

«Die rasende Lust der Frauen»

Die Zahl der Pornoseiten im Internet bewegt sich auf eine Milliarde zu. Der Paartherapeut Klaus Heer weiss, welche Auswirkungen dieser Boom auf Partnerschaften und Familien hat. Und er ärgert sich, wenn er selbst solche Seiten anpeilt. *Von Barbara Lukesch und Gian Marco Castelberg (Bild)*

Klaus Heer, was fällt Ihnen zum Stichwort Pornografie als Erstes ein?

Das fängt ja gut an. Wenn ich nämlich ehrlich bin, denke ich zunächst an meine eigene Pornokarriere.

Oh.

Begonnen hat sie vor 55 Jahren im Schlafsaal meines katholischen Internats in der Innerschweiz. Mit einem abgegriffenen Sexheftli unter der Matratze, das immerhin farbige Bilder von Fellatio und Kopulation enthielt. Jahrelang habe ich mir immer dieselben Szenen genehmigt. Das war aber durchaus zweckdienlich. Pfahlbauer-Porno, primitiv, sündig und scharf.

Wie würden Sie im Gegensatz dazu die heutige Pornografie beschreiben?

Heute ist Pornografie täuschend echt, parentief gefilmt, massenhaft verbreitet, überall frei Haus lieferbar. Dazu gesellschaftlich so gut wie akzeptiert, jeder ist freundlich eingeladen, sein eigener Pornoproduzent und -darsteller zu werden, indem er seine und seiner Partnerin Paarungen aufs Internet hochlädt. Nichts einfacher – und reizvoller – als das.

Fast jeder kennt heute Youporn.com, die millionenfach besuchte Internetplattform, auf der wir alle kostenlos Pornos konsumieren, aber auch unsere Privatpornos präsentieren können. Die Zeiten haben sich wirklich verändert.

Da hat tatsächlich ein kulturschockmässiger Wandel stattgefunden.

So schlimm?

Was in den letzten zehn Jahren passiert ist, schockiert mich wirklich. Diese Extremdemokratisierung der Pornografie im Sinne der globalen Ausweitung des Territoriums ist einfach unglaublich. Alle, ohne Ausnahme, können am grossen Geschäft mitwirken, aktiv und passiv.

Welche Bedeutung messen Sie iPhone und iPad bei der Verbreitung der Pornografie bei?

Die hochauflösenden Bildschirme der Smartphones und Tablet-Computer machen die Sexbilder gestochen scharf – und vor allem mobil. Das Pornokino steckt jetzt überall allzeit bereit in meiner Gesässtasche.

Das Internet macht also dem klassischen Pornokino einen Strich durch die Rechnung. Wer geht denn überhaupt noch aus dem Haus, zahlt Eintritt und riskiert, auf

dem Weg auch noch als Schmutzfink entlarvt zu werden?

Bald niemand mehr. Allerdings befriedigt das Pornokino noch etwas anders gelagerte Gelüste. Es lockt nämlich erotisch benachteiligte Männer mit exhibitionistischen Zügen an, die sich im Halbdunkel halböffentlich befriedigen. Oder auch erotische Kontakte mit anderen Kinogängern suchen, vor allem mit den wenigen anwesenden Frauen. Als Notlösung ist das gar nicht so blöd. Man ist ja im Kino gewissermassen unter sich.

Als Paartherapeut müssen Sie die Beziehungsmuster interessieren, die sich in pornografischen Darstellungen finden. Welche nehmen Sie wahr?

Ich stelle fest, dass die männlichen Pornodarsteller in den letzten Jahren freundlicher geworden sind. Es scheint so, als hätten die rüpelhaften Akteure bei ihrem mehrheitlich männlichen Publikum keinen Anklang

«Für einen Mann im Modus der Selbstbefriedigung ist dies nicht irritierend.»

mehr gefunden. Auf der Tonspur gibt es viel mehr lockere Dialoge, manchmal sogar ein fast entspanntes Lachen. Geblieben ist allerdings die allgegenwärtige männliche Gewalttätigkeit, wenn auch deutlich unterschwelliger als noch vor kurzem.

Freundliche Männer, die aber gleichwohl gewalttätig sind: Das müssen Sie erläutern.

Der Mann bestimmt und sorgt dafür, dass er auf seine Kosten kommt. Er handelt absolut eigennützig und befriedigt sich selbst an der Frau. Dazu passt, dass die Frauen im Porno wie eh und je vollkommen willig erscheinen. Da wird das steinzeitliche Grundmuster bedient, das mutmassliche Beziehungsideal der Höhlenbewohner. Ich nehme an, dass dieses bei fast allen Männern mindestens in Spuren immer noch vorhanden ist.

