

Fr, 06.07.2018, 4:07

tmn0002 4 vm 697 dpa-tmn 0428

Familie Deutschland Sexualität Ratgeber Asexualität Partnerschaft

## **Asexualität - Wenn Erregung keine Rolle spielt**

Von Monika Kophal, dpa

**Sex gehört für viele Menschen zum Leben dazu. Nicht so für Asexuelle. Auf genitale Stimulation und Orgasmen haben sie meist keine Lust. Ein Problem damit haben sie oft jedoch nicht.**

Karlsruhe (dpa/tmn) - Als Ende der 90er Jahre Boybands wie Take That und die Backstreet Boys die Herzen Tausender Mädchen erobern, stellt Carmilla DeWinter zum ersten Mal fest, dass bei ihr etwas anders ist. Während ihre Freundinnen davon träumen, mit Robbie Williams oder Nick Carter zu knutschen, reicht ihr die Musik. Sie hat keine Lust, sexuelle Erfahrungen zu sammeln - auch nicht mit den gleichaltrigen Jungs aus der Schule. Händchenhalten und ein bisschen Knuddeln, mehr braucht sie nicht. Ihren echten Namen möchte die heute 39-Jährige zwar nicht nennen, dafür aber ihre Geschichte erzählen.

DeWinter macht sich als Jugendliche und als junge Frau etliche Gedanken um ihre fehlende Lust auf Sex. «Am Anfang dachte ich noch, dass alle anderen, die Sex haben, verrückt sind.» Irgendwann aber beginnen die Selbstzweifel. Zunächst hinterfragt sie, wirklich heterosexuell zu sein. Doch diesen Gedanken kann sie schnell wieder verwerfen. Dann sucht sie bei sich selbst nach Fehlern: «Ich ging davon aus, dass ich keine sexuellen Kontakte habe, weil ich zu dick und zu schüchtern bin.»

Erst mit Mitte 20 stößt sie zufällig in einem Artikel auf den Begriff Asexualität. «Und in der Beschreibung konnte ich mich wiederfinden», sagt sie. Es vergehen fünf weitere Jahre, bevor sie den Begriff so für sich annehmen kann. Sie beginnt, mehr über das Phänomen zu lesen, Stammtische zu besuchen und sich in entsprechenden Foren mit anderen auszutauschen. «Es tat gut, zu wissen, dass es noch andere da draußen gibt.»

2012 gründet sie den Verein «Aktivist A», um über das Thema Asexualität aufzuklären. «Ich hätte mir als Jugendliche mehr Informationen gewünscht. Toll wäre auch gewesen, wenn mir jemand gesagt hätte, dass ich ok bin, so wie ich bin.»

Der Begriff Asexualität taucht erstmals Ende der 90er Jahre im Internet auf. Laut dem Klinischen Sexualpsychologen Christoph J. Ahlers aus Berlin ist Asexualität keine Krankheit. «Asexuelle leiden nicht darunter, dass ihnen sexuelles Verlangen fehlt.» Vielmehr lehnen Personen, die sich als asexuell erleben, sexuelle Stimulation mit anderen Menschen ab, nicht aber sexuelle Erregung mit sich selbst oder Sexualität grundsätzlich.

Lust sei nur eine von drei Funktionen von Sexualität. «Neben der Erregung geht es bei Sexualität auch um Fortpflanzung und vor allem um Kommunikation», erklärt Ahlers. Das bedeutet: Asexuelle haben keine Lust, sich mit anderen Personen sexuell zu stimulieren, einen Kinderwunsch kennen aber viele. Und vor allem das Bedürfnis nach Innigkeit und Intimität durch Körper- und Hautkontakt, womit die Kommunikations-Funktion von Sexualität gemeint ist, kennen viele Asexuelle bekannt.

