

06. Juli 2018

# Sex & Liebe (3): Freud und Leid der Pornografie

*Dass auch Kinder und Jugendliche jederzeit online auf Pornografie aller Art zugreifen können, bezeichnet der Berliner Sexualpsychologe Christoph Joseph Ahlers als «globalen Feldversuch ohne Ethikkommission». Dennoch stecken wir mitten in einem neuen Zeitalter des Puritanismus, diagnostiziert der Therapeut.*

**Text** [Ralf Kaminski \(/profile/569294\)](#) **Fotos** [Jan von Holleben](#)



*«Pornografie ist Mainstream, es dominiert die Haltung: Ach, das hat noch keinem geschadet», sagt Sexualpsychologe Ahlers, der das ein wenig anders sieht.*

Lesezeit 10 Minuten

## **Christoph Joseph Ahlers, seit wann gibt es eigentlich Pornografie?**

Die Nutzung sexuell erregender Darstellungen scheint es kulturgeschichtlich schon immer gegeben zu haben. Erotika sind seit der klassischen Antike gut dokumentiert. Der erste echte Porno wurde 1907 in Argentinien gedreht. Aber bis Ende des 20. Jahrhunderts war Pornografie mehr oder weniger etwas für erwachsene Männer, die dafür auch einiges auf sich nahmen: Man musste zwielichtige Ladenlokale besuchen, sich mit der Bedienung am Tresen auseinandersetzen, die Hefte oder Videos zu Hause verstecken und warten, bis man mal ein paar Stunden für sich hatte. Ganz schön mühsam. Das führte dazu, dass Kinder, Jugendliche und Frauen praktisch keinen Zugang zu echter Pornografie hatten. Heute steht dank Internet jedem vom Kind bis zum Greis die gesamte Bandbreite pornografischer Darstellungen unbeschränkt und meist kostenlos zur Verfügung. Aber erst mal müssen wir darüber sprechen, was mit Pornografie überhaupt gemeint ist.

### **Das ist nicht klar?**

Viele verstehen darunter Filmchen wie «Vier Schwedinnen auf Ibiza», die in den Anfängen des Privatfernsehens spätabends liefen. Aber das sind Erotikfilme. Auch Magazine wie «Playboy» und «Penthouse» bieten lediglich leicht bekleidete bis nackte, erotisch posierende Pin-up-Girls. Pornografie hingegen bedeutet bildliche Fokussierung auf Genitalien und sexuelle Handlungen. Das ist in öffentlich-rechtlichen Medien bis heute inexistent, und bis heute ist es auch strafrechtlich untersagt, Kindern oder Jugendlichen solches Material zu leihen oder zu verkaufen. Das führt zur reichlich skurrilen Situation, dass im Wohnzimmer vor TV-Filmen gelegentlich in Einblendungen gewarnt wird, dass der folgende Beitrag für Jugendliche unter 16 nicht geeignet ist – während die Jugendlichen sich im Kinderzimmer auf ihrem Smartphone jede erdenkliche Hardcore-Pornografie reinziehen können.

### **Aber nicht alle Formen von Pornografie sind gleichermassen problematisch, oder?**

Das Spektrum sexuell erregender Bilder ist gross: Es beginnt mit Standardpornografie, die sich in der Darstellung von oraler, vaginaler, vielleicht auch analer Stimulation und Penetration erschöpft. Als Nächstes kommt Hardcore-Pornografie, etwa die Darstellung von Bondage und SM oder Dehnungspraktiken. Die nächste Stufe ist Devianz-Pornografie, also Darstellungen unter Einbezug von Ausscheidungen oder Tieren und von Verletzungen. Und schliesslich gibt es die Delinquenz-Pornografie, die

Tonfilmdokumentation von Sexualstraftaten: sexueller Missbrauch, Nötigung, Vergewaltigung und sexuelle Übergriffe auf Schlafende, Betäubte, Behinderte, Tote, Versklavte und Kinder.

## Der Sexualpsychologe

Christoph Joseph Ahlers ist Sexualwissenschaftler und Klinischer Sexualpsychologe. Seit 20 Jahren behandelt und berät er an der Berliner Charité und in seiner eigenen Praxis für Paarberatung und Sexualtherapie (<http://www.sexualpsychologie-berlin.de>) Hunderte von Einzelpersonen und Paare. Er ist Autor Publikationen und lebt in Berlin.

