
SEXUALSTÖRUNGEN

Elisabeth Lukas

Menschliche Sexualität hat nicht primär Zweck-, sondern Ausdruckscharakter. Dasjenige, was sie auszudrücken vermag bzw. körperlich nachzuvollziehen versucht, ist Liebe, ist die geistige Berührung von Mann und Frau, die sich in einer innigen Verbundenheit begegnen. Menschliche Sexualität spricht gleichsam aus, was im Herzen gemeint ist: »Ich bin dir nah, ich bin dir gut, ich erkenne dich an.« Damit wird sie hineingehoben in ein »Erkenntnisritual«, und was da (an-)erkannt wird, ist Wirkliches und Unwirkliches zugleich: das einmalig-unaustauschbare Dasein eines Menschen inklusive der noch unverwirklichten Entwicklungen dieses Menschen, wie sie ihm zu wünschen sind und ihm vom Liebenden auch de facto gewünscht werden: seine schönsten und besten Erfüllungsmöglichkeiten. »Es gehört zur metaphysischen Rätselhaftigkeit des geistigen Aktes, den man Liebe nennt, daß in ihm aus dem Wesensbild des geliebten Menschen dessen Wertbild abgelesen werden kann.«¹ Der menschliche Sexualakt ist die Inkarnation eines solchen geistigen Aktes.

Fragen wir: und wenn er es *nicht* ist? Wenn er wieder enthoben wird seiner ihm vermenschlichenden Ausdrucksqualität im Zuge eines »Erkenntnisrituals« und zurückgedrängt wird auf die vormenschliche Stufe reiner Zweckmäßigkeit, sei es zum Zwecke künftiger Nachkommenschaft, sei es zum Zwecke gegenwärtigen Lustgewinns? Ja, dann »funktioniert« er auch,

¹ V.E. Frankl, *Ärztliche Seelsorge*, Wien, 10. Aufl. 1982, S. 147.

aber ein Platz im Gefüge des Geschehens bleibt leer: der Partner ist nicht mehr der Gemeinte, ist nicht mehr der Geliebte, ist bloß noch Mittel zum Zweck. Er und seine Erfüllungsmöglichkeiten scheinen als das Intendierte nicht mehr auf; an seiner Statt haben sich ein Ich und seine Befriedigungsmöglichkeiten ausgebreitet.

Da dies aber nicht das dem Menschen Gemäße ist, zeitigt der »leere Platz« Folgen im Sinne der neurotischen Vakantwucherung: die Seele leidet und – speziell in der Sexualneurose – der Körper streikt. Frigidität und Impotenz stellen sich sporadisch ein; den Rest besorgt der Erwartungsmechanismus, der das Symptom nach üblichem Schema zementiert. So sind die psychogenen Sexualstörungen ihrerseits erneut Ausdruck, nämlich Ausdruck für körperliche Annäherungen, die eben leider *nicht mehr Ausdruck* einer personalen Liebe sind.

Diese Ätiologie der Sexualstörungen ist mittlerweile unter den Einwirkungen eines gesellschaftlichen Umbruchs von der Ätiologie der Beziehungsstörungen schlechthin aufgesogen worden. Denn jener Umbruch, dessen »Startschuß« mit der Erfindung der Antibabypille in den 60er Jahren begann, hatte unter dem schon etwas angegrauten Codewort »Emanzipation« nichts anderes zum Ziel als just die Freisetzung und Erschließung der Sexualität als individuelle Lustquelle (und damit ihre Herabsetzung auf die Stufe der Zweckmäßigkeit). Bald nach der ersten Euphorie waren die zwei genannten Folgen in breiten Bevölkerungsschichten zu beobachten: die Seele leidet und der Körper streikt. Beides eröffnete in seiner Bekämpfung ungeheure Märkte. Das Geschäft mit der Pornographie entwuchs dem »plumpen« Stadium und blühte in subtileren Formen auf, nicht zuletzt auf dem Werbesektor, der unsere Wirtschaft kontrolliert. »Serviceunternehmen« aller Art einschließlich Massagesalons nach fernöstlichem Muster und Psychokulte »mit Sex« kletterten die Karriereleiter hinauf. Beherzte Autoren und Filmregisseure priesen die »offene (Traum)Ehe«, die auf schnellstem Wege so abschreckend wirkte, daß sich viele junge Paare inzwischen vorsichtig aufs »Probezusammenwohnen« verständigen.