Irritierend am Porno ist ja tatsächlich die Omnipräsenz des Penis. Der weibliche Part hingegen beschränkt sich auf die Rolle einer gefügigen Dienstleisterin, ohne eigenen Orgasmus und mit einer weiblichen Lust, die sich auf läppisches Gestöhne beschränkt. Wieso kann so etwas trotzdem funktionieren?

Für einen Mann im Selbstbedienungsmodus ist das nicht irritierend. Im Gegenteil. Bei ihm werden während des Pornokonsums Hirnregionen aktiviert, die quasi per Standleitung mit seinem Genital verbunden sind. Die Darstellerinnen machen genau das, was der Zuschauer zu brauchen meint, will sagen, was er zu Hause vermisst. Die Frauen packen richtig zu, stöhnen. Die platzen fast vor Lust. Vor fingierter Lust natürlich, extra für die Kamera.

Aber das ist doch ein Absteller.

Nein. In der Erregungstrance kümmert das den Konsumenten nicht, solange es seiner eigenen Befriedigung dient. Er nimmt die simulierte Lust der Pornofrau als willkommenes Stimulans.

Die Anzahl der Pornoseiten im Netz soll sich auf eine Milliarde zubewegen. Wozu diese Masse, wo die meisten Pornos doch nach dem immer gleichen Strickmuster aufgebaut sind?

Sie müssen sich das Porno-Universum als ein unermessliches Jagdrevier vorstellen. Als Mann bin ich immer wieder eingeladen zu einer neuen Safari-Spritztour und habe jedes Mal die Chance, die noch ultimativere Sex-Trophäe zu erjagen.

Gibt es denn überhaupt noch Steigerungsmöglichkeiten?

Das ist mindestens die Hoffnung des Trophäenjähgers. Natürlich können Sie sagen, das müsse doch mit der Zeit langweilig werden. Aber schauen Sie, kein Jäger findet es reizlos, immer im selben Wald immer dieselben Hasen zu jagen.

Wie innig ist denn Ihr eigenes Verhältnis zu Seiten wie Youporn.com?

«Innig» ist das falsche Wort. «Zwiespältig» passt besser. Es lässt mich nicht kalt, wenn es in der Kategorie «Am besten bewertet» eine Menge, eine Unmenge Videos gibt, die sich x Millionen andere Männer in der letzten Zeit angeschaut und mit fünf goldenen Sternen ausgezeichnet haben. Gleichzeitig schimpfe ich jedes Mal mit mir, wenn ich solche Seiten anpeile. Es kommt eben gelegentlich vor, dass ich eine Pornoseite dem Schlafmittel vorziehe.

Sie beklagten einmal, dass Ihr männliches Hirn «unrettbar pornografisch verseucht» sei. Wie muss man sich diese Schäden konkret vorstellen?

>>>



«Das ist mindestens die Hoffnung des Trophäenjähgers»: Psychologe Heer, fotografiert in Bern.

Ja, die Internetpornografie ist eine Seuche, eine pandemische Schweinegrippe, nur viel perfider. Die bewegten Bilder brennen sich tief in mein Inneres ein, weil ich sie sehe und dabei erregt bin. In der realen Situation, wenn ich mit meiner Frau im Bett bin, drängen dann diese Brandzeichen in den Vordergrund. Das heisst, die Pornobilder überlagern mein Liebesleben und nehmen ihm von seiner Kraft und Schönheit. Sie schwächen den realen Liebeskontakt. Ich falle genüsslich auf einen Fake, einen Beschiss, herein und gerate in eine Art pornografische Stimmung, die mich unkonzentriert macht und daran hindert, im Hier und Jetzt voll da und präsent zu sein. Das ist fatal, denn erotisch-sexuelles Lieben hat viel mit Konzentration und Hingabe zu tun.

Sie vertreten die Idee vom CET, dem Core Erotic Theme. Darunter versteht man so etwas wie das individuelle sexuelle Grundthema eines Menschen, mit dem seine grösste Lust verknüpft ist. Viele Frauen und Männer sind sich ihres CET gar nicht bewusst, sagen Sie. Da könnten doch Pornos als Geburtshelfer oder Animatoren wirken.