In seinem aktuellen Buch «Himmel auf Erden und Hölle im Kopf» betrachtet er Sexualität als intimste zur Verfügung stehende Form der menschlichen Kommunikation und gibt einen Gesamtüberblick über das Spektrum sexueller Phänomene.

**Das Buch:** Christoph Joseph Ahlers «Himmel auf Erden und Hölle im Kopf: Was Sexualität für uns bedeutet», Goldmann-Verlag 2015, auch bei [exlibris.ch](https://www.exlibris.ch) erhältlich (<https://www.exlibris.ch/de/buecher-buch/deutschsprachige-buecher/christoph-joseph-ahlers/himmel-auf-erden-und-hoelle-im-kopf/id/9783442313785>)

### Bei der Wirkung gibt es demnach enorme Unterschiede.

Richtig, aber diese Differenzierung findet in der Diskussion um Pornografie nicht statt – weder bei gesellschaftlichen Debatten noch in der Forschung. Warum? Weil die Problematisierung von Porno uncool ist. Pornografie ist Mainstream, es dominiert die Haltung: Ach, das hat noch keinem geschadet. Wer wie ich wagt, eine kritischere Position zu vertreten, gilt als altbacken, als Spassbremse, als Teil der Radio-Vatikan-Redaktion. Dabei lautet mein Votum: weder dramatisieren noch bagatellisieren, sondern problematisieren!

### Was geschieht mit unserer Gesellschaft, wenn auch die härteren Versionen der Pornografie allen jederzeit zur Verfügung stehen?

Es gibt Experten, die finden, man sollte das auch positiv sehen: Noch nie hätten Jugendliche so viel erfahren über die Möglichkeiten der Sexualität. Als Sexualwissenschaftler bin ich anderer Meinung: Was da gezeigt wird, ist nicht die Abbildung menschlicher Sexualität, vielmehr handelt es sich

um die fiktionale Übertreibung sexueller Stimulation. Doch gerade dieses zentrale Element – dass man hier nicht die Realität sieht, sondern Fiktion – wird fast immer ausgeblendet, oder man versteht es gar nicht. Wenn beim «Tatort» einer erschossen wird, wissen bereits Sechsjährige, dass das nicht echt ist. Beim Pornokonsum funktioniert das gerade bei Jungen nicht: einerseits, weil sie zu sehr mit ihrer Erregung beschäftigt sind, andererseits, weil ihnen keiner beibringt, worum es bei Sexualität eigentlich geht. Deshalb denken sie, was sie da sehen, sei Realität – und fragen sich verunsichert, ob sie das dann wohl auch können, was da gefragt ist.

### **Für sich lernen kann man dabei nichts?**

Nein. Das wäre ein bisschen so, wie wenn jemand, der Paartanz lernen möchte, einen Film anschaut, in dem nur die Hände und die Füße der Tanzenden zu sehen sind. So lernt man nicht, wie Rumba oder Walzer funktioniert oder was Tanzen für Menschen bedeutet. Genauso wenig lernen wir aus Pornografie, wie man eine sexuelle Beziehung führt, denn beim Porno geht es lediglich um Orgasmusproduktion. Für Erwachsene ist das prima, für Kinder und Jugendliche aber meines Erachtens potenziell problematisch.



*«Solange die Eltern nicht wissen, was Internetpornografie ist und wie sie dazu stehen und damit umgehen sollen, können sie auch ihren Sprösslingen im Umgang damit nicht helfen.»*

### **Wie reagieren die Kinder darauf?**

Die haben Fragen. Im Grunde erleben wir in diesem Bereich gerade einen kollektiven globalen Feldversuch ohne Ethikkommission. Und kein Mensch weiss, wohin das führen wird. Kann sein, dass es total harmlos ist – aber was, wenn nicht? Kinder und Jugendliche bräuchten eigentlich einen Pornoführer, jemanden, der das alles mit ihnen richtig einordnet. Den gibts aber nicht. Die Eltern können es nicht, weil sie es selbst nie gelernt und keine Vorstellung davon haben, auf welche Inhalte ihre Kinder mit dem Smartphone zugreifen können; sie scheuen das Thema, wollen sich nicht blamieren. Immer wenn ich hierzu einen Vortrag halte – und das tue ich oft, auch bei öffentlichen Veranstaltungen und Volkshochschulen –, steht anschliessend eine Traube aufgeregter, Hilfe suchender Eltern um mich herum.