Dem gäbe es noch Ellenlanges hinzuzufügen, doch kommen wir zu dem Schluß, der sich nach drei Jahrzehnten rückblickend ziehen läßt. Der Kampf, der dem Streik des Körpers angesagt worden ist, wurde gewonnen. Die Nach-Umbruchsgeneration ist sexuell früh trainiert und wohlinformiert, außerdem ist sie daran gewöhnt, am Rande des Menschengemäßen zu leben. Sie schafft es, notfalls ohne geistige Berührung und innige Verbundenheit mit einem Partner potent zu bleiben. Aber der Kampf, der dem Leid der Seele angesagt worden ist, ist bis auf den heutigen Tag verloren worden.

Nicht, daß die Geschäftemacherei hier säumiger gewesen wäre. Eine »Do-it-yourself-Lebens- und Liebeskunst« steht längst in zahlreichen sprüchegewaltigen Variationen zum Erwerb bereit. Allein, was nützt sie dem Konsumenten, da doch jede echte Liebesbeziehung mit einem Geschenk zu tun hat, mit dem Sichverschenken und dem Beschenktwerden? In der hochindustrialisierten Gesellschaft, in der für gutes Geld fast alles zu haben ist, sind Geschenke rar ...

Analysieren wir die nachstehende Anfrage, die 1992 in einer deutschen Kirchenzeitung zu lesen war und die von der ihr unterliegenden Denkstruktur her repräsentativ sein könnte für manche Beziehungsnot unserer Nachumbruchszeit:

»Immer wird nur von Ehe und Familie geschrieben. Was ist aber mit mir? Ich habe keinen Partner gefunden, weil das Schicksal mir keinen gegeben hat. Ich bin 43 Jahre alt und mutterseelenallein. Daran gehe ich zugrunde. Noch nie habe ich von einem Pfarrer etwas über alleinstehende Menschen gehört, die keinen Partner gefunden haben und dadurch in jeder Weise die Hölle auf Erden erleben.

Niemand kümmert sich um uns. Ich weiß, daß man Liebe nicht erzwingen kann. Es paßt auch nicht jeder zu mir. Aber ich leide an der seelischen Grausamkeit, Kaltherzigkeit und Verständnislosigkeit der Menschen. Körperlich Kranken hilft man von allen Seiten. Für mich gibt es nur ein albernes Grinsen, wenn es mir schlecht geht. Wenn ich ein Liebespaar sehe, muß ich auf- und davongehen. Es tut mir zu sehr weh. Jahrelang war ich deshalb in keinem Wald, auf keiner Wiese, auf keinem Berg, in keinem Schwimmbad. Jahrelang hatte ich keinen Urlaub, war in keinem Konzert. Besonders das Fernsehen mit seiner Werbung beschert mir viel Aufregung, wenn Liebe, Zärtlichkeit und Babys gezeigt werden. Solche Filmszenen sind für mich quälend. Deshalb habe ich mich entschlossen, das Fernsehen aus meinem Leben zu streichen, damit ich vielleicht meinen Seelenfrieden finden kann. Ich bin aber auf diese Weise wirklich total von der Welt ausgeschlossen. Für mich ist das Leben nur lebenswert mit Liebe und Glück. Können Sie mir sagen, wie ich dazu komme?«

Die Essenz des Notrufs wird in dem vorletzten Satz der Schreiberin prägnant eingefangen, und zwar in der Behauptung, daß das Leben *nur* mit Liebe und Glück lebenswert sei. In logotherapeutischem Vokabular bedeuten »Liebe und Glück« Erlebniswerte besonderen Ranges, und ihr Beitrag zur Werthaftigkeit des Lebens ist unbestritten. Das Wörtchen »nur« davor schränkt allerdings diese Werthaftigkeit des Lebens auf unzulässige Weise ein.

»Faktisch ist die Liebe eine der möglichen Chancen, das Leben mit Sinn zu erfüllen, und nicht einmal die größte. Es wäre traurig um unser Dasein bestellt, und unser Leben wäre arm zu nennen, wenn sein Sinn davon abhinge, ob wir Liebesglück

erleben oder nicht. Das Leben ist unendlich reich an Wertchancen ...