Nein. Überhaupt nicht. Das zentrale erotische Thema ist das genaue Gegenteil von pornografischen Brandbeschleunigern. Das CET gibt es nur einmal, nur bei mir. Porno deckt den fantasielosen Massengeschmack ab. Porno-Plots sind arm, dumpf und gleichförmig und lassen mit ihrer technischen Perfektion null Spiel-

«Die allerschlimmste Folge ist die Sucht. Wer so weit ist, kann nicht mehr arbeiten.»

raum für eigene Bilder. Porno ist platter Bilderramsch vom Schmutzmarkt. Das CET hingegen will in meinem Inneren entdeckt werden.

Was sind die gravierendsten Folgen, die Pornokonsum nach sich ziehen kann?

Die allerschlimmste Folge ist die Sucht. Das ist eine Gefahr, ganz klar. Man sollte sie allerdings nicht dramatisieren, weil sie selten vorkommt. Wer so weit ist, kann nicht mehr arbeiten und fällt völlig aus dem Leim. Er ist krank. Ich erlebe aber immer wieder, dass Frauen, die ihren Mann nachts einmal beim Masturbieren vor dem Computer erwischen, befürchten oder behaupten, er sei sexsüchtig.

Das heisst, Pornografie ist auch Thema in den Gesprächen in Ihrer paartherapeutischen Praxis.

Ja, natürlich. Die nächtliche Selbstbefriedigung vor dem Bildschirm ist eben weit

verbreitet. Wenn eine Frau ihren Mann in flagranti ertappt oder via den Browser-Verlauf auf das stösst, was sich ihr Mann da alles reinzieht, löst das häufig so heftige Erdbeben innerhalb einer Beziehung aus, dass Paare nur mit professioneller Hilfe aus dieser Krise herauskommen.

Eine solche Frau befürchtet ja vielleicht zu Recht, dass ihr Mann dabei ist, seine Sexualität auf Dauer kaputtzumachen.

Häufig spürt die Frau schon länger, dass die gemeinsame Sexualität beeinträchtigt und dumpf ist. Sie merkt, ohne es in Worte fassen zu können, dass ihr Mann nur noch auf die eigene Rechnung wirtschaftet und sie zu selbstbezogenen Zwecken benutzt – in der uneingestanden Annahme, er habe so etwas wie eine pflegeleichte, willige Pornodarstellerin vor sich. Dass das der Frau ablöscht, liegt nahe. Aber wenn sie ihren Mann nun moralisch attackiert, indem sie ihm vorwirft, er hintergehe sie, verschärft sie das Problem und drängt ihn noch weiter in den Untergrund.

Wie sähe eine sinnvollere Strategie der Frau aus?

Sie könnte erkennen, dass ihr Mann sie nicht hintergeht, sondern vielmehr ein Beziehungsproblem zu lösen versucht. Das tut er allerdings eigenmächtig, was natürlich wieder neue Probleme schafft. Ich würde ein solches Paar bitten, ihre je eigenen Bedürfnisse zu schildern, einander zuzuhören und miteinander nach gemeinsamen Verbesserungsmöglichkeiten zu suchen.

Paarkonflikte entzünden sich auch an Szenen wie dieser: Er will unbedingt mit ihr zusammen einen Porno anschauen oder auch gern mal ein entsprechendes Kino besuchen. Sie findet das hingegen eklig, nicht zuletzt, weil sie sich an der Geringschätzung von Frauen in den meisten Pornos stört. Was tun?

Offenbar ist ihm daran gelegen, dass die körperliche Liebe zwischen ihnen beiden neu aufblüht. Er liebt seine Frau und hat mitbekommen, dass man etwas tun muss, damit die Sexualität nicht vollends einschläft. Darum ergreift er eine solche Initiative. Sie kann mit diesem Vorschlag nicht viel anfangen. Also ist sie eingeladen, nun selber etwas vorzuschlagen, was ihr gefällt. Aber da staune ich in meiner Praxis immer wieder, wie wenig eigene Vorschläge von Seiten der Frauen kommen. Im Zuge der sexuellen Emanzipation wäre es doch langsam fällig, dass sich Frauen nicht darauf beschränken, «Nein!» oder «So nicht» zu sagen. Sie müssten wissen und kundtun, was sie stattdessen möchten, mutig und konkret. Davon sind wir noch weit entfernt, scheint mir.