### **Können Sie helfen?**

Ich sage dann immer, dass es im Grunde das gleiche Problem ist wie in der Hundeschule: Das Problem läuft immer am oberen Ende der Leine. Solange die Eltern nicht wissen, was Internetpornografie ist und wie sie dazu stehen und damit umgehen sollen, können sie auch ihren Sprösslingen im Umgang damit nicht helfen. Vielmehr spielen sie Blinde Kuh mit Kindern, die viel medienkompetenter sind als sie selbst.

### **Mittels Virtual Reality und Sexrobotern werden wir wohl bald in eine ganz neue Dimension von Pornografie vorstossen: Dann wird es möglich sein, die perfekten virtuellen Sexpartner zu erschaffen. Bedeutet das das Ende für Sex in der realen Welt?**

Ich sehe den Weltuntergang nicht unmittelbar bevorstehen. Die Angebote zielen – genau wie Pornografie und Prostitution – eindimensional auf Erregungs- und Orgasmusproduktion. Damit bewirtschaften sie ein Drittel unserer Sexualität. Die Reproduktionsmedizin bewirtschaftet das zweite Drittel, die Kinderwunscherfüllung. Dazwischen klafft unverändert ein Krater aus unerfüllten Bedürfnissen nach Annahme, Zugehörigkeit, Geborgenheit, Intimität und Nähe, die Kommunikationsfunktionen von Sexualität. Kein VR-Brillen-Pornorama, kein Bluetooth-synchronisierter Stimulator und auch kein noch so androider Sexroboter werden daran etwas ändern können. Sextechnologie kann vielleicht Orgasmen verlässlicher provozieren als ein menschliches Gegenüber, wir suchen aber auch nach langfristiger emotionaler Erfüllung. Und die können wir nur mit einem echten anderen Menschen und in einer echten Beziehung erleben. Sexroboter können sexuelle Beziehungen ergänzen, nicht aber ersetzen.

**« Wir sind wieder weit weg von den Errungenschaften der 1920er- und 1970er-Jahre. »**

**Nun haben sich die Zeiten ja gelockert. Homosexuelle sind in weiten Teilen der westlichen Welt akzeptiert, und es gibt auch Leute, die polyamoröse Beziehungen mit mehreren Partnern leben. Aber der Standard ist letztlich nicht so anders als in den 1950er-Jahren. Sogar viele Schwule und Lesben haben sich dort recht brav eingeordnet, leben als Paare, wollen Kinder ...**

... und wollen vor allem heiraten. In den 1970er-Jahren hätte man sie noch Spiesser geschimpft.

**Genau. Das wirft die Frage auf, ob die Paarbeziehung mit Kind nicht doch eine Art psychobiologische Konstante des Menschen ist. Oder wäre auch eine wildere, unreguliertere Beziehungszukunft vorstellbar?**

Es gibt immer gesellschaftliche Wellenbewegungen, auch im Umgang mit Geschlechtlichkeit und Sexualität. Eine Phase, in der die Aufklärung, die Liberalisierung und die Emanzipationsbewegung der Frauen ihren Anfang nahmen, waren die 1920er-Jahre: Die Freiheiten, die es damals in Städten wie Berlin gab, waren ein soziokultureller Höhepunkt in Mitteleuropa. Das Naziregime machte all das zunichte und führte dann in den viktorianischen Puritanismus der 1950er-Jahre. Nach dem Zweiten Weltkrieg dauerte es über 20 Jahre, bis in den späten 60ern und 70ern die sexuelle Revolution wieder an die Werte der 20er-Jahre anknüpfte. Die damaligen Kommunen waren auch ein Versuch, in Kleingruppen das Privateigentum zu überwinden, unter anderem – aber nicht nur – im Sexuellen. In den 80er-Jahren schwang das Pendel wieder zurück. Angst bestimmte das Lebensgefühl im Kalten Krieg, Treue wurde wieder wichtig, statt um Sex vor der Ehe ging es um Sicherheit, Verbindlichkeit, Vertrauenswürdigkeit, passend zu einer Zeit voller Ängste.

**Das ist heute noch immer ähnlich.**

Ja, de facto stecken wir mitten in einem neuen Puritanismus – verbunden mit vielen hysterisierten Debatten rund um Geschlechtlichkeit und Sexualität. Der #Metoo-Diskurs zum Beispiel führt dazu, dass Liebesgedichte übermalt und Gemälde aus dem 16. Jahrhundert aus Museen entfernt werden müssen, weil sie angeblich frauenverachtend oder kindergefährdend sind. Wir sind also wieder weit entfernt von den Errungenschaften der 20er- und 70er-Jahre.