Laut Vivian Jückstock, Diplom-Psychologin und Sexualtherapeutin am Institut für Sexualforschung und Forensische Psychiatrie des Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf, ist Asexualität nichts Unnormales. «Das sexuelle Verlangen und Interesse ist bei jedem Menschen anders ausgeprägt.» So gibt es Menschen mit einem ausgeprägten sexuellen Interesse, aber auch solche ohne. Über die Gründe dafür sei bisher noch wenig bekannt.

Es gibt außerdem noch keine wissenschaftliche Einigkeit in Bezug auf die Frage, ob Asexualität eine sexuelle Orientierung wie Hetero-, Homo- oder Bisexualität ist oder nicht. Jückstock glaubt, dass es das Phänomen immer schon gab, früher nur niemand darüber gesprochen hat.

«Geschlechtsverkehr in der Ehe wurde eher als Pflicht, statt als Vergnügen angesehen. Heute ist Sexualität individueller auslebbar oder auch nicht.» Jückstock betont, dass sich die Ausprägung des sexuellen Verlangens im Leben verändern kann. Das bedeutet, es gibt Menschen, die erst im Laufe der Zeit asexuell werden und wiederum andere, die es irgendwann nicht mehr sind.

Dass DeWinter seit ihrer Jugend asexuell ist, hat sie längst akzeptiert. Und deswegen hat sie weder das Bedürfnis verspürt, sich mit einem Therapeuten über die Ursache zu unterhalten, noch herauszufinden, ob es sich ändern lässt. Auf die Frage hin, ob sie jemals sexuelle Erfahrungen gesammelt habe, reagiert sie meist verhalten. «Viele sagen dann, dass ich ja gar nicht weiß, ob ich es toll finde, wenn ich es noch nicht ausprobiert habe», sagt sie.

Das sieht sie anders. Ihre Erfahrungen seien sehr wohl ausreichend gewesen. Außerdem ist sie zufrieden damit, keine Lust auf Sex zu haben. Eine Partnerschaft hingegen, sagt sie, könne sie sich trotzdem vorstellen.

Es gibt sogar entsprechende Partnerschaftsbörsen für Asexuelle. Konkret auf der Suche ist DeWinter, die sich selbst als Dauersingle bezeichnet, aber nicht. Und darüber hinaus stellt sie fest: «Es ist dann halt doch nicht so leicht, jemanden zu finden, der zu mir passt.»

## **Notizblock**

### **Internet**

Blog von Carmilla DeWinter (<http://dpaq.de/locYd>)

### **Service**

Das Asexual Visibility and Education Network (AVEN) ist nach eigener Aussage die größte asexuelle Gemeinschaft. Gegründet wurde sie 2001. Ziel ist es, die öffentliche Diskussion und Akzeptanz zu fördern und die Kommunikation einer asexuellen Gemeinschaft zu erleichtern. Informationen unter <http://dpaq.de/XZtGG>

*Die folgenden Informationen sind nicht zur Veröffentlichung bestimmt*

### **Ansprechpartner**

Vivian Jückstock, Diplom-Psychologin und Sexualtherapeutin am Institut für Sexualforschung und Forensische Psychiatrie des Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf, +49 40 428112455, <[v.jueckstock@uke.de](mailto:v.jueckstock@uke.de)> (<mailto:v.jueckstock@uke.de>) >

Diplom-Psychologe Christoph J. Ahlers, +49 30 51645541, <[dr.ahlers@berlin.de](mailto:dr.ahlers@berlin.de)> (<mailto:dr.ahlers@berlin.de>) >

### **Kontakte**

Autorin: Monika Kophal

Redaktion: Julia Kirchner, +49 30 285232977, <[kirchner.julia@dpa.com](mailto:kirchner.julia@dpa.com)> (<mailto:kirchner.julia@dpa.com>) >

Fotoredaktion: +49 30 285232970, <[foto.themendienst@dpa.com](mailto:foto.themendienst@dpa.com)> (<mailto:foto.themendienst@dpa.com>) >

dpa/tmn kop yyzz a3 xlt kj zeh

Copyright: dpa