

Augsburger Allgemeine



Geld

Jetzt ist Würzburg auf der 100-Euro-Münze Bayern

Ungarn

Das rote Gift fließt in die Donau Aus aller Welt

Bildergalerie

Reife Models in der Werbung

Bei uns im Internet



Wolkig, 16 Grad

Nebel oder Hochnebel, später sonnig Wetter



FREITAG, 8. OKTOBER 2010 AUSGABE AS | NR. 233 | 66./159. JAHRGANG

www.augsburger-allgemeine.de

PREIS € 1,25

Die Lust als Last

Gesellschaft Sexsucht halten viele nur für ein Laster aus Hollywood. Geschichten über Tiger Woods oder Mick Jagger nähren diese Vorstellung. Doch das Leben von Männern, deren Trieb außer Kontrolle gerät, ist meist nicht glamourös. Es erzählt von Einsamkeit. Eine Begegnung

VON JOSEF KARG

Friedberg Er ist froh, dass die heißen Tage und lauen Nächte des Sommers vorüber sind. Denn in dieser Zeit kann das Leben für ihn brutal sein. Wenn Frauen nackte Haut zeigen, Stöckelschuhe höher sind als sonst und Röcke mehr andeuten als sie verhüllen. Wenn er beobachtet, wie sich in Cabrios Liebespaare küssen und an Badeseen Frauen oben ohne im Grün liegen. Dann wird die Versuchung schier übermächtig. „Ich muss mir dann wie ein Mantra vorsagen, dass diese Frauen nichts mit mir zu tun haben“, erzählt er. Er muss sich selbst zügeln, bevor ihn das Fieber wieder befällt. Er sagt: „Seit zehn Jahren gelingt mir das halbwegs.“

Das war nicht immer so. Jahrzehntlang war die Gier nach Lust in ihm größer. Das kurze mächtige Rauschgefühl, der Kick. Bis postwendend der emotionale Absturz kam. Was blieb, war Scham. Walter

„Ich muss mir dann wie ein Mantra vorsagen, dass diese Frauen nichts mit mir zu tun haben.“

Der Sexsüchtige Walter Huber

Huber (Name von der Redaktion geändert) spricht von einem Parallelleben, das sein eigenes weitgehend ausgelöscht hat. Seine Frau hat er verloren, seine zwei Töchter und sein Haus. „Erst dann merkte ich, so geht es nicht mehr weiter.“ Mit niedergeschlagenen Augen fügt er hinzu: „Ich war süchtig nach Sex.“

Alles begann ganz harmlos. Mit einem Versandhaus-Katalog, der in der Küche seines Elternhauses herumlag. Wie so viele damals auf dem Land war er von seinen Eltern nicht aufgeklärt worden. Eines Tages also blätterte der pubertierende Junge in dem Katalog. „Rein zufällig“, wie er betont. Als er zu den Seiten kam, auf denen Models in Wäsche abgebildet waren, habe er plötzlich „etwas Heißes in sich gespürt“. Ein Gefühl, wie es viele in seinem Alter haben.

An das Jahr erinnert er sich nicht mehr, schon gar nicht an den Tag. Er ist sich aber sicher, dass der im Prinzip harmlose Katalog der Anfang eines Lasters war, das ihn nach eigenem Bekunden fast umgebracht hätte. „Ich habe das Problem jahrelang überhaupt nicht wahrgenommen oder es einfach nicht erkennen wollen“, sagt er. Kein Wunder: Sexsucht ist bis heute eine Krankheit, die selbst von vielen Ärzten noch immer nicht als solche erkannt wird.

Der 49-Jährige ist über hundert Kilometer aus einer Stadt in Süddeutschland angereist, um anonym bleiben zu können. Beim Treffen in einem Café in Friedberg bei Augsburg bittet er um „absolute Diskretion“. Er wolle nicht den Rest seines bürgerlichen Lebens verlieren – beispielsweise seinen Job als Industriemechaniker. „Einen Sexsüchtigen will niemand bei sich beschäftigen“, sagt er. Wahrscheinlich hat er recht.