... der neurotische Mensch, der in einem bestimmten Wertbereich unerfüllt bleibt, geht entweder den Weg der Flucht in die Überbewertung oder in die Entwertung des betreffenden Lebensbereiches. Auf beiden Wegen setzt er sich aber ins Unrecht – und stürzt sich ins Unglück. Führt doch das neurotisch verkrampfte Streben nach ›Glück‹ in der Liebe schon wegen seiner neurotischen Verkrampftheit zum ›Unglück‹.«²

Wir wollen der Schreiberin keine Ferndiagnose verpassen, doch trägt der von ihr verfaßte Text eindeutig eine »neurotische Handschrift«. Was erzählt er uns? Er erzählt von einer körperlich gesunden Frau. Wir wissen dies wegen ihrer (abfälligen?) Bemerkung, daß man körperlich Kranken von allen Seiten hilft. Da man im Unterschied dazu für sie bloß ein Grinsen parat hat, ist sie danach körperlich nicht krank. Vielleicht ahnt sie, daß sie seelisch krank ist, doch geht ihre Ahnung nicht so weit, hinter jenem »Grinsen« die Hilflosigkeit und Überforderung der Mitwelt angesichts seelischer Krankheit zu vermuten. Was könnten ihre Mitmenschen auch tun, um ihr zu helfen? Niemand kann ihr einen passenden Partner offerieren, weil sich Liebe nicht erzwingen läßt, was man ihr offensichtlich häufig genug (achselzuckend) erklärt hat, da sie es selbst erwähnt. Ein Eingeständnis ohne praktische Konsequenz.

Was wissen wir noch über diese Frau? Sie ist 43 Jahre alt, hat also ab ihrer Jugendzeit im Wohlstand gelebt und ist mit dem gesellschaftlichen Umbruch aufgewachsen, dessen Zielvorstellungen sie assimiliert zu haben scheint. Ihr Ziel ist das Glück, und das Fehlen von Glück ist ihre Hölle. Kein Wunder, daß die Wohlstandskinder keine bessere Definition von Hölle auf Erden kennen!

Das eigentlich Kritische jedoch ist ihre vage Vorstellung, man habe ein Anrecht auf Glück, und wenn das Glück ausbleibt, habe »irgend jemand« versagt: das Schicksal (»es hat mir keinen Partner gegeben«), die Kirche (»ich habe nie von einem Pfarrer etwas über alleinstehende Menschen gehört«) oder die Mitwelt (»niemand kümmert sich um uns«), die sowieso bereits in Mißkredit gefallen ist, und dies nicht etwa nur wegen des hilflosen »Grinsens«. Nein, bezüglich der Mitwelt trifft das Wort Frankls von der Flucht in die Entwertung zu: sie wird als seelisch grausam, kaltherzig und verständnislos abgestempelt. Warum? Weil es in ihr *Liebepaare* gibt, Liebende und Glückliche, die zu sehen die Brieffschreiberin schmerzt.

Fassen wir unsere Informationen über die Frau zusammen. Sie steht in der

² A.a.O., S. 140 f.

Mitte ihres Lebens, ist körperlich gesund, hat weder Kriegs- noch Hungerjahre jemals kennengelernt und genießt einen ausreichend guten Lebensstandard (siehe die Möglichkeit von Urlaub, Konzert, Fernsehen etc.). Millionen kranke Menschen würden wahrscheinlich gerne mit ihr tauschen, Millionen Flüchtlinge in den Elendswinkeln der Welt würden sich um ihr Zuhause »reißen«, aber das ist alles ohne Relevanz. Sie ist »mutterseelenallein«, und diese ihr versagt gebliebene Erfüllung in einem Wertbereich wird ihr zum Verhängnis, weil sie sie überbewertet. Auf Grund dessen reagiert sie mit einer beispiellosen Flucht. Sämtliche aktiven und passiven Ausflüge werden eliminiert in der Hoffnung, im Schonraum des eigenen Schneckenhauses »Seelenfrieden« zu finden, aber die Rechnung geht nicht auf. Denn der Seelenfriede steht niemals am Ende einer Flucht, sondern immer am Anfang einer Akzeptanz.