Manchmal ergreift ja doch einmal eine Frau die Initiative. Was würden Sie im folgenden

Klaus Heer

Klaus Heer ist ein Routinier auf dem öffentlichen Parkett. Er hält Vorträge, nimmt an Podiumsdiskussionen teil, lässt sich vor vollen Sälen interviewen. Problemlos. Nur wenn es um Interviews geht, die gedruckt werden sollen, scheut er. Etwa bei der Arbeit am Buch «Klaus Heer, was ist guter Sex? Gespräche über das beste aller Themen», das Barbara Lukesch mit ihm realisierte. Das war bei diesem Interview nicht anders. Heer begründet das mit seiner Konzentration, die unter der persönlichen Begegnung leide. Klaus Heer wurde 1943 geboren. Nach seinem Psychologiestudium in Hamburg und Bern bildete er sich zum Psycho- und Paartherapeuten weiter. In den knapp vierzig Jahren, in denen er mit Paaren arbeitet, hat er sich den landesweiten Ruf einer Kapazität in Fragen der Liebe, Partnerschaft und Sexualität erworben. Er hat verschiedene Bestseller geschrieben, darunter «Ehe, Sex und Liebesmüh. Eindeutige Dokumente aus dem Innersten der Zweisamkeit» und «Paarlauf. Wie einsam ist die Zweisamkeit?». Klaus Heer hat zwei erwachsene Töchter und lebt in Bern. (bl)

Fall für einen Ratschlag geben: Sie möchten gern ein selbstgedrehtes Pornovideo von sich und ihrem Mann ins Internet stellen, weil die Vorstellung sie antörnt, Tausende von Betrachtern scharf zu machen. Er findet das zu riskant und stressig und fürchtet die Folgen. Wie weiter?

Diese Idee ist wie alles, was man als Paar sexuell miteinander zu tun gedenkt, hundert Prozent konsenspflichtig. Um einander zu finden, müssen beide dem anderen genauestens zuhören: Was will er? Wonach sehnt sie sich? Was sind seine Bedenken? Gibt es alternative Möglichkeiten, die beiden Freude machen?

Kennen Sie Paare, die einen lustvollen Umgang mit Pornografie pflegen?

Ehrlich gesagt, nein. Ich habe mich auch schon gefragt, woran das liegt. Redet niemand gern über so etwas Heikles? Oder funktionieren Pornos als Doping der Paarsexualität nur sehr beschränkt oder gar nicht? Ich tippe auf Letzteres.

Ein Thema, das im Gegensatz dazu immer wieder Anlass zu Diskussionen bietet, ist die Frage, wie stark Pornokonsum Kinder und Jugendliche beeinträchtigt. Viele Eltern empfinden es als sehr bedrohlich, wenn sie merken, dass auch ihr Nachwuchs Youporn entdeckt hat.

Bedrohlich ist zunächst einmal, dass die Erwachsenen den Kindern und Jugendli-

chen vorleben, was am Computermonitor hyperattraktiv ist. Das ist unsere Kultur, wir Erwachsenen haben die Abermillionen Pornoseiten ins Netz gestellt und schauen uns die an. Kinder und Jugendliche würden nie von sich aus auf so etwas kommen. Ich kann also diese Empörung nicht ganz ernst nehmen, solange wir selber das tun, worüber wir uns dann entsetzen und aufregen. Das ist Doppelmoral.

Trotzdem: Diese ständige Verfügbarkeit von Pornografie, noch dazu kostenlos, ist doch ein Phänomen neueren Datums. Daher möchten Eltern gern wissen, ob Jugendliche und Kinder in der Lage sind, damit umzugehen, ohne Schaden zu nehmen.

Die Jugendlichen haben keine Wahl. Sie müssen den Umgang mit diesen Medien lernen, und sie werden das auch. Ich erlaube mir eine zarte Zuversicht. Die Menschen, denen der seelenlose Pornomist von Kindesbeinen an in rauen Mengen verfügbar ist, werden eines Tages die Nase voll davon haben, vielleicht noch vor uns. Ich bin zwar kein Jugendpsychologe, stelle mir aber vor, dass sich bei den Jungen der Wunsch nach etwas regen könnte, das mehr Substanz und Erlebniswert hat als Pornografie.

Was fehlt primär im Porno, wo sind pornografische Darstellungen realitätsfremd?

Im Porno bekommen wir eine gefälschte Sexualität vorgesetzt, die frei ist von allem Mühsamen und Komplizierten. Was nicht direkt mit aktivierten Schwellkörpern und Schleimhäuten zu tun hat, ist ausgeblendet. Der Gonzo-Porno ist gefragt, die strikte Reduktion auf Kopulation, Oralsex und Abspritzen. Und was ich immer wieder erstaunlich finde, ist die gänzliche Abwesenheit des weiblichen Orgasmus.