Huber wirkt nervös. Der Mann mit leichtem Bauchansatz tippelt unentwegt mit seinen Füßen, sein Blick wirkt unsicher, als könnte ihn jemand im Lokal erkennen. Die Haut seiner Arme ist so trocken, dass sie sich schuppt. Andere Stellen sind zerkratzt. „Die Gesellschaft glaubt, viel über Sexsucht zu wissen. Aber sie weiß nichts.“ Huber würgt diesen Satz richtiggehend aus sich heraus. Er würde gerne mehr erzählen, doch es fällt ihm schwer. Zu sehr wühlt ihn das Thema auf. Er seufzt. Er will ja sprechen, er will sich ja öffnen.

Walter Hubers Ziel ist es, andere mit ähnlichen Problemen rechtzeitig darauf aufmerksam zu machen. „Es gibt so viele, die leiden, es sich aber nicht eingestehen.“ Vier von hundert Deutschen leiden nach Schätzungen von Experten an Sexsucht. Die Krankheit ist auf keine soziale Schicht beschränkt. „Es kann im Prinzip jeden treffen“, sagt er – auch Frauen übrigens. Für die sei das Problem besonders schlimm, weil sie schnell in die Schublade „Flittchen“ einsortiert würden.

Huber sagt, er kenne Universitätsprofessoren und einfache Arbeiter, 20-Jährige und über 70-Jährige, die in seine Selbsthilfegruppe kommen, weil sie sich nächtelang Pornobilder auf den Rechner laden und sich stundenlang selbst befriedigen.

„Das Problem greift um sich. Mehr Leute als wir denken haben damit zu kämpfen“, sagt auch der Suchtexperte und Buchautor Craig Cross. „Tiger Woods hat dem Thema viel Aufmerksamkeit beschert, mich beschäftigt es allerdings schon seit Jahren.“ Sexsucht führe bei den Betroffenen zum Verlust der Kontrolle über ihren Geschlechtstrieb, zur zwanghaften Suche nach sexuellen Kontakten oder zur Jagd nach Höhepunkten im dunklen Kämmerchen daheim. In seinen Symptomen und Auswirkungen sei Sexsucht dem Alkoholismus ähnlich.

Huber stimmt der These zu: „Genau so ist es. Wenn es bei mir nicht die Sexsucht gewesen wäre, wäre ich vielleicht Alkoholiker geworden oder Fixer.“ Mit einem Therapeuten hat er die Gründe aufgearbeitet und landete schließlich bei seinen



Sexsüchtige aus allen sozialen Milieus zieht es auch ins Rotlichtmilieu. Doch viel häufiger verbringen sie die Nächte vor Computern. Foto: imago

Eltern. Huber sagt heute über sich: „Bei mir ist da ein seelisches Loch, das wollte ich mit irgendetwas zu kleistern. Doch es gelang nicht, weil das, was ich draufkleben wollte, immer kleiner war als das Loch.“

Vielleicht stammt so ein Satz von

einem Therapeuten. Er passt nicht so richtig zur Sprache Hubers, obwohl er viel über sein Leben nachdenkt. Als Ursache seines Problems glaubt er, ein Aufmerksamkeitsdefizit der Eltern in der frühen Kindheit erkannt zu haben. „Ich war der Äl-

teste, nur ein Jahr später kamen Zwillinge. Das waren dann die Prinzen“, sagt er. Um mich kümmerte sich keiner mehr. Noch heute hört man den Frust in der Stimme. Huber wollte trotzdem etwas Besonderes sein. Er baute sich seine persönliche Parallelwelt auf.

Als Halbwüchsiger gaukelte er seiner Umgebung vor, er würde gerne Radfahren. Doch statt in die Pedale zu treten, zog er sich in Verstecke zurück, in denen er sich ganz seinen Fantasien hingab. Das änderte sich auch nicht, als er heiratete und selbst mehrfacher Vater wurde. „Ich hatte Hunderte von Pornoheften“, erzählt er.

Nach der Schicht zog es ihn oft ins Rotlichtmilieu. Seiner Frau schwindelte er vor, er sei ein Bier trinken gegangen. Jahrelang ging das gut, bis der Schwindel aufflog. Es war das Ende einer unwirklichen Beziehung, für den Sexsüchtigen auch eine Erleichterung. Er litt darunter, so eine tiefe dunkle Seite zu haben.