**Aber die nächste liberale Welle kommt doch bestimmt?**

Ich bin kein Prophet. Derzeit ist keine Lockerung in Sicht.

**«Im Wesentlichen helfe ich den Paaren, sich von Leistungsvorstellungen zu befreien.»**

**Mit welchen Themen sind Sie in Ihrer Praxis am häufigsten konfrontiert?**

Mit partnerschaftlich-sexuellen Kommunikations- und Beziehungsstörungen. Mit dem gesamten Spektrum, über das wir jetzt gesprochen haben. Pornografiekonsum spielt eine grosse Rolle, also das Auswandern der Männer aus der Beziehungssexualität in die sexuelle Selbstbetätigung. Letztlich kompensieren sie damit andere Probleme, nämlich vor allem Leistungsdruck und die daraus resultierende Versagensangst.

**Wie vielen Menschen können Sie tatsächlich helfen? Es heisst ja oft, wenn man erst mal in die Paartherapie muss, ist die Sache ohnehin gelaufen ...**

Ja, wenn man so lange wartet, bis nichts mehr geht. Im Wesentlichen helfe ich den Paaren, sich von Leistungsvorstellungen zu befreien. Wegzukommen vom «ich muss», was in praktisch allen Bereichen der Sexualität eine enorme Rolle spielt. Denn «kein Mensch muss müssen», wie Lessing sagt – die Erkenntnis aus dem 18. Jahrhundert ist ein frontaler Angriff auf die Leistungsgesellschaft. Hier herrscht die Regel: Was nicht passt, wird passend gemacht. Sexualpsychologische Behandlung hilft anzuerkennen, dass wir keine Maschinen sind, dass wir gar nichts müssen, wenn wir wissen, was wir wollen. Dass es nur darum geht, dass wir uns als Menschen sehen, anerkennen und Halt geben. Und dass dafür keiner keinem irgendwo irgendetwas reinzustecken braucht. Wenn es gelingt, das zu vermitteln, dann werden die Herzen und die Augen weit, und die Erleichterung und die Entspannung sind enorm. Das bringt Intimität und Sexualität in der Regel ganz von allein wieder in Schwung.

**Und das zu vermitteln, gelingt Ihnen?**

In der Regel ja. Nicht immer und nicht bei allen, aber häufig. Und die Menschen, die zu mir kommen, sind natürlich kein repräsentativer Ausschnitt aus der Gesamtbevölkerung. Nur schon sich zu mir zu getrauen, ist ein großer Schritt, damit zeigen sie Offenheit und Mut, und 50 Prozent der Arbeit sind eigentlich schon getan.

### **Weshalb ist es für Paare so schwierig, miteinander offen über ihre Bedürfnisse zu sprechen?**

Weil sie Bewertungs- und Verlustangst haben. Und weil wir nie wirklich lernen, mit jemand anderem über unser Innenleben, unsere Wünsche und Ängste zu sprechen – schon gar nicht mit dem Menschen, von dessen Bewertung alles abhängt und bei dem ich wie bei keinem anderen Zugehörigkeit und Geborgenheit suche. Die Vorstellung, von ihm gewogen, geprüft und womöglich für zu leicht befunden und verworfen zu werden, ist maximal beängstigend. Diese Angst macht uns stumm. Zu lernen, miteinander übereinander zu sprechen, ist Teil der Sexualtherapie.

**« Die Angst macht uns stumm. Zu lernen, miteinander übereinander zu sprechen, ist Teil der Sexualtherapie. »**

### **Gleichzeitig sollen Ihre Klienten möglichst nichts wissen über Ihre persönlichen Verhältnisse. Ob Sie verheiratet sind und Kinder haben, wollen Sie nicht in der Zeitung lesen.**

Aus dem simplen Grund, dass es die Behandlung erschwert oder gar verunmöglicht. Alles, was Patienten über mein Privatleben wissen, verwässert unwillkürlich die Wirksamkeit meiner therapeutischen Interventionen, weil sie mit mir als Privatperson abgeglichen werden. Angenommen, ich wäre schwul und würde mit drei Männern in einer WG leben: Würden sich konservative Heteropaare von mir behandeln lassen wollen? Oder angenommen, ich wäre evangelikaler Christ, verheiratet mit der ersten und einzigen Frau meines Lebens, mit sechs Kindern: Was würden Personen denken, die sich wegen eines polyerotischen Mehrpersonengefüges beraten lassen wollen? Es ist ganz einfach: Je weniger die Patienten über mich und mein Privatleben wissen, desto besser für sie und die Wirksamkeit der Behandlung.