Überlegen wir, wie dieser Frau zu raten und zu helfen wäre. Am ehesten könnte ihr ein »sokratischer Dialog« helfen, wie ihn Viktor E. Frankl in seinen Büchern anschaulich beschreibt. Dabei würde sie durch sinnorientierte Gegenfragen zu »neuen Ufern« geleitet werden. Beginnen würde ich bei ihrem letzten Satz: »Können Sie mir sagen, wie ich dazu komme?« »Nun«, würde ich antworten, »Sie haben bisher erfahren, wie Sie *nicht* dazu kommen. Verwenden Sie diese Erfahrung, um Ihr Verhalten zu revidieren.« Fortfahren würde ich mit folgendem Gedankengang: Angenommen, es gäbe einen Mann, der ihr ein lieber Freund sein könnte, welche Chance hat sie, ihn zu treffen, wenn sie sich von der Welt total abkapselt? Angenommen, sie träfe ihn dennoch, wie groß ist die Chance, daß er mit einer Person Kontakt aufnimmt, die ihre Mitmenschen anklagend von sich abstößt? Angenommen, er würde sich davon nicht irritieren lassen und ihr Avancen machen, wie groß ist dann die Chance, daß sie sich nicht im plötzlich aufwallenden Jubel, ihrem überbewerteten Ziel nahe zu sein, an dem Mann festkrallt und ihn für sich vereinnahmt, bis er keine Luft zum Atmen mehr hat und davonrennt? Angenommen aber, er bliebe trotz allem bei ihr, wie groß ist dann wiederum die Chance, daß er ihre Schwäche nicht bloß ausnützen will oder selber eine Schwäche hat, die ihm keine rechtzeitige Lösung erlaubt?

An diesem »Ufer« angelangt würde die Patientin die geringe Chance erfaßt haben, die sich aus alledem für das Zustandekommen einer guten Freundschaft, geschweige denn Partnerschaft ergibt. Jetzt ginge es darum, die gedankliche Kette »umzuspulen«. Angenommen, sie würde ihr Schneckenhaus verlassen und sich mutig an Unternehmungen heranwagen, die ihren Reiz in sich tragen: Ausflüge, Konzertbesuche, Urlaubsfahrten usw. Angenommen, sie würde es ohne Ressentiments gegen ihre Mitmenschen

tun, ob sie jung oder alt, familiär gebunden oder alleinstehend sind. Und angenommen, sie würde es ganz ohne jedwede Absicht tun, sich »einen Mann zu angeln«, das heißt, einfach Zufriedenheit mit sich und ihrem Leben ausstrahlend. Wie groß wäre nunmehr ihre Chance, da und dort Bekannte zu gewinnen, die sich gern in ihrer Nähe aufhalten? Darunter vielleicht einmal einen wirklich guten Freund? Es wäre gewiß eine beträchtliche Chance ...

Für Fälle wie dem hier wiedergegebenen wurde in der Logotherapie das Konzept der »finalen Vorleistung« erarbeitet³, das sowohl in der sinnzentrierten Familientherapie als auch bei Sexualstörungen erfolgreich angewandt wird. Es läuft darauf hinaus, dem Betroffenen die Notwendigkeit einer von ihm zu erbringenden Vorleistung bewußt zu machen, die den Stellenwert eines »Vorschusses an Liebe« hat. Der Träumer, der vergeblich vom Beschenktwerden träumt, muß aufwachen und sich als einen bedingungslos Schenkenden verstehen. Dann und nur dann kann wie durch ein Wunder sein Traum wahr werden.

Was aber ist bedingungslos zu verschenken? Das hängt jeweils von der Gesamtkonstellation des Falles ab. In der Franklschen Kasuistik finden sich exzellente Beschreibungen von Sexualneurosen, die dadurch ausgeheilt sind, daß die impotenten oder frigiden Kranken unter striktem Koitusverbot angewiesen wurden, sich mit Zärtlichkeit und Interesse ihrem Partner zuzuwenden. Die Erotik, die frei jeden Besitzen-Wollens und jeder Luststrebigkeit an den anderen verschenkt wurde, ließ als unbeabsichtigten Nebeneffekt ein gesundes Sexualleben wiedererstehen. Analoges gilt für die Fälle von sexuellen Perversionen, in denen die Kranken unter therapeutischer Anleitung lernen, jenseits ihrer Triebexzesse normale Kontakte mit beiden Geschlechtern aufzubauen und dabei ein Stück echte Kameradschaft zu verschenken. Je bessere Kameraden sie sind, desto mehr regenerieren ihre natürlichen Empfindungen.

In der Familientherapie lautet die Anweisung an die Familienmitglieder meist dahingehend, ihren Angehörigen mit Höflichkeit und Wertschätzung, zumindest aber aggressionsfrei zu begegnen, unabhängig davon, wie diese sich ihnen gegenüber verhalten mögen. Auch dieser bedingungslose »Vorschuß an Liebe« kann wahre Wunder an Konfliktentschärfung bewirken, die erst wieder eine produktive Kommunikation ermöglicht. Und bei der Schreiberin jener Anfrage, die wir bedacht haben, bestünde die »finale Vorleistung« darin, ihren Mitmenschen deren etwaiges Liebesglück zu gönnen, auch wenn sie selbst daran keinen Anteil hat. Zu gönnen, ohne die

³ E. Lukas, Psychologische Vorsorge, Freiburg 1989, S. 142.

Glücklichen zu entwerten und deren Glück überzubewerten. Final wäre eine solche Vorleistung sogar in zwei Richtungen: in Richtung auf ihren subjektiven Seelenfrieden und in Richtung auf einen transsubjektiven Logos.

Freilich stehen alle aufgezählten Vorleistungen, die Liebe und Partnerschaft – den eigentlichen Inhalt und Gegenstand des »Ausdrucksmediums Sexualität« – fördern, unter dem Zeichen eines Verzichts. Die Ähnlichkeit des therapeutischen Ansatzes mit dem in der Suchtkrankenhilfe ist unverkennbar – handelt es sich doch beim genannten Patientengut auch um ichsüchtige, libidosüchtige, nicht selten um streitsüchtige Menschen, die etwas erzwingen wollen, ohne das sie vermeinen, nicht auszukommen. Wie es bei den Sexualneurotikern der Sexualakt ist, auf den kraft des Koitusverbots zunächst verzichtet werden soll, ist es bei den sexuell Perversen der perverse Akt, bei den in Disharmonie lebenden Familienangehörigen der aggressive Akt und bei unserer Schreiberin aus der Kirchenzeitung der Akt des Sich-Schonens. Sie schreibt: »... muß ich auf- und davongehen. Es tut mir zu sehr weh« und »... sind für mich quälend. Deshalb habe ich mich entschlossen, das Fernsehen aus meinem Leben zu streichen« – *darauf*, auf das Davongehen, auf das Aus-dem-Leben-Streichen müßte sie in Zukunft verzichten, was ihr um so leichter fallen würde, je eher es ihr gelänge, ihre Mitmenschen »schonungslos« zu lieben, was bedeutet, ihnen Glück und Freude bedingungslos zu gönnen.

Wann immer wir es in der Psychotherapie mit Beziehungskrisen irgendwelcher Art zu tun haben, dürfen wir nicht müde werden, zu vermitteln, daß »alles geschlechtlich-leibliche Vermögen letzten Endes in der geistig-seelischen Liebesfähigkeit gründet«, wie Viktor E. Frankl nachhaltig betont. Und zwar in der Liebesfähigkeit *des Patienten*, die er selber unter Beweis stellt, und nicht in der Liebesfähigkeit seiner mitmenschlichen Umgebung, deren Früchte ihm einklagbar zustehen würden und in den Schoß fallen müßten.

»Die Liebesfähigkeit richtet den Trieb aus und ordnet ihn hin, nicht nur auf ein ›Triebziel‹, sondern auch auf ein ›Triebobjekt‹, nämlich auf die Person des jeweils geliebten Partners. Nur in dem Maße, in dem der Trieb solcherart ausgerichtet ist und hingeordnet auf die Person des anderen, des Geliebten, nur in diesem Maße läßt sich der Trieb auch einordnen und unterordnen der eigenen Person. *Nur ein Ich, das ein Du intendiert, kann das Es integrieren!*«⁴

⁴ V.E. Frankl, Die Psychotherapie in der Praxis, München, 2. Aufl. 1991, S. 137.