Es ist keine glamouröse Welt, in der sich Huber und seine Leidensgefährten bewegen. „Die meisten zie-

„Sexsüchtige haben Probleme, menschliche Bedürfnisse nach Vertrauen, Nähe und Geborgenheit zu befriedigen.“

Der Sexualpsychologe Christoph Ahlers

hen sich zurück und sitzen stundenlang am Computer.“ Das Internet sei für sie so, als würde man einen Alkoholiker in einen Spirituosenladen setzen. Immer sei man auf der Suche nach dem ultimativen Bild. Manche würden dabei schließlich im Pädophilenmilieu landen. Potenzielle Vergewaltiger seien Sexsüchtige allerdings nicht. Der Kriminologe Professor Christian Pfeiffer teilt diese Meinung weitgehend. Sexsüchtige – vor allem die Don Juans – seien in der Regel nicht gewalttätig. In Ausnahmefällen könnte jedoch der permanente Konsum von gewalttätigem Sex im Internet auch zu einer Verrohung im Verhalten des Betrachters führen, erklärt er.

Die Diagnose und Behandlung von Sexsucht ist nicht unumstritten. So erkennt die US-Branchenvereinigung American Psychiatric Association Sexsucht nicht als eigenständige Krankheit an. Ein Anruf bei Christoph J. Ahlers, dem Leiter des Instituts für Sexualpsychologie in Berlin, hilft weiter. Ahlers sagt: Sexsüchtige hätten Probleme damit, menschliche Bedürfnisse, etwa nach Vertrauen, Nähe und Geborgenheit, zu befriedigen.

Auch die biologische Veranlagung spiele eine Rolle. „Über sexuelle Körperkommunikation haben wir die optimale Möglichkeit, uns Grundbedürfnisse wechselseitig zu erfüllen“, sagt er. Viele Menschen schaffen das aber nicht. Sie suchen immer wieder Höhepunkte. Aber nie tritt Erfüllung ein. Also wiederholen sie, was nicht glücklich macht. Ahlers: „Sie sind gefangen in einer Art Hamsterrad.“

Genauso fühlte sich auch Huber. „Im Grunde dreht sich alles um Porno.“ Über die Droge Sex wollte er fehlende soziale Fertigkeiten kompensieren. Wie Alkoholiker beim Trinken setzen Süchtige auch den Sex ein, um etwas Negatives zu überdecken, erklärt der Psychologe. „Zur Verdrängung von Traurigkeit und Einsamkeit“, so Ahlers. Daher gehe Sexsucht häufig mit einer anderen Abhängigkeit einher. Viele sind depressiv oder haben erhöhte Angstwerte.

Heute glaubt Walter Huber, die schlimmste Zeit überwunden zu haben. Noch immer geht er regelmäßig in eine Selbsthilfegruppe, von denen es in Deutschland etwa 40 gibt. Er sagt: „Ich bin jetzt zufrieden mit meinem Leben.“

Am Ende des Gesprächs wirkt er erleichtert. Er schiebt sich eine Gabel Apfelkuchen in den Mund. Der 49-Jährige kann wieder arbeiten, ohne in Pornofantasien abzutauchen. Sogar eine feste Freundin hat er mittlerweile. „Sie weiß über meine Sucht Bescheid.“ Ein Lächeln huscht über sein Gesicht. Mit der neuen Partnerin versucht er ein neues Leben anzufangen, ohne Ausflüchte und Lügen. Walter Huber weiß, wie schwierig das wird. Aber ihm ist auch klar, dass es vielleicht seine letzte Chance ist. „Darum will ich sie nutzen“, sagt er. Dann nickt er noch. Als wolle er den letzten Selbstzweifel abschütteln.

Rat und Hilfe

● Psychologische Probleme zum Thema Sexsucht sollten nach Angaben des klinischen Sexualpsychologen Christoph J. Ahlers so früh wie möglich mit einem kompetenten Experten besprochen werden. Betroffene würden ansonsten Gefahr laufen, kommende psychologische Probleme falsch einzuschätzen. Eine Therapie könne dann sehr zeitaufwendig werden.

● Daneben gibt es u. a. die Selbsthilfegruppe „Sex- und Liebessüchtige“. Auf deren Website finden sich Adressen von Treffen, die Betroffene besuchen können. (AZ)