### **Wie geht Ihr Umfeld mit Ihrem Job um? Werden Sie dauernd um Rat gebeten?**



Mein Beruf ist zunächst mal ein Partygag: Wenn ich irgendwo mit meinem Job vorgestellt werde, kommt unweigerlich grosses Kichern, Augenzwinkern, man knufft sich in die Seite – alles typische Signale von Unsicherheit und Scham. Diese Reaktion erleben alle Psychologen, Sexualpsychologen aber besonders stark. Im Verlauf der Party und nach etwas Alkoholkonsum heisst es dann bald: «Ich hab da mal eine Frage: Ein Freund von mir hat einen Freund, der hat ...» Dann sage ich immer, dass ich dafür schon mit dem Freund direkt sprechen müsste, sonst sei das schwer zu beantworten. Und wenn sie damit rausrücken, dass es sie selbst betreffe, rate ich dazu, einmal zu einer Beratung vorbeizukommen, damit wir das in Ruhe besprechen können. Es ist halt ein schwieriges Thema für Stehpartys.

### **Aber die beste Reputation haben Sie mit Ihrem Job vermutlich nicht?**

Ich habe erfreulicherweise über eine ausgesprochen gute Reputation. Aber mein Beruf hat einen geringen Sozialstatus. Man gehört zur Riege der Hofnarren. Man erhält niemals den Respekt und die Anerkennung eines gutbürgerlichen Berufs, denn man ist mit Dingen befasst, die alle Menschen lieber verbergen. Das hat mich zu Beginn belastet, aber über die Jahre habe ich gelernt, es anzunehmen. Es ist der Preis, den ich zahle für eine Arbeit, die eine enorme Erfüllung beschert durch das gute Gefühl, etwas wirklich Sinnvolles zu tun. Der Dank der Menschen, die mit weniger Kummer und etwas leichter durchs Leben gehen, entschädigt für vieles.

## **Teil 1 und 2 des grossen Sexgesprächs mit Christoph Joseph Ahlers**

[Übergriffigen Männern geht es gar nicht um Sex, Männer und Frauen ticken beim Sex extrem anders, Lesben und Schwule haben es aber auch nicht einfacher \(/frauen-und-maenner-ticken-extrem-unterschiedlich\)](#)

[Langzeitpaare ohne Sex, der hoffnungslose Anspruch auf Monogamie und die Entstehung sexueller Präferenzen \(/das-geheimnis-gelinger-beziehungen\)](#)

[Interview \(/tags/t/interview\)](#)

[Liebe \(/tags/t/liebe\)](#)

[Psychologie \(/tags/t/psychologie\)](#)





(/das-geheimnis-geltingender-beziehungen)

Interview, (/tags/t/interview) Liebe, (/tags/t/liebe) Psychologie (/t:❤️ 12  3

## Liebe & Sex (2): Das Geheimnis gelingender Beziehungen

Wir lernen, Beziehungen zu haben – aber nicht zu führen. Das sagt der Berliner Sexualpsychologe Christoph Joseph Ahlers.

(/das-geheimnis-geltingender-beziehungen)

[Jan von Holleben](#), [Ralf Kaminski \(/profile/569294\)](#) – 06. Juli 2018

### Verwandte Artikel

♥ 20(/ /like-dislike) 💬 5(/frauen-und-maenner-ticken-unterschiedlich) #antitegiment



**Sex & Liebe (1):  
Frauen und Männer  
ticken  
unterschiedlich**

(/frauen-und-maenner-ticken-  
extrem-unterschiedlich)

Ralf Kaminski, (/profile/569294)  
Jan von Holleben - 06. Juli 2018



**Liebe & Sex (2): Das  
Geheimnis  
gelingender  
Beziehungen**

(/das-geheimnis-gelingender-  
beziehungen)

Jan von Holleben,  
Ralf Kaminski (/profile/569294) -  
06. Juli 2018

♥ 11(/ /like-dislike) 💬 (/die-neue-lust-am-strafen) #antitegiment (/radikale-zurueck-ins-leben-fuehren)



**Die neue Lust am  
Strafen**

(/die-neue-lust-am-strafen)

Ralf Kaminski, (/profile/569294)  
Dinah Leuenberger,  
(/profile/564496)  
Beat Schweizer - 29. Juni 2018



**Radikale zurück ins  
Leben führen**

(/radikale-zurueck-ins-leben-  
fuehren)

Ralf Kaminski, (/profile/569294)  
Jens Neumann - 31. Mai 2018