

Sexualität steht weder still, noch lässt sie sich in Schubladen stecken. Eher macht sie neue auf, verändert sich mit dem Alter, sexuelle Lust wallt auf, schwillt unter Umständen wieder ab. Und: Wie viel Lust Menschen auf Sex haben, kennt kein Alter.

Diese vielen Dimensionen von Sexualität hat Barbara Rothmüller in einer quantitativen Studie untersucht. Sie ließ 3000 Personen in Österreich durch ein Markt- und Meinungsforschungsinstitut befragen: Wie viel Lust empfinde ich? Wie gut kann ich über meine Fantasien sprechen oder meinen Körper spüren, und wie zufrieden bin ich mit meinen Orgasmen? Auch wie sich Partner- und Elternschaft oder neue Beziehungskonstellationen auf die eigene Sexualität auswirken, untersuchte die Soziologin in dem

“
Sexuelle Lust und Sexualität durchlaufen unterschiedliche Entwicklungsstadien.



[Rothmüller]

Barbara Rothmüller, Soziologin

vom Krone Verlag finanzierten Forschungsprojekt. Generell halte sich in der Gesellschaft der Gedanke, Sexualität entwickle sich in der Jugend und bleibe danach stabil. Ein Irrtum. „Sexuelle Lust und Sexualität durchlaufen unterschiedliche Entwicklungsstadien, die von der persönlichen Entwicklung, der Partnerschaft, und sozialen Faktoren beeinflusst werden“, erklärt Rothmüller, die an der Sigmund Freud Universität forscht.

Lust ohne Ende

Gerade beim Thema Sexualität im Alter gebe es viele Vorurteile, etwa dass die Lust schwinde oder weniger Raum im Leben von älteren Menschen einnehme. Ihre Studie beweist das Gegenteil: Die sexuelle Zufriedenheit steigt mit dem Alter an – insbesondere bei Menschen in Partnerschaften. Gefühle von Scham und Hemmungen nehmen hingegen ab, was vielen erlaubt, beim Sex mehr im Moment präsent zu sein. Ein wichtiger Lustindikator, wie Rothmüller erklärt. Natürlich hätten Menschen über 60 im Durchschnitt nicht mehr so viele

Heute noch monogam, morgen schon polyamor

Sexualforschung. Lust, Intimität und Sex kennen viele Facetten. Wie sich unsere Sexualität im Laufe des Lebens wandeln kann und warum das Beste zum Schluss kommt.



A, bi, pan oder poly? Neue Identitäten helfen zu beschreiben, wen man wie sexuell begehrt. [gettyimages]

Sexualpartner wie Jüngere. Das liege aber oftmals daran, dass sie ihre Partnerin oder ihren Partner verloren haben oder es in diesem Alter schwierig sei, neue Menschen kennenzulernen. Die Lust auf sexuelle Kontakte bleibt. Nur zwei bis drei Prozent bezeichnen sich als asexuell. Dabei sei die Qualität der Partnerschaft eine Art „Moderator“ zwischen dem Alter und der sexuellen Lust. „Wer in einer guten Partnerschaft lebt, hat gleich viel Lust auf Sex wie jüngere Menschen“, betont die Sexualitätsforscherin. Mögliche Funktionsstörungen wie Scheidentrockenheit oder Erektionsprobleme werden mit der Le-

benserfahrung oder mit „sexueller Weisheit“ – wie es in der Forschung heißt – ausgeglichen.

Generell kann das Ausmaß, wie stark man das gleiche oder andere Geschlechter begehrt, im Laufe des Lebens variieren. „Es gibt jene, die sexuell aktiv starten und danach Phasen erleben, in denen sie weniger aktiv sind oder weniger Lust verspüren.“ Ein Trauerfall oder übermäßiger Stress kann die Lust zum Erliegen bringen. Ein Beispiel: Frauen in der Menopause. „Da sagt man oft, sie würden durch Hormone ihre Lust verlieren. Studien zeigen, dass die Lustlosigkeit eher von Mehrfachbelastung wie der Pflege

eines Angehörigen oder einer Scheidung herrührt.“ Überhaupt sei es ein Problem, so Rothmüller, dass Frauen wegen ihrer sexuellen Lust – gleich, ob zu viel oder zu wenig – gesellschaftlich beschämt und unter Druck gesetzt werden.

Sexualität, die fließt

In der Studie gaben 15 Prozent der Befragten an, dass sich die eigene sexuelle Identität im Laufe des Lebens verändert hat. Überrascht von dieser hohen Zahl startete Rothmüller eine qualitative Folgestudie, in der sie Menschen zwischen 25 und 50 Jahren interviewte, die ihre Sexualität als fluide, also als flie-

ßend oder flexibel erleben. Dabei bezieht sich das „Fluide“ nicht nur auf die sexuelle Orientierung, sondern schließt sexuelle und partnerschaftliche Präferenzen mit ein. Etwa würden sich Menschen plötzlich in der Mitte ihres Lebens in polyamoren Beziehungskonstellation wiederfinden „und bemerken, dass das ihre Sexualität enorm bereichert“, erklärt Rothmüller.

Auch innerhalb der Partnerschaft können neue sexuelle Präferenzen entstehen. Diese oftmals komplexen sexuellen Biografien möchte sie wissenschaftlich rekonstruieren. Noch sucht sie weitere Personen, die sich anonym für Gespräche zur Verfügung stellen.

Hetero, bisexuell und queer

Interessant sind diese Lebensverläufe auch, wenn man bedenkt, dass sich jeder Vierte über 60-Jährige idealerweise zwei oder sogar mehrere Sexualpartner wünscht – im Durchschnitt wünschen sich Menschen in Österreich 1,7 Sexpartner oder -partnerinnen, wie die Studie zeigte. Für viele sei dies schwierig auszuleben, so die Forscherin. Konservative Werte und Scham machen den Wunsch nach sexuellen Erfahrungen mit mehr als einer Person zum Tabu. Angst vor Diskriminierung beeinflusst auch den Wunsch nach Sex mit dem gleichen Geschlecht.

„Vor allem bei Männern über 60 ist Homosexualität stark tabuisiert, obwohl 15 Prozent bereits sexuelle Kontakte mit anderen Männern hatten.“ Damit ist der Anteil an älteren Personen mit gleichgeschlechtlichen Erfahrungen gleich hoch wie bei jüngeren. Jedoch würden Ersterer eher dazu tendieren, ihre Erfahrungen als Ausrutscher abzutun. Anders die jüngere Generation: „Sie bezeichnen sich schneller als bi- oder pansexuell und haben eine höhere Bereitschaft, neue sexuelle Identitätskategorien anzunehmen.“ Dass unterschiedliche sexuelle Identitäten heute weitaus präsenter sind, hilft Menschen, besser zu beschreiben, wen und wie sie sexuell begehren.

LEXIKON

Polyamorie: Beziehungsform, bei der man mehrere sexuelle und/oder romantische Beziehungen gleichzeitig führt.

Pansexuell: sexuelle Orientierung, bei der die Geschlechtsidentität der begehrteten Person keine Rolle spielt.

Asexuell: sexuelle Orientierung, bei der Menschen wenig bis gar kein sexuelles Verlangen verspüren.