Ist das auch für Sie als Mann so erstaunlich?

Ja, jedes gründliche Hinschauen bestätigt die Wahrnehmung neu: Pornofrauen werden klar als anorgastisch dargestellt.

Wie lässt sich das erklären? In Wirklichkeit sind die Männer doch sehr stolz, wenn sie ihre Frauen zum Orgasmus bringen können. Von daher sollte das Interesse daran gross sein.

Kein Laut, den Frauen aus Lust machen, ist eindeutig lesbar. Wenn man seine Partnerin kennt und liebt, vertraut man ihr. Sie sagt vielleicht: «Oh, das war ein toller Orgasmus» und beschreibt ihn. Aber zweifelsfrei identifizieren lässt sich das von aussen nicht. So etwas ist für einen Porno viel zu kompliziert.

Was fehlt sonst noch im Porno?

Fast alle zärtliche Berührung und der Augenkontakt. Die Darstellerin schaut ja

interessanterweise oft den Betrachter an und nicht ihren Schauspielerkollegen. Und es fehlt das wichtige Wort «nein». Die Frauen machen alles mit. Notabene: Kondome sieht man inzwischen überhaupt nicht mehr.

Pornos sind auch frei von Scham.

Das ist sterbenslangweilig, weil in Wirklichkeit nur der Sex der Tiere ohne Scham abläuft. Menschliche Sexualität ohne jede Scham ist unmenschlich, eben pornografisch. Darum ist klar: Pornografie hat nichts mit Sexualität zu tun. Nicht uninteressant ist übrigens auch die umgekehrte Frage: Was kommt im Porno vor, nicht aber im heimischen Doppelbett?

Nämlich?

Vor allem diese rasende Lust der Frau auf das männliche Geschlechtsorgan und ihre Lust, sich das Sperma ins Gesicht und in den Mund spritzen zu lassen. Welche Frau im ehelichen Schlachtschiff, dem Doppelbett, verspeist schon das Sperma ihres Gatten mit Hochgenuss? Und was in der Realität auch noch fehlt, sind dicke Schminke, zentimeterlange Fingernägel und High Heels im Bett.

Was, glauben Sie, wirkt am nachhaltigsten: pornografische Texte, Bilder oder Filme?

Die monströse Flut leicht zugänglicher Videos stellt alles in den Schatten, was es sonst noch an pornografischem Material gibt. Erotische Texte sind vergleichbar mit hartem Schwarzbrot und Sexbilder mit schlabberigem Tiramisu. Pornovideos führt sich der Mann wie eine Infusion zu Gemüte

«Im Porno bekommen wir eine gefälschte Sexualität vorgesetzt.»

– passiv-gierig. Die Nährlösung bläht ihn lokal auf und stumpft ihn als Liebhaber ab. Ich bin aber zuversichtlich, dass sich die Männer einmal wieder vermehrt aufs Schwarzbrot besinnen. Oder vielleicht sogar ohne erotische Krücken auskommen beim Lieben.

Erotische Texte sind in Ihren Augen also vergleichsweise harmlos und lassen der eigenen Fantasie noch mehr Raum. Würden Sie sie als willkommene sexuelle Stimuli bezeichnen?

Was sind willkommene Stimuli? Dahinter steht doch die Idee, unsere Sexualität sei so etwas wie eine Apparatur, die umso besser und befriedigender läuft, je effizienter sie stimuliert wird. Wir merken gar nicht, wie weit wir uns damit von unserer tiefsten Liebessehnsucht entfernen. Liebe will weder stimulieren noch stimuliert werden. Liebe will einfach sein, nahe sein. Und lieben natürlich. ○

**Jetzt
exklusiv für
Weltwoche-
Leser!**



**Als Abonnent/-in
der Weltwoche
jetzt TV-Star
CHF 60.-
günstiger.**

**TV-Star –
Ihre Schweizer Fernseh-Stars**

- Das topaktuelle und übersichtliche TV-Programm mit täglich 60 Sendern.
- Tagestipps und Film-Highlights mit Bewertungen der eigenen Redaktion.
- Vielfältiger Magazinteil: alles über die TV- und Showszene.
- Originelle Kolumnen, grosser Rätselteil.

**Jetzt bestellen und
CHF 60.- sparen:
Telefon 043 444 57 01**

**DIE WELTWOCH
TVstar**