

Masterarbeit
Studiengang Sexologie III
zur Erlangung des akademischen Grades

Master of Arts Sexologie

Hochschule Merseburg, Fachbereich Soziale Arbeit.Medien.Kultur
und
Institut für Sexualpädagogik und Sexualtherapie Uster

Sexualität junger Männer zwischen tradierten und modernen Geschlechterrollenbildern

Eine qualitative Untersuchung zum Gefühl der
Geschlechtszugehörigkeit und dessen Interde-
pendenzen im Modell Sexocorporel

Vorgelegt von
Lea von Mühlenen
Matrikel-Nr. 25794



Betreuung durch: Ben Kneubühler
Zweitgutachten durch: Prof. Dr. Heinz-Jürgen Voss

Abgabe der Arbeit: 22. August 2022

Abstract

Die vorliegende Arbeit befasst sich mit den teilweise konträren traditionellen und modernen Erwartungen an das männliche Geschlechterrollenbild und den daraus resultierenden Spannungsfeldern für junge Männer. Die Datenerhebung erfolgte durch teilstandardisierte Leitfadeninterviews und zur Auswertung der Daten wurde eine Inhaltsanalyse nach Mayring durchgeführt. Die Ergebnisse zeigen, dass sich die jungen Männer vom traditionellen Geschlechterrollenbild distanzieren und beschreiben ihre Rolle mehr im Kontext des Rollenmodells des "neuen Mannes". Insgesamt konnten fünf Spannungsfelder aus den verschiedenen Erwartungshaltungen identifiziert werden, wovon drei Spannungsfelder die Sexualität betreffen. Neben persönlichen und sozialen Ressourcen zeigten die Ergebnisse, dass viele Ressourcen im Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit junge Männer bei der Bewältigung der Spannungsfelder unterstützen können. Weitere Forschung ist in Zukunft nötig, um diese Ergebnisse zu untermauern.

Inhaltsverzeichnis

Persönliches Vorwort	
1. Einleitung.....	1
1.1 Ausgangslage und Problemstellung.....	1
1.2 Begründung der Themenwahl.....	2
1.3 Forschungsfrage und Leitfragen	3
1.4 Methodenwahl	4
2. Theoretischer Hintergrund.....	4
2.1 Männer und die zunehmende Verunsicherung im Mannsein.....	4
2.2 Geschlechterrollen.....	5
2.2.1 Definition Geschlechterrolle.....	5
2.2.2 Die soziale Rollentheorie	5
2.2.3 Die männliche Geschlechterrolle zwischen Wandel und Persistenz.....	7
2.3 Der «neue Mann».....	8
2.3.1 Definition und Entstehung des Begriffs «neuer Mann»	8
2.3.2 Der «neue Mann» heute.....	9
2.3.3 Unterschiede traditioneller und «neuer Männer»	9
2.3.4 Herausforderungen für den «neuen Mann»	11
2.3.5 Die weibliche Geschlechterrolle als beeinflussender Faktor in der Dynamik des Rollenwandels	12
2.4 Geschlechterstereotype	13
2.4.1 Definition	13
2.4.2 Folgen von Stereotyp-Verletzungen.....	15
2.4.3 Männer werden immer «weiblicher»	16
2.4.4 Folgen von Stereotyp-Verletzungen für Männer	16
2.4.5 Reaktionen von Männern auf die «Verweiblichung» der Männer	17
2.5 Einfluss der Geschlechterrollen auf die Sexualität	18
2.6 Das Modell Sexocorporel.....	19

2.7	Die vier Komponenten von Sexocorporel.....	19
2.8	Physiologie	20
2.8.1	Der archaische Modus.....	20
2.8.2	Der mechanische Modus	20
2.8.3	Der ondulierende Modus.....	21
2.8.4	Der wellenförmige Modus	21
2.9	Kognitionen.....	22
2.10	Beziehung	22
2.11	Sexodynamik	23
2.11.1	Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit.....	23
2.11.2	Verunsicherungen im Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit.....	23
2.11.3	Der Stereotyp im Sexocorporel.....	24
2.11.4	Sexueller Archetyp.....	24
2.11.5	Der sexuelle Archetyp «Mann».....	24
2.11.6	Die sexuelle Selbstsicherheit im Sexocorporel	25
2.11.7	Sexuelle Fantasien	25
2.11.8	Das sexuelle Begehren.....	26
3.	Methodik des Forschungsprojektes	26
3.1	Forschungsmethode	26
3.2	Literaturrecherche.....	27
3.3	Datenerhebung.....	27
3.4	Sampling-Methode.....	28
3.5	Sample	28
3.6	Untersuchungsablauf.....	29
3.7	Transkription.....	30
3.8	Datenanalyse.....	30
3.9	Datenschutz und Forschungsethik.....	32
4.	Ergebnisse	32
4.1	Die männliche Geschlechterrolle	32

4.2	Spannungsfelder	34
4.3	Ressourcen	38
4.4	Sexodynamik	41
4.5	Physiologie	44
4.6	Kognitionen.....	45
4.7	Beziehung	47
5.	Diskussion	47
5.1	Wie beschreiben junge Männer ihre Rolle im Kontext der traditionellen und modernen Anforderungen an die männliche Geschlechterrolle?	47
5.2	Welche möglichen Spannungsfelder werden in den wahrgenommenen Erwartungen an die männliche Geschlechterrolle erlebt?	49
5.3	Welche unterstützenden Faktoren werden von jungen Männern bei der Bewältigung von Spannungsfeldern beschrieben?	53
5.4	Inwiefern lassen sich wahrgenommene Spannungsfelder mit Komponenten des Modells Sexocorporel in Beziehung setzen?	55
5.5	Inwiefern unterstützt das Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit junge Männer in den wahrgenommenen Erwartungen an die männliche Geschlechterrolle?.....	59
6.	Limitationen	60
7.	Schlusswort	61
	Literaturverzeichnis.....	62
	Abbildungsverzeichnis.....	72
	Anhang	73

Persönliches Vorwort

Ich wurde auf die Thematik der vorliegenden Arbeit durch private Gespräche, wie auch durch öffentliche Beiträge aufmerksam. Das Themenfeld ist enorm breit und die Eingrenzung war ein wichtiger Teil dieser Arbeit. Es war eine grosse Herausforderung, dieses sozial-psychologische Thema auf ein Individuum herunterzubrechen und aus dieser Perspektive die Sexualität zu evaluieren. Das Modell Sexocorporel ermöglicht es einerseits, einen ganzheitlichen Blick auf den Menschen und dessen Sexualität zu richten, andererseits resultiert daraus im Kontext der Masterarbeit die Schwierigkeit, dem Modell umfassend Rechnung zu tragen. Ich möchte mich bereits an dieser Stelle bei meinen Probanden bedanken, die mir mit sehr viel Offenheit begegnet sind. Ohne sie wäre diese Arbeit nicht möglich gewesen.

Einen weiteren Dank möchte ich an mein gesamtes Umfeld aussprechen, welches mich unermüdlich unterstützt hat, insbesondere an Liana Simovic, Lidija Stefanovic und Laura Curatolo. Ein besonderes Danke möchte ich an Sabrina Iseppi aussprechen, eine Freundin, die mich seit mehr als der Hälfte meines Lebens begleitet und in jeder Hinsicht eine Bereicherung ist.

In meiner Arbeit werden cis-heterosexuelle Männer untersucht, deshalb werden im Kontext der Probanden die Begriffe "Mann" oder "Männer" verwendet. Werden diese Begriffe sonst in der Arbeit genannt, möchte ich alle Menschen, die sich selbst als Mann bezeichnen, mit einbeziehen. Dasselbe gilt für die Begriffe "Frau" oder "Frauen"

1. Einleitung

1.1 Ausgangslage und Problemstellung

Was bedeutet es heutzutage ein Mann zu sein - was macht einen Mann zum Mann? Das noch vor wenigen Jahrzehnten eindeutige, monolithische und allgemeinverbindliche Bild des hegemonialen Mannes, der den starken Familiernährer repräsentiert, wird besonders seit dem Rollenwandel der Frau in den 1970er Jahren auf verschiedene Weisen in Frage gestellt (Dahinden et al. 2021; Wippermann, 2014). Frauen haben den Arbeitsmarkt betreten und besitzen inzwischen ebenso viele Hochschulabschlüsse wie Männer, während sich die Männer zunehmend um Kinderbetreuung und häusliche Aufgaben kümmern (Hook, 2006). Da die weibliche und männliche Geschlechterrolle in einem dynamischen Prozess zueinander stehen, resultieren aus diesem sozialen Wandel neue Rollen für die Männer; diese bestehen aus vielfältigen Eigenschaften, die bisher eher weiblich konnotiert waren (Wippermann, 2014). Die neue Rolle des Mannes wird auch die Rolle des «neuen Mannes» genannt. Wippermann (2014) beschreibt den «neuen Mann» als Symbol, Vorbild und Avantgarde des tiefgreifenden Wandels des männlichen Rollenbildes und der männlichen Identität. Trotz diesem tiefgreifenden Wandel in den Geschlechterrollen konnte Wippermann (2014) zeigen, dass das heute dominante Leitbild den Mann immer noch als verantwortungsbewussten Hauptnährer der Familie sieht - wobei Männer sich zur selben Zeit vom traditionellen Geschlechterrollenbild zu distanzieren beginnen (Wippermann, 2014). Da Veränderungen in den Geschlechterrollen ebenfalls Veränderungen der Inhalte von Geschlechterstereotypen auslösen (Eagly & Wood, 2012; Koenig & Eagly, 2014), wird von den Männern entgegen der männlichen Geschlechternorm heutzutage erwartet, dass sie zuvor als weiblich konnotierte stereotypische Eigenschaften mitbringen (Wippermann, 2014). Dazu gehören Romantik und Zärtlichkeit, Gefühle zeigen und verstehen können, sowie soziale Kompetenzen wie hilfsbereit sein (Wippermann, 2014). Präskriptive Stereotype beschreiben Überzeugungen darüber, was Männer und Frauen, je nach herrschendem Leitbild von «Männlichkeit» und «Weiblichkeit, tun und sein sollten (Fleischmann & Sieverding, o. D.). Werden präskriptive Geschlechterstereotype verletzt, können soziale Sanktionen («backlash»), wirtschaftliche Sanktionen oder Ablehnung die Folge sein (Fleischmann & Sieverding, o. D.) – wobei sich genau diese Schwierigkeiten in der Adaptierung der Männer an die neuen Erwartungen an ihr Geschlechterrollenbild zeigen. Diese Schwierigkeiten äussern sich insbesondere im Spannungsfeld zwischen diesen neuen Erwartungen, die sich mehr an der weiblichen Geschlechternorm orientieren und dem Ausmass der Erwartungen, ihren eigenen Geschlechternormen gerecht zu werden zu müssen. Das Spannungsfeld verdeutlicht sich dadurch, dass Männer ihre Stärke

öffentlich und wiederholt unter Beweis stellen müssen, um als solche zu gelten (Vandello & Bosson, 2013). Zudem besteht für die Männer die Gefahr, dass bereits eine weibliche oder «unmännliche» Handlung ihren Status heruntersetzt (Feinman, 1984; Sirin et al., 2004) und sie als homosexuell wahrgenommen werden könnten (Deaux & Lewis, 1984; McCreary, 1994; Sirin et al., 2004).

Wie sich zeigt, stehen Männer durch den Geschlechterrollenwandel einer zunehmenden Flut tradiert und neuer Anforderungen gegenüber (Wippermann, 2014). Aus der beschriebenen Problemstellung lässt sich ableiten, dass Männer heutzutage keiner Seite gerecht werden können und auf beiden Seiten negative Auswirkungen zu erwarten haben. Es scheint somit nicht zu überraschen, dass die oben beschriebene Problemstellung auch einen Einfluss auf die Sexualität haben kann, wie dies Untersuchungen zeigen (Hundhammer & Mussweiler, 2012; Hyde, Drennan, Howlette & Brady, 2009; Kiefer & Sanchez, 2007a; Komlenac, Siller, Bliem & Hochleitner, 2017; Kurpisz et al., 2016; Sanchez, Fetterolf & Rudman, 2012).

Untersuchungen deuten darauf hin, dass insbesondere jüngere Männer den Druck wahrnehmen, sich traditionellen Männlichkeitsnormen anzupassen und hyper-maskulines Verhalten an den Tag zu legen (You Gov 2018).

Die Relevanz des Themas wird durch neueste Untersuchungen unterstrichen, die zeigen, dass sich innerhalb von nur zehn Jahren implizite als auch explizite Stereotype in Richtung Neutralität verschoben und um 13 % bis 19 % angeglichen haben – was wiederum Rückschlüsse auf den Geschlechterrollenwandel erlaubt (Charlesworth & Banaji, 2022). Charlesworth & Banaji (2022) stellten fest, dass diese Trends in fast allen demografischen Gruppen und in allen geografischen Regionen der Vereinigten Staaten sowie einigen anderen Ländern beobachtet wurden. Es scheint, dass sich anhand dieser neuen Untersuchungen der Fakt ableiten lassen könnte, dass weltweit viele Männer von der beschriebenen Problemstellung betroffen sind.

1.2 Begründung der Themenwahl

Laut neuesten Erkenntnissen ist der Geschlechterrollenwandel global beobachtbar. Durch diesen Rollenwandel sind Männer einer Flut von traditionellen und neuen Anforderungen ans Mannsein ausgesetzt, wobei sie die gesellschaftlichen Erwartungen oft als widersprüchlich wahrnehmen (Wippermann, 2014). Einerseits wird erwartet, dass sie sich mehr an der Rolle des «neuen Mannes» orientieren und an den damit abgeleiteten Eigenschaften und Verhalten, welche sich mehr an der weiblichen Geschlechternorm orientieren (Wippermann, 2014). Gleichzeitig müssen Männer mit diversen Sanktionen rechnen, wenn sie sich den neuen Erwartungen an ihr Geschlechterrollenbild anpassen und somit

möglicherweise die männliche Geschlechternorm verletzen (Deaux & Lewis, 1984; Feinman, 1984; McCreary, 1994; Sirin et al., 2004).

Das Modell Sexocorporel ist ein umfassender sexualtherapeutischer Ansatz, welcher alle Facetten (Physiologie, Kognitionen, Emotionen, Beziehung) berücksichtigt, die an sexuellen Erlebnissen beteiligt sind (Chatton et al., 2005; ISP, 2019). Das Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit ist eng mit den Geschlechterrollen und Stereotypen verbunden und bildet ein Kernelement der Sexodynamik (ISP, 2019). Unter dem Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit wird im Sexocorporel die subjektive Wahrnehmung der eigenen sexuellen Identität verstanden (Chatton et al., 2005), was bedeutet, dass sich ein Mensch einer (oder mehreren) Gendergruppe(n) zuordnet und sich darin inszeniert, indem er körperlich agiert (Sztenc, 2020).

Ziel dieser wissenschaftlichen Arbeit ist die Problemstellung aus einer sexologischen Perspektive zu beleuchten und herauszufinden, welchen Einfluss das Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit auf wahrgenommene Spannungsfelder aus den verschiedenen Erwartungshaltungen an die männliche Geschlechterrolle auf junge Männer haben kann.

1.3 Forschungsfrage und Leitfragen

Es wurde folgende Forschungsfrage anhand der beschriebenen Ausgangslage aufgestellt:

Inwiefern unterstützt das Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit junge Männer in den wahrgenommenen Erwartungen an die männliche Geschlechterrolle?

Daraus lassen sich folgende Leitfragen ableiten:

- Wie beschreiben junge Männer ihre Rolle im Kontext der traditionellen und modernen Anforderungen an die männliche Geschlechterrolle?
- Welche möglichen Spannungsfelder werden in den wahrgenommenen Erwartungen an die männliche Geschlechterrolle erlebt?
- Welche unterstützenden Faktoren werden von jungen Männern bei der Bewältigung von Spannungsfeldern beschrieben?
- Inwiefern lassen sich wahrgenommene Spannungsfelder mit weiteren Faktoren aus dem Modell Sexocorporel in Beziehung setzen?

1.4 Methodenwahl

Die vorliegende wissenschaftliche Arbeit wurde im Rahmen eines qualitativen Forschungsdesigns durchgeführt, da die Thematik bisher wenig erforscht ist. Das theoretische Fundament wurde durch eine Literaturrecherche erarbeitet und die Daten über leitfadengestützte, teilstrukturierte Interviews erhoben. Vier Männer im Alter zwischen 25-35 Jahren werden zur Thematik befragt. Die Datenanalyse erfolgt durch ein induktiv-deduktives Verfahren nach Mayring.

2. Theoretischer Hintergrund

2.1 Männer und die zunehmende Verunsicherung im Mannsein

Gemäss Bourdieu (2005) werden Männer im Laufe einer «ungeheuren kollektiven Sozialisationsarbeit» (Bourdieu, 2005, S. 45) zu Männern gemacht und nicht als Männer geboren. Somit sind sie einer gesellschaftlichen Herrschaft unterworfen und an «eigene» Normen gebunden, an denen sie sich orientieren und gerecht werden müssen (Dahinden et al., 2021). Ein wichtiger Befund empirischer Männerforschung ist, dass das bisherige Selbstverständnis vom Mannsein zur Disposition steht und vielen Männern ihre Männlichkeit zur Frage wurde (Wippermann, 2014). Männlichkeit wird wissenschaftlich sowie gesellschaftlich zunehmend problematisiert und der Verlust der bisherigen Selbstverständlichkeit von Männlichkeit ruft eine gewisse Unsicherheit hervor, was immer breitere Kreise erfasst und somit zu einer Basiserfahrung vieler wird (Dahinden et al., 2021). Im TV werden Diskussionen unter dem Titel «Der gekränkte Mann als Gefahr» geführt (Zürcher, 2020) und das Landesmuseum Zürich widmet dem Thema eine Ausstellung mit dem Titel «Der erschöpfte Mann» (*Der erschöpfte Mann*, 2020). Als Gegenbewegung sind unter anderem sogenannte «Männer-Camps», sowie Männer-Gruppen und Seminare entstanden und es zeigt sich eine wachsende Zahl an Rat gebender Literatur und Zeitschriften (Dahinden et al., 2021). Schweizer Radio und Fernsehen hat zu einem Männer-Camp einen Beitrag mit dem Titel «Leidende Männer – Alles Männliche wird heute verteufelt» ausgestrahlt. Ein Männer-Coach führt diese Gruppe durch das Wochenende, wo unter anderem eine sogenannte «Männergeburt-Zeremonie» durchgeführt wird – eine Zeremonie zur Mannwerdung. Der Coach äussert, dies sei für viele Männer eine wichtige Erfahrung in den heutigen Zeiten (Sahli, 2021).

Gemäss Dahinden et al. (2021) werden Männer vermehrt dazu animiert, ihre eigenen Vorstellungen und Ideen von Männlichkeit zu überdenken; sei dies aus intrinsischen oder extrinsischen Gegebenheiten, denn sie geraten immer öfter in die Situation, wo sie ihr

Verhalten erklären oder auch legitimieren müssen. Zudem wird es heute nicht mehr einfach als legitim angesehen, dass Männer weniger Zeit mit Kindererziehung und Haushalt verbringen, per se besser bezahlt sind und leichter in Führungspositionen aufsteigen (Dahinden et al., 2021).

Die bisher selbstverständlichen Privilegien und die Vorrangstellung des hegemonialen Mannes gehen zunehmend verloren, was auch als «Vielfachkrise» beschrieben wird (Demirovic & Maihofer, 2013). Die Reaktionen der Männer auf diese Veränderungen sind sehr unterschiedlich; einige reagieren mit dem Wunsch nach der Rückkehr der alten Gewissheit und Status Quo, andere erleben die Veränderungen als Möglichkeit, einen neuen Raum zu gestalten, der einen gewissen Freiheitsgewinn mit sich bringt (Dahinden et al., 2021, Wippermann, 2014).

2.2 Geschlechterrollen

2.2.1 Definition Geschlechterrolle

Die Geschlechterrolle bezieht sich auf Eigenschaften und Verhalten, die Männern und Frauen in einer bestimmten Kultur vermittelt und zugeschrieben werden. Das Geschlecht definiert sich im Fall der Geschlechterrolle über das soziale Merkmal und nicht über das von Geburt aus biologische Geschlecht (Fleischmann & Sieverding, 2022). Demnach werden Frauen traditionell Familienarbeit und Männern die Erwerbsarbeit zugeschrieben (Abele, 2022; Eckes, 2004). Wippermann (2014) beschreibt die weiblichen und männlichen Selbst- und Fremdbilder als dynamisches Wechselspiel mit der Möglichkeit diesen Raum zu eröffnen oder zu begrenzen – was zeigt, wie die Identität der Männer und Frauen, sowie deren Rollenverhalten eng miteinander verbunden sind.

Im traditionellen Rollenverständnis ist die Frau finanziell vom Mann abhängig und wenn sie erwerbstätig ist, wird dies mit negativen Auswirkungen auf die Kindesentwicklung verbunden (Böttcher, 2020). Die Geschlechterrollen korrelieren mit dem gesellschaftlichen Wandel von Werten, Normen und Einstellungen, wobei der Wandel wiederum durch neues Wissen, neue Einblicke in andere Lebenszusammenhänge (z.B. Frauenerwerbstätigkeit) oder gesellschaftlich veränderte Rahmenbedingungen (z.B. Förderung der Vereinbarkeit von Familie und Beruf) getragen wird (Böttcher, 2020).

2.2.2 Die soziale Rollentheorie

Einer der wichtigsten Ansätze, um die Dynamik, die Einstellungen und Ideologien der Geschlechterrollen zu erklären, bildet die soziale Rollentheorie (Eagly & Sczesny, 2019; Eagly, 1987).

Das Grundprinzip dieser Theorie besteht aus der Annahme, dass Gemeinsamkeiten und Unterschiede zwischen Männern und Frauen aus der Verteilung ihrer sozialen Rollen innerhalb einer Gesellschaft resultieren (Eagly & Wood, 2016). Das durch die Sozialisierung angeeignete Verhalten sowie die Ausbildung von Geschlechterrollen erhalten die Arbeitsverteilung nach Geschlechtergruppe aufrecht und unterstützen diese fortlaufend (Wood & Eagly, 2012). Seit jeher haben Männer und Frauen bestimmte Aufgaben in der Gesellschaft übernommen, die je nach Situation, Kultur oder historischer Epoche sehr unterschiedlich waren. Die Aufgaben wurden den gegebenen ökologischen und sozioökonomischen Anforderungen angepasst (Wood & Eagly, 2012). Aufgrund der körperlichen Konstitution der Geschlechter werden einige Tätigkeiten in einem bestimmten Umfeld effizienter von dem einen oder dem anderen Geschlecht ausgeführt; diese geschlechtliche Arbeitsverteilung setzt eine Kaskade diverser psychologischer und sozialer Prozesse in Gang (vgl. Abbildung 1).

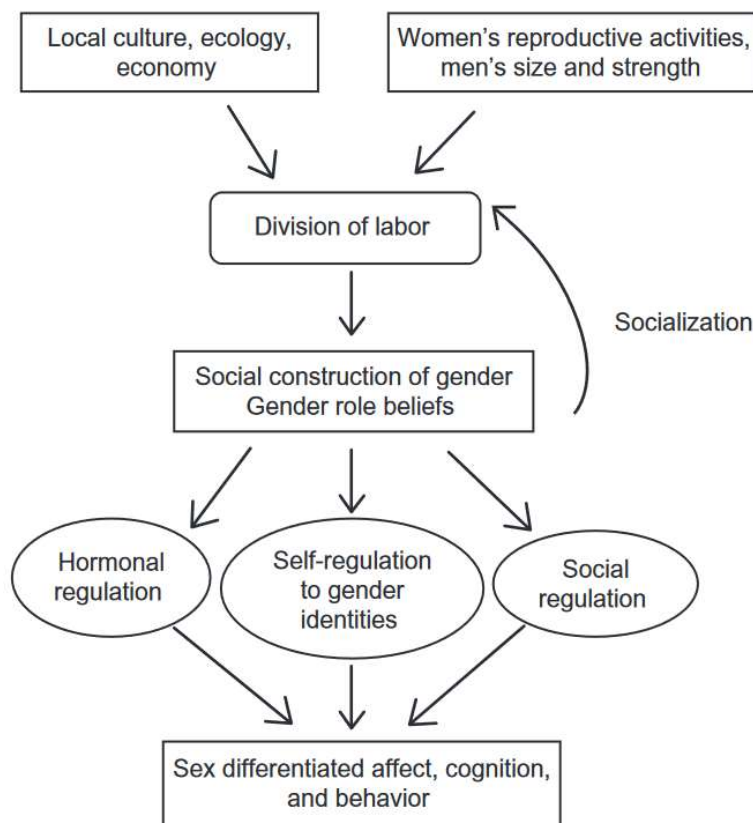


Abbildung 1: Modell zur Entstehung von Geschlechterrollen
(Wood & Eagly, 2012, S. 58)

Diese Prozesse stabilisieren wiederum genau diese Arbeitsteilung, indem es danach aussieht, dass die jeweiligen Aufgaben auf die Attribute der Männer und Frauen zugeschnitten sind (Wood & Eagly, 2012).

Es haben sich Vorstellungen und Erwartungen aufgrund von Beobachtungen der Männer und Frauen in diesen Tätigkeiten gebildet, wonach gefolgert wurde, dass sie typischerweise in diesem Arbeitsbereich gut sind. (Eagly & Wood, 2016).

2.2.3 Die männliche Geschlechterrolle zwischen Wandel und Persistenz

Seit Mitte des 20. Jahrhunderts, insbesondere seit den 1970er Jahren, haben sich die sozialen Rollen von Frauen und Männern in der westlichen Gesellschaft verändert (Bhatia & Bhatia, 2021, Dahinden et al., 2021). Frauen haben den Arbeitsmarkt betreten und besitzen inzwischen ebenso viele Hochschulabschlüsse wie Männer, während sich die Männer zunehmend um Kinderbetreuung und häusliche Aufgaben kümmern (Hook, 2006). Parallel zu diesen Veränderungen haben sich die normativen Werte bezüglich der Geschlechterrollen in Richtung mehr Gleichheit verschoben (Scott et al., 1996). Die Modernisierungstheorie (Inghart & Norris, 2003) spekuliert auf eine anhaltende Annäherung in Richtung Egalitarismus zwischen den Geschlechterrollen und damit auf einen fortschreitenden Abbau traditioneller Einstellungen, die die Vorrangstellung des Mannes unterstützen und an essentialistischen Überzeugungen der Geschlechter festhalten, sprich dass Frauen und Männer aufgrund natürlicher und angeborener Unterschiede getrennte Lebensbereiche und Rollen haben (Bornatici, Gauthier & Le Goff, 2020; Inglehart & Norris, 2003). Insgesamt unterscheiden sich die Meinungen jedoch, da einige Berichte auf eine Stagnation bis zur Retraditionalisierung hinweisen. In den westlichen Ländern scheint der Wandel zu egalitären geschlechtsspezifischen Einstellungen und Verhaltensweisen seit den 1990er Jahren zum Stillstand gekommen zu sein (van Egmond, Baxter, Buchler & Western, 2010; Cotter, Hermsen & Vanneman, 2011). Pepin & Cotter (2018) schreiben sogar, dass die Einstellungen zur Aufteilung der häuslichen Aufgaben und familiären Entscheidungen zwischen den Ehepartnern unter jungen Amerikanern traditioneller geworden sind. Auf der Grundlage einer länderübergreifenden Analyse, die 17 europäische Länder umfasst, interpretieren

Knight & Brinton (2017) diese Entwicklung jedoch nicht als ein Wiederaufleben essentialistischer Ansichten der Geschlechter, sondern vielmehr als einen Anstieg verschiedener Arten von Egalitarismus, nämlich dem liberalen Egalitarismus (geschlechtsneutrale Ansichten zur Arbeit und Familie) und familiären Egalitarismus (Unterstützung der Erwerbstätigkeit von Frauen und traditioneller Familienwerte).

Insgesamt stehen Männer einer zunehmenden Flut tradiert und neuer Anforderungen an das Mannsein gegenüber, wobei sie diese Erwartungen oft als widersprüchlich wahrnehmen (Wippermann, 2014). Einerseits machen Männer heute die Erfahrung, dass ihre Geschlechtsidentität zunehmend weniger Anerkennung erhält und zum Anachronismus

wird – andererseits sieht das heute dominante Leitbild den Mann immer noch als verantwortungsbewussten Haupternährer der Familie, wobei Männer sich zur selben Zeit beginnen vom traditionellen Geschlechterrollenbild distanzieren (Wippermann, 2014).

Dass dieser Erwartungs-Mix aus tradierten und modernen Anforderungen Schwierigkeiten bergen kann, scheint somit nicht zu überraschen. Wippermann et al., (2009) beschreibt Männer als Suchende und Kämpfende im Alltag: Der Weg zurück ins tradierte Männerrollenbild ist tabu und unattraktiv; das moderne Rollenbild ist ein Rohentwurf, der wenig konkrete Anhaltspunkte und Vorbilder zur Orientierung bietet.

2.3 Der «neue Mann»

2.3.1 Definition und Entstehung des Begriffs «neuer Mann»

Der Begriff um den «neuen Mann» entspringt dem «New Age» Zeitalter und wurde durch die Frauenbewegungen, auch der «weibliche Aufbruch» genannt, geprägt (Borutta & Verheyen, 2010; Dahinden et al., 2021). Das «New Age», sprich das neue Zeitalter, entstand im letzten Drittel des 20. Jahrhunderts und steht für eine der wichtigsten und populärsten geistigen Strömungen der letzten Jahrzehnte (Schneider, o.D.). Es stand für einen fundamentalen Bruch, der vermeintlich alles und jeden «transformierte». Transformation steht in diesem Sinne für die individuelle Bewusstseinsweiterung, wobei der Einbezug der Körperlichkeit und Emotionalität, die Suche nach Spiritualität und die Neubesinnung auf Erfahrungen zentrale Themen waren (Schneider, o. D.). Dieser fundamentale Bruch galt auch für das Geschlechterverhältnis zwischen Männern und Frauen, welches sich unter dem Druck des weiblichen Aufbruchs neu ordnete (Borutta & Verheyen, 2010). In diesem Zusammenhang betraf dies insbesondere die bisherige Ordnung der Geschlechter und die damit verbundene hierarchische Stellung sowie der exkludierende Umgang untereinander (Borutta & Verheyen, 2010).

Der aus dem «New Age» entsprungene, «neue Mann» war ein transformierter Mann. Er war ermächtigt eigene Gefühle zu entfalten und diese nicht nur zu erforschen - was bisher mehr den Frauen vorbehalten war (Borutta & Verheyen, 2010).

Der «neue Mann» war ein Mann, der sich den weiblichen Geschlechternormen bewusst zuwandte – dennoch sollte er dabei ein Mann bleiben (Borutta & Verheyen, 2010).

Die «Selbstverwirklichung» zielte auf die «Bewusstseinsentfaltung» und die «Bewusstseinsweiterung» ab; auch in diesem Zusammenhang war der «neue Mann» auf «Ganzheitlichkeit» aus (Borutta & Verheyen, 2010).

2.3.2 Der «neue Mann» heute

Obwohl es diverse Artikel, Sendungen und einige Publikationen zum «neuen Mann» gibt, fehlen ausführliche, empirische Zahlen zum heutigen Stand. Wippermann (2014) hat den Begriff um den «neuen Mann» in einer grossen, bundesweiten Studie in Deutschland aufgegriffen und untersucht. Wippermann (2014) schreibt dazu, der «neue Mann» stehe heute als Symbol, Vorbild und Avantgarde des tiefgreifenden Wandels des männlichen Rollenbildes und der männlichen Identität. Dennoch scheine es schwer, diesen «neuen Mann» zu fassen und konkret zu beschreiben, was ihn antreibt, was ihn ausmacht, in welchen kulturellen- und sozialen Rahmenbedingungen er lebe und welche Barrieren und Hürden im Alltag warten.

«Neue Männer» heutzutage sind bemüht, sich im Alltag mit ihren Partnerinnen abzusprechen und die Umsetzung gemeinsamer Vorstellungen von Elternschaft und Partnerschaft im Team zu gestalten (Wippermann, 2014). Gleichstellungsambitionierte Männer sehen sich jedoch weder als Prototyp noch als Neuerfindung des Wandels, daher empfinden sie den Begriff des «neuen Mann» als unpassend (Wippermann, 2014).

Obwohl der Begriff eine vordergründige Neutralität impliziert, enthält er eine positive Höherbewertung im Gegensatz zum «alten Mann»; die «neuen Männer» seien zukunftsfähiger, besser und weiter im Vergleich zu den tradierten Männern (Wippermann, 2014). In dieser Auslegung liegt eine herausfordernde und kraftvolle soziale Norm an die Männer, die sich in Richtung Zukunft und in Richtung des «neuen Mannes» bewegt (Wippermann, 2014).

2.3.3 Unterschiede traditioneller und «neuer Männer»

Bei traditionellen Männern zeigt sich, dass sie ein profiliertes Männlichkeitsbild haben, wobei die ausgeprägte Differenz zur Weiblichkeit heraussticht: Durchsetzungsvermögen, Hartnäckigkeit, Stabilität, Überlegenheit, Verlässlichkeit, Härte, Stärke, Selbstsicherheit, Entschiedenheit, Gesten und eine Dominanz beim Sprechen, wie auch Abbildung 2 ersichtlich ist (Wippermann, 2014). Die finanzielle Versorgung der Familie, sowie als Oberhaupt der Familie, diese zu schützen, gehören zu den Hauptaufgaben (Wippermann, 2014). Die Aussenwelt ist der Zuständigkeitsbereich des Mannes, sprich Beruf und Repräsentation der Familie; das Binnenleben beinhaltet die Fürsorge für die Familie (Wippermann, 2014).

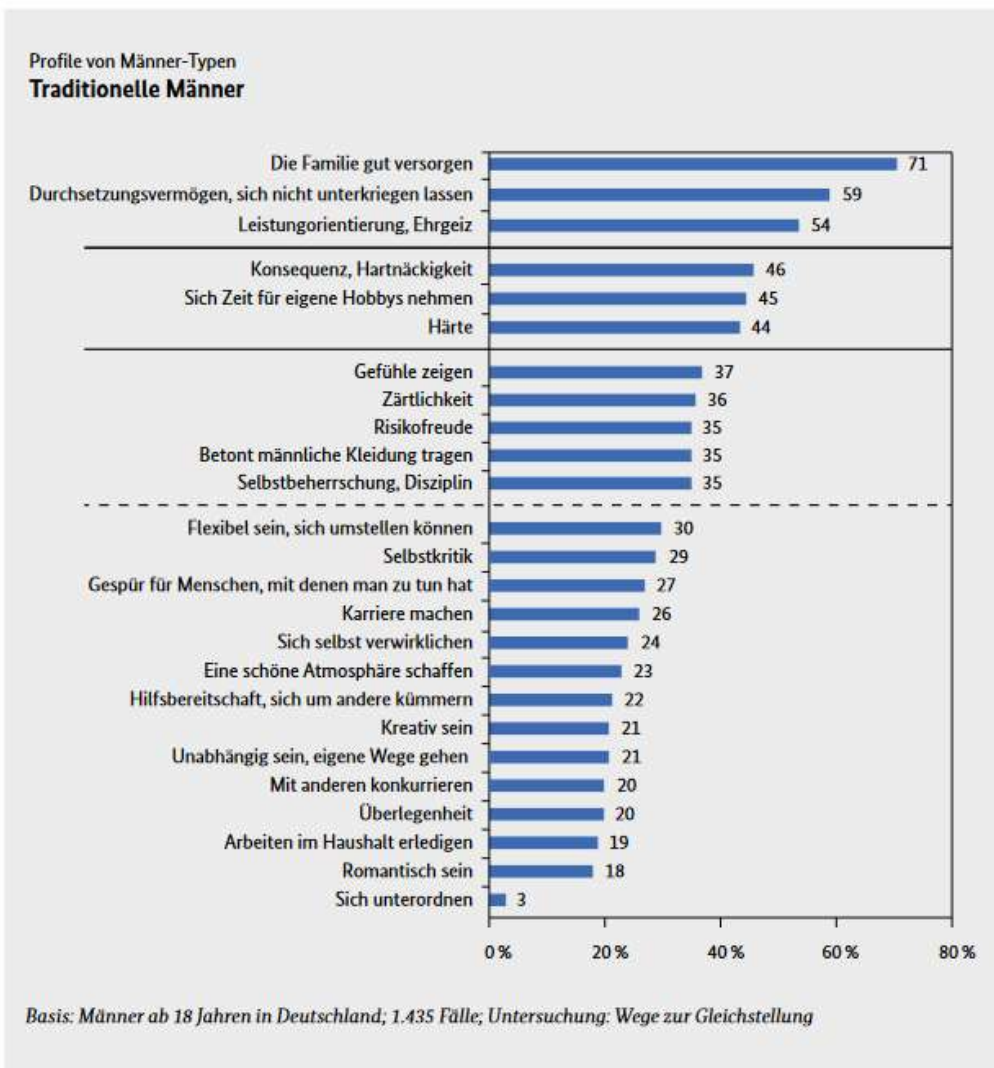


Abbildung 2: Profil traditioneller Männer
(Wippermann, 2014, S. 71)

«Das Männerbild der «neuen Männer» ist im Kontrast bezüglich verschiedener Attribute weniger profiliert und zeichnet sich durch das Aneignen vielfältiger Eigenschaften aus, die bisher insbesondere den Frauen zugeschrieben wurden (vgl. Abbildung 3).

Zum einen bewahren sie verschiedene Facetten traditioneller Männlichkeit (oft mit einer Bedeutungsverschiebung). Insofern entspricht dieser „neue Mann“ nicht dem Klischee vom feminisierten Mann, der männliche Stärken verloren oder aufgegeben hätte. Zum anderen integrieren diese Männer viele vormals als weiblich deklarierte (und im traditionellen Männerbild als „unmännlich“ normierte) Eigenschaften in ihr Selbstverständnis vom modernen, ganzheitlichen Mannsein. So entwickeln und gestalten diese Männer eine neue Form und Stilistik von Männlichkeit: Zärtlichkeit,

Zeit für eigene Hobbys sowie die Versorgung der Familie. Persönliche Bedürfnisse und Familienbedürfnisse stehen gleichberechtigt nebeneinander. (Wippermann 2014, S. 72)

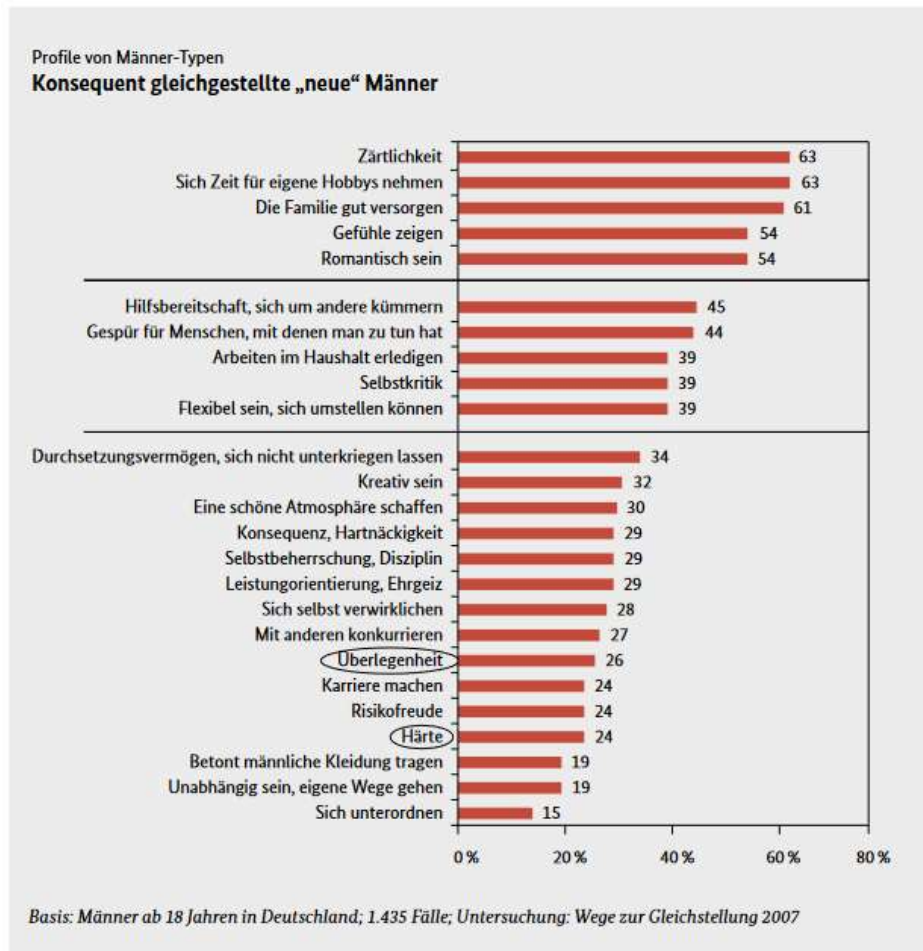


Abbildung 3: Profil «neuer Männer»
(Wippermann, 2014, S. 73)

Die früher klar zugeordneten weiblichen und männlichen Attribute werden durch diese «neuen Männer» aufgehoben, was nicht bedeutet, dass weibliche Merkmale kopiert, sondern vielmehr, dass der Möglichkeitsraum für Männlichkeit erweitert wird (Wippermann, 2014).

2.3.4 Herausforderungen für den «neuen Mann»

Wippermann et al., (2009) schreibt, dass sich «neue Männer» vor der Herausforderung befinden, in ihrem Bekannten- und Freundeskreis für ihre Akzeptanz einzustehen – insbesondere, wenn in diesem Umfeld noch das Verständnis gilt, dass «ein Mann» den Geschlechternormen entsprechen sollte und der «neue Mann» somit in vieler Hinsicht eine

Devianz davon darstellt. «Neue Männer» seien in solchen Situationen gefordert für ihre Akzeptanz einzustehen und im Umfeld zu definieren, dass der «neue Mann» «kein «Weichei», sondern das zukunftsfähige Modell vom Mann darstelle (Wippermann et al., 2009).

Untersuchungen konnten zeigen, dass Männer soziale und wirtschaftliche Sanktionen erleben, wenn sie Rollen des «neuen Mannes» übernehmen und gegen die männliche Geschlechternorm verstossen. In zwei Feldstudien wiesen Berdahl & Moon (2013) nach, dass Männer, die in der Familie eine Betreuungsrolle und somit aktiv eine stereotypinkongruente Rolle einnehmen, mehr Belästigungen und Misshandlungen am Arbeitsplatz ausgesetzt sind als traditionelle Väter, die diese Rolle nicht übernommen haben, wie auch im Vergleich zu Männern ohne Kinder. Andere Forschungsarbeiten konnten zeigen, wie Männer, die aus familiären Gründen eine Arbeitspause eingelegt oder ihre Arbeitszeit reduziert haben, im Laufe der Zeit Lohneinbussen erlitten. Dies im Kontrast zu Männern, die aus nicht-familiären Gründen eine ähnliche Arbeitspause eingelegt haben und keine Lohneinbussen erlitten (Coltrane et al., 2013).

2.3.5 Die weibliche Geschlechterrolle als beeinflussender Faktor in der Dynamik des Rollenwandels

Wie oben bereits beschrieben, stellt der Geschlechterrollenwandel einen dynamischen Prozess dar, der im Wechselspiel mit den Geschlechtsstereotypen steht (Charlesworth & Banaji, 2022). In Untersuchungen wird deutlich, dass Frauen an der Konstruktion des männlichen Rollenleitbildes aktiv beteiligt sind. So stecken Frauen ihre Erwartungen an «einen richtigen Mann» genauso hoch wie die Männer selbst: Durchsetzungsvermögen, Ehrgeiz, Treue, Fürsorge, Leistung, Technikkompetenz, Disziplin (Wippermann, 2014). Dies entspricht dem Leitbild vom starken Mann, der Beschützer und Haupternährer der Familie ist. Zugleich erwarten die Frauen Persönlichkeitsmerkmale wie Gefühle zeigen, Romantik und Zärtlichkeit, sowie soziale Kompetenzen wie Gefühle anderer verstehen, Hilfsbereitschaft und eine Balance zwischen Beruf und Privatleben finden (Wippermann, 2014). Wippermann (2014) betont, dass Frauen diese Eigenschaften in einem höheren Mass von den Männern erwarten, als sie dies von sich selbst tun (vgl. Abbildung 4). Insgesamt führe dies dazu, dass der Wandel des männlichen Geschlechterrollenbildes in weit höherem Masse durch die Frauen, als den Männern selbst angetrieben werde. Frauen kommunizieren und erwarten viele Facetten gleichzeitig – einerseits traditionelle Rollenmerkmale, andererseits Merkmale des modernen, neuen, gleichgestellten Mannes (Wippermann, 2014).

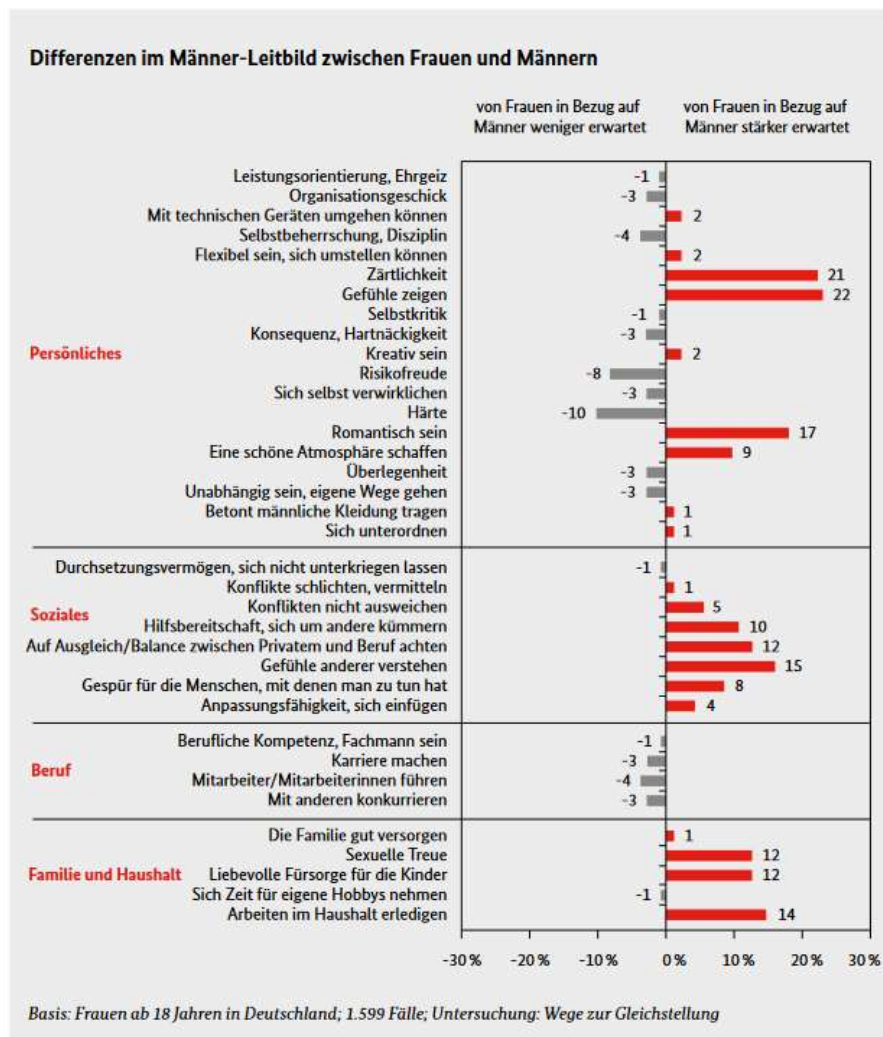


Abbildung 4: Differenz zwischen Erwartungen der Männer an sich selbst und von Frauen (Wippermann, 2014, S. 37)

2.4 Geschlechterstereotype

2.4.1 Definition

Geschlechterstereotype sind Stereotype, die sich auf die soziale Kategorie «Mann» und «Frau» beziehen und diese mit Rollen und Eigenschaften verbinden (Fleischmann & Sieverding, o.D.). Geschlechterstereotype sind kognitive Strukturen, die charakteristische Merkmale von Männern und Frauen enthalten und einer dualen Natur entstammen, da sie individuellen Wissensbesitz, sowie ein konsensuelles, kulturelles Verständnis von den typischen Merkmalen der Geschlechter repräsentieren (Eckes 1997; Eckes, 2004).

Gemäss der sozialen Rollentheorie lösen Veränderungen in den Geschlechterrollen ebenfalls Veränderungen der Inhalte von Geschlechterstereotypen aus (Eagly & Wood, 2012; Koenig & Eagly, 2014). Im Laufe der Zeit führten die Beobachtungen von Männern und Frauen in ihren Rollen zur Zuschreibung «rollenkongruenter» Eigenschaften, die die Grundlage für Stereotypen bilden (Eagly & Wood, 2016). Eagly & Wood (2016) schreiben, dass Frauen in häuslichen Tätigkeiten, wie dem Kochen oder der Kinderbetreuung und Männer ausserhalb häuslicher Tätigkeiten, wie der Berufstätigkeit beobachtet wurden, was dazu führte, dass diese beobachteten Verhaltensweisen zu Erwartungen wurden. Dies wiederum führte dazu, dass Frauen stereotypisch als «gemeinschaftlich» (*community*) und Männer stereotypisch als «handlungsorientiert» (*agency*) angesehen werden (Eagly & Wood, 2016). Wie oben beschrieben sind Geschlechterstereotype *deskriptiver*, wie auch *präskriptiver* Natur. Sie beschreiben wünschenswerte Attribute für den «Mann» und die «Frau», je nach herrschendem Leitbild von «Männlichkeit» und «Weiblichkeit» (Fleischmann & Sieverding, o.D.). Neben Beschreibungen, wie Männer und Frauen in einer bestimmten Gesellschaft wahrgenommen werden (deskriptiv), gibt es auch Überzeugungen darüber, was Männer und Frauen tun und sein sollten (präskriptiv) (Fleischmann & Sieverding, o.D.). Zu den männlichen Attributen gehören Persönlichkeitseigenschaften wie «aggressiv» oder «dominant», Einstellungen und Werte wie «karriereorientiert», Verhalten wie «Risiko suchend» und äussere Merkmale wie «muskulös» (Fleischmann & Sieverding, o.D.). Auf Abbildung 5 sind Eigenschaften aufgelistet, die stereotypisch eher den Männern (*agency*) und Frauen (*community*) zugeschrieben werden.

Connell (2000) beschreibt den Prozess des "*gender learning*" damit, dass stereotype Verhaltensweisen, die mit dem Geschlecht verbunden sind, im Alltag immer wieder reproduziert werden. Muster von Männlichkeit und Weiblichkeit werden demnach aktiv durch einen sozialen Prozess erzeugt, Junge Menschen "erlernen das Geschlecht", indem sie sich so verhalten, wie es in Bezug auf typisch weibliches oder männliches Verhalten als angemessen empfunden wird und sie führen eine «Geschlechterperformance» durch, die auf dominanten Männlichkeits- und Weiblichkeitsidealen basieren.

Es hat sich gezeigt, dass die Eigenschaftenbündel der Geschlechterstereotype eine hohe kulturelle Invarianz aufzeigen und über die Zeit bemerkenswert stabil blieben (Spence & Buckner, 2000; Williams & Best, 1990).

Bischof-Köhler (2022) merkt an, dass Stereotype auch als soziales Urteil verstanden werden können - wobei es in diesem Fall Vorurteil hiesse - da sie eine Tendenz haben, grobe Vereinfachungen ohne Rücksicht auf die Individualität einer Person zu machen. Demnach wirken Stereotype, die einem bestimmten Geschlecht zugeordnet werden, nicht nur pauschal, sondern auch ausgrenzend - wird eine Eigenschaft einem Geschlecht zugewiesen, wird sie dem anderen abgesprochen.

Agentic Attributes	
Able to Separate Feelings from Ideas	Independent
Achievement-Oriented	Intelligent
Active	Leadership Ability
Ambitious	Logical
Analytical	Objective
Assertive	Organized
Authoritative	Persistent
Bold	Productive
Competent	Relaxed
Competitive	Reliable
Conscientious	Risk-Taking
Consistent	Self-Confident
Decisive	Self-Controlled
Desires Responsibility	Self-Reliant
Direct	Skilled In Business Matters
Dominant	Sophisticated
Effective	Speedy Recovery From Emotional Disturbance
Emotionally Stable	Stands Up Under Pressure
Feelings Not Easily Hurt	Steady
Firm	Strong
Forceful	Task-Oriented
High Need For Power	Vigorous
High Self-Regard	Well-Informed

TABLE B | List of communal attributes measured.

Communal Attributes	
Affectionate	Likeable
Aware of Others Feelings	Modest
Cheerful	Neat
Collaborative	People-Oriented
Communicative	Relationship-Oriented
Compassionate	Sensitive
Emotional	Sentimental
Generous	Sincere
Gentle	Sociable
Good Natured	Sympathetic
Helpful	Talkative
Humanitarian Values	Tender
Intuitive	Understanding
Kind	Warm

Abbildung 5: *Eigenschaften, die stereotypisch eher Frauen oder Männern zugeschrieben werden* (Hentschel et al., 2019, S. 19)

2.4.2 Folgen von Stereotyp-Verletzungen

Werden deskriptive Geschlechterstereotype verletzt, kann dies Reaktionen wie Überraschung auslösen, da sich ein Mann oder eine Frau nicht so verhält, wie dies die meisten von ihnen tun. Im Fall, dass präskriptive Geschlechterstereotype verletzt werden, kann dies Reaktionen wie Wut oder moralische Entrüstung auslösen. Die Folge davon sind Ablehnung oder soziale Sanktionen («backlash»), da sich die Person nicht so verhält, wie sie sollte (Fleischmann & Sieverding, o.D.; Koenig, 2018; Moss-Racusin et al., 2010).

Präskriptive Geschlechterstereotype führen dazu, dass Männer und Frauen versuchen, sich auf eine bestimmte Art und Weise zu verhalten oder «nicht-geschlechterkonformes» Verhalten zu verstecken, um Geschlechterstereotype nicht zu verletzen und somit Sanktionen zu vermeiden. Dies wiederum erhöht stereotypische Verhaltensweisen und hält den Geschlechterstereotyp aufrecht (Prentice & Carranza, 2004; Moss-Racusin et al., & Glick, 2010; Rudman et al., 2012).

2.4.3 Männer werden immer «weiblicher»

Es scheint, dass es noch nie so viele Möglichkeiten wie heutzutage gab, um ein Mann zu sein, was sich neben neuen Möglichkeiten in der Geschlechterrolle auch in der Gestaltung ihres Äusseren zeigt (Itulua-Abumere, 2013; Lomas et al., 2016). In Magazinen, wie auch bei öffentlichen Auftritten, gibt es eine Welle von Männern, die sich über den männlichen Geschlechterstereotyp hinwegsetzen. Dadurch können Menschen insgesamt den Eindruck erhalten, dass die Männer immer weiblicher werden (Zafra & Garcia-Retamero, 2011). Diese neuen Trends deuten auf eine neue Art des Mannseins hin, welche für die traditionelle Männlichkeit und insbesondere für die antifeministische Norm als Herausforderung wahrgenommen werden könnte (Donnelly & Twenge, 2017).

Untersuchungen haben gezeigt, dass Männer, die Veränderungen in der Männlichkeitsnorm wahrnehmen, reaktiv dazu motiviert werden könnten ihre Männlichkeit auf unterschiedliche Art und Weise zu bestätigen (Bosson & Michniewicz, 2013). Bosson & Michniewicz (2013) zeigten Männern in ihren Untersuchungen Beweise dafür, dass die Männer als «Gruppe» im Laufe der Zeit immer weiblicher wurden. Daraufhin berichteten diese Männer, dass sie verschiedene Verhaltensweisen an den Tag legen würden, um in unterschiedlichem Masse ihrem Umfeld den Status des «echten Mannes» zu vermitteln.

2.4.4 Folgen von Stereotyp-Verletzungen für Männer

Im Gegensatz zur Weiblichkeit wird Männlichkeit als prekärer Status gesehen, da er schwer zu gewinnen und leicht zu verlieren ist (Bosson & Vandello, 2011; Vandello et al., 2008). Daher müssen Männer ihre Männlichkeit unter Beweis stellen und sich von den weiblichen Rollen, Eigenschaften und Verhaltensweisen distanzieren (Bosson & Michniewicz, 2013; Kilianski, 2003). Die Unterscheidung zwischen männlichen und weiblichen Eigenschaften ist für Männer wichtiger als für Frauen, wobei diese stärkere Dichotomisierung der Geschlechter aus der Motivation der Männer entsteht, der Weiblichkeit in ihrer männlichen Geschlechtsidentität zu entkommen (Bosson & Michniewicz, 2013).

Die Theorien über «prekäre Männlichkeit» legen nahe, dass Männer ihre Stärke öffentlich unter Beweis stellen müssen, um als Männer bezeichnet zu werden (Vandello & Bosson,

2013). Bereits eine einzige weibliche oder unmännliche Handlung könnte den Status eines Mannes als Mann herabsetzen, was dazu führt, dass er weibliche Verhaltensweisen strikt vermeidet (McCreary, 1994, Sirin et al., 2004). Als Resultat werden Männer für feminines Verhalten strenger beurteilt als Frauen für maskulines Verhalten. Sie werden eher als «nicht männlich» oder homosexuell wahrgenommen, wenn sie feminine Verhaltensweisen zeigen und Menschen reagieren tendenziell negativer, wenn Männer von geschlechtsspezifischen Rollenvorgaben abweichen (Deaux & Lewis, 1984; McCreary, 1994; Sirin et al., 2004). Als Folge davon können auch homophobe Beschimpfungen wie «Schwuchtel» die Folge sein (Burn, 2000).

Insbesondere jüngere Männer fühlen sich unter Druck gesetzt, sich traditionellen Männlichkeitsnormen anzupassen: Zwei Drittel (67 %) der Männer zwischen 18 und 24 Jahren fühlen sich gezwungen, hyper-maskulines Verhalten an den Tag zu legen, verglichen mit 30 % der Männer über 45 (You Gov 2018). Untersuchungen (Kosakowska-Berezecka et al., 2016) zeigten zudem, dass Männer mehr als Frauen danach strebten, ihren allenfalls bedrohten Status wiederherzustellen. Dies geschehe, da Männer tendenziell stärker von der Bedrohung des Geschlechterstatus betroffen sind und somit stärker zögern, von den männlichen Geschlechternormen abzuweichen. Die Statusinkongruenz-Hypothese untermauert dies; Verletzungen männlicher Geschlechterstereotype werden negativer gesehen, da Männer dadurch an Status verlieren, während Frauen ihn gewinnen (Feinman, 1984; Sirin et al., 2004).

Die Forschung zeigt zudem, dass Männer, welche viel in die traditionelle Männlichkeitsnorm investieren, dazu neigen, andere Männer, welche von traditionellen Männlichkeitsnormen abweichen, negativer zu bewerten («backlash») (Glick et al. 2015). Zudem zeigen sie eine negativere Einstellung gegenüber Homosexualität, insbesondere gegenüber schwulen Männern (Blashill & Powlishta 2009; Parrott et al. 2011).

Insgesamt deuten diese verschiedenen Untersuchungen einerseits darauf hin, dass Männer aufgrund der oben beschriebenen möglichen Folgen für sie unter Druck gesetzt werden, den traditionellen Geschlechternormen gerecht zu werden und Geschlechterstereotyp verletzendes Verhalten zu vermeiden. Andererseits zeigen Untersuchungen, dass insbesondere Männer, welche die traditionelle männliche Geschlechternorm stark befürworten, motiviert sind, ihre Männlichkeit zu bestätigen und zu beweisen.

2.4.5 Reaktionen von Männern auf die «Verweiblichung» der Männer

Untersuchungen von Borinca et al. (2021) zeigten, wie Männer, welche die traditionellen Geschlechternormen weniger befürworteten, weniger Unbehagen gegenüber der «Feminisierung» der Männer durch den sozialen Wandel berichten. Dies im Kontrast zu Männern,

die mehr in ihre traditionelle Geschlechternorm investieren. Zudem zeigte sich, dass Männer weniger Angst davor hatten, feminines Verhalten zu zeigen und darin als homosexuell wahrgenommen zu werden, wenn sie weniger in ihre männliche Geschlechternorm investierten. Diese Dynamik lässt sich dadurch erklären, dass sich Menschen, die konsequent gegen traditionelle Geschlechterrollen verstossen, eine «Immunität» gegen die Bedrohung, als homosexuell wahrgenommen zu werden, aufgebaut haben (Borinca et al., 2021). Borinca et al., (2021) folgert, dass sich diese Männer mit weniger Unbehagen auf feminine Eigenschaften und Verhaltensweisen einlassen können, da sie mit weniger normativen Bedingungen konfrontiert sind.

2.5 Einfluss der Geschlechterrollen auf die Sexualität

Obwohl sich die westliche Kultur im Allgemeinen in Richtung einer vermehrten Gleichstellung der Geschlechter bewegt, zeigt sich, dass bei (hetero-) sexuellen Interaktionen nach wie vor ein Machtungleichgewicht zwischen weiblicher „Unterordnung“ und männlicher „Dominanz“ besteht (Elmerstig, Wijma, & Bertero, 2008; Elmerstig, Wijma, Sandell, & Bertero, 2012; Elmerstig, Wijma, & Swahnberg, 2013; Holland, Ramazanoglu, Sharpe, & Thomson, 2004; Sanchez et al., 2012).

Besonders in Situationen mit sexuellem Kontext fühlen sich Frauen und Männer gezwungen, sich gemäss dem erwarteten Verhalten, welches von den Geschlechterrollen und den davon abgeleiteten Stereotypen abgeleitet wird, zu verhalten (Sanchez et al., 2005). Von den Geschlechterrollen und Stereotype lässt sich ableiten, dass sich heterosexuelle Männer beim Sex dominant und durchsetzungsfähig und Frauen passiv und unterwerfend verhalten sollen (Schwarz & Rutter, 2000). Männer sind so sozialisiert, dass sie die Experten, Initiatoren und Regisseure sexueller Aktivitäten sind (Baumeister, Catanese, & Vohs, 2001). Auch in Zeitschriften, Fernsehen, sowie Filmen werden Geschlechtsspezifische Rollen beim Sex so dargestellt, dass Männer die dominante Rolle innehaben (Baker, 2005). Männer und Frauen, die in traditionelle Geschlechterideale investieren, tendieren in sexuellen Begegnungen dazu, die weibliche Rolle als passiv und die männliche als dominant hinzunehmen (Sanchez, 2005).

Untersuchungen zeigten, dass Männer (und Frauen), die stark in Geschlechternormen investieren, in ihrer sexuellen Autonomie beeinträchtigt sind, da sie damit beschäftigt sind, traditionelle Ideale aufrecht zu erhalten, um die Gunst ihrer Partner(in) zu gewinnen, was zu Lasten ihrer eigenen sexuellen Befriedigung fällt (Sanchez, Crocker & Boike, 2005). Zudem neigen stark an ihre Geschlechternormen gebundene Männer dazu, Sex automatisch mit Dominanz zu assoziieren (Kiefer & Sanchez, 2007b).

Auch wenn sich die sexuellen Wünsche und Vorstellungen von Männern und Frauen im Gegenzug zur Vergangenheit bereits um einiges angeglichen haben, zeigt die Forschung weiterhin auf, dass Männer und Frauen dazu neigen, die Ungleichheiten in den Geschlechterstereotype zu erotisieren (Kiefer & Sanchez, 2012).

Insgesamt deuten die Erkenntnisse darauf hin, dass das Festhalten an den geschlechtsspezifischen Skripten von männlicher Dominanz und weiblicher Unterwürfigkeit negative Folgen für das sexuelle Funktionieren und enge Beziehungen hat (Sanchez et al., 2012). Von jungen Männern wurden unterschiedliche Erwartungen an One-Night-Stands im Vergleich zu sexuellen Interaktionen in Beziehung beschrieben. Bei einem One-Night-Stand war die Erwartungshaltung der Männer grösser, sich gemäss den stereotypischen Erwartungen an Männlichkeit zu verhalten, sprich Initiator zu sein und sich dominant und entschlossen zu zeigen. In einer Beziehung fühlten sich die Männer selbstbewusster; sie wollten eine gute «Performance» liefern und ebenfalls Initiative ergreifen, jedoch hatten sie das Gefühl, dass Fehler toleriert werden (Elmerstig, Wijma, Sandell & Bertero, 2014).

2.6 Das Modell Sexocorporel

Das sexualtherapeutische Modell Sexocorporel wurde vom Professor Jean-Yves Desjardins (1931-2011) an der sexologischen Fakultät der Universität Montreal, Quebec in den 1980er Jahren entwickelt (Chatton et al., 2011; ISP Uster, 2019). Das von der WHO 1975 formulierte Gesundheitsmodell bot eine Vorlage für die Entwicklung des Sexocorporel (Chatton et al., 2011). In diesem Gesundheitsmodell wird sexuelle Gesundheit als Integration somatischer, emotionaler, intellektueller und sozialer Aspekte des sexuellen Seins betrachtet; dies mit dem Blick auf die positive Bereicherung, die die Persönlichkeit, Liebe und Kommunikation stärkt (Sztenc, 2020). Besonders am Modell Sexocorporel ist der Grundgedanke, der auf die Erweiterung von vorhandenen Fähigkeiten und Ressourcen setzt und nicht auf die Fokussierung einer möglichen Pathologie. Somit geht es nicht um einen Blick auf Störungen, Dysfunktionen oder generell mangelhafte Voraussetzungen (Chatton et al., 2011). Bei der Evaluation in einem sexualtherapeutischen Setting werden zuerst die vorhandenen Fähigkeiten in den einzelnen Komponenten evaluiert. Jeder Mensch hat in seiner Sexualentwicklung Grenzen. Der Ansatz des Sexocorporel interpretiert dies jedoch nicht als Störung, sondern viel mehr als einen Sinn im Leben, der neue Erfahrungsmöglichkeiten anregt (Gehrig, 2013).

2.7 Die vier Komponenten von Sexocorporel

Das Modell Sexocorporel besteht aus vier Komponenten: der physiologischen, kognitiven, sexodynamischen, sowie der Beziehungskomponente. Im folgenden Kapitel werden die

einzelnen Komponenten definiert und Aspekte, die für den Gesamtkontext dieser wissenschaftlichen Arbeit relevant sind, aufgenommen.

2.8 Physiologie

Diese Komponente greift die somatische Perspektive auf. Neben den organismischen Basiskomponenten werden die Erregungsfunktion und Erregungsmodi aufgegriffen, sprich die Art und Weise, die Erregung zu steigern (ISP Zürich, o.D.). Das Modell Sexocorporel unterscheidet bei der Art und Weise der Erregungssteigerung vier verschiedene Erregungsmodi, wobei die genitale sexuelle Erregung auf einem angeborenem Reflex basiert (Chatton et al., 2005). Die bisher gesammelten Erfahrungen und erworbenen sexuellen Fähigkeiten bestimmen in welchem Modus sich eine Person befindet und der Modus zeichnet sich durch wiederholende Muster in der Erregungssteigerung aus (Bischof, 2012). Im Rahmen sexualtherapeutischer Arbeit wird der Erregungsmodus durch die genaue Evaluation der Selbstbefriedigung eruiert und liefert eine wichtige Grundlage für weitere Therapieschritte.

2.8.1 Der archaische Modus

Es wurde beobachtet, dass bereits Babys den Erregungsreflex auslösen können, wobei dies über hohe Muskelspannung oder durch Druck über die Windeln an die Genitalien geschieht (Chatton et al., 2005). Gewisse Menschen behalten diesen Erregungsmodus ein Leben lang bei, wobei dies mehr Frauen als Männer sind (Bischof, 2012). Typisch für diesen Erregungsmodus ist die hohe Muskelspannung im Beckenmuskelbereich, welche sich in den gesamten Körper ausbreiten kann (Chatton et al., 2005). Durch die hohe Spannung kann darauffolgend Muskelkater entstehen (Bischof, 2012). Diese orgasmische Entladung ist oft kurz und lokal und das Nachlassen der Spannung in den Muskeln kann als entspannend und lustvoll beschrieben werden (Bischof, 2012). Männer stimulieren hierbei den Penis und oft benachbarte Strukturen, wie Damm oder Leiste und Drücken einen Teil oder den gesamten Penis mit Händen, Objekten oder indem sie auf den Penis liegen (Bischof, 2012; Chatton et al., 2005).

2.8.2 Der mechanische Modus

Im mechanischen Modus werden insbesondere die Oberflächenrezeptoren und teils auch die Tiefenrezeptoren aktiviert, da das Becken ebenfalls in einer tendenziell erhöhten Muskelspannung ist (Chatton et al., 2005). Die Stimulation erfolgt über immer schneller werdende Stimulationen der Glans Klitoris oder des Penis und es wird oft genau auf einen spezifischen Punkt Druck ausgeübt (Bischof, 2012). Die Erregung kann innerhalb weniger

Minuten zu einer orgastischen Entladung führen und insbesondere diese wird als lustvoll empfunden (Chatton et al., 2005). Oft wird der Körper bei der Selbstbefriedigung kaum bewegt und der Rücken, Beine, Becken, wie auch Bauch versteifen sich (Chatton et al., 2005). Die Erregung ist lokal und vor allem im stimulierten Bereich spürbar, wobei Männer den Penis mit schnellen, gleichbleibenden Handbewegungen stimulieren (Chatton et al., 2005).

Der mechanische Modus kann zusammen mit dem archaischen Modus auftreten, wobei hier vom archaisch-mechanischen Modus gesprochen wird. Hierbei werden Oberflächen- wie auch Tiefenrezeptoren stimuliert (Chatton et al., 2011).

2.8.3 Der ondulierende Modus

Der ondulierende Modus zeichnet sich durch eine grosse Bewegung des Körpers und einer tiefen Atmung aus (Chatton et al., 2005). Die Bewegungen sind genussvoll und die Muskelspannung ist dabei variabel, womit viele Nervenendigungen im ganzen Körper stimuliert werden, ohne speziellen Fokus auf die Genitalregion (Bischof, 2012). Bei der Selbstbefriedigung werden verschiedene Körperregionen berührt, bewegt und stimuliert (Bischof, 2012). Der ondulierende Modus zielt nicht auf die Erreichung eines Orgasmus ab, da die Berührungen und Bewegungen in diesem Modus bereits als sehr lustvoll und befriedigend wahrgenommen werden können (Gehrig, 2013). Es kann vorkommen, dass Menschen im ondulierenden Modus keinen Orgasmus erreichen können, da die Erregung durch den ganzen Körper fliesst und der nötige Spannungsaufbau im Beckenbereich nicht aufgebaut werden kann (Chatton et al., 2005).

2.8.4 Der wellenförmige Modus

Die Bewegungen des Körpers sind im wellenförmigen Modus variabel, was auch die Atmung und Rhythmen betrifft (Chatton et al., 2005; Bischof, 2012). Die «doppelte Schaukel» bildet ein Kernelement dieses Modus (Bischof, 2012). Bei der doppelten Schaukel wird «das Becken in einer Schaukelbewegung so gekippt, dass sich das Geschlecht beim Ausatmen nach vorne, beim Einatmen nach hinten bewegt („Beckenschaukel“). Beim Ausatmen kippt zugleich der Kopf leicht nach hinten und das Brustbein sinkt ein („Obere Schaukel“») (Bischof, 2012, S. 5). Die obere Schaukel intensiviert hierbei die Gefühlsempfindungen (Emotionen) und die untere Schaukel intensiviert die sexuelle Erregung (Gehrig, 2013). Es werden Oberflächen- wie auch Tiefenrezeptoren im gesamten Körper aktiviert, wobei ein Fokus auf der Becken- und Genitalregion liegt - dies macht es möglich, sexuelle Erregung bis zu einem Orgasmus zu steuern (Chatton et al., 2005).

2.9 Kognitionen

Die Kognitionen geben der individuellen Sexualität eine persönliche Bedeutung (Gehrig, 2013). Sie widerspiegeln sich im individuellen Lebensweg und der Lerngeschichte, sowie im gesellschaftlichen und kulturellen Umfeld, in dem ein Mensch aufgewachsen ist und heute lebt (ISP Zürich, o.D.). Kenntnisse, Werte, Normen, Idealisierungen, Mystifizierungen, Ideologien, Wissen und Unwissen, Scham usw. bilden Teile der kognitiven Komponente (Chatton et al., 2005). Die Kognitionen fördern oder hemmen sexuelle Lernschritte (z. Bsp. Schuld und Schamgefühle), insbesondere die Erregungsfunktion (physiologische Komponente) (Gehrig, 2013). In der Sexualtherapie ist die kognitive Rekonstruktion ein wichtiges Element, da wichtige Informationen zum bestehenden Wissen ergänzt werden können; insbesondere, dass sexuelle Erregung zu erleben und zu geniessen lernbar ist (Gehrig, 2013). Prägungen im Wertesystem in der Kindheit werden durch die begleitenden Emotionen und Reaktionen des autonomen Nervensystems verankert - diese lassen sich im Erwachsenenalter nicht einfach durch die verbale Vermittlung neuer Werte und Denkweisen ändern (Gehrig, 2013). Um eine Verankerung im Bewusstsein zu ermöglichen, ist es wichtig, das sensorische und emotionale Erleben in Worte zu fassen (oder lernen dies zu verfassen) und somit dieses zu versprachlichen (Gehrig, 2013).

Es konnte gezeigt werden, dass sexuelle Kognitionen (Gedanken über das Geschlecht) automatisch die Geschlechterrollen und das Geschlechterrollenverhalten fördern. (Hundhammer, 2007). Abbildung 6 zeigt ein Modell von Sanchez et al. (2012), welches Faktoren und Co-Faktoren identifiziert, die für bekannte Zusammenhänge zwischen automatischen sexuellen Kognitionen und traditionellem Geschlechterrollenverhalten verantwortlich sind.

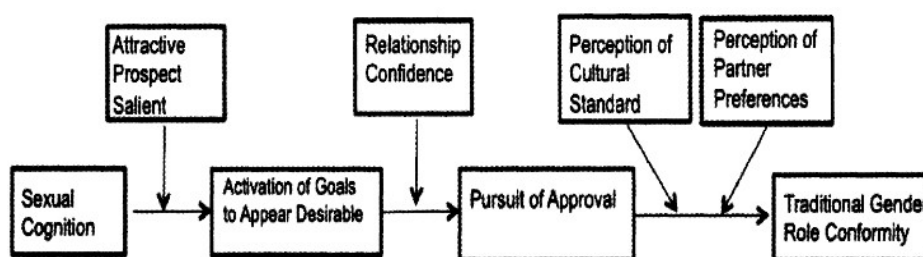


Abbildung 6: Modell über automatische Kognitionen und traditionelles Geschlechterrollenverhalten Sanchez et al. (2012)

2.10 Beziehung

Im Sexocorporel wird unter der Beziehungs-Komponente die Fähigkeiten verstanden, sich zu verlieben, lieben, binden, Intimität zuzulassen, das Gegenüber zu verführen, sowie eigene Wünsche, Ängste, Bedürfnisse und Vorlieben zu kommunizieren (Chatton et al., 2005; ISP, 2019). Dies lässt sich nicht nur für romantische Liebesbeziehungen verstehen,

sondern bildet auch typische Themen der paar- und sexualtherapeutischen Alltagspraxis ab (Sztenc, 2020).

Das folgende Kapitel über die vierte Komponente im Sexocorporel spielt eine zentrale Rolle in dieser wissenschaftlichen Arbeit. Das Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit ist Bestandteil der Sexodynamik und Teil der Fragestellung. Da die vorliegende Arbeit eingegrenzt werden musste, wurden nur die für die Fragestellung relevanten Elemente der Sexodynamik aufgegriffen.

2.11 Sexodynamik

Zur Sexodynamik gehören Wahrnehmung, Emotionen, Symbole, Vorstellungen und Fantasien, welche in direktem Zusammenhang mit der Sexualität stehen. Sie werden über Lernschritte während des Sexualisierungsprozesses entwickelt. (ISP, 2019). Unter der Sexodynamik wird einerseits verstanden, zu erkennen, was uns sexuell anzieht und erregt, andererseits die Fähigkeit, diese Anziehung und Erregung auszudrücken (Gehrig, 2013). Das Ausdrücken kann über erotische Bilder, Fantasien, Gefühle oder mit dem individuellen Erleben der eigenen Männlichkeit oder Weiblichkeit geschehen, wobei dies lustvoll in der Autoerotik oder einer partnerschaftlichen Sexualität genossen werden kann (Chatton et al., 2005).

2.11.1 Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit

Das Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit beeinflusst entscheidend das sexuelle Erleben (und umgekehrt) eines Individuums und bildet eine grundlegende Komponente der Selbstwahrnehmung (Gehrig, 2013). Das Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit interagiert eng mit den anderen Komponenten und entwickelt sich von früher Kindheit an, anhand der Wahrnehmung des eigenen Körpers, wie auch den Reaktionen des Umfelds (Gehrig, 2013). Unter dem Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit wird im Sexocorporel die subjektive Wahrnehmung der eigenen sexuellen Identität verstanden, was der Fähigkeit entspricht, sich zum eigenen biologischen Geschlecht zugehörig zu empfinden (Chatton et al., 2005). Das Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit basiert im Sexocorporel auf dem sexuellen Archetyp, dem Stereotyp, sowie auf der sexuellen Selbstsicherheit (ISP, 2019).

2.11.2 Verunsicherungen im Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit

Eine Verunsicherung im Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit wirkt sich aus, indem der Eindruck entsteht, nicht genügend weiblich oder männlich zu sein (Chatton et al., 2005). Es wird zwischen der Verunsicherung, Ambivalenz (grundlegende Zweifel bezüglich der

eigenen Weiblichkeit oder Männlichkeit), Inversion (Disharmonie mit dem eigenen Geschlecht und der Wunsch dem anderen Geschlecht anzugehören), sowie der Ambiguität (andere Personen können die betroffene Person nicht eindeutig zuordnen) im Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit unterschieden (ISP, 2019).

2.11.3 Der Stereotyp im Sexocorporel

Im Sexocorporel meint der Stereotyp ebenfalls, wie oben beschrieben, die gesellschaftliche Definition dessen, was in einer bestimmten Kultur als männlich oder weiblich gilt (ISP, 2019). Zusätzlich werden gemäss Sexocorporel die Begriffe «maskulinoid» und «feminoid» verwendet, welche sich auf Erwartungen bezüglich männlichen oder weiblichen Verhaltens, Kleidung, Aussehen, Interessen etc. beziehen (Chatton et al., 2005). Ambiguität bezüglich der Stereotype meint im Sexocorporel, wenn eine Frau oder ein Mann schwer einem Geschlecht zuzuordnen ist, beispielsweise auf Grund der Kleidung oder auf Grund des Verhaltens (ISP, 2019).

2.11.4 Sexueller Archetyp

Mit dem Archetyp ist im Sexocorporel die subjektive und persönliche Wahrnehmung der eigenen Körperlichkeit gemeint (Gehrig, 2013). In der Fähigkeit, den eigenen Körper zu «erotisieren», zeigt sich unter anderem eine gelungene Verankerung der eigenen Körperlichkeit (Chatton et al., 2005). Im Sexocorporel wird «Erotisierung» oder etwas zu «erotisieren» definiert mit «es als sexuell erregend erleben, es sich sexuell erregend vorstellen und symbolisieren (in erotischen Bildern und Fantasien Ausdruck verleihen)» (ZISS, 2020). Menschen, die ihren Körper, inklusive ihrem Geschlecht erotisiert haben, können die Zeichen genitaler Erregung wahrnehmen und diese symbolisieren (ISP, 2019). Die Erotisierung der sekundären Geschlechtsmerkmale mit deren Morphologie, sowie deren sexuellen Funktionen ermöglichen es, sich damit zu identifizieren (Chatton et al., 2005).

2.11.5 Der sexuelle Archetyp «Mann»

Der sexuelle Archetyp des Mannes wird im Sexocorporel, wie oben beschrieben, über die Intrusivität symbolisiert. Das bedeutet, ein Mann erlebt seinen Penis mit Stolz und kann diesen erotisieren und symbolisieren (ISP, 2019). Symbolisieren heisst in diesem Zusammenhang, dass die Lust auf das Eindringen in eine Frau entwickelt wurde und sich dieses «männliche» Verlangen in seinen Fantasien widerspiegelt, in denen er sich penetrierend sieht (Chatton et al., 2005). Die eigene Potenz wird durch die Erektion und das Penetrieren erlebt (Gehrig, 2013). Insgesamt ermöglicht ihm die Erotisierung des eigenen männli-

chen, sexuellen Archetypus die Qualität seiner Sexualität (insbesondere der sexuellen Erregung und Lust) zu intensivieren (ISP, 2019). Über das Erotisieren der männlichen Intransitivität und über den Ausdruck der männlichen Phallizität entwickelt sich der Archetyp zur tragenden Säule männlicher Identität, was die Erotisierung anderer Personen begünstigt (Gehrig, 2013).

2.11.6 Die sexuelle Selbstsicherheit im Sexocorporel

Die sexuelle Selbstsicherheit definiert im Sexocorporel den Stolz als Mann auf die eigene Männlichkeit und als Frau auf die eigene Weiblichkeit und die Fähigkeit, sich selbst zu erotisieren (Chatton et al., 2005; Gehrig, 2013). Es beschreibt den Stolz auf das eigene Geschlecht und die Fähigkeit, dieses im sexuellen Austausch mit Freude zu zeigen (ISP, 2019). Zudem beschreibt die sexuelle Selbstsicherheit den Stolz auf die Fähigkeit, die sexuelle Erregung zu steigern und sich mit Freude in dieser zu zeigen und so gesehen zu werden (ISP, 2019). Bei der sexuellen Selbstsicherheit geht es nicht um erotische Fähigkeiten in der Interaktion mit einem Gegenüber, sondern um eine intrasubjektive Ebene (Sztenc, 2020). Gemäss Sexocorporel gibt es zwei sich anzueignende Fähigkeiten, die die sexuelle Selbstsicherheit stützen. Der «Narzissmus» beschreibt den Bezug zu sich selbst und die Fähigkeit, ein positives Selbstbild zu entwickeln, eigene Stärken zu erkennen, stolz zu sein auf die eigene Männlichkeit oder Weiblichkeit, sowie sich im Vergleich mit anderen bestätigt fühlen (Chatton et al., 2005). Der «Exhibitionismus» beschreibt den Bezug zu anderen und die Fähigkeit, sich mit Lust und Stolz in der eigenen Männlichkeit oder Weiblichkeit vor anderen zu zeigen, sowie die Fähigkeit, sich sexuell begehrt und romantisch begehrenswert zu zeigen (Chatton et al., 2005).

2.11.7 Sexuelle Fantasien

Im Sexocorporel wird der Ort zwischen Wunsch und Realität, sowie zwischen Vergangenen und Zukünftigem als sexuelle Fantasie definiert (ISP, 2019). Fantasien vermögen den sexuellen Erregungsreflex auszulösen, sprich die sexuelle Erregung verstärken und es kann eine emotionale oder genitale Prädominanz in einer Fantasie vorhanden sein (ISP, 2019). Emotionale Fantasien kreisen um verliebt sein, Nähe, Intimität, sowie um romantische und zärtliche Erotik; bei genitalen Fantasien dominieren genitale Vorstellungen und affektive Situationen tauchen seltener auf (ISP, 2019). Weiter kann die Fantasie aus einer handelnden oder zuschauenden Perspektive stattfinden (Chatton, et al., 2005). Fantasien stehen in direktem Zusammenhang mit dem Erregungsmodus, den sich eine Person angeeignet hat (Chatton et al., 2005). Lernschritte in Bezug auf die Steigerung der

genitalen Erregung bewirken eine intensivierete Selbstwahrnehmung, sprich eine Bewusstseinserweiterung, welche wiederum einen Einfluss auf die Fantasien haben kann (ISP, 2019).

2.11.8 Das sexuelle Begehren

Das Modell Sexocorporel unterscheidet zwischen dem Liebesbegehren und dem sexuellen Begehren (Chatton et al., 2005). Das Liebesbegehren ist ein affektives Verlangen, welches auf eine andere Person gerichtet ist und findet Ausdruck in Form von körperlichem Kontakt und Zärtlichkeiten, jedoch ohne genitale Konnotation (Sztenc, 2020). Das sexuelle Begehren äussert sich in der angenehmen Vorwegnahme einer sexuellen Begegnung mit einer anderen Person oder sich selbst mit sexuell erregender Wirkung (ISP, 2019). Die Typologie des sexuellen Begehrens ist ausgehend von zugrunde liegenden Bedürfnissen, was auch der Wunsch nach Verschmelzung mit einer anderen Person oder ein Kinderwunsch sein kann (Chatton et al., 2011). Im Sexocorporel werden das koitale vom koital-sexuellen Begehren unterschieden, wobei sich das koitale Begehren auf den Wunsch nach einer orgasmischen Entladung bezieht; das koital-sexuelle Begehren bezieht sich auf das Bedürfnis nach einer emotionalen und genitalen sexuellen Beziehung (Chatton et al., 2011). Bei Männern bezieht sich dies basierend auf ihrem Erregungsmodus auf das Begehren nach dem Eindringen in eine Frau. Beim Geschlechtsverkehr wird es somit möglich, die sexuellen Lustgefühle in der Erregungssteigerung intensiv zu geniessen (ISP, 2019).

3. Methodik des Forschungsprojektes

Im folgenden Kapitel werden das Forschungsdesign sowie der Ablauf des Forschungsprojektes erläutert.

3.1 Forschungsmethode

Um die Fragestellung zu beantworten, wurde ein qualitatives Forschungsdesign gewählt. Qualitative Forschung ist empirische Forschung, die sich besonders für die Untersuchung sozialer Zusammenhänge eignet und auf Erfahrungen, sprich aus Beobachtungen aus einer erfahrbaren Welt eines Subjekts beruht (Flick, 2010).

Im Gegensatz zur hypothesenüberprüfenden quantitativen Forschung, zielt die qualitative Forschung darauf ab, weniger Bekanntes zu überprüfen und neue, aus der Empirie begründete Theorien zu entwickeln (Flick, 2010).

Mayring (2019) schlägt für qualitative Untersuchungen sechs Gütekriterien vor, wobei eines davon die Nähe zum Gegenstand ist. Darunter wird verstanden, dass die forschenden Personen so nahe wie möglich an den Alltag des Erlebens der beforschten Person anknüpfen und es wird als eines der wichtigsten Ziele der qualitativen Forschung genannt. «Die Subjektivität von Untersuchten und Untersuchenden wird zum Bestandteil des Forschungsprozesses» (Flick, 2010, S. 29), womit auch die Ergebnisse der Interpretation der Forschenden Person ausgesetzt sind (Mayring, 2019).

Die Daten müssen in einen systematischen Zusammenhang mit vorbestehender Theorie gebracht werden und die Sammlung der Daten muss intersubjektiv überprüfbar sein (Pzyborski & Wohlrab-Sahr, 2021).

3.2 Literaturrecherche

Für die vorliegende wissenschaftliche Arbeit wurde eine ausführliche Literaturrecherche durchgeführt. Bis auf wenige Ausnahmen wurden die Bücher sowie Studien auf Englisch verfasst. Aktuelle Forschung zu den spezifischen Themen wurde in diese Arbeit integriert, wobei auch einige ältere Beiträge aus bestehenden Theorien berücksichtigt wurden. Die Literaturrecherche wurde hauptsächlich über Google Scholar und PSYNDEX durchgeführt. In dieser Arbeit werden Unterlagen aus dem Masterstudiengang des Institut für Sexualpädagogik und Sexualtherapie (ISP) Uster zitiert, sowie Unterlagen des Zürcher Institut für klinische Sexologie und Sexualtherapie (ZISS), welche im Literaturverzeichnis aufgeführt sind.

3.3 Datenerhebung

Im Rahmen dieser wissenschaftlichen Arbeit wurden die Daten in Form von teilstandardisierten Leitfadeninterviews erhoben. Im Gegensatz zu standardisierten Interviews ist der Vorteil dieser Methode, dass die Sicht zum Subjekt mehr eröffnet wird und weniger Vermittlungsprobleme zwischen dem vorgegebenen Leitfaden und den Zielsetzungen der Fragestellung auftreten (Flick, 2010). Das Schema des Ablaufs beim Leitfadeninterview bewegt sich vom Allgemeinen zum Spezifischen, wobei ermöglicht wird, «dass Sachverhalte in ihrer situativen Einbettung und in ihrem sozialen, personalen und institutionellen Kontext in den Blick kommen» (Pzyborski & Wohlrab-Sahr, 2021, S. 168). Ein weiteres Ziel leitfadengestützter Interviews ist das Verständnis, respektive die Rekonstruktion bestimmter Sachverhalte, sowie Problemsichten in deren situativem Kontext darzustellen. Nur auf diese Weise können Interviewtexte entstehen, die sich interpretieren und nicht nur klassifizieren lassen (Pzyborski & Wohlrab-Sahr, 2021).

Der Leitfaden wurde nach thematischen Blöcken geordnet und die Fragen bewegen sich von offenen zu spezifischen Fragen. Der Leitfaden diente der Orientierungshilfe und wurde flexibel gehandhabt, um eine Leitfadenbürokratie zu vermeiden (Flick, 2010; Przyborski & Wohlrab-Sahr, 2021).

3.4 Sampling-Methode

Das Sampling wird in der qualitativen Forschung eher auf inhaltlich-konkreter Ebene durchgeführt, statt auf abstrakt-formaler Ebene geplant (Flick, 2010). In dieser wissenschaftlichen Arbeit wurde ein «Purposive Sampling» (Patton, 2002) durchgeführt, wobei Fälle unterschiedlicher Intensität ausgewählt und verglichen wurden. Ziel war, das Feld möglichst breit zu erfassen und durch möglichst unterschiedliche Fälle abzubilden (Flick, 2010).

3.5 Sample

Für diese wissenschaftliche Arbeit wurden vier kinderlose, cis-heterosexuelle Männer zwischen 25-35 Jahren interviewt. Im Rahmen der Probandensuche wurde ein Flyer auf Instagram veröffentlicht. Mit insgesamt zehn interessierten Männern wurden Telefongespräche geführt, wobei jedes Gespräch etwa zehn Minuten dauerte. Ziel des Gesprächs war, die Motivation zur Partizipation zu eruieren und daraus - ohne eigene theoretische Annahmen zu erwähnen - die individuelle Situation des Probanden etwas besser einzuschätzen, was im Falle dieser Arbeit Grundlage des Intensitäts-Sampling bildete. Die Autorin dieser Arbeit hat sich zu diesen Gesprächen jeweils Notizen gemacht, um in einem weiteren Schritt die Fälle bezüglich ihrer Intensität gegenüberstellen zu können und so die Auswahl der Probanden zu treffen.

Anschliessend wurden vier Probanden per Telefon informiert, dass sie zum Interview eingeladen sind, insofern noch Interesse bestehe. Alle vier Probanden haben die Teilnahme am Interview bestätigt. Im weiteren Verlauf des Telefongesprächs wurden sie informiert, dass sie sich einen Ort überlegen dürfen, beispielsweise ihr Zuhause, wo das Interview durchgeführt werden soll. Die Wohnung der befragten Personen wird im Rahmen qualitativer Forschung unter anderem empfohlen, da sich die interviewten Personen möglichst wohlfühlen sollen (Flick, 2010; Przyborski & Wohlrab-Sahr, 2021). Drei der Probanden haben sich für ihre Wohnung entschieden, einer der Probanden für den Praxisraum der Studienautorin. Ein weiteres Kriterium für den Erhebungsort ist die Störungsfreiheit (Przyborski & Wohlrab-Sahr, 2021), welche bei diesem Probanden aufgrund der Wohnsituation nicht gewährleistet war.

3.6 Untersuchungsablauf

Bevor das Interview begann, wurde von der Studienautorin bewusst eine Smalltalk-Phase eingebaut, damit der Proband in der Situation ankommen kann und sich in seiner momentanen Befindlichkeit wahrgenommen fühlt (Przyborski & Wohlrab-Sahr, 2021).

Die Probanden wurden von der Studienautorin zu Beginn über die Ziele sowie den Ablauf und dem ungefähren Zeithorizont des Interviews aufgeklärt. Die Übersicht über den Erhebungsablauf gewährt den interviewten Personen Sicherheit, was den Redefluss positiv beeinflusst (Przyborski & Wohlrab-Sahr, 2021). Die Einverständniserklärung (Anhang I) wurde besprochen, wodurch die Probanden gleichzeitig über ihre Rechte informiert wurden. Allfällige Fragen wurden in diesem Rahmen geklärt und die Einverständniserklärung wurde von beiden Seiten unterschrieben. Es wurde von der Studienautorin darauf hingewiesen, dass die persönliche Sichtweise und Erfahrungen in ihrem Gesamtzusammenhang von Interesse sind und die Studienautorin deshalb teilweise schweigend zuhört (Przyborski & Wohlrab-Sahr, 2021).

Vor Beginn des Interviews erhielten die Probanden einen Kurzfragebogen (Anhang III), um demographische Daten zu erheben, diese waren weniger relevant für die eigentlichen Themen des Interviews. Die Anzahl Fragen während des Interviews kann somit reduziert und die Zeit des Gesprächs für Wesentliches genutzt werden (Flick, 2010).

Das Interview begann mit einer möglichst offenen Frage und gestaltete sich bei allen Interviews gleich (Przyborski & Wohlrab-Sahr, 2021). Die Frage wurde absichtlich vage formuliert. In dieser vorsichtig vagen Formulierung drückt sich die Expertise, sowie die Anerkennung der Probanden hinsichtlich der individuellen Lebens- und Erfahrungswelt aus (Przyborski & Wohlrab-Sahr, 2021).

Während des Interviews selbst hat die interviewende Person jeweils einen Übergang in ein nächstes Thema gestaltet, indem sie den Probanden verschiedene Definitionen zum Durchlesen gegeben hat. Das erste Thema war festgelegt, die Reihenfolge der anderen hat sich jeweils aus dem Gesprächsverlauf ergeben. Flick (2010) schreibt, dass der Begriff des «teilstandardisierten Interviews» aufgrund von Spielräumen herrührt, die beim gleichzeitigen Versuch, bestimmte Themen zu behandeln, entstehen. Während des Interviews wurden Notizen durch die interviewende Person vermieden, um nicht das Gefühl eines Verhörs zu vermitteln (Przyborski & Wohlrab-Sahr, 2021). Am Ende des Interviews hat sich die interviewende Person bei dem Probanden bedankt und ein positives Feedback gegeben. Zudem wurde Zeit für allfällige Fragen gegeben (Przyborski & Wohlrab-Sahr, 2021).

3.7 Transkription

Alle Interviews wurden durch die Autorin dieser wissenschaftlichen Arbeit durchgeführt und wörtlich transkribiert. Die Interviews wurden auf Schweizerdeutsch geführt und ins Hochdeutsche transkribiert. Füllwörter wie «ähm» wurden gezielt verwendet. Anglizismen wie “caveman” oder “average” wurden belassen, um den Inhalt des Gesagten möglichst sinngemäss zu belassen. Nonverbales, wie eine Pause wurde kursiv und in Klammern beschrieben (*Pause*). Wenn eine Äusserung betont wurde, wurde dies in Klammern kursiv beschrieben (*betont*), wie auch wenn gelacht (*lacht*) wurde.

3.8 Datenanalyse

Die erhobenen Daten wurden mittels qualitativer Inhaltsanalyse nach Mayring ausgewertet. Es erfolgte eine induktiv-deduktive Kategorienbildung am Material. Das Analyseprogramm MAXQDA wurde bei der Analyse der Transkripte angewendet. Um festzustellen, wann ein Materialbestandteil unter eine Kategorie fällt, hat sich ein Verfahren aus drei Schritten bewährt, welches den Kodierleitfaden bildet (Anhang IV): Definition der Kategorie, ein Ankerbeispiel mit einer konkreten Textstelle als Beispiel und eine Kodierregel, um eine eindeutige Zuordnung zu ermöglichen. Der Kodierleitfaden wurde durch die induktiv-deduktive Kategorienbildung erstellt.

Bei einer ersten Materialdurchsicht wurden die Hauptkategorien überprüft und es konnte die induktive Hauptkategorie «gesundheitsbezogene Ressourcen» gebildet werden. In einem weiteren Schritt wurden die Ankerbeispiele und Kodierregeln formuliert. Bei weiteren Materialdurchsicht wurde der Kodierleitfaden erprobt und gegebenenfalls angepasst. Mayring (2019) spricht hier auch von einer «strukturierenden Inhaltsanalyse».

Zu den Hauptkategorien aus dem Modell Sexocorporel wurden die Unterkategorien deduktiv gebildet. Bei überraschenden oder nicht passenden Ergebnissen wurden zusätzlich induktive Unterkategorien zu den übrigen Hauptkategorien gebildet, um den Kodierleitfaden zu verfeinern. Mayring (2019) spricht hier auch von «zusammenfassender Inhaltsanalyse». Mit dem vollständigen Kodierleitfaden wurde das Datenmaterial kodiert und die Kodierregeln bei Bedarf angepasst. Danach wurden Textstellen extrahiert und paraphrasiert, wobei diese dann pro Unterkategorie und Hauptkategorie zusammengefasst wurden. Das induktiv-deduktive Verfahren wurde gewählt, um ein rein induktiv oder deduktives Problem zu umgehen (Ruin, 2017). Es ist anzumerken, dass beiden Unterkategorien «Kommunikation beim Sex» und «Kommunikation» gebildet wurden, trotz der Ähnlichkeit. Dies wurde gemacht, um in den Ergebnissen dem Modell Sexocorporel möglich gerecht werden zu können.

Tabelle 1: Kategoriensystem

Hauptkategorie	Unterkategorie
Geschlechterrolle	Definition eigener Rolle
	Rollenverteilung im Elternhaus
	Beobachtungen im Umfeld
Spannungsfelder	Zwischen Individualität und Stereotyp-Verletzung
	Zwischen Härte und Zärtlichkeit
	Stärke beweisen
	Performance Druck
	Berührungsängste durch Medieninhalte
Gesundheitsbezogene Ressourcen	Umfeld und Peers
	Guter Selbstwert
	Selbstwirksamkeit
	Angepasst sein
	Kommunikation beim Sex
Sexodynamik	Archetyp
	Sexuelle Selbstsicherheit
	Sexuelle Lust
	Sexuelles Begehren
Kognitionen	Werte und Normen
	Glaubenssysteme
	Idealisierungen
	Wissen und Unwissen
Beziehung	Kommunikation
Physiologie	-

3.9 Datenschutz und Forschungsethik

Bei qualitativer Forschung ist wichtig, dass insgesamt eine forschungsethische Haltung entwickelt wird. Dies bedeutet, dass mögliche unmittelbare, sowie langfristige Konsequenzen für die untersuchten Personen, aber auch die Forschenden im Blick behalten werden (Przyborski & Wohlrab-Sahr, 2021).

Im Rahmen dieser wissenschaftlichen Arbeit wurde darauf geachtet, dass das Eingehen, Gestalten und die Wiederauflösung der Forschungsbeziehung nach ethischen Richtlinien, sowie auf einer respektvollen, wohlgesonnenen Haltung geschah. Die Autorin dieser Arbeit war sich bewusst, dass die Probanden mit teilweise schwierigen Themen konfrontiert wurden, weshalb am Ende des Interviews noch Zeit zum Auffangen von Fragen und Anliegen eingerechnet wurde. Die Probanden wurden mit der Einverständniserklärung über ihre Rechte informiert und die Anonymisierung der Daten wurde so garantiert. Mit dem Löschen der Audiodaten nach der Einreichung dieser wissenschaftlichen Arbeit wird das Risiko des Datenmissbrauchs durch Aussenstehende minimiert.

Die Autorin dieser Arbeit hat sich im Laufe der Arbeit immer wieder reflektiert, um die Subjektivität auf die Erhebung, wie auch auf die Auswertung der Daten zu limitieren.

4. Ergebnisse

Im folgenden Kapitel werden die Ergebnisse, die gemäss dem Kategoriensystem aus den Interviews herausgezogen wurden, vorgestellt. Für wörtliche Zitate werden Pseudonyme der Probanden verwendet und zusammen mit der Zeilennummer aus dem Interview aufgeführt.

4.1 Die männliche Geschlechterrolle

Definition der eigenen Rolle

Bojan findet, dass noch nie so viel möglich war wie heute. Seine Freundin und er leben zwar nicht zusammen, sie verdiene jedoch mehr und sei laut ihm auch erfolgreicher im Beruf - was für ihn "absolut kein Problem" (Bojan, 57) sei - obwohl er bereits Kommentare zu hören bekam wie: "Wer ist jetzt das Oberhaupt zuhause?" (Bojan, 58-59). Er kocht gerne und macht seine Wäsche selbst. In seinem Kulturkreis wird er gefragt, wieso er dies überhaupt mache, dies sei doch gar nicht sein Job. Für ihn habe dies jedoch nichts mit Mann- oder Frausein zu tun, sondern viel mehr mit Selbstständigkeit. Im Gegensatz zu seinem Bruder sei er früh ausgezogen, um diese Selbstständigkeit zu haben.

Simon befindet sich zur Zeit in keiner Beziehung. Ihm sei jedoch wichtig, dass er seiner Partnerin auf Augenhöhe begegnen könne und sie gleichgestellt wären. Seine Frau würde

bis dahin auch ihren Weg gemacht haben, zum Beispiel mit Ausbildungen. Sie solle diesen Weg weitergehen können und es komme am Ende darauf an, was die Frau wolle. Am Ende wolle er nicht im traditionellen Modell verharren und es sei einfacher, wenn "beide Personen auch in ihrem individuellen Leben glücklich sind und eine gewisse Erfüllung haben. Das macht das Familienleben einfacher." (Simon, 31-33)

Tim definiert seine Rolle als stereotypisch. Falls er künftig eine Familie habe, möchte er, dass beide Teilzeit arbeiten gehen und die Rollen zu Hause aufgeteilt werden. Die Anforderungen an Männer steigen laut Tim, da «du gleichzeitig eben auch noch andere (betont) Sachen sein musst. Vielleicht klassische, weibliche, (Pause) Rollen übernehmen. Aber ich habe wie das Gefühl, dass du als Mann heutzutage beides (betont) sein musst." (Tim 10-12) Die Rolle des Mannes sei "breiter" geworden, da die Rolle des Mannes nun auch in die Rolle der Frau passen müsse. Er müsse "in tune" sein mit seinen Gefühlen, was er früher nicht unbedingt hätte sein müssen. Er soll nicht nur einfach die Brötchen nach Hause bringen, sondern auch noch in der Lage sein, den Haushalt zu führen und interessant zu sein.

Julio äussert, er verstehe nicht, weshalb sich die Rollenverteilung in einer Beziehung auflösen sollte, wenn sie beispielsweise in einer Wohngemeinschaft selbstverständlich bestehe. So zum Beispiel: «Ich mache jetzt keine Wäsche mehr. Das macht keinen Sinn.» (Julio, 43-46)

Rollenverteilung im Elternhaus

Tim, Simon, wie auch Bojan sind in einem Elternhaus aufgewachsen, welches die klassische Rollenverteilung vorlebte. Simon musste früher zwar im Haushalt mithelfen, der Vater habe sich jedoch komplett enthalten. Da er seine Mutter in der "Hausfrauenrolle" sah, habe er "die Wertschätzung der unbezahlten Arbeit verinnerlicht." (Simon, 36-37) Tim äussert, dass er geprägt ist von gewissen klassischen Rollenbildern, die er zu Hause mitbekommen hat. Die Erziehung habe er nicht so offen oder verständnisvoll erlebt, wie er heute selber sei. Bojan ist ebenfalls in einer Familie aufgewachsen, welche von Tradition geprägt ist und nach der klassischen Rollenverteilung lebt. Gewisse Traditionen werden in der Familie von seinem Bruder weitergeführt. Dieser ist beispielsweise erst nach der Hochzeit ausgezogen.

In einem anderen Kontext ist Julio aufgewachsen. Seine Eltern haben nicht nach dem klassischen Rollenmodell gelebt, in welchem der Mann nach Karriere strebt und das Geld nach Hause bringt. Seine Eltern haben beide viel und gleich viel gearbeitet, haben sich in verschiedenen Sachen weitergebildet und beide haben gekocht, sowie die Wäsche gemacht.

Beobachtungen im Umfeld

Tim, Simon, wie auch Bojan äussern, dass sie zwar Veränderungen in den Geschlechterrollen wahrnehmen, dies dennoch weniger als in öffentlichen Diskursen suggeriert wird oder sie im persönlichen Umfeld beobachten können. Bojan spürt dies immer wieder im Vergleich zu seinem Bruder oder seinen Cousins und Cousinen. Er habe seinem Bruder von seiner Arbeit erzählt, worauf der Bruder ihn damit konfrontierte, dass Bojan nur weibliche Vorgesetzte habe. Bojan hat dies überrascht, da dies für ihn eine "Normalität" sei. In solchen Situationen fühlt sich Bojan damit konfrontiert, dass seine Normalität noch lange nicht der allgemeinen "Normalität" entspricht. Dazu äussert er:

Man geht ja immer ein bisschen von sich selbst aus. Plötzlich denkt man, ja hey, alle sind dort angekommen, dort wo es sein sollte. Aber das ist dann nur wieder diese linke "Sozi-Bubble". Ich merke dann vor allem in Gesprächen mit meinem Bruder, dass wir noch nicht dort sind." (Bojan, 65-68)

Bei seinem Bruder in der Ehe sei klar, "wer die Hosen an hat und es gibt eine klare Aufteilung im Haushalt" (Bojan, 106-107). Bojan erwische sich auch da immer wieder, wie er etwas wertend werde und sich dann aber denke, dass es vielleicht für beide stimmen mag - sich aber auf der anderen Seite wiederum frage, "ob beide da hinein gezwängt wurden und es deshalb für beide stimmen muss" (Bojan, 109-110).

Auch Simon findet, dass die öffentlichen Diskussionen manchmal an der Realität vorbeigehen. Es gibt immer noch Frauen, die zu Hause bleiben und den Haushalt schmeissen - mehr als wir denken. Er habe das Gefühl, die Gesellschaft wolle gar nicht mehr, dass die Frau mit den Kindern zu Hause bleibe, das sei "nicht mehr der Zeitgeist" (Simon, 117) oder "du bist keine moderne Frau, wenn du einfach den Haushalt schmeisst" (Simon, 118). Er hat das Gefühl, dass es noch lange dauern werde, bis sich die Rollen angleichen, es gehe mehr in Richtung Diversität.

Tim hat das Gefühl, dass nicht von den "klassisch stereotypischen Männlichkeitsbilder abgesehen wird" (Tim, 86). Zudem ist sein Eindruck, dass sich die Stereotypen weniger angleichen, als in Studien suggeriert.

4.2 Spannungsfelder

Im folgenden Abschnitt werden die beschriebenen Spannungsfelder der Probanden zusammengefasst. Die Tabelle gibt eine Übersicht über die Spannungsfelder und welche Probanden davon betroffen sind.

Zwischen Individualität und Stereotyp-Verletzung

Bojan und Julio werden als männlich gelesene Personen gesehen, die durch ihr Äusseres, wie auch durch ihr Verhalten auffallen, da sie sich farbig kleiden und teilweise auch schminken. Beide erleben, dass ihnen diese Abweichung vom männlichen Stereotyp von der Umwelt gespiegelt wird. Bojan ist einer von Tradition geprägten Familie bosnischer Herkunft aufgewachsen. In seiner Familie ist er nicht nur durch seine langen Haare aufgefallen, sondern auch durch seinen Kleidungsstil. Bojan trägt einen Schnurrbart und fällt durch seine langen Haare auf. Im Ausgang schminkt er sich teilweise Glitzer ins Gesicht. Er tanze zudem gerne ausgefallen, was dazu führe, dass ihm gesagt wird, dass er etwas "tuntig" wirke. Zudem wurde er früher von Pöbel-Truppen mit Sprüchen konfrontiert wie: "Schau mal diese Schwuchtel" (Bojan, 188-189).

Die Familie, wie auch andere Kreise haben ihn ebenfalls immer wieder mit Kommentaren spüren lassen, dass er nicht dem Stereotyp Mann entspreche. Sein Bruder und Vater sagen ihm immer wieder, dass er sich die Haare schneiden lassen solle.

Julio erlebt mit der Kleidung und Schminke Ähnliches. Ihm begegnen die Kommentare jedoch insbesondere durch «machoide Männer» auf der Strasse. Dies Situation wird so geschildert:

Ja dann ist man irgendwie so unterwegs. Schon meistens zu Fuss. Alleine, farbig angezogen vielleicht ist man dann auch noch geschminkt. Und dann kann es sehr schnell passieren, dass man dann dumm angemacht wird. Wo Leute rufen «zieh dich doch richtig an, was bist du für einer». Ja das ist dann schon easy unangenehm. (Julio 117-120)

Julio meint, dass dies am ehesten daran liegt, dass er als männlich gelesene Person gesehen wird und «das passt ja dann nicht in das Rollenbild, welches sie haben, wie ein Mann auszusehen hat.» (Julio, 131-133) Julio meint, dies entspreche nicht dem Bild von Männlichkeit, welches sie haben.

Zwischen Härte und Zärtlichkeit

Tim spürt die Erwartung dem Männlichkeitsideal gerecht zu werden, welches geprägt ist von «sehr muskulös, massiv, gross und stark» (Tim, 174), was wiederum Kraft, Fähigkeit, Potenz und Kontrolle über sich selbst suggeriere (Tim, 190-191). Der Mann müsse ein «Sixpack haben, crazy, aber muss trotzdem Brunchen gehen den ganzen Sonntag und dann noch an eine Kunstaussstellung gehen. Und das ist rein physiologisch gesehen ein riesiger Widerspruch, oder?» (Tim, 213-215) Tim nimmt diesen Erwartungs-Mix an seine

Geschlechterrolle und seinen Körper auch in sexuellen Begegnungen wahr. Die Erwartung beschreibt er mit: «Der Mann muss eigentlich ein Gorilla sein, um dies sehr plakativ zu sagen, aber gleichzeitig grauenhaft zärtlich. Weisst du, wie ich meine? Und du musst das navigieren, als Mann, oder du hast das Gefühl, dass du das navigieren musst.» (Tim, 331-335) Den «Gorilla-Part» übernehmen zu müssen, kann laut Tim darin resultieren, dass er das Gefühl hat, er müsse ein bisschen «rau» sein – obwohl er dies gar nicht bräuchte. Tim äussert, dieses Spannungsfeld gut navigieren zu können, da er einerseits zufrieden ist mit seinem Körperbau und seinem Äusseren. Andererseits relativiert sich der Druck, der Gorilla sein zu müssen mit der Zeit und der Vertrautheit in einer Beziehung.

Stärke beweisen

Simon nimmt den «Schwanzvergleich» unter den Männern in mehreren Bereichen wahr und sagt, dass er «mit diesen Schwanzvergleichen und Macho-Getue, sowie dem Grössenwahnsinn, den diese Typen zum Teil haben, nichts anfangen kann. Ich finde das einfach dumm.» (Simon, 166-167) In der Wirtschaft passiere dies, indem die Banker sich mit ihren Millionengehältern vergleichen. In seinem Umfeld brüsten sich die Kollegen damit, «wie oft die gestern konnten». Gemäss Simon hat «jeder noch seine Fantasiegeschichte dazu gedichtet» (Simon, 416-417) Gleichzeitig höre er «von so vielen Frauen, dass sie schlechte Sexualpartner hatten.» (Simon 404-405) Er wünsche sich mehr Besonnenheit und dass sich «nicht jeder wie ein Herrgott im Bett gibt.» (Simon 406-407) Zwar charakterisiert Simon einen Mann und Männlichkeit mit «laut, rau, dreckig», (Simon, 3-4) ein Ort, wo grober Umgang herrscht, ein Nagel von einer Schraube unterschieden werden kann und ein dickes Stück Fleisch grilliert wird. Ein Rugby Spieler oder Harley-Biker wären für ihn stereotype Männer. Dennoch gibt es für ihn eine Art Männer, die sich «wahrscheinlich für enorm männlich, so krass und breit und gross» (Simon, 175) halten. Dies findet er «einfach nur das Letzte. Hässlich und widerlich. Also auch hier, es sollte nicht überborden. Ich habe das Gefühl, es ist ein schmaler Grat, zwischen gesundem Selbstvertrauen und Überheblichkeit.» (Simon, 176-178) Simon sagt von sich selbst, dass er nicht so durch die Gegend geht.

Julio erlebt ein Kräftermessen bei sich in der Wohngemeinschaft. Er lebt mit zwei anderen Männern in der Wohnung und einer von ihnen hat eine Stange im Türdurchgang aufgespannt. Jemand habe dann einen Zettel an die Wand geklebt mit allen Namen, um Striche für die Anzahl der geschafften Klimmzüge zu machen. Julio hat darauf kommuniziert, dass er dies nicht in der Wohnung haben möchte und meinte dazu: «Wenn ihr das machen wollt, könnt ihr ja darüber reden, aber ich will nicht die ganze Zeit diese Competition sehen, wer ist stärker in unserer WG.» (Julio, 72-73)

Bojan erlebt, dass er mit seinen Freunden über Gefühle oder psychische Erkrankungen reden kann, was in seiner Familie das Gegenteil ist. Bojans Cousin hatte einen Suizidversuch, wobei die Familie schlussendlich sagte, dass er «besessen» sei, statt psychiatrische Unterstützung zu konsultieren. Bojan intervenierte, sein Cousin brauche dringend Hilfe - was trotzdem nicht geschah. Bojan meint "es würde einfach Schwäche zeigen" (Bojan, 124). Auf der anderen Seite habe er jedoch Freunde, die sich aktiv Hilfe geholt und psychische Erkrankungen thematisiert haben. Er beobachtet, wie Männer immer mehr über ihre Gefühle und auch psychische Erkrankungen reden. Er nennt diese Männer "Soft-Boys". Dies sind laut Bojan junge Männer, "die sich auch trauen, sich verletzlich zu zeigen... Und verletzlich heisst, über ihre Gefühle zu sprechen. Vielleicht jetzt auch zuzugeben, dass sie verunsichert sind in gewissen Augenblicken." (Bojan, 133-135) Zudem hätten diese Männer einen Weg gefunden, sich über Kreativität auszudrücken. Sie müssten diese "toxische Männlichkeit" nicht zu Tage bringen.

Performance Druck

Der Performance-Druck wird insbesondere ausserhalb romantischer Beziehungen gespürt, wie dies die Ergebnisse zeigen. «Du willst performen können. Das ist mal explizit gesagt. Du willst stehen (betont) können, zum Beispiel.» (Tim, 304-305) Zudem gehöre das «aushalten» und «exciten können» auch zur Performance, die Männer bis zu einem gewissen Grad liefern wollen. Sobald Sexualität ausserhalb einer Beziehung stattfindet, hat er das Gefühl, dass es eine Erwartung an sich selbst oder vom Gegenüber sei. Tim habe zudem während dem Sex den Druck verspürt, eine gewisse Kontrolle zu übernehmen. In einer Beziehung sei dieser Druck jedoch weniger gross und er relativiert sich über die Zeit, da Vertrautheit aufgebaut werden könne.

Bei Simon äussert sich der Performance Druck etwas anders. Gemäss Simon lauten die gesellschaftlichen Erwartungen an den Mann immer noch, dass der Mann immer kann und immer will. Simons Kollegen, wie auch seine Sexualpartnerinnen reagieren mit Unverständnis, wenn er sagt, bei ihm sei das nicht der Fall. Es kam schon vor, dass eine Sexualpartnerin darauf reagierte mit «wenn du kein Bock mehr hast, mich zu vögeln, dann müssen wir uns auch nicht mehr sehen, oder?». (Simon, 355-356) Ein weiterer vorherrschender Gedanke ist laut Simon, dass es ein «Männlichkeitsding» sei, die Frau befriedigen zu müssen. Simon äussert, er wäre froh, wenn insgesamt "diese Anforderungen und dieses Leistungsdenken reduziert wird." (Simon, 406-407)

Berührungängste durch Medieninhalte

Simon liest viel Zeitung und die Debatten um «me-too» haben etwas bei ihm ausgelöst. Dies führt beispielsweise dazu, dass «wenn eine Frau nachts vor mir läuft, da wechsle ich

die Strassenseite. Ich will nicht, dass sie denkt, ich würde etwas Böses von ihr wollen.» (Simon, 188-190) Insgesamt sei alles in eine Übervorsicht abgerutscht, wodurch er auch beim Sex vorsichtig geworden sei und sich viele Gedanken mache. «Was könnte der Frau gefallen, was gefällt ihr nicht. Was bereitet ihr körperliche Schmerzen. Da ist mir die Lockerheit abhandengekommen in den letzten Jahren». (Simon, 181-183) Simon schildert die Situation mit: «Ich habe auch das Gefühl, alle diese Gedanken, vernebeln die Gedanken zum Sex. Vor lauter Bäume sehe ich den Wald nicht mehr.» (Simon, 203-204)

4.3 Ressourcen

Umfeld und Peers

Laut Tim erleben viele junge Männer ein Spannungsfeld zwischen traditioneller Sozialisierung und neuen Anforderungen an die männliche Geschlechterrolle. Die jungen Männer sind “offen für andere Verhaltensweisen, aber wir sind sozialisiert als Stereotypen.” (Tim, 152) Tim äussert: “Meine Bubble navigiert das sehr gut.” (Tim, 153) Wenn er mit seinen Freunden zusammen ein Wochenende weg gehe, dann komme das «cave-man-behavior» hervor, wobei sich alle wohl fühlen. Wenn sie dann zu ihren Freundinnen nach Hause gingen, seien sie wieder ganz «Teddybär-like». Der «cave-man» Aspekt gehe dabei jedoch nicht weg – dieser sei immer noch sehr verankert. Zudem äussert Tim, dass er vieles selbst reflektieren musste, seine Freunde jedoch auch daran beteiligt sind, dass er sich trotz seiner traditionellen Erziehung an die neuen Anforderungen anpassen kann. Eine Umfeld mit positivem Einfluss wird ebenfalls von Julio benannt. “In dem Umfeld, in dem ich mich bewege, gibt es viele Queere- und Transmenschen. Alle sind einfach...” (Julio, 57-58) Julio äussert glücklich zu sein, dass dies sein Umfeld ist. Das Dorf, in welchem er aufwuchs, ist eine der “linksten Gemeinden” in der Schweiz und sein Vater war der erste ausländische Gemeinderat. Das Umfeld beschreibt Julio mit: “Dort wo ich aufwuchs, konnte ich sowieso machen, was ich wollte. Meistens findet es sowieso jemand lässig und will es auch machen, und dann macht man es halt, es ist wie so egal, wie «weird» es ist.” (Julio, 151-153)

Bojan erlebt in seinem Freundeskreis, den er “meine spezifische linke Bubble” (Bojan, 113-114) nennt, dass unter Männern mehr Gespräche geführt werden können, als bei Männern, die älter sind. Zudem bewegt sich Bojan in einem Umfeld, in welchem sich die Linie zwischen klar “weiblichen” und “männlichen” Attributen komplett aufgelöst habe und er sich Glitzer ins Gesicht schmieren könne, ohne einen schrägen Blick dafür zu kassieren. Bojan stellt fest, dass die Peers wohl den Unterschied gemacht haben, dass er sich heute in diesem Umfeld bewege - im Gegensatz zu seinem Bruder, der die traditionellen Züge aus dem Elternhaus beibehalten hat und vieles, was Bojan macht nicht gut heisst.

Selbstwirksamkeit

Tim äussert, dass er durch die Eltern von einem klassischen Rollenbild geprägt ist und "dass dies nicht die einzig wahre oder richtige Art ist, ein Mann oder was auch immer zu sein. Das glaube ich, kommt nicht von zu Hause, sondern von mir selbst." (Tim, 144-146) Über Freunde, sowie Selbstreflektion habe er sich in dieser neuen Rolle sozialisiert. Insgesamt habe er wenig mit auf den Weg bekommen in Bezug zu "Bewusstsein für den eigenen Körper, Sexualität, Rollenbilder, Gesellschaft". (Tim, 497-498) Er beschreibt, wie er vieles selbst lernen musste mit: "Den Zusammenhang, wie man es navigieren kann, Erwartungen, was keine Erwartungen sind, wie es sein sollte, wie es sein kann, all diese Sachen habe ich wie selbst erlernen müssen." (Tim, 498-500) Es gab keine Identifikationspersonen, an denen er sich hätte orientieren können, weder die Eltern, noch andere Bezugspersonen. Er beschreibt seinen Weg mit diesen Schwierigkeiten und wer er heute als Mann ist, mit: "Und so wie ich jetzt bin, ist das Produkt von mir selbst." (Tim, 512-513) Bojan erlebt in seiner Familie, wie auch ausserhalb, diverse Konflikte aufgrund seines Äusseren und aufgrund dessen, wie er sein Leben gestaltet. Wenn ihn früher "Pöbel-Truppen" am See mit "schau mal diese Schwuchtel" (Bojan, 188-190) aufhielten, konnte er die Situationen entschärfen, indem er ein bosnisches Lied auf der Gitarre spielte und die Reaktionen waren "hey du Bruder, das ist ja krass!" (Bojan, 190). Bojan äussert, dass ihm in diesen Situationen nichts passierte, da sich die Anderen mit ihm identifizieren konnten, unabhängig von seinem Aussehen.

Guter Selbstwert

Bojan äussert, dass er nie das Gefühl hatte, mit einem gewissen Fluss mitschwimmen oder ein gewisses Verhaltensmuster an den Tag legen zu müssen, um zu sagen "jetzt bin ich ein Mann". Dies, obwohl er aufgrund seiner Gestaltung des Mannseins in verschiedener Hinsicht von der männlichen Geschlechternorm abweicht und innerhalb wie auch ausserhalb seiner Familie mit Konflikten konfrontiert wird. Er sei mit einem grossen Selbstvertrauen zur Welt gekommen, was sich bereits früh abzeichnete. Bereits in der Primarschule sei er mit seinem Musik-, wie auch Kleidungsstil, herausgestochen. Während alle Rap und Hip-Hop hörten, habe er Punk gehört und sei geschminkt mit dem Skateboard an ihnen vorbei gefahren. Bojan fällt bis heute in seiner Familie auf. Bojans Bruder hat die traditionellen Züge bis heute behalten, was immer wieder zu grösseren Konflikten führt. Diesen entgegnet Bojan, indem er für sich einsteht: «Entweder akzeptierst du mich so wie ich bin, oder nicht, und unter diesen Umständen komme ich nicht». (Bojan, 9) Bojan habe von Freunden immer wieder gehört, dass es sie beeindruckt, wie er sich «von all dem emanzipieren konnte». (Bojan, 198) Bojan äussert dazu: «Für mich war es dann ja so, dass es meine Realität ist (betont) und ich keine andere Wahl habe. Entweder stehe ich zu mir,

oder nicht.» (Bojan, 198-200)

Für Tim sind die gesellschaftlichen Erwartungen an das Mannsein kein Muss, auch wenn er diese spürt. Er mag sein Äusseres und werde als fähig und kompetent wahrgenommen, wobei er sich selbst auch so wahrnimmt. Er sei nicht "massiv oder angsteinflössend oder ein Übermann, oder eine Karikatur von einem "Superhero-Mann" (Tim, 167-168), er werde jedoch als Mann gelesen und ihm werden die dementsprechenden Eigenschaften zugeschrieben. Tim ist sehr glücklich mit seinem sportlichen Körper, in dem er sich sehr wohl fühle, was einen positiven Effekt auf seinen Körper und Geist habe, wodurch er sich "fähig und gut" (Tim, 226) fühle. Die Ästhetik, die er mitbringt, gebe ihm Sicherheit. "Du siehst gut aus, du entsprichst diesem Dings, und du kannst jetzt brunchen gehen, blöde gesagt.", (Tim, 237-238) was auf das von ihm geäußerte Spannungsfeld bezogen ist, dass ein Mann ein Sixpack haben und gleichzeitig den ganzen Tag zum Brunch gehen muss.

Kommunikation beim Sex

Damit sich Julio beim Sex wohlfühlen kann, ist für ihn wichtig, dass vor, während und auch nach dem Sex kommuniziert wird. Er stellt jedoch fest, dass dies bei seinem Gegenüber oft auf Überraschung stösst.

Was ich merke, ist, dass das jedoch noch nicht oft so ist, dass dies von männlich gelesenen Personen kommt. Für mich ist es aber auch komisch, es sollte doch einfach so sein. Es ist ja schön, dass man es gut findet, aber ich fühle mich dann manchmal ein bisschen komisch, wenn jemand dann das sagt... (Julio, 159-162)

Für Julio ist das Gefühl, welches dabei entsteht, schwierig. Das Gefühl, "dass ich dann immer ein bisschen in das Ding geschoben werde, von wegen «Männer machen das eigentlich nicht» und das finde ich halt falsch." (Julio, 167-168)

Bojan äussert, dass es "Gespür, Geduld und Kommunikation" (Bojan, 220) beim Sex braucht, was dann wieder eher mit dem "Soft-Boy" zu tun habe. "Auch bereits zu reden und zu sagen, es geht mir gerade etwas zu schnell, können wir einen "Step" zurück." (Bojan, 221-222) Als er dies einem Kollegen erzählt hat, habe der gesagt: «Redest du so viel beim Vögeln?» (Bojan, 223), worauf Bojan antwortete, dass es eine Verständnisfrage sei, wie man auf eine Sache zugehe und "was man spüren kann und will." (Bojan, 224-225)

Angepasst sein

Tim äussert, dass es für ihn sehr einfach sei, ein Mann zu sein. Er erfüllt in seinen Augen gewisse Checkboxes und hat keinen Drang aufzufallen. "Für mich gibt es kein Muss und

diese Eigenschaften, die ich spüre, die vielleicht gesellschaftlich erwartet werden, sind nicht grauenhaft schwierig zu erfüllen.” (Tim 30-31) Er falle nicht in eine Kategorie, wo es einen Effort brauche, um sich selbst zu sein und gegen den Strom zu schwimmen. Tim betont jedoch, dass es ihm schlechter ginge, würde er nicht diesem gewissen Muster entsprechen:

Ja, wenn ich jetzt, keine Ahnung, nicht so unauffällig herumlaufen würde, wie ich jetzt herumlaufe, wenn ich nicht in einer heterosexuellen Beziehung wäre, wenn ich exzentrisch wäre, wenn ich... (Pause) ja, Trans wäre, zum Beispiel, dann... Niemand dreht sich nach mir um. Es ist so einfach, das Ganze zu navigieren. (Tim, 112-115)

Tim fällt in seinen Augen in eine “relativ weite Bandbreite des Grünbereichs” (Tim, 36), wo er nicht als anders erkannt wird und beschreibt sich als “average” Mann (Tim, 339). Für ihn sei es insgesamt einfach, sich dem zu fügen und es komme dazu noch positives Feedback zurück.

Da die Interviews eingegrenzt werden mussten, konnten nicht alle Komponenten des Modells Sexocorporel vollständig erfasst werden. Daher werden im folgenden Abschnitt die Ergebnisse zusammengefasst, die im Zusammenhang mit dem Modell Sexocorporel herausgefiltert werden konnten.

4.4 Sexodynamik

Sexuelle Lust

Bojan erregt sich in der Selbstbefriedigung manchmal über die Berührungen am Penis selbst. Er habe sich schon gefragt, ob es ein Bild in seinem Kopf ist, welches den Reiz auslöst, “oder ist es der Druck und die Reibung die ich spüre, was ich genieße und kribbelt und dann wirklich auch fokussiert zu bleiben, und sich dieses Gefühl vorzustellen”. (Bojan, 311-314) Bojan äussert, es entspanne seinen Kopf automatisch, wenn er sich auf diese Reize fokussiert und beschreibt dies mit: “Dann ist es mehr so, welchen Reiz spüre ich gerade, und dies wahrzunehmen und zu versuchen, mit dem Körper dort zu sein. Dass es den ganzen Körper strahlen lässt.” (Bojan, 320-321) Bojan beschreibt, dass er sein Becken “kreist” und insgesamt versuche, “Bewegung in den gesamten Körper reinzubringen und nicht irgendein scheiss Brett zu sein. Es ist der ganze Körper, schlussendlich.” (Bojan, 344-345)

Sexuelles Begehren

Simon äussert sich zu seinem sexuellen Begehren wie folgt:

Also Anfangs, Mitte zwanzig war ich ein spitzer Hund. Jetzt, wenn mich meine Partnerinnen nicht dazu zwingen würden, dass ich mit ihnen schlafe, hätte ich gar keinen Sex mehr. Es würde mir auch gar nichts fehlen. Der Reiz und die Vorfreude, das ist extrem viel weniger geworden. (Simon, 194-197)

Lust auf Selbstbefriedigung spüre er selten. Wenn er es mache, dann aus Langeweile. Er könne nicht einfach einen Schalter umlegen und Lust haben auf Sex. Wenn keine körperliche Nähe oder Zuneigung im Vorfeld da ist, sei es für ihn enorm schwierig.

Für Bojan waren frühere Vorstellungen von Sex "Penetration und fertig". (Bojan, 306)

Heute geniesse er es auch, den ganzen Abend im Zimmer zu verbringen und sich immer wieder von neuem zu berühren mit Pausen dazwischen. Mittlerweile sehe er das auch in der Beziehung, wo sich die Sexualität irgendwann einpendelt. Auch eine Massage könne da eine sinnliche Erfahrung sein.

Sexuelle Selbstsicherheit

Simon äussert, er habe seinen "Körper noch nie in einem erotischen Zusammenhang gesehen (lacht)." (Simon, 231) Die Beziehung zu seinem Penis sei gut. Er habe schon Gedichte über seinen Penis erhalten, daher nehme er an, er könne nicht so schlecht sein.

Beim Sex fühlt er sich vor allem männlich, wenn die Frau ausser Atem ist, dann spüre er einen gewissen Stolz. Auf die Frage, wie er seine Männlichkeit beim Sex erlebt, antwortet Simon mit:

Eigentlich gar nicht. Wie gesagt, von mir kommt gar nicht mehr so viel, ich werde eher dazu angestiftet. Daher kann ich nicht sagen, dass es diese Momente gibt, wo ich mich männlich fühle beim Sex. Ich bin mir meiner Männlichkeit ausreichend bewusst. Ich brauche beim Sex nicht irgendwelche Aspekte, um mich noch männlicher zu fühlen. (Simon, 339-342)

Simon sagt, die Tatsache, dass er zum Sex angestiftet werden muss habe einen Einfluss darauf, wie er sich als Mann fühle. Dies komme auch davon, wie seine Freunde auf ihn reagieren, wenn er ihnen sagt, er habe nicht mehr so viel Lust auf Sex. Seine Freunde verstünden die Welt nicht mehr und reagieren mit Unverständnis.

Bojan beschreibt die Beziehung zu seinem Penis als "sehr freundschaftlich" (Bojan, 263) und er ist sehr zufrieden mit seinem Penis. Er sei generell selbstbewusst, auch was seinen Körper sonst betrifft. Die aktive Rolle beim Sex habe ihm Selbstvertrauen gegeben, er kann sich mittlerweile aber auch gut hingeben.

Tim fühlt sich insgesamt sehr wohl in seinem Körper und in seiner Nacktheit, die er auch gerne zeigt. Den Einfluss auf die Sexualität beschreibt er wie folgt:

Ich glaube, das hat fast ein bisschen einen narzisstischen Part, insofern, dass du das Gefühl hast, du bist ästhetisch, im Akt. Du hast das Gefühl, dass du begehrt wirst, und das findest du natürlich gut. (Tim, 263-265)

Archetyp

Der Archetyp wird von allen vier Probanden anders erlebt und beschrieben. Tim und Bojan assoziieren die Penetration mit dem Mannsein und sehen sich in der Fantasie in eine Frau eindringen. Auf die Frage, inwiefern sein Penis in der Fantasie vorkomme, antwortet Simon mit: "Ist gar kein Thema! Nein, nein. Da ist nur Bezug auf die weibliche Person. Ich stell ihn mir bildlich in dem Bezug nie vor." (Simon, 251-252) Selten sehe er sich Oralverkehr von einer Frau empfangen. Welche Verbindung er vom aktiven Penetrieren und der Männlichkeit sieht, beschreibt er mit: "Eigentlich keine. Das ist für mich nicht etwas sehr männliches." (Simon, 326)

Bojan stellt sich in seiner Fantasie das Penetrieren vor. Zwar genieße er es mittlerweile auch, wenn es etwas langsamer geht und die Körper erkundet werden können. "Aber schlussendlich, will ich auch nicht lügen, komme ich durch die Penetration und es ist der Teil, der instinktiv den Urmensch in uns hervorholt (lacht)." (Bojan, 302-303)

Tim sieht neben empfangendem Oralsex auch den klassischen "Doggystyle" in seiner Fantasie. Auf die Frage, ob er seinen Penis da sieht, antwortet er: "Immer (betont) ich. Es bin immer ich. Genau." (Tim, 371) Er verbindet das Mannsein mit der Penetration und damit, dass "du penetrieren kannst. Sprich, dass du erigiert bist." (Tim, 381-382)

Julio sieht seinen Penis in der Selbstbefriedigung, es komme jedoch darauf an, wie viel Zeit er sich dafür nehme. Er sieht sich in seiner Fantasie penetrierend, es sei aber "definitiv nicht das Einzige." (Julio, 210) Insgesamt gebe ihm die aktive Rolle beim Sex und die Stossbewegungen nicht ein "ermächtigendes" Gefühl und er findet, die Penetration ist nicht etwas besonders "männliches".

4.5 Physiologie

Simon hat bei der Selbstbefriedigung die Augen immer geschlossen und liegt immer auf dem Rücken. "Ich habe es noch nie anders gemacht. Ich wäre auch am Arsch, wenn mein rechter Arm gebrochen wäre (lacht). Ich bin nicht so experimentierfreudig." (Simon, 298-299) Meistens gehe es nicht so lang. Spannung nimmt er am ehesten in den Füßen und Händen wahr, "sodass ich die irgendwie verkrampfe". (Simon, 312) Das Becken bleibe auf dem Bett, die Beine stelle er vielleicht mal auf.

Bojan liebe es, sein Gegenüber zu entdecken, den Geruch und die ganz feinen Berührungen wahrzunehmen. Auch in der Selbstbefriedigung hat er gelernt, sich zu spüren und berühren und nicht nur über Pornos zu erregen. Er benutzt Gleitgel oder Öl und berührt sich an verschiedenen Orten, wie auch den Hoden. Um zum Orgasmus zu kommen werden die Bewegungen am Penis tendenziell repetitiv schneller. "Wenn man sich dann die Zeit schlussendlich nimmt, dann kann es auch gleichmässig und langsam sein, wobei es dann umso intensiver ist." (Bojan, 326-327) Wenn er Zeit habe, versuche er gut zu atmen. Dazu sagt Bojan:

Das ist etwas, was ich auch sonst gelernt habe, gut zu atmen ist doppelt so guter Sex. So kann der Körper abschalten und so funktioniert es dann auch. Und ich neige... Wenn ich flach atme, dann spüre ich oft, dass ich auch recht Anspannung aufbaue. Ich denke, das ist auch normal, das gehört dazu, aber ich versuche auch oft mein Becken dazu zu kreisen oder ein entspanntes Becken zu haben. Und das ist auch etwas, was ich sonst mache, Bewegung in den gesamten Körper reinzubringen und nicht irgendein scheiss Brett zu sein. Es ist der ganze Körper, schlussendlich. (Bojan, 339-345)

Tim liegt bei der Selbstbefriedigung auf dem Rücken im Bett und hat die Decke über sich gezogen. Zu Beginn schaut er oft Pornos, um "den «Mood zu setzen» und dann kannst du den Laptop wieder schliessen und weisst du wie ich meine, 30 Sekunden und «you're done», «back to work», oder?" (Tim, 428-429) Die Oberschenkel, der Bauch und das Becken spanne Tim an. Den Rücken krümme er nach vorne und das Becken sei tendenziell nach oben geneigt. Gegen Ende drücke er fester mit der Hand, wobei seine Finger den Penis nie ganz umfassen. Im Paarsex bleibe sein Becken tendenziell starr. "Nicht (Pause) 100% starr. Aber wahrscheinlich schon nicht der Hüftschwung des Jahres (lacht)." (Tim, 461-462)

Wenn Julio Zeit hat, nimmt er sich Zeit, um herauszufinden, was er mag. Dafür "muss man sich ja mal überall selbst berührt haben". (Julio, 203-204) Bei der Selbstbefriedigung

fasse er sich meistens mit der anderen Hand am Körper an. Phasenweise stimuliert sich Julio auch gerne anal. Die Bewegungen variieren insgesamt von langsam bis schnell. Gegen den Schluss werde der Druck auf den Penis eher höher und der Bauch spannt ebenfalls mehr an.

4.6 Kognitionen

Werte und Normen

Simon äussert, er habe ein traditionelles, konservatives Bild eines Mannes. Für ihn soll ein Mann «männlich» sein. Für ihn sei es auch schwierig, wenn sich ein Mann “fein” und «weinerlich» sei oder sich die Fingernägel lackiere. Wenn er Männer mit lackierten Fingernägeln sehe, löse dies in ihm einen «Abwehrreflex» aus. Für ihn sei dies «nicht mehr männlich. Ob das dem heutigen Zeitgeist entspricht, kann ich jetzt auch nicht sagen. Aber ich habe da irgendwie eine Antipathie.» (Simon, 62-63) Simon verweist auf einen Musiker, den er kennt und äussert sich zu seinem Äusseren wie folgt:

Das ist so ein Musiker, der neuerdings mit pinken, selbstgehäkelten Caps, lackierten Nägeln und Röcklein rumläuft, also wenn ich sowas sehe, dann drehe ich am Rad. Das ist dann so ah, Typ (schreit), Mann! Dieses feine weinerliche, alles ist schön und alles ist gut. Das ist für mich einfach ein bisschen hmm...(Simon, 66-69)

Über das Verhalten äussert sich Simon, dass er mit dem «übertrieben tuntige» (Simon, 77) nichts anfangen könne. Für ihn mache es insgesamt keinen Unterschied, ob ein Mann homosexuell oder heterosexuell sei.

Auch Tim äussert, seine Rolle sei noch klassisch geprägt. Er habe noch eher traditionelle Wertvorstellungen und er könne sich mit Aspekten des klassischen Männerbildes identifizieren. Seine Wertvorstellungen beziehen sich vor allem auch auf seine Beziehung, in welcher er Treue, Grosszügigkeit und Ehrlichkeit schätze.

Glaubenssysteme

Julio grenzt sich klar davon ab, dem “Mann” eine Verhaltensweise oder Rolle zuzuschreiben. Es sollte kein Leitbild vom Mann, sondern vom Mensch sein.

Es geht mehr darum, wie man einen Umgang generieren kann, der für die Gesellschaft stimmt. Sobald man beginnt mit dem «Leitbild vom Mann oder Frau», dann beginnt man so zu kategorisieren und macht Schubladen auf, verteilt Aufgaben, das finde ich einfach doof. (Julio, 37-40)

Er hat das Verständnis dafür, dass jeder Mensch mit einem biologischen Geschlecht geboren wurde und danach Prozesse passieren, durch welche man in eine Person "hineinwächst". Für ihn gibt es nichts, was eine männliche Person erfüllen muss, um für ihn als Mann zu gelten. Julio stellt fest, dass diese Erwartungen oft von aussen herangetragen werden und schliesslich bei diesen Leuten zur Überraschung führt, wenn ihre Erwartungen nicht erfüllt werden.

Bojan habe beim Sex und der Selbstbefriedigung lange das Gefühl gehabt, etwas Verbotenes zu machen. Er beschreibt das Thema Sexualität sei in seiner Kultur mit einer Doppelmoral behaftet. Auch seine Grossmutter habe gesagt, Sex sei etwas Schönes. Wenn sich eine Frau jedoch freizügig kleide, dann sei es auf einmal ein Problem. Bojan folgert, dass es erst zu einem Problem wird, wenn es «öffentlich» gemacht werde.

Simon spreche mit niemandem mehr über seine Sexualität im Gegensatz zu früher, da er findet, dass dies niemanden etwas angehe. Dies sei unter anderem, dass er glaubt, dass viele seiner Kollegen Fantasiegeschichten über ihre Sexualität erzählen.

Idealisierungen

Für Simon ist ein Rugby-Spieler oder ein Harley-Biker "der ultimative Stereotyp eines Mannes" (Simon, 98) und sie sind für ihn "sehr männlich" (Simon, 99). Der Mann soll eine gewisse Stärke haben, nicht körperlich, sondern er soll einen gewissen Biss haben. "Dass du nicht gleich den Kopf in den Sand steckst, wenn's mal nicht so läuft. Was zwar lustig ist, da ich manchmal selbst die Tendenz dazu habe." (Simon, 53-54) Der Mann sei zäh, laut, rau, dreckig, frisst Scheisse" und mache dann trotzdem irgendwie weiter.

Auch Tim beschreibt ein Männlichkeitsideal, welches geprägt ist von gross, stark, massiv und sehr muskulös. Dazu äussert er: «Ja, es ist ein Wechselspiel zwischen dem Nacheifern, weil ich merke, wie viele positive Effekte dass es hat und dem Nacheifern, weil es eben irgendwo durch gewisse Erwartungen gibt wie du sein solltest.» (Tim, 251-253) Dieses Nacheifern passiere nicht ohne viel Aufwand. Laut Tim sei es jedoch «absurd, dass das Männerbild, das hypermaskuline Männerbild existiert und man das Gefühl hat, dass ein Mann dies erfüllen kann.» (Tim, 247-248)

Wissen und Unwissen

Simon liest viel Zeitung. Er äussert, die Debatten um "me-too" haben bei ihm eine Übersichts ausgelöst und er macht sich viele Gedanken, was der Frau gefallen könnte und hat Angst, sie verletzen zu können. Ihm sei dadurch die Lockerheit abhandengekommen in den letzten Jahren.

4.7 Beziehung

Kommunikation

Bojan und Julio äussern beide, ihnen sei es wichtig beim Sex zu kommunizieren. Beide haben Situationen erlebt, in denen sie ihrem Gegenüber sagten, dass alles etwas zu schnell gehe. Julio äussert, er mache dies, um sich in der Situation wohl zu fühlen. Für Bojan ist es eine Frage, wie man auf eine Sache zugeht und was man fühlen kann und will, um dies dann dem Gegenüber zu kommunizieren.

5. Diskussion

5.1 Wie beschreiben junge Männer ihre Rolle im Kontext der traditionellen und modernen Anforderungen an die männliche Geschlechterrolle?

Die vier befragten jungen Männer sind alle sehr verschieden aufgewachsen, haben jedoch bezüglich der Geschlechterrollenverteilung ähnliche Vorstellungen und distanzieren sich klar von den klassischen Geschlechterrollenbildern. Ihre Vorstellungen decken sich mit den Untersuchungen von Wippermann (2014) und dem Begriff des "neuen Mannes", der bemüht ist, sich im Alltag mit der Partnerin abzusprechen und die Umsetzung gemeinsamer Vorstellungen von Elternschaft und Partnerschaft im Team zu gestalten. Bojan positioniert und definiert sich in seiner Rolle klar abseits vom traditionellen Leitbild des Mannes. Die Freundin von Bojan erhält mehr Gehalt als er und sei laut ihm auch erfolgreicher im Beruf, weswegen er bereits Kommentare erhielt, die in Frage stellten, wer zu Hause das Oberhaupt sei. Dass ein solches Geschlechterrollen abweichendes Verhalten im Umfeld nicht unbemerkt bleibt, beschreibt auch Wippermann et al. (2009). Die Distanzierung vom traditionellen, männlichen Geschlechterrollenbild erfordert von den Männern, dass sie sich selbst und ihre Akzeptanz im Bekannten- und Freundeskreis definieren. Dies bedeutet, dass sie dem Umfeld trotz dieser Devianz in deren Auffassung eines selbstbewussten, erfolgreichen Mannes vermitteln, dass dieser "neue Mann" kein "Weichei", sondern das zukunftsfähige Modell eines Mannes sei (Wippermann et al, 2009).

Simon äussert im Kontext seiner Vorstellungen der Rollenverteilung, es sei entscheidend, welchen beruflichen Weg seine Frau einschlagen würde. Das deckt sich ebenfalls mit dem Bild des "neuen Mannes", da sich dies unter anderem nicht mit der Rolle des traditionellen Mannes deckt, der sich mit der finanziellen Versorgung, sowie der Repräsentation der Familie profiliert (Wippermann, 2014).

Tim stellt sich vor, dass er und seine Partnerin in Zukunft beide Teilzeit arbeiten würden und beide im Haushalt helfen. Dennoch äussert Tim, er habe das Gefühl, der Mann

müsse heute «beides» sein, sprich klassisch «männliche», wie auch «weibliche» Rollen übernehmen. Er spüre einerseits die Erwartung, dass der Mann das Geld nach Hause bringen sollte und andererseits müsse er fähig sein, im Haushalt mitzuhelfen. Dies deckt sich mit den Untersuchungen von Wippermann (2014), die zeigen, dass das heutige, dominierende Leitbild den Mann immer noch als Haupternährer sieht.

Das Selbstverständnis, welches die Probanden gegenüber der Aufhebung der klassischen Rollenverteilung zeigen, unterstützt den Ansatz der Modernisierungstheorie (Ingelhart & Norris, 2003), welche auf eine anhaltende Annäherung der Geschlechterrollen in Richtung Egalitarismus spekuliert und somit auf einen fortschreitenden Abbau traditioneller Einstellungen. Wippermann (2014) hält fest, dass die Versorgung der Familie, wie auch persönliche Bedürfnisse durch diese neue Rollenverteilung gleichberechtigt nebeneinander stehen, was den Möglichkeitsraum für die "Männlichkeit" erweitert. In diese Richtung zeigen auch die Ergebnisse dieser Arbeit.

Obwohl sich alle in einem anderen Umfeld bewegen, denken Bojan, Tim, wie auch Simon, dass die Auflösung dieser klassischen Rollenverteilung wohl weniger vorkommt, als dies suggeriert wird. Dies deckt sich mit einigen Berichten, die auf eine Stagnation dieser egalitären geschlechtsspezifischen Einstellungen und Verhaltensweisen seit den 1990er Jahren in westlichen Ländern hinweisen (van Egmond, Baxter, Buchler & Western, 2010; Cotter, Hermesen & Vanneman, 2011).

Die Ergebnisse zeigen insgesamt, dass junge Männer die traditionelle Rollenverteilung nicht mehr wollen und beschreiben sich mehr im Rollenmodell des "neuen Mannes". Dennoch zeigt sich bei Tim, dass er die Erwartung spürt, die Familie finanziell versorgen zu können. Woher diese wahrgenommene Erwartung kommt, müsste genauer eruiert werden. Tim äussert, dass er sich mit Aspekten des klassischen Rollenbildes identifizieren könne, was eine mögliche Erklärung dafür sein könnte.

Da die Forschung um den "neuen Mann" insgesamt bescheiden ist, scheinen weitere Untersuchungen in Zukunft nötig, um Männern in ihren neuen Rollen Unterstützung zu bieten. Insbesondere in Anbetracht dessen, dass die "neuen Männer" von heute ein Vorbild und eine Orientierungshilfe für die heranwachsende Generation junger Männer sein können.

5.2 Welche möglichen Spannungsfelder werden in den wahrgenommenen Erwartungen an die männliche Geschlechterrolle erlebt?

Zwischen Individualität und Stereotyp-Verletzung

Julio sowie auch Bojan fallen auf, da sie sich entgegen dem männlichen Stereotyp kleiden und verhalten, obwohl sie klar als Männer gelesen werden. Beide weichen von dem präskriptiven, sprich dem erwarteten Geschlechterstereotyp des Mannes ab, was wie Fleischmann & Sieverding (o.D.); Koenig (2018); Moss-Racusin et al. (2010) schreiben, zu Reaktionen wie Wut, moralischer Entrüstung oder sozialen Sanktionen ("backlash") führen kann. Julio kleidet sich gerne farbenfroh und schminkt sich teilweise. Insbesondere "machoide" Männer reagieren mit oben genannten Reaktionen auf sein Äusseres. Dies deckt sich unter anderem mit den Untersuchungen von Donnelly & Twenge (2017), dass die neue Art des Mannseins für die traditionelle Männlichkeit als Herausforderung wahrgenommen werden kann. Männer werden zudem für feminines Verhalten strenger beurteilt als Frauen für ihr maskulines Verhalten und werden eher als homosexuell wahrgenommen, wenn sie sich in femininen Verhaltensweisen zeigen (Deaux & Lewis, 1984; McCreary, 1994; Sirin et al., 2004). Bojan hat dies erlebt, indem er als "tuntig" oder "Schwuchtel" bezeichnet wurde. Die Untersuchungen von Borinca et al. (2021) zeigten, wie Männer, welche noch mehr in die traditionelle Geschlechternorm investieren, die «Feminisierung» der Männer mit mehr Unbehagen wahrnehmen. Zudem haben diese Männer mehr Angst davor, als homosexuell missinterpretiert zu werden, wenn sie sich in femininer Verhaltensweise zeigen (Borinca et al., 2021).

Bojan und Julio haben gemeinsam, dass sie wenig in die traditionelle Geschlechternorm investieren und sich dies bereits früh in ihrem Leben etablierte. Beide zeigen sich bewusst in femininer Weise, wodurch sich abzuleiten scheint, dass sie keine Angst davor haben als homosexuell wahrgenommen zu werden. Was Bojan und Julio in diesem Spannungsfeld erleben, deckt sich mit den Untersuchungen von Borinca et al. (2021). Diese zeigten, dass Männer, welche weniger in die traditionelle Geschlechternorm investieren, weniger Angst davor haben feminine Verhaltensweisen zu zeigen und darin als homosexuell wahrgenommen zu werden. Menschen, die konsequent gegen traditionelle Geschlechterrollen verstossen, bauen gemäss Crocker & Major (1989) eine «Immunität» gegen die Bedrohung auf, als homosexuell wahrgenommen zu werden. Dies scheint sich am Beispiel der beiden abzuzeichnen.

Beide geraten in das Spannungsfeld der Stereotyp-Verletzung, da sie sich in femininen Verhaltensweisen zeigen. Beide scheinen dieses Spannungsfeld jedoch gut bewältigen zu

können, da sie beide wenig in die traditionelle männliche Geschlechternorm investieren und somit weniger Angst davor haben als homosexuell wahrgenommen zu werden.

Zwischen Härte und Zärtlichkeit

Tim nimmt gegensätzliche Erwartungen an den Mann wahr. Der Mann soll einerseits ein Sixpack haben und insgesamt einen «Gorilla» verkörpern. Andererseits soll sich der Mann für Kunstaussstellungen interessieren und zärtlich sein können. Tim stellt für sich fest, dass dies einen Widerspruch darstellt. Auf der einen Seite erlebt er die Erwartung an ein altertümliches, stereotypisches Männerbild, welches auf den Körper projiziert wird. Auf der anderen Seite wird erwartet, dass sich eben dieser Mann von diesem altertümlichen Männerbild distanziert und mehr weiblich konnotierte Verhaltensweisen zeigt.

Im sexuellen Kontext äussert sich für Tim dieses Spannungsfeld, in dem er die Erwartung wahrnimmt, diesen Gorilla verkörpern zu müssen, der dann auch noch zärtlich ist. Für Tim ist die Schwierigkeit dabei, dass aus dem Erwartungsdruck, diesen Gorilla zu verkörpern, manchmal das Gefühl entstehe, etwas «rau» sein zu müssen - obwohl er dies gar nicht bräuchte. Woher Tim diese Erwartungen genau wahrnimmt, konnte aus den Ergebnissen nicht abgeleitet werden. Untersuchungen von Wippermann (2014) zeigen jedoch, dass Frauen an diesen wahrgenommenen Erwartungen beteiligt sein könnten. Sie erwarteten von den Männern in einem deutlich höheren Masse als von sich selbst, dass sie Gefühle zeigen und verstehen können, sowie romantisch und zärtlich sind.

Aus den Ergebnissen lässt sich ableiten, dass Tim im Gegensatz zu Julio und Bojan noch mehr in die männliche Geschlechternorm investiert und ein hypermaskulines Männlichkeitsideal hat. Er kann sich mit Aspekten des klassischen Rollenbildes identifizieren, wie auch mit dem «cave-man-behavior» und hat ein stereotypes Männlichkeitsideal. Gemäss Borinca et al., (2021) haben Männer, die noch mehr in die männliche Geschlechternorm investieren mehr Angst davor als homosexuell wahrgenommen werden, wenn sie sich in femininen Verhaltensweisen zeigen. In Tims Fall jedoch scheint nicht diese Angst das Spannungsfeld zu generieren. Vielmehr scheint Tim ein Spannungsfeld zu spüren aus den Erwartungen einem hypermaskulinen Männlichkeitsideal und gleichzeitig den neuen Anforderungen an sein Rollenbild gerecht zu werden, welche eher weiblich konnotiert sind. Insgesamt zeigt sich, dass Tim erlebt, was auch Wippermann (2014) feststellt: Männer sind mit einer Flut tradiert und neuer Erwartungen konfrontiert, die sehr heterogen und teils kaum vereinbar sind.

In einem weiteren Schritt müsste differenziert werden, inwiefern die wahrgenommene Erwartung einen Gorilla zu verkörpern, aus Tims Idealisierungen des Männerbildes entsteht oder effektiv auch von Frauen erwartet wird.

Tim äussert, dieses Spannungsfeld für sich entschärfen zu können. Einerseits, da er in seinen Augen das Aussehen und den Körper mitbringt. Andererseits konnte er sich bei sexuellen Kontakten jeweils auf seine Performance verlassen.

Stärke beweisen

Tim, wie auch Simon, beschrieben einen "Mann" mit viel Muskeln und Masse. Dieses Männerbild suggeriert Kraft und Stärke. Vandello & Bosson (2013) legen in ihrer Theorie über prekäre Männlichkeit nahe, dass Männer ihre Stärke öffentlich unter Beweis stellen müssen, um als solche zu gelten. Aus diesem Druck können somit starke, präskriptive männliche Stereotype entstehen, die verlangen, dass sich Männer aggressiv verhalten und keine Schwäche zeigen (Koenig, 2018). Keine Schwäche zeigen zu dürfen, kann sich in verschiedenen Formen ausdrücken, wie dies die Ergebnisse zeigen. Bojan erlebt in seiner Familie, dass psychische Erkrankungen mit Schwäche konnotiert werden und daher weder als solche bezeichnet, noch behandelt werden. Es scheint, dass dieses Geschlechternorm verletzende Verhalten möglicherweise kaschiert wurde, da die Folge ein Statusverlust sein könnte, wie dies Feinman (1984); Sirin et al. (2004) gemäss der Statusinkongruenz-Hypothese festhalten.

Julio erlebt dieses "Stärke beweisen" in Form eines Klimmzug-Wettbewerbs in seiner Wohngemeinschaft, während Simon dies in Form von Prahlereien über Sexgeschichten erlebt. Die Ergebnisse zeigen somit, dass sich «Stärke beweisen» in physischer oder mentaler Form, wie auch in Form von Profilierung zeigen kann. Bosson & Vandello (2011) und Vandello et al., (2008) halten zur Theorie der prekären Männlichkeit fest, dass Männlichkeit schwer zu gewinnen und leicht zu verlieren ist. Dies scheint sich auch in den Ergebnissen abzuzeichnen.

Performance Druck

Tim und Simon erleben beide einen Druck, der stereotypen männlichen Geschlechterrolle beim Geschlechtsverkehr gerecht zu werden. Aus den Ergebnissen lässt sich ableiten, dass beide in die männliche Geschlechternorm investieren. Sanchez et al. (2005) konnten einerseits zeigen, dass sich Männer und Frauen besonders in Situationen mit sexuellem Kontext gezwungen fühlen, sich gemäss den Erwartungen, welche von den Geschlechterrollen und den davon abgeleiteten Stereotypen existieren, zu verhalten. Andererseits tendieren Männer und Frauen, die in traditionelle Geschlechterideale investieren, in sexuellen Begegnungen dazu, die weibliche Rolle als passiv und die männliche als dominant einzunehmen. Diese Untersuchungen decken sich mit Tims Situation. Er investiert einerseits in die männliche Geschlechternorm, andererseits verspürt er beim Geschlechtsver-

kehr den Druck, die Kontrolle zu übernehmen und führen zu müssen. Dies sei jedoch insbesondere bei neuen Begegnungen der Fall. Dies deckt sich wiederum mit den Untersuchungen von Elmerstig et al., (2014), die zeigten, dass die Erwartungshaltung der Männer, den stereotypischen Erwartungen gerecht zu werden, bei einem One-Night-Stand grösser war als in einer Beziehung.

Simon dagegen verspürt den Druck, immer Lust haben zu müssen. Freunde von ihm, sowie Sexualpartnerinnen reagierten in der Vergangenheit mit Unverständnis, wenn er ihnen gesagt hat, dass es keine Lust habe. Der Grund, weshalb Simon in diese Situation geraten, könnte gemäss den Ergebnissen sein vermindertes sexuelles Begehren sein. Die Reaktionen seines Umfeldes scheinen jedoch eine gewisse «inoffizielle Geschlechternorm» widerzuspiegeln, die sich auf die Libido des Mannes bezieht. Es konnte gezeigt werden, dass Männer häufiger unter sexueller Dysfunktion leiden, wenn sie denken ein “richtiger” Mann muss häufig Sex haben (Nobre & Pinto-Gouveira, 2005). In weiteren Schritten könnte untersucht werden, inwiefern sich Männer von dieser «inoffiziellen Geschlechternorm» unter Druck gesetzt fühlen. Simon empfindet zudem, es sei ein “Männlichkeitsding”, dass der Mann die Frau befriedigen müsse. Inwiefern dies auch von anderen Männern wahrgenommen wird, müsste untersucht werden.

Berührungängste durch Medieninhalte

Simon äussert, er sei durch die “me-too” Debatten in eine Übervorsicht gerutscht, welche sich auch auf die Sexualität übertrage. Er mache sich viele Gedanken darüber, was der Frau gefallen könnte und er wolle sie nicht verletzen. Auch Dahinden et al. (2021) berichten, wie die Männer zunehmend ihre eigenen Vorstellungen und Ideen von Männlichkeit überdenken müssen – sie geraten immer öfter in Situationen, in denen sie ihr Verhalten erklären oder sogar legitimieren müssen. Simon äussert, die vielen Gedanken vernebeln auch die Gedanken zum Sex. Wie (Gehrig, 2013) schreibt, können die Kognitionen sexuelle Lernschritte fördern oder hemmen, was schlussendlich einen Einfluss auf die Erregungsfunktion haben kann, wie sich dies bei Simon abzeichnet.

Insgesamt zeigen die Ergebnisse, wie junge Männer durch die beschriebene Problemstellung mit diversen Spannungsfeldern aufgrund der verschiedenen tradierten und neuen Erwartungshaltungen an ihr Rollenbild konfrontiert werden, was sich mit den Untersuchungen von Wippermann (2014) deckt. Auf der einen Seite werden Männer mit den Anforderungen an ihre eigene Geschlechternorm konfrontiert und auf der anderen Seite warten mögliche negative Folgen, wenn sie ihr persönliches Spektrum des Mannseins erweitert haben und gegen diese Norm verstossen. Durch die beschriebenen Spannungsfelder ent-

steht der Eindruck, dass trotz des Wandels in Richtung des "neuen Mannes" die traditionelle männliche Geschlechternorm der Richtwert bleibt, an dem das Mannsein gemessen wird. Dass Männer an ihrer Geschlechternorm gemessen werden, ist nicht neu. Inwiefern "neue Männer" jedoch noch an der männlichen Geschlechternorm gemessen werden, muss in Zukunft noch untersucht werden. Es scheint, dass sich in dieser Hinsicht viele neue Spannungsfelder aufmachen könnten.

Insgesamt zeigten sich drei Spannungsfelder, welche die Sexualität betreffen und wurden von den beiden Probanden beschrieben, die noch mehr in ihre Geschlechternorm investieren.

5.3 Welche unterstützenden Faktoren werden von jungen Männern bei der Bewältigung von Spannungsfeldern beschrieben?

Tim befinde sich in einer "Bubble", welche die Spannungsfelder zwischen traditionellen und neuen Erwartungen an die männliche Geschlechterrolle gut navigiere. Unter anderem durch den Austausch mit seinen Freunden wurde er zum Mann von heute.

Der positive Einfluss des Umfelds und der Peers zeigt sich auch bei Julio und Bojan. Ihr Umfeld scheint besonders auf die Entwicklung ihrer Individualität einen positiven Einfluss zu haben. Diese Individualität drückt sich bei beiden unter anderem durch ihr Äusseres aus, welches vom männlichen, präskriptiven Geschlechterstereotyp abweicht. Beide beschreiben Spannungsfelder durch negative Reaktionen deswegen - beide haben jedoch durch ihr Umfeld die Möglichkeit, diese Spannungsfelder zu bewältigen, da sie offen für ihre Individualität sind, welche sie dort ausleben können. Glick et al. (2015) konnten zeigen, dass Männer, welche viel in die traditionelle Männlichkeitsnorm investieren, dazu neigen, andere Männer, welche von traditionellen Männlichkeitsnormen abweichen, negativer zu bewerten ("backlash"). Im Fall von Bojan und Tim scheint das Gegenteil der Fall zu sein. Sie bewegen sich in einem Umfeld und mit Peers, die eher von der traditionellen Männlichkeitsnorm abweichen. Dies scheint rückwirkend einen positiven Effekt auf die Akzeptanz von Männern zu haben, die vom männlichen Geschlechterstereotyp abweichen. In einem weiteren Schritt müsste dies jedoch genauer untersucht werden.

Tim betont, für ihn sei es einfach, heutzutage ein Mann zu sein. Dies komme davon, dass er keinen Drang habe aufzufallen und es für ihn somit nicht schwierig sei, sich selbst zu sein. Verglichen mit den von Julio und Bojan beschriebenen Spannungsfeldern zeigt die Ressource von Tim, dass es sich einfacher gestaltet, wenn ein Mann angepasst ist und nicht auffällt - sprich nicht vom präskriptiven männlichen Stereotyp abweicht. Geschlechterstereotype führen dazu, dass sich Männer und Frauen auf eine bestimmte Art und Weise zu verhalten versuchen und "nicht-geschlechterkonformes" Verhalten verstecken,

um Geschlechterstereotype nicht zu verletzen und somit Sanktionen zu vermeiden (Koenig, 2018). Gemäss den Ergebnissen hat sich demnach für Julio und Bojan ein Spannungsfeld geöffnet, während Tim die Ressource sich anzupassen mitbringt, um dieses Spannungsfeld zu umgehen.

Bojan, wie auch Julio leben in ihren Rollen bereits viele Aspekte des “neuen Mannes” und weichen somit von typischen männlichen Geschlechternormen ab. Beiden sei die Kommunikation beim Sex wichtig und sie äussern ihre Wünsche und Bedürfnisse. Sanchez et al. (2005) konnten zeigen, dass Männer, die stark in ihre Geschlechternormen investieren, in ihrer sexuellen Autonomie beeinträchtigt sind, da sie damit beschäftigt sind, traditionelle Ideale aufrechtzuerhalten. Bojan und Julio leben beide nicht nach diesen traditionell männlichen Idealen. Es scheint, dass dies rückwirkend auch einen positiven Effekt auf ihre sexuelle Autonomie hat, da sie ihre Wünsche und Bedürfnisse beim Geschlechtsverkehr kommunizieren und dies nicht mit Schwäche verbinden - womit sie dieses wahrgenommene Spannungsfeld für sich gut entschärfen können.

Tim und Bojan beschreiben sich in den Ergebnissen mit einem guten Selbstwert. “Der Selbstwert ist die Bewertung des Bildes von sich selbst und damit eine grundlegende Einstellung gegenüber der eigenen Person” (Schütz & Röhner, 2019). Bojan ist in seiner Familie und in seinem Umfeld früh aufgefallen, da er nicht der männlichen Geschlechternorm entspricht und dies bis heute nicht tut. Trotz der Schwierigkeiten deswegen, steht Bojan für sich ein - auch wenn dies innerfamiliäre Konflikte zur Folge hat. Tim schätzt sich selbst als Person, was sich in den Ergebnissen durch die positiven Äusserungen über sein Erscheinungsbild, wie auch über seine Kompetenzen zeigt.

Es scheint, dass dieser gute Selbstwert auch einen Einfluss auf die Selbstwirksamkeit hat, wie die Ergebnisse von Bojan und Tim zeigen. Beide beschreiben ihre Entwicklung zum Mann, den sie heute sind, mit Schwierigkeiten. Die Ergebnisse zeigten jedoch, dass beide diese Schwierigkeiten mit einem gewissen Grad an Selbstwirksamkeit überwinden konnten. Bandura (1997) beschreibt die Selbstwirksamkeit mit dem Glauben eines Individuum in seine Fähigkeit, Ereignisse in seinem Leben beeinflussen zu können. Tim und Bojan haben beide Strategien entwickelt, um die von ihnen beschriebenen Spannungsfelder zu entschärfen. In einem weiteren Schritt müsste jedoch genauer eruiert werden, inwiefern die Selbstwirksamkeit und der Selbstwert in den von ihnen beschriebenen Spannungsfeldern zusammenhängen.

5.4 Inwiefern lassen sich wahrgenommene Spannungsfelder mit Komponenten des Modells Sexocorporel in Beziehung setzen?

Der folgende Abschnitt bezieht sich auf die Theorie des Modells Sexocorporel, welche im theoretischen Hintergrund beschrieben wurde. Da sich die Probanden alle als cis-heterosexuelle Männer bezeichnen lässt sich schliessen, dass sie sich der Gendergruppe der "Männer" zuordnen.

Zwischen Individualität und Stereotyp-Verletzung

Bojan und Julio fallen durch ihre Individualität auf und "verstossen" somit gegen den präskriptiven Stereotyp, was Reaktionen im Umfeld auslöst. Im Sexocorporel wird das Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit auf dem Archetyp, der sexuellen Selbstsicherheit und dem Stereotyp aufgebaut. Die Ergebnisse zeigen, dass beide den sexuellen Archetyp des Mannes verinnerlicht haben und sie sich in ihrer Fantasie in eine Frau eindringen sehen. Es lässt sich ableiten, dass Bojans sexuelle Selbstsicherheit gefestigt ist, insbesondere auch über die Erotisierung seines Penis. Julios sexuelle Selbstsicherheit konnte aus den Ergebnissen nicht direkt abgeleitet werden. Julio und Bojan erleben eine Selbstbefriedigung mit vielen Sinnesempfindungen und steigern ihre Erregung in einem variantenreichen Modus ohne viel Druck. Bei Bojan wird zudem besonders deutlich, dass er die sexuelle Lust bei der Erregungssteigerung wahrnimmt. Den Stereotyp erfüllen beide gemäss Sexocorporel nicht, da sie "feminoide" Züge haben, was für beide jedoch eine Form von Ausdruck und Individualität ist. Gemäss den Ergebnissen erleben beide keine Verunsicherung im Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit.

Bornatici et al. (2021) konnten zeigen, dass Männer, die wenig in ihre Geschlechternorm investieren weniger Angst haben als homosexuell wahrgenommen zu werden, wenn sie feminine Verhaltensweisen zeigen. Die vielen Ressourcen in ihrem Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit scheinen bei Bojan und Julio die subjektive Wahrnehmung der eigenen sexuellen Identität zu unterstützen. Dies könnte neben der Tatsache, dass beide wenig in die männliche Geschlechternorm investieren (Kognitionen) ein Grund sein, weshalb sie sich "trauen" in femininer Verhaltensweise zu zeigen, ohne der Angst als homosexuell wahrgenommen zu werden.

Zwischen Härte und Zärtlichkeit

Tim erlebt ein Spannungsfeld, indem er das Gefühl hat, er müsse bei sexuellen Begegnungen ein Gorilla sein, der gleichzeitig fürchterlich zärtlich ist. Tim äussert, dass er dieses Spannungsfeld jedoch gut navigieren kann. Aus den Ergebnissen lassen sich gemäss

Sexocorporel diverse Faktoren ableiten, die ihn dabei unterstützen. Tim sieht sich in der Fantasie in eine Frau eindringen, was bedeutet, dass er seinen sexuellen Archetyp gut belebt hat. Zudem zeigt sich insgesamt eine hohe sexuelle Selbstsicherheit und er kann sich auf seine sexuelle Funktion verlassen. Tim beschreibt sich als "stereotypisch" und kongruent mit dem männlichen Leitbild und ist gemäss Sexocorporel "maskulinoid". Insgesamt scheinen alle drei Säulen des Gefühls der Geschlechtszugehörigkeit gut gestützt, was den Rückschluss auf ein gefestigtes Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit erlauben würde. In den Ergebnissen zeigt sich, dass Tim bei der Selbstbefriedigung eine eher hohe Spannung im Bauch- und Beckenraum hat und einen eher schnellen Rhythmus mit der Hand ausübt. Laut Tim sei sein Becken beim Geschlechtsverkehr eher steif. Ein wellenförmiger oder ondulierender Modus lässt sich somit eher ausschliessen. Im Kontext von Sexocorporel lässt sich sagen, dass Tim in allen drei Säulen des Gefühls der Geschlechtszugehörigkeit viele Ressourcen hat und dies ein Grund dafür sein könnte, dass er dieses Spannungsfeld zwar wahrnimmt, jedoch gut bewältigen kann.

Keine Schwäche zeigen

Von den Ergebnissen kann insgesamt abgeleitet werden, dass Simon in seinem sexuellen Archetyp und der sexuellen Selbstsicherheit Grenzen erlebt. In seinen Fantasien erregt er sich primär über Frauenkörper, die er sieht. Die Augen hat er bei der Selbstbefriedigung immer geschlossen. Mit Prahlereien über Sexgeschichten unter Kollegen und mit Männern, die sich für enorm männlich, krass und gross halten, hat er Mühe. Simon sagt, er habe seinen Körper noch nie in einem erotischen Kontext gesehen. Zusammen mit verschiedenen Situationen, in denen er sich im Vergleich zu anderen nicht bestätigt fühlt, kann dies einen Einfluss auf die sexuelle Selbstsicherheit haben. Simon äussert zudem, dass sein sexuelles Begehren in den letzten Jahren massiv nachgelassen habe. Simon masturbiere nur aus Langeweile und es gehe jeweils schnell. Zum Sex müsse er "angestiftet" werden. Aus den Ergebnissen lässt sich ableiten, dass Simon durch sein vermindertes sexuelles Begehren Verunsicherungen in seiner Männlichkeit erlebt.

Bei der Selbstbefriedigung liege er immer auf dem Rücken und sei nicht so experimentierfreudig. In den Füßen und Händen nimmt er viel Spannung, bis zur Verkrampfung wahr und das Becken bleibt auf dem Bett. Manchmal stelle er die Beine auf. Die Rhythmik der Handbewegungen lassen sich aus den Ergebnissen nicht genau ableiten. Somit lässt sich vermutlich ein wellenförmiger oder ondulierender Modus ausschliessen.

Simon idealisiert zwar einen Mann mit sehr maskulinen Zügen, ein Rugby-Spieler oder Harley Biker - wenn ihm jedoch Männer begegnen, die sich für enorm männlich, krass und gross halten, hat er Mühe. Es scheint, dass diese Idealisierungen eine gewisse Verunsicherung auslösen bei Simon. Aus den Ergebnissen konnte nicht direkt abgeleitet werden,

inwiefern diese Idealisierung einen Einfluss auf sein Selbstbild hat. Simon hat sich im Interview kaum selbst charakterisiert. Somit fehlen Informationen darüber, die einen Hinweis darauf geben könnten, wie gross oder klein die Lücke zwischen seiner Selbstcharakterisierung und seinen Idealisierungen ist.

Im Kontext von Sexocorporel scheint, dass Simon Mühe hat, wenn andere Männer mit Sexgeschichten prahlen oder sich sehr "männlich" fühlen, da er selbst in seiner Männlichkeit Verunsicherungen erlebt. Diese Verunsicherungen können aus den Idealisierungen, wie auch aus Grenzen in seiner sexuellen Selbstsicherheit und seinem Archetyp entstehen, welche wiederum mit seinem Erregungsmodus im Wechselspiel stehen und einen Einfluss auf sein sexuelles Begehren haben können.

Julio erlebt in seiner Wohngemeinschaft ein Kräfteressen unter seinen Freunden - Julio hat sich dagegen ausgesprochen und nicht mitgemacht. Gemäss den Resultaten hat Julio viele Ressourcen im Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit. Julios Glaubenssystem zufolge gibt es nichts, was eine männliche Person erfüllen muss, um für ihn als Mann zu gelten. Im Kontext von Sexocorporel scheint es, dass Julio durch sein Glaubenssystem, sowie durch seine Ressourcen im Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit das Spannungsfeld für sich bewältigen konnte.

Bojan erlebt in seiner Familie, dass psychische Erkrankungen bei Männern mit Schwäche konnotiert werden. Bojan hat in seiner Familie interveniert, als diese keine psychiatrische Unterstützung für seinen Cousin mit einem Suizidveruch konsultieren wollte. Es zeigt sich in den Ergebnissen, dass Bojan kein "Männlichkeitsideal" hat. Für ihn sind Männer, die eine "toxische Männlichkeit" an den Tag legen müssen, das Gegenteil eines "Soft-Boys", der über seine Gefühle sprechen kann und sich somit verletzlich zeigt - wobei sich Bojan mit diesem "Soft-Boy" identifizieren kann. Bojan hat sich in seiner Familie für das "Männer dürfen Schwäche zeigen" eingesetzt, indem er für seinen Cousin eingestanden ist. Im Kontext von Sexocorporel scheint es, dass sich Bojan von stereotypischen Männlichkeitsidealen distanziert hat, indem er sich verletzlich zeigt und sich dafür einsetzt. Dies kann der Grund sein, weshalb Bojan dieses Spannungsfeld wahrnimmt, jedoch nicht selbst davon betroffen ist.

Performance Druck

Tim äussert, er habe immer einen gewissen Druck verspürt, beim Geschlechtsverkehr die Führung zu übernehmen und "performen" zu können. Er habe dieses Spannungsfeld jedoch gut navigieren können. Die Ergebnisse zeigen, dass Tim ein hohes sexuelles Selbstwertgefühl besitzt, den sexuellen Archetyp belebt hat und den Stereotyp erfüllt. Gemäss Sexocorporel ist hier hervorzuheben, dass die sexuelle Selbstsicherheit auch bedeutet, sich auf die sexuelle Funktion verlassen zu können. Die Ergebnisse zeigen, dass dies bei

Tim der Fall war und demnach ein wichtiger Punkt ist, wie er dieses Spannungsfeld bewältigt hat. Insgesamt scheint, dass Tims gefestigtes Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit ihn in diesem Spannungsfeld unterstützt hat.

Simon verspürt den Performance Druck in Form der Erwartung an den Mann, dass er immer Lust auf Sex haben müsse und die Frau sexuelle befriedigen. Dies kann gemäss Sexocorporel auch ein Glaubenssystem darstellen. Da nicht doppelt kodiert wurde, wird dies in den Ergebnissen nicht so aufgeführt. Simons sexuelles Begehren hat, wie oben beschrieben, stark abgenommen. Aufgrund des fehlenden sexuellen Begehrens lässt sich ableiten, dass Simons sexueller Erregungsreflex nur schwer auszulösen ist, was durch diese Kognitionen verstärkt werden kann. Zudem erlebt Simon Grenzen in seinem Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit, auch in Zusammenhang mit seinem Erregungsmodus.

Berührungsängste durch Medieninhalte

Simon sei im Kontakt mit Frauen in eine Übervorsicht geraten aufgrund der Medieninhalte, die er liest. Dies habe dazu geführt, dass er Berührungsängste entwickelt habe und dass seine Gedanken den Sex vernebeln. Neben diesen Kognitionen (Wissen/Unwissen) zeigt sich, dass Simon ein Männlichkeitsideal hat, welches sehr stereotypisch ist. Zudem deuten die Ergebnisse darauf hin, dass Simon Grenzen in seinem Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit zu erleben scheint, wobei sein Erregungsmodus ebenfalls Limitationen mit sich bringt - was wiederum in einem Wechselspiel mit dem Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit stehen kann. Simon berichtete, sein sexuelles Begehren habe in den letzten Jahren massiv abgenommen und die vielen Gedanken seien ein Hauptgrund dafür. Es scheint jedoch, dass sein Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit und Erregungsmodus neben seinen Kognitionen mitunter ein Grund für sein mangelndes sexuelles Begehren sein könnten. Wie sich die Berührungsängste genau äussern, wurde im Interview nicht genau evaluiert, was für weitere Schlüsse notwendig wäre.

Die männliche Geschlechterrolle ist nicht explizit Teil des Modells Sexocorporel, bildet jedoch einen Teil der Kognitionen, wie auch der Sexodynamik und der Beziehungs-Komponente. Für die sexologische Praxis lässt sich aus den Ergebnissen ableiten, dass es unerlässlich scheint, die Erwartungen, Glaubenssysteme, Wertvorstellungen usw. junger Männer an sich selbst in ihrer Rolle, wie auch ihre wahrgenommenen Erwartungen aus dem Umfeld und der Gesellschaft zu eruieren. Insbesondere bei jungen Männern können neben dem Erregungsmodus auch die Kognitionen einen Grund für wahrgenommene Grenzen in ihrer Sexualität, wie erektile Dysfunktion, Ejaculatio Praecox oder mangelndes sexuelles Begehren darstellen, da die Kognitionen sexuelle Lernschritte hemmen und somit einen Einfluss auf die sexuelle Funktion haben können (Gehrig, 2013; Gehrig, 2010). In

der Sexualtherapie ist die kognitive Rekonstruktion somit ein wichtiges Element, da wichtige Informationen zum bestehenden Wissen ergänzt werden können; insbesondere, dass sexuelle Erregung zu erleben und zu geniessen lernbar ist (Gehrig, 2013).

Im Kontext der Ergebnisse dieser Arbeit lässt sich für die sexologische Praxis ableiten, dass die kognitive Rekonstruktion bei jungen Männern mit Grenzen in ihrer Sexualität (ohne organische Einschränkungen am Penis) ein Kernelement bilden sollte.

Spannungsfelder lösen durch Kognitionen wie beispielsweise Angst, Leistungsdruck oder Idealisierungen ein gewisses Mass an Stress aus. Dieser Stress kann gemäss der Polyvagaltheorie neurophysiologische Auswirkungen auf die genitale sexuelle Erregung haben und wie diese genossen werden kann (Bischof, 2015). Dieser Aspekt konnte im Rahmen dieser Arbeit nicht mit einbezogen werden, da dies den Rahmen gesprengt hätte.

5.5 Inwiefern unterstützt das Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit junge Männer in den wahrgenommenen Erwartungen an die männliche Geschlechterrolle?

Die Ergebnisse dieser Arbeit zeigen, dass junge Männer diverse traditionelle und neue Erwartungen an ihr Geschlechterrollenbild wahrnehmen, welche zu Spannungsfeldern führen können. Dies widerspiegelte sich in den Ergebnissen, die zeigten, dass Spannungsfelder zwar wahrgenommen, jedoch gut bewältigt werden konnten. Zur Bewältigung der Spannungsfelder konnten einerseits persönliche, wie auch soziale Ressourcen identifiziert werden. Andererseits zeigte sich aus Sicht von Sexocorporel, dass die Spannungsfelder durch die Probanden gut bewältigt werden, wenn sie viele Ressourcen im Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit haben.

Die Ergebnisse zeigen, dass ein Proband Grenzen in seinem Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit erlebt. Gemäss den Ergebnissen scheint dieser Proband die von ihm beschriebenen Spannungsfelder auf eine eher negative Art und Weise zu erleben, im Gegensatz zu den anderen drei Probanden, welche viele Ressourcen im Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit zeigen.

Durch die Ergebnisse dieser wissenschaftlichen Arbeit lässt sich insgesamt aufzeigen, dass viele Ressourcen im Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit jungen Männern hilft, wahrgenommene Spannungsfelder aus den traditionellen und neuen Erwartungen an die männliche Geschlechterrolle besser zu bewältigen. Es ist weitere Forschung nötig, um diese Befunde zu untermauern.

6. Limitationen

Für diese Arbeit wurde ein qualitatives Forschungsdesign gewählt. Mit dem kleinen Stichprobenumfang von vier Männern kann weder eine These bestätigt, noch widerlegt werden. Es wurde ein purposive Sampling durchgeführt und zur Datenanalyse wurde eine Inhaltsanalyse nach Mayring gemacht. Das purposive Sampling hatte zur Folge, dass die Stichprobe heterogen war, womit der Inhalt der Interviews sehr unterschiedlich ausfiel. Bei der Auswertung der Daten hatte dies zur Folge, dass sich mehrere Einzelergebnisse ergaben. Das Dokumentieren des Ergebnisteils stellte eine grosse Herausforderung dar. Selbst in den Unterkategorien zeigte sich eine mehr oder weniger grosse Heterogenität der Aussagen, was ein übersichtliches, nachvollziehbares Dokumentieren der Daten erschwerte. Im Rahmen dieser Arbeit wurden Einzelergebnisse trotzdem vorgestellt, auch wenn damit eine Synthese der Ergebnisse entsteht.

Die Probanden waren alle bereit, über diese Thematik zu sprechen und hatten teilweise durch ihr Umfeld und die Peers Berührungspunkte mit dieser Thematik, was ein Bias darstellt. Es wurden nicht spezifisch Männer gesucht, welche Grenzen in ihrer Sexualität erleben. In einer Folgearbeit wäre es sinnvoll, Männer mit Grenzen in der Sexualität zu untersuchen, um die Ergebnisse dieser Arbeit zu untermauern. Die Autorin dieser Arbeit hat nur wenig Literatur zum «neuen Mann» gefunden. Daher wurden in diesem Kontext einige Untersuchungen mehrfach genannt, ohne diese kritisch diskutieren zu können – dies, da keine weitere empirische Forschung dazu gefunden werden konnte.

Im Rahmen dieser Arbeit konnten nicht allen Faktoren im Modell Sexocorporel Rechnung getragen werden. Dies hatte den Einfluss, dass das Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit jeweils nur durch die erhobenen Daten dargestellt werden konnte und somit nicht ausreichend durch die weiteren Interdependenzen überprüft werden konnte.

Es wurden gewisse erhobene Daten aus pragmatischen Gründen schlussendlich nicht verwendet. In der Arbeit mit dem Modell Sexocorporel ist das «jetzt» entscheidend, sprich wo ein Mensch mit seiner Sexualität im Moment steht. Daher wurden Daten aus der Kindheit beispielsweise nicht in die Ergebnisse miteinbezogen.

Die Autorin hat bis auf eine Ausnahme darauf geachtet, nicht doppelt zu kodieren. Ihr ist bewusst, dass einige Ergebnisse auch anders hätten zugeordnet werden können.

7. Schlusswort

Durch den Geschlechterrollenwandel sehen sich Männer heutzutage mit verschiedenen Erwartungshaltungen konfrontiert. Während des Schreibprozesses wurde ich mit verschiedensten, teils schwerwiegenden Folgen für Männer konfrontiert, welche aus Erwartungen an die männliche Geschlechternorm resultieren können. Insgesamt habe ich den Eindruck erhalten, dass immer noch viele Männer den Druck wahrnehmen, der männlichen Geschlechternorm gerecht werden zu müssen. Der Geschlechterrollenwandel bewirkt, dass Männer immer mehr "weibliche" Rollen übernehmen müssen, womit das Selbstverständnis der bisherigen Vorrangstellung des Mannes mehr und mehr verschwindet. Mir ist bewusst, dass sich diese Veränderungen noch in den Anfängen befinden. Dennoch hoffe ich, dass die nachkommenden Generationen die neuen Möglichkeiten aus dem Geschlechterrollenwandel nutzen und die männliche Hegemonialstellung weiterhin zum Anachronismus werden lassen.

Aus dieser Arbeit nehme ich für meine beratende Tätigkeit viel mit und bin dankbar für die Einsicht, die ich in diese Thematik bekommen durfte. Ich bin der Überzeugung, dass ich in der sexologischen Praxis vielen verschiedenen Männern begegnen werde, die durch die beschriebene Problemstellung dieser Arbeit mit Grenzen in ihrer Sexualität konfrontiert sind.

Literaturverzeichnis

- Abele, A. E. (2022, 16. Juni). *Geschlechterrolle im Dorsch Lexikon der Psychologie*.
<https://dorsch.hogrefe.com/stichwort/geschlechterrolle>
- Abele, A. E., & Wojciszke, B. (2014). Chapter Four - Communal and Agentic Content in Social Cognition: A Dual Perspective Model. In J. M. Olson & M. P. Zanna (Hrsg.), *Advances in Experimental Social Psychology* (Bd. 50, S. 195–255). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-800284-1.00004-7>
- Baker, C. N. (2005). Images of women's sexuality in advertisements: A content analysis of Black-and White-oriented women's and men's magazines. *Sex roles*, 52(1), 13-27.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191–215.
- Baumeister, R. F., Catanese, K. R., & Vohs, K. D. (2001). Is there a gender difference in strength of sex drive? Theoretical views, conceptual distinctions, and a review of relevant evidence. *Personality and Social Psychology Review*, 5, 242-273.
- Bem, S. L. (1974). The measurement of psychological androgyny. *Journal of consulting and clinical psychology*, 42(2), 155.
- Berdahl, J. L., & Moon, S. H. (2013). Workplace Mistreatment of Middle Class Workers Based on Sex, Parenthood, and Caregiving. *Journal of Social Issues*, 69(2), 341–366. <https://doi.org/10.1111/josi.12018>
- Bhatia, N., & Bhatia, S. (2021). Changes in Gender Stereotypes Over Time: A Computational Analysis. *Psychology of Women Quarterly*, 45(1), 106–125.
<https://doi.org/10.1177/0361684320977178>
- Bischof, K. (2012). Sexocorporel in the promotion of sexual pleasure. Pleasure and Health. *Proceedings of the Nordic Association for Clinical Sexology NACS*, 59-68.
- Bischof, K. (2015) Nervensache – praxisorientierte Neuropsychologie der weiblichen Sexualität. <https://doi.org/10.1024/1661-8157/a002044>
- Bischof-Köhler, D. (2022). *Von Natur aus anders: Die Psychologie der Geschlechtsunterschiede* (5., erweiterte und überarbeitete Auflage). Verlag W. Kohlhammer.
- Blakemore, J. E. O. (2003). Children's Beliefs About Violating Gender Norms: Boys Shouldn't Look Like Girls, and Girls Shouldn't Act Like Boys. *Sex Roles*, 48(9), 411–419. <https://doi.org/10.1023/A:1023574427720>

- Blashill, A. J., & Powlishta, K. K. (2009). The impact of sexual orientation and gender role on evaluations of men. *Psychology of Men & Masculinity*, 10(2), 160–173. <https://doi.org/10.1037/a0014583> .
- Borinca, I., Iacoviello, V., & Valsecchi, G. (2021). Men's Discomfort and Anticipated Sexual Misclassification Due to Counter-Stereotypical Behaviors: The Interplay between Traditional Masculinity Norms and Perceived Men's Feminization. *Sex Roles*, 85(3), 128–141. <https://doi.org/10.1007/s11199-020-01210-5>
- Bornatici, C., Gauthier, J.-A., & Le Goff, J.-M. (2020). Changing Attitudes Towards Gender Equality in Switzerland (2000–2017): Period, Cohort and Life-Course Effects. *Swiss Journal of Sociology*, 46(3), 559–585. <https://doi.org/10.2478/sjs-2020-0027>
- Borutta, M., & Verheyen, N. (Hrsg.). (2010). *Die Präsenz der Gefühle: Männlichkeit und Emotion in der Moderne*. Transcript.
- Bosson, J. K., & Michniewicz, K. S. (2013). Gender dichotomization at the level of ingroup identity: What it is, and why men use it more than women. *Journal of Personality and Social Psychology*, 105(3), 425–442. <https://doi.org/10.1037/a0033126>
- Bosson, J. K., & Vandello, J. A. (2011). Precarious manhood and its links to action and aggression. *Current Directions in Psychological Science*, 20(2), 82–86. <https://doi.org/10.1177/0963721411402669> .
- Böttcher, S. (2020, Oktober 15). *Nachholende Modernisierung im Westen: Der Wandel der Geschlechterrolle und des Familienbildes*. Bundeszentrale für politische Bildung. <https://www.bpb.de/themen/deutsche-einheit/lange-wege-der-deutschen-einheit/316321/nachholende-modernisierung-im-westen-der-wandel-der-geschlechterrolle-und-des-familienbildes/>
- Bourdieu, Pierre. 2005. *Männliche Herrschaft*. Frankfurt a. M.: Suhrkamp.
- Burn, S. M. (2000). Heterosexuals' use of "fag" and "queer" to deride one another: A contributor to heterosexism and stigma. *Journal of Homosexuality*, 40(2), 1–11. https://doi.org/10.1300/J082v40n02_01.
- Burn, S. M., & Ward, A. Z. (2005). Men's Conformity to Traditional Masculinity and Relationship Satisfaction. *Psychology of Men & Masculinity*, 6(4), 254–263. <https://doi.org/10.1037/1524-9220.6.4.254>
- Charlesworth, T. E. S., & Banaji, M. R. (2022). Patterns of Implicit and Explicit Stereotypes III: Long-Term Change in Gender Stereotypes. *Social Psychological and Personality Science*, 13(1), 14–26. <https://doi.org/10.1177/1948550620988425>

- Chatton, D., Desjardins, J. Y., Desjardins L. & Tremblay, M. (2005). La sexologie clinique basée sur un modèle de santé sexuelle. *Clinical Sexology Based on a Model of Sexual Health Psychotherapies*, 25(1), 3-19. <https://doi.org/10.3917/psys.051.0003>
- Connell, R. W. (2000). *The men and the boys*. Berkeley, CA: University of California Press
- Cotter, D., Hermesen, J. M., & Vanneman, R. (2011). The End of the Gender Revolution? Gender Role Attitudes from 1977 to 2008. *American Journal of Sociology*, 117(1), 259–289. <https://doi.org/10.1086/658853>
- Crocker, J., & Major, B. (1989). Social stigma and self-esteem: The selfprotective properties of stigma. *Psychological Review*, 96(4), 608-630. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.96.4.608> .
- Dahinden et al. (2021). *Zeitdiagnose Männlichkeiten Schweiz*. Seismo Verlag AG. <https://doi.org/10.33058/seismo.30778>
- Deaux, K., & Lewis, L. L. (1984). Structure of gender stereotypes: interrelationships among components and gender label. *J. Pers. Soc. Psychol.* 46, 991–1004. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.46.5.991>
- Deaux, Kay & Abigail J. Stewart (2001) *Framing Gendered Identities*. In: Unger, Rhoda K. (Hrsg.): *Handbook of the Psychology of Women and Gender*. New York: Wiley, S. 83-97
- Demirović, A. & Maihofer A. (2013) *Vielfachkrise und die Krise der Geschlechterverhältnisse*. In Hildegard Maria Nickel und Andreas Heilmann (Hrsg.), *Krise, Kritik, Allianzen: Arbeits- und geschlechtersoziologische Perspektiven* (S. 30–48). Weinheim: Beltz Juventa.
- Der erschöpfte Mann*. (2020, 07. November). Landesmuseum Zürich. Schweizerisches Nationalmuseum. <https://www.landmuseum.ch/de/veranstaltung/der-erschopfte-mann-20144>
- Desjardins, J. Y., Chatton, D., Desjardins, L., & Tremblay, M. (2011). Chapitre 2. Le sexocorporel. La compétence érotique à la portée de tous. In *La sexothérapie* (Vol. 2, pp. 63-102). De Boeck Supérieur.
- Donnelly, K., & Twenge, J. M. (2017). Masculine and feminine traits on the Bem sex-role inventory, 1993-2012: A cross-temporal metaanalysis. *Sex Roles*, 76(9–10), 556–565. <https://doi.org/10.1007/s11199-016-0625-y>.
- Eagly, A. H. (2013). Sex differences in social behavior: A social-role interpretation. *Psychology Press*.

- Eagly, A. H. & Sczesny, S. (2019). Editorial: Gender Roles in the Future? Theoretical Foundations and Future Research Directions. *Frontiers in Psychology*, 10. <https://www.frontiersin.org/article/10.3389/fpsyg.2019.01965>
- Eagly, A. H., & Wood, W. (2012). Social Role Theory. In *Handbook of Theories of Social Psychology: Volume 2* (Bd. 1–2, S. 458–476). SAGE Publications Ltd. <https://doi.org/10.4135/9781446249222>
- Eagly, A. H., & Wood, W. (2016). Social Role Theory of Sex Differences. In A. Wong, M. Wickramasinghe, renee hoogland, & N. A. Naples (Hrsg.), *The Wiley Blackwell Encyclopedia of Gender and Sexuality Studies* (S. 1–3). John Wiley & Sons, Ltd. <https://doi.org/10.1002/9781118663219.wbegss183>
- Eagly, A. H. (1987). *Sex Differences in Social Behavior: A Social-Role Interpretation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Eckes, T. (2004). *Handbuch Frauen- und Geschlechterforschung*. 12. https://doi.org/10.1007/978-3-322-99461-5_20
- Elmerstig, E., Wijma, B., & Bertero, C. (2008). Why do young women continue to have sexual intercourse despite pain? *Journal of Adolescent Health*, 43(4), 357–363. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2008.02.011>
- Elmerstig, E., Wijma, B., & Swahnberg, K. (2013). Prioritizing the partner's enjoyment: A population-based study on young Swedish women with experience of pain during vaginal intercourse. *Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynaecology*, 34(2), 82–89. <https://doi.org/10.3109/0167482X.2013.793665>
- Elmerstig, E., Wijma, B., Årestedt, K., & Swahnberg, K. (2017). Being “Good in Bed”—Body Concerns, Self-Perceptions, and Gender Expectations Among Swedish Heterosexual Female and Male Senior High-School Students. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 43(4), 326–342. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2016.1158759>
- Elmerstig, E., Wijma, B., Sandell, K., & Bertero, C. (2012). “Sexual pleasure on equal terms”: Young women's ideal sexual situations. *Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynaecology*, 33(3), 129–134. <https://doi.org/10.3109/0167482X.2012.706342>
- Elmerstig, E., Wijma, B., Sandell, K., & Bertero, C. (2014). Sexual interaction or a solitary action: Young Swedish men's ideal images of sexual situations in relationships and in one-night stands. *Sexual and Reproductive Healthcare*, 5(3), 149–155. <https://doi.org/10.1016/j.srhc.2014.06.001>

- Faltermaier, T. (o.D.) *Gesundheitsbezogenen Ressourcen im Dorsch Lexikon der Psychologie*. <https://dorsch.hogrefe.com/stichwort/ressourcen-gesundheitsbezogene>
- Feinman, S. (1984). A status theory of the evaluation of sex-role and age-role behavior. *Sex Roles*, 10(5), 445-456.
- Fleischmann, A., & Sieverding, M. (o.D.) *Geschlechterstereotype im Dorsch Lexikon der Psychologie*. <https://dorsch.hogrefe.com/stichwort/geschlechterstereotype>
- Fleischmann, A., & Sieverding, M. (2021, 9. März). *Maskulinität im Dorsch Lexikon der Psychologie*. <https://dorsch.hogrefe.com/stichwort/maskulinitaet>
- Fleischmann, A., & Sieverding, M. (2022, März 8). *Geschlechterrolle – Dorsch—Lexikon der Psychologie*. <https://dorsch.hogrefe.com/stichwort/geschlechterrolle>
- Flick, U. (2010). *Qualitative Sozialforschung*.
- Gehrig, P. (2010). *Erektionsstörung – erektile Dysfunktion – ED Sexualtherapie und Sexualberatung*. Abgerufen am 18. August 2022 von https://www.ziss.ch/site/assets/files/1045/erektionsstoerungen_peter_gehrig.pdf
- Gehrig, P. (2013). *Das Sexocorporel-Konzept nach Jean-Yves Desjardins*. Abgerufen am 5 Juli 2022 von <https://ziss.ch/sexocorporel/grundlagen.htm>
- Glick, P., Wilkerson, M., & Cuffe, M. (2015). Masculine identity, ambivalent sexism, and attitudes toward gender subtypes: Favoring masculine men and feminine women. *Social Psychology*, 46(4), 210–217. <https://doi.org/10.1027/1864-9335/a000228>
- Hentschel, T., Heilman, M. E., & Peus, C. V. (2019). The Multiple Dimensions of Gender Stereotypes: A Current Look at Men's and Women's Characterizations of Others and Themselves. *Frontiers in Psychology*, 10. <https://www.frontiersin.org/article/10.3389/fpsyg.2019.00011>
- Hermanns H. (2015). *Interviewen als Tätigkeit* In: U. Flick, E. v. Kardorff & I. Steinke (Hrsg.). *Qualitative Forschung – ein Handbuch* (11. Aufl.). Reinbek: Rowohlt, S. 360-369.
- Holland, J., Ramazanoglu, C., Sharpe, S., & Thomson, R. (1998). The male in the head. *The male in the head: Young people, heterosexuality and power*, 171-191.
- Hook, J. (2006) Care in Context: Men's Unpaid Work in 20 Countries, 1965–2003. *American Sociological Review* 71 (4):639–660.
- Hort, B. E., Fagot, B. I., & Leinbach, M. D. (1990). Are people's notions of maleness more stereotypically framed than their notions of femaleness? *Sex Roles* 23, 197–212.

- Hundhammer, T. (2007). *Female = submissive and male = assertive. Sexuality priming leads to gender-based self-perception and automatic behavior*. Unpublished doctoral dissertation. University of Cologne, Germany
- Hundhammer, T., & Mussweiler, T. (2012). How sex puts you in gendered shoes: Sexuality-priming leads to gender-based self-perception and behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 103(1), 176–193. <https://doi.org/10.1037/a0028121>
- Hyde, A., Drennan, J., Howlett, E., & Brady, D. (2009). Young Men's Vulnerability in Constituting Hegemonic Masculinity in Sexual Relations. *American Journal of Men's Health*, 3(3), 238–251. <https://doi.org/10.1177/1557988308319730>
- Inglehart, R., Norris, P., & Ronald, I. (2003). *Rising tide: Gender equality and cultural change around the world*. Cambridge University Press.
- ISP Uster (2019). *Modul 1 und 2. Grundlagen der interdisziplinären Sexualwissenschaft, Teil 1, Block 7 und 11. Unterrichtsskript*. Uster: ISP Uster, Ausbildung & Sexualpädagogik
- ISP Zürich (o.D.). *Sexocorporel und sein Beitrag zur klinischen Sexologie*. Abgerufen am 2. August 2022 von <https://isp-zuerich.ch/was-ist-sexocorporel/>
- Itulua-Abumere, F. (2013). Understanding men and masculinity in modern society. *Open Journal of Social Science Research*, 1(2), 42–45. <https://doi.org/10.12966/ojssr.05.05.2013>.
- Kiefer, A. K., & Sanchez, D. T. (2007a). Men's Sex-Dominance Inhibition: Do Men Automatically Refrain From Sexually Dominant Behavior? *Personality and Social Psychology Bulletin*, 33(12), 1617–1631. <https://doi.org/10.1177/0146167207305856>
- Kiefer, A. K., & Sanchez, D. T. (2007b). Scripting sexual passivity: A gender role perspective. *Personal Relationships*, 14, 269-290. *Psychology of Men & Masculinity*, 4(1), 37–56. <https://doi.org/10.1037/1524-9220.4.1.37>.
- Kilianski, S. E. (2003). Explaining heterosexual men's attitudes toward women and gay men: The theory of exclusively masculine identity.
- Kimmich T. & Schütz E. E. (2000). *Sexualität und Liebe. Praxis der Sexualpädagogik Band II*. Wolfau-Druck Rudolf Mühlemann
- Knight, C. R., & Brinton, M. C. (2017). One Egalitarianism or Several? Two Decades of Gender-Role Attitude Change in Europe. *American Journal of Sociology*, 122(5), 1485–1532. <https://doi.org/10.1086/689814>

- Knight, Carly, and Mary Brinton. 2017. One Egalitarianism or Several? Two Decades of Gender-Role Attitude Change in Europe. *American Journal of Sociology* 122 (5):1485–1532.
- Koenig, A. M. (2018). Comparing prescriptive and descriptive gender stereotypes about children, adults, and the elderly. *Frontiers in psychology*, 9, 1086.
- Koenig, A. M., & Eagly, A. H. (2014). Evidence for the social role theory of stereotype content: Observations of groups' roles shape stereotypes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 107(3), 371–392. <https://doi.org/10.1037/a0037215>
- Kroeper, K. M., Sanchez, D. T., & Himmelstein, M. S. (2014). Heterosexual Men's Confrontation of Sexual Prejudice: The Role of Precarious Manhood. *Sex Roles*, 70(1), 1–13. <https://doi.org/10.1007/s11199-013-0306-z>
- Kosakowska-Berezecka, N., Besta, T., Adamska, K., Jaśkiewicz, M., Jurek, P., & Vandellos, J. A. (2016). If my masculinity is threatened I won't support gender equality? The role of agentic selfstereotyping in restoration of manhood and perception of gender relations. *Psychology of Men & Masculinity*, 17(3), 274–284. <https://doi.org/10.1037/men0000016>.
- Lomas, T., Cartwright, T., Edginton, T., & Ridge, D. (2016). New ways of being a man: "Positive" hegemonic masculinity in meditationbased communities of practice. *Men and Masculinities*, 19(3), 289–310. <https://doi.org/10.1177/1097184X15578531> .
- Mason, Karen Oppenheim, and Yu-Hsia Lu. 1988. Attitudes toward Women's Familial Roles: Changes in the United States, 1977-1985. *Gender & Society* 2 (1):39–57.
- Mayring, P., & Fenzl, T. (2019). Qualitative Inhaltsanalyse. In *Handbuch Methoden der empirischen Sozialforschung* (pp. 633-648). Springer VS, Wiesbaden.
- McCreary, D. R. (1994). The male role and avoiding femininity. *Sex Roles*, 31(9), 517–531. <https://doi.org/10.1007/BF01544277>
- Moss-Racusin, C., Phelan, J., & Rudman, L. (2010). When Men Break the Gender Rules: Status Incongruity and Backlash Against Modest Men. *Psychology of Men & Masculinity*, 11, 140–151. <https://doi.org/10.1037/a0018093>
- Nobre, P. J., & Pinto-Gouveia, J. (2006). Dysfunctional sexual beliefs as vulnerability factors for sexual dysfunction. *Journal of sex research*, 43(1), 68-75. <https://doi.org/10.1080/00224490609552300>

- Parrott, D. J., Peterson, J. L., & Bakeman, R. (2011). Determinants of aggression toward sexual minorities in a community sample. *Psychology of Violence*, 1(1), 41–52. <https://doi.org/10.1037/a0021581>.
- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative research & evaluation methods*. sage.
- Pepin, J. R., & Cotter, D. A. (2018). Separating Spheres? Diverging Trends in Youth's Gender Attitudes About Work and Family. *Journal of Marriage and Family*, 80(1), 7–24. <https://doi.org/10.1111/jomf.12434>
- Prentice, D. A., & Carranza, E. (2002). What Women and Men Should Be, shouldn't be, are Allowed to be, and don't Have to Be: The Contents of Prescriptive Gender Stereotypes. *Psychology of Women Quarterly*, 26(4), 269–281. <https://doi.org/10.1111/1471-6402.t01-1-00066>
- Przyborski, A., & Wohlrab-Sahr, M. (2021). *Qualitative Sozialforschung*. In Qualitative Sozialforschung. De Gruyter Oldenbourg.
- Rudman, L. A., Moss-Racusin, C. A., Phelan, J. E., & Nauts, S. (2012). Status incongruity and backlash effects: Defending the gender hierarchy motivates prejudice against female leaders. *Journal of Experimental Social Psychology*, 48(1), 165–179. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2011.10.008>
- Ruin, S. (2017). Ansätze und Verfahren der Kategorienbildung in der qualitativen Inhaltsanalyse. *Schulsportforschung–wissenschaftstheoretische und methodologische Reflexionen*, 119-134.
- Sahli, R. (2021, 5. Juli). *Leidende Männer—«Alles Männliche wird heute verteufelt»*. Schweizer Radio und Fernsehen (SRF). <https://www.srf.ch/news/schweiz/leidende-maenner-alles-maennliche-wird-heute-verteufelt>
- Sanchez, D. T. (2005). *Doing gender and self-esteem in intimate relationships*. Ann Arbor, MI: Unpublished doctoral dissertation, University of Michigan
- Sanchez, D. T., Fetterolf, J. C., & Rudman, L. A. (2012). Eroticizing Inequality in the United States: The Consequences and Determinants of Traditional Gender Role Adherence in Intimate Relationships. *The Journal of Sex Research*, 49(2/3), 168–183.
- Sanchez, D. T., Moss-Racusin, C. A., Phelan, J. E., & Crocker, J. (2010). Relationship contingency and sexual motivation in women: Implications for sexual satisfaction. *Archives of Sexual Behavior*, 40, 99-110.

- Sanchez, D., Crocker, J., & Boike, K. (2005). Doing Gender in the Bedroom: Investing in Gender Norms and the Sexual Experience. *Personality & social psychology bulletin*, 31, 1445–1455. <https://doi.org/10.1177/0146167205277333>
- Schneider, M. (o. D.). *New Age*. Abgerufen 5. August 2022, von <https://www.spektrum.de/lexikon/psychologie/new-age/10559>
- Scott, Jacqueline, Duane Alwin, and Michael Braun (1996) Generational Changes in Gender-Role Attitudes: Britain in a Cross-National Perspective. *Sociology* 30 (3): 471–492.
- Schütz, A., & Röhner, J. (2019, 24. Juni). *Selbstwert im Dorsch Lexikon der Psychologie*. <https://dorsch.hogrefe.com/stichwort/selbstwert>
- Schwartz, P., & Rutter, V. (2000). *The gender of sexuality* (2nd ed.). Thousand Oaks, CA: Pine Forge Press.
- Sirin, S. R., McCreary, D. R., & Mahalik, J. R. (2004). Differential Reactions to Men and Women's Gender Role Transgressions: Perceptions of Social Status, Sexual Orientation, and Value Dissimilarity. *The Journal of Men's Studies*, 12(2), 119–132. <https://doi.org/10.3149/jms.1202.119>
- Spence, J. T., & Buckner, C. E. (2000). Instrumental and Expressive Traits, Trait Stereotypes, and Sexist Attitudes: What Do They Signify? *Psychology of Women Quarterly*, 24(1), 44–53. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.2000.tb01021.x>
- Spence, Janet T. 1993: Gender-related Traits and Gender Ideology: Evidence for a Multifactorial Theory. In: *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, S. 624-635
- Sztenc, M. (2020). *Embodimentorientierte Sexualtherapie: Grundlagen und Anwendung des Sexocorporel*. Klett-Cotta.
- van Egmond, M., Baxter, J., Buchler, S., & Western, M. (2010). A stalled revolution? Gender role attitudes in Australia, 1986–2005. *Journal of Population Research*, 27(3), 147–168. <https://doi.org/10.1007/s12546-010-9039-9>
- van Egmond, Marcel, Janeen Baxter, Sandra Buchler, and Mark Western. 2010. A stalled revolution? Gender role attitudes in Australia, 1986–2005. *Journal of Population Research* 27:147–168.
- Vandello, J. A., Bosson, J. K., Cohen, D., Burnaford, R. M., & Weaver, J. R. (2008). Precarious manhood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95(6), 13–24. <https://doi.org/10.1037/a0012453> .

- Vandello, J. A., & Bosson, J. K. (2013). Hard won and easily lost: A review and synthesis of theory and research on precarious manhood. *Psychology of Men & Masculinity*, 14(2), 101–113. <https://doi.org/10.1037/a0029826>
- Williams, J. E., & Best, D. L. (1990). *Measuring sex stereotypes: A multination study*, Rev. Sage Publications, Inc.
- Wippermann, C., Calmbach, M., & Wippermann, K. (2009). *Männer: Rolle vorwärts, Rolle rückwärts: Identitäten und Verhalten von traditionellen, modernen und postmodernen Männern*. Verlag Barbara Budrich.
- Wippermann. (2014). *Jungen und Männer im Spagat: Zwischen Rollenbildern und Alltagspraxis* (Nr. 4BR109; S. 171). Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend Referat Öffentlichkeitsarbeit.
- Wood, W., & Eagly, A. H. (2012). Biosocial Construction of Sex Differences and Similarities in Behavior. In *Advances in Experimental Social Psychology* (Bd. 46, S. 55–123). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-394281-4.00002-7>
- You Gov. (2018). Nearly three-quarters of young men in Britain feel that men are pressured by expectations from UK society. *Future Men*. Retrieved from <https://future-men.org/future-men-2018-survey/>. Abgerufen am 15. August 2022.
- Zafra, E. L., & Garcia-Retamero, R. (2011). The impact of non traditionalism on the malleability of gender stereotypes in Spain and Germany. *International Journal of Psychology*, 46(4), 249–258. <https://doi.org/10.1080/00207594.2010.551123> .
- ZISS (2020) *Ausbildung in Sexocorporel, Heft 2 zu den Seminaren 2 und 3, Unterrichtsskript*. (2. überarbeitete Auflage). Zürich: ZISS, Ausbildung
- Zürcher, R. (Regie). (2020). *Sternstunde Philosophie—Der gekränkte Mann als Gefahr—Play SRF*. SRF Kultur. <https://www.srf.ch/play/tv/sternstunde-philosophie/video/der-gekraenkte-mann-als-gefahr?urn=urn:srf:video:48adc4ce-aa65-47fc-8c2b-d19f8dd4d6d1>

8. Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Modell zur Entstehung von Geschlechterrollen (Wood & Eagly, 2012, S. 58)	6
Abbildung 2: Profil traditioneller Männer (Wippermann, 2014, S. 71)	10
Abbildung 3: Profil «neuer Männer» (Wippermann, 2014, S. 73)	11
Abbildung 4: Differenz zwischen Erwartungen der Männer an sich selbst und von Frauen (Wippermann, 2014, S. 37)	13
Abbildung 5: Eigenschaften, die stereotypisch eher Frauen oder Männern zugeschrieben werden (Hentschel et al., 2019, S. 19).....	15
Abbildung 6: Modell über automatische Kognitionen und traditionelles Geschlechterrollenverhalten Sanchez et al. (2012)	22

Anhang

Anhang I: Einverständniserklärung Interviews

Anhang II: Leitfaden für Interviews

Anhang III: Kurzfragebogen

Anhang IV: Kodierleitfaden

Anhang V: Selbstständigkeitserklärung

Anhang I: Einverständniserklärung

Einverständniserklärung zur Teilnahme an einem Interview im Rahmen der Masterarbeit:

«Sexualität junger Männer zwischen tradierten und modernen Geschlechterrollenbildern»

- Ich wurde von der unterzeichnenden Testleiterin mündlich und schriftlich über die Ziele, den Ablauf der Studie, über die zu erwartenden Wirkungen, über mögliche Vor- und Nachteile sowie über eventuelle Risiken informiert.
- Meine Fragen im Zusammenhang mit der Teilnahme an dieser Studie sind mir zufriedenstellend beantwortet worden.
- Ich hatte genügend Zeit, um die Entscheidung zu treffen, an der Studie teilzunehmen.
- Ich weiss, dass meine persönlichen Daten nur in anonymisierter/pseudonymisierter Form gespeichert werden. Bis zum 30. September 2022 kann das Löschen der Daten per Email an [REDACTED] verlangt werden.
- Ich nehme an dieser Studie freiwillig teil. Ich kann jederzeit und ohne Angabe von Gründen meine Zustimmung zur Teilnahme widerrufen, ohne dass mir deswegen Nachteile entstehen.
- Im Interesse meiner Gesundheit kann mich die Testleiterin jederzeit von der Studie ausschliessen.

Zürich, den _____

Vor- und Nachname (in Druckbuchstaben) _____

Unterschrift _____

Name Interviewerin (in Druckbuchstaben) _____

Unterschrift _____

Anhang II: Leitfaden für Interviews

Leitfaden

Sexualität junger Männer zwischen tradierten und modernen Geschlechterrollenbildern

Eine qualitative Untersuchung zum Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit und dessen Interdependenzen im Modell Sexocorporel

Phase 1

Erklärung und Aufklärung: Datenschutz, Audioaufnahmen, Einverständniserklärung unterschreiben, Kurzfragebogen

Phase 2

Ablauf erklären, sagen, dass keine Frage beantwortet werden muss, sondern darf und auch nicht darauf geantwortet werden darf

Biografie und Geschlechterrolle

Was will ich wissen?

Wie definiert der Interviewpartner seine Geschlechterrolle- und seine Geschlechterstereotype? Wie erlebt der Interviewpartner die Assimilierung der Geschlechterrollen- und Stereotype?

Einstieg

«Die **Geschlechterrolle** bezieht sich darauf, dass weiblichen und männlichen Personen Eigenschaften und Verhalten zugeschrieben werden, die kulturell vermittelt sind. Traditionell wird Frauen die Familienarbeitsrolle (Haushalt, Kinder) und Männern die Erwerbsarbeitsrolle zugeschrieben. **Geschlechterstereotype** bestehen aus als wünschenswert angesehenen Attributen (Persönlichkeitseigenschaften, Verhalten, äusserliche Merkmale), die «der» Mann oder «die» Frau haben soll, je nach herrschendem Leitbild von Männlichkeit oder Weiblichkeit.

Fragen

- ☐ wie definierst du deine persönliche Rolle als Mann?
- ☐ welche Eigenschaften (Adjektive) beschreiben dich als Mann?
- ☐ 4 Karten mit der Aufschrift:
 - Persönlichkeitsmerkmal
 - Verhalten
 - Wertvorstellungen
 - Äusserliche Merkmale

→ Würdest du zu den jeweiligen Eigenschaften noch weitere Attribute anfügen, die dich beschreiben?
- ☐ wie ergeht es dir in deiner beschriebenen Rolle und wie du dich als Mann siehst?
- ☐ welchen Einfluss hatten deine Eltern und dein Umfeld darauf, