F, Meister D, Sander U (Hrsg.), *Medienpädagogik – ein Überblick*. Weinheim: Beltz Juventa; 2015:323–364.
- 23 Sigusch V. Vom König Sex zum Selfsex. Über gegenwärtige Transformationen der kulturellen Geschlechts- und Sexualformen. In: Schmerl C, Soine S, Stein-Hilbers M, Wrede B (Hrsg.), *Sexuelle Szenen. Inszenierungen von Geschlecht und Sexualität in modernen Gesellschaften*. Opladen: Leske + Budrich; 2000:229–249.
- 24 O'Hara S. Monsters, playboys, virgins and whores: Rape myths in the news media's coverage of sexual violence. *Language and Literature*. 2012;21(3):247–259.
- 25 Döring N, Reif A, Pöschl S. How gender-stereotypical are selfies? A content analysis and comparison with magazine adverts. *Comput Hum Behav*. 2016;55:955–962.
- 26 Zurstiege G. Fit und flott – und ein wenig sexy in schwarz-weiß: Die strukturelle Ambivalenz werblicher Medienangebote. In: Holtz-Bacha C (Hrsg.), *Stereotype? Frauen und Männer in der Werbung*. Wiesbaden: VS; 2008:107–123.
- 27 Bänziger PP, Beljan M, Eder FX, Eitler P (Hrsg.). *Sexuelle Revolution? Zur Geschichte der Sexualität im deutschsprachigen Raum seit den 1960er Jahren*. Bielefeld: Transcript; 2013.
- 28 Schmidt G. *Das neue Der Die Das. über die Modernisierung des Sexuellen*. Gießen: Psychosozial Verlag; 2014.
- 29 Henningsen A, Tuijer, E, Timmermanns, S (Hrsg.). *Sexualpädagogik kontrovers*. Weinheim: Beltz Juventa; 2016.
- 30 Frith H. *Orgasmic Bodies. The Orgasm in Contemporary Western Culture*. Basingstoke: Palgrave Macmillan; 2015.
- 31 Dekker A, Matthiesen S. Studentische Sexualität im Wandel: 1966–1981–1996–2012. *ZS für Sexualforschung*. 2015;23(3):245–271.
- 32 Frommel, M. Symbolisches Strafrecht. vorgänge. 2015;212(4):107–114.
- 33 Cacchioni T. The Medicalization of Sexual Deviance, Reproduction, and Functioning. In: DeLamater J, Plante R (Hrsg.), *Handbook of the Sociology of Sexualities*. New York: Springer; 2015:435–452.
- 34 Döring N. Sexuell explizite Inhalte in neuen Medien: Negative und positive Wirkungen auf unterschiedliche Bevölkerungsgruppen. In: Reinecke L, Trepte S (Hrsg.), *Unterhaltung in neuen Medien*. Köln: Herbert von Halem; 2012:361–378.
- 35 Döring N, Daneback K, Shaughnessy K, Grov C, Byers ES. Online sexual activity experiences among college students: a four-country comparison. *Arch Sex Behav*. 2015; Online first.
- 36 Döring N. Prostitution in Deutschland: Eckdaten und Veränderungen durch das Internet. *ZS für Sexualforschung*. 2014;27(2):99–137.
- 37 Tolman DL, Diamond LM. Sexuality Theory: A Review, a Revision, and a Recommendation. In: Tolman DL, Diamond LM (Hrsg.), *APA Handbook of Sexuality and Psychology: Vol 1. Person-Based Approaches*. Washington, DC, US: APA; 2014:3–27.
- 38 Mosser P. Erhebung (sexualisierter) Gewalt bei Männern. In: Helfferich C, Kavemann B, Kindler H (Hrsg.), *Forschungsmanual Gewalt. Grundlagen empirischer Erhebung von Gewalt in Paarbeziehungen und sexualisierter Gewalt*. Wiesbaden: Springer VS; 2016:177–190.
- 39 Mohler-Kuo M, Landolt M, Maier T, Meidert U, Schönbucher V., Schnyder, U. Child Sexual Abuse Revisited: A population-based cross-sectional study among Swiss adolescents. *J Adolescent Health*. 2014;54:304–311.
- 40 Krahé B, Berger A. Men and women as perpetrators and victims of sexual aggression in heterosexual and same-sex encounters: A study of first-year college students in Germany. *Aggressive Behav*. 2013;39(5):391–404.
- 41 Costa D, Soares J, Lindert J, Hatzidimitriadou E, Sundin Ö, Toth O, Ioannidi-Kapolo E, Barros H. Intimate Partner Violence: A study in men and women from six European countries. *Int J Public Health*. 2015;60(4):467–478.
- 42 Krahé B. Sexuelle Aggression und Opfererfahrung unter Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Prävalenz und Prädiktoren. *Psychol Rundsch*. 2009;60(3):173–183.
- 43 Döring N. Gefährliche Videoübertragung aus dem Kinderzimmer? YouNow im Faktencheck. *merz – medien + erziehung, ZS für medienpädagogik*. 2015;59(3):51–58.
- 44 Döring N. Consensual sexting among adolescents: Risk prevention through abstinence education or safer sexting? *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*. 2014;8(1), Artikel 9.

- 45 Langanke H, Ross MW. Web-based forums for clients of female sex workers: Development of a German internet approach to HIV/STD-related sexual safety. *Int J STD & AIDS*. 2009;20:4–8.
- 46 BZgA (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung). *Jugendsexualität 2015*. 2015 [zitiert am 02.02.2017]. <http://www.forschung.sexualaufklaerung.de/4763.html>.
- 47 Moreira ED, Hartmann U, Glasser DB, Gingell C. A Population survey of sexual activity, sexual dysfunction and associated help-seeking behavior in middle-aged and older adults in Germany. *Eur J Med Res*. 2005;10:434–443.
- 48 Tiefer L. The »New View« Approach to Men's Sexual Problems. *Medscape Urology*; 2006 [zitiert am 02.02.2017]. <http://www.medscape.org/viewarticle/541364>.
- 49 Steffens MC, Wagner C. Diskriminierung von Lesben, Schwulen und Bisexuellen. In: Beelmann A, Jonas KJ (Hrsg.), *Diskriminierung und Toleranz. Psychologische Grundlagen und Anwendungsperspektiven*. Wiesbaden: VS; 2009:241–262.
- 50 Wensierski HJ. Homosexualität bei jungen Muslimen in Deutschland. In: Becker U, Friedrichs H, von Gross F, Kaiser S (Hrsg.), *Ent-Grenzes Heranwachsen*. Wiesbaden: Springer VS; 2016:105–128.
- 51 Jahnke S, Imhoff R, Hoyer J. Stigmatization of people with pedophilia: Two comparative surveys. *Arch Sex Behav*. 2015;44:21–34.
- 52 Joyal C. How Anomalous are Paraphilic Interests? *Arch Sex Behav*. 2014; 43:1241–1243.
- 53 Briken P. Paraphilie und paraphile Störung im DSM-5. *Forensische Psychiatrie, Psychologie, Kriminologie*. 2015;9(3):140–146.
- 54 Riek S, Salm R. *Lustvoll Mann Sein. Expeditionen ins Reich männlicher Sexualität*. Bielefeld: Kamphausen; 2015.
- 55 Gernert J. *Generation Porno. Jugend, Sex, Internet*. Köln: Fackelträger; 2010.
- 56 Hakim C. The Male Sexual Deficit: A social fact of the 21st century. *Int Sociol*. 2015;30(3): 314–335.
- 57 Baumeister R, Vohs K. Sexual economics, culture, men, and modern sexual trends. *Society*. 2012;49(6):520–524
- 58 Rudman L, Fetterolf J. Why Sexual Economics Theory Is Patriarchal: Reply to Vohs and Baumeister's (2015) Comment on Rudman and Fetterolf (2014). *Psychol Sci*. 2015 Sep; 26:1524–1525.
- 59 Jansen K, Bremer V, von Rüden U, Steffan E, Nitschke H. Sexuelle Gesundheit in Deutschland – Indikatoren als Instrumente zum Beschreiben, Planen und Evaluieren. *Bundesgesundheitsbla*. 2013;56(7):913–921.
- 60 Zimmer-Gembeck MJ, French J. Associations of Sexual Subjectivity with Global and Sexual Well-Being: A New Measure for Young Males and Comparison to Females. *Arch Sex Behav*. 2016;45(2):315–327.
- 61 Sielert U. *Einführung in die Sexualpädagogik*. Weinheim: Beltz; 2005.
- 62 WAS (World Association for Sexual Health). *Declaration of Sexual Rights*. 2014 [zitiert am 02.02.2017]. <http://www.worldsexology.org/resources/declaration-of-sexual-rights/>.
- 63 Kleinplatz P, Ménard A, Paradis N. Components of Optimal Sexual Experiences. In: Michalos A (Hrsg.), *Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research*. Dordrecht: Springer; 2013:1148–1153.
- 64 Ostrander N. Sexual Pursuits of Pleasure among Men and Women with Spinal Cord Injuries. *Sex Disabil*. 2009;27(1):11–19.
- 65 Wilson N, Parmenter T, Standcliffe R, Shuttleworth R. Conditionally Sexual: Men and Teenage Boys with Moderate to Profound Intellectual Disability. *Sex Disabil*. 2011;29(3):275–289.
- 66 Watson ED, Séguin LJ, Milhausen RR, Murray SH. The impact of a couple's vibrator on men's perceptions of their own and their partner's sexual pleasure and satisfaction. *Men Masc*. 2015; Online first.
- 67 Schläpfer J. Spiritualität und erotische Lebenskunst. In: Schmidt RB, Sielert U (Hrsg.), *Handbuch Sexualpädagogik und sexuelle Bildung*. Weinheim: Juventa; 2013:197–208.
- 68 Wade J. Mapping the Courses of Heavenly Bodies: The Varieties of Transcendent Sexual Experience. *J Transpersonal Psy*. 2000;32:102–122.
- 69 Marsiglio W, Hutchinson S. *Sex, Men, and Babies. Stories of Awareness and Responsibility*. New York: New York University Press; 2002.
- 70 Klein M. *Sexual Intelligence*. New York: HarperCollings; 2012.
- 71 Valtl K. Sexuelle Bildung: Neues Paradigma einer Sexualpädagogik für alle Lebensalter. In: Schmidt RB, Sielert U (Hrsg.), *Handbuch Sexualpädagogik und sexuelle Bildung*. 2. Aufl. Weinheim: Juventa; 2013:125–140.
- 72 Dannecker M, Tuidler E. *Das Recht auf Vielfalt: Aufgaben und Herausforderungen sexueller Bildung*. Göttingen: Wallstein; 2016.
- 73 Byers ES, Rehman US. Sexual well-being. In: Tolman DL, Diamond LM (Hrsg.), *APA Handbook of Sexuality and Psychology: Vol. 1 Person-Based Approaches*. Washington, DC, US: APA; 2014:317–337.
- 74 del Mar Sánchez-Fuentes M, Santos-Inglesias P, Sierra JC. A systematic review of sexual satisfaction. *Int J Clin Hlth Psy*. 2014;14:67–75.
- 75 Metz M, McCarthy B. The »Good-Enough-Sex« Model for Couple Sexual Satisfaction. *Sexual and Relationship Therapy*. 2007;22(3):351–362.

