

---

## Asexualität: Keine Lust auf Sex

Menschen, die grundsätzlich kein Interesse an der schönsten Nebensache der Welt haben? Das gibt es gar nicht so selten. Asexualität nennt sich das Phänomen. Was dahinter steckt

Irgendwann im Teenageralter merkte Carmilla de Winter, dass bei ihr etwas anders war. Wofür ihre Altersgenossen sich seit der Pubertät brennend interessierten – auf Partys miteinander knutschen, die ersten sexuellen Erfahrungen machen – damit konnte sie wenig anfangen. „Ich wusste aber nicht, woran das lag. Erst mit Anfang 20 wurde mir klar, dass ich asexuell bin.“, sagt die junge Frau. Sie möchte anonym bleiben. De Winter ist der Name, unter dem Sie einen Blog zum Thema Asexualität betreibt.

Nicht eindeutig definiert

Der Begriff „Asexualität“ bezeichnet ein fehlendes Verlangen nach sexueller Interaktion. Zumindest ist das die Definition des "Asexuality Visibility and Education Networks", abgekürzt AVEN. Eine allgemein wissenschaftlich anerkannte Definition gibt es allerdings nicht. Die Internetplattform wurde 2001 vom US-Amerikaner David Jay gegründet, um die Akzeptanz von Asexualität in der Gesellschaft zu steigern. Seit 2005 gibt es einen deutschen Ableger der Seite. Wie viele Menschen asexuell sind, darüber gibt es wenige Zahlen. In einer Studie zum Sexualverhalten der Briten aus dem Jahr 1994 gab ein Prozent der Befragten an, asexuell zu sein.

Der Sexualpsychologe Dr. Christoph Joseph Ahlers sieht den Begriff Asexualität kritisch. „Er führt in die Irre, da er Sexualität auf den Geschlechtsverkehr reduziert“, erklärt der wissenschaftliche Leiter des Instituts für Sexualpsychologie in Berlin.

Mehr als nur Sex

Schließlich gehört zur menschlichen Sexualität weit mehr: Nähe, Geborgenheit, das Gefühl der Zugehörigkeit und emotionale Bindung. „Diese psychosozialen Bedürfnisse haben alle“, betont Psychologe Ahlers – auch, wer sich als „asexuell“ bezeichnet. Sex ist nur eine Möglichkeit, um diese Grundbedürfnisse zu befriedigen. Wer darauf verzichtet, kann sie aber auch auf anderen Wegen ausleben, etwa über soziale Bindungen.

Die meisten Asexuellen fühlen sich durchaus emotional zu anderen Menschen hingezogen und wünschen sich ein erfülltes Beziehungsleben. Das fällt nicht leicht. Hat ein Asexueller einen Partner, der selbst nicht asexuell ist, setzt das auf beiden Seiten gegenseitiges Verständnis und Kompromissbereitschaft voraus. Andernfalls sind Konflikte vorprogrammiert, wie in anderen Beziehungen, in denen einer der Beteiligten mehr Sex möchte als der andere. „Viele suchen deshalb gezielt nach einem asexuellen Partner“, sagt de Winter.

Individuelle Unterschiede im Lustempfinden

Auch abseits des Beziehungslebens treffen Asexuelle auf viel Unverständnis. „Es gibt schon mal den Rat, seine Hormone untersuchen zu lassen“, weiß de Winter. Schließlich haben Menschen in ihrem Kopf ungefähre Vorstellungen davon, wie viel sexuelles Verlangen normal ist. Asexualität passt da

nicht ins Konzept.

Dabei gibt es kein Normalmaß an Lustempfinden. Die Libido ist bei jedem unterschiedlich stark ausgeprägt: Der eine möchte am liebsten zweimal täglich, dem anderen reicht einmal pro Woche. Geringes bis gar kein Interesse an sexueller Interaktion ist deshalb durchaus normal und nichts ungewöhnliches.

Ursachen ungeklärt

Allerdings können durchaus noch andere Gründe für ein generelles Desinteresse an Sex eine Rolle spielen, vermutet Ahlers: Ängstlichkeit, frustrierende oder unerfüllte sexuelle Erfahrungen, im Extremfall auch Missbrauch.

Was auch immer im Einzelfall die Ursache ist: „Wenn die Menschen damit glücklich sind, gibt es auch kein Problem“, hält Ahlers fest. Eine sexuelle Störung im klinischen Sinne, die eine Behandlung erfordert, liegt nur dann vor, wenn die Betroffenen unter ihrer Eigenart leiden. Das ist bei Carmilla de Winter nicht der Fall: „Ich wüsste nicht, was mir im Leben fehlen sollte“, sagt sie.

Stephan Soutschek / [www.apotheken-umschau.de](http://www.apotheken-umschau.de) / Apotheken Umschau, 05.09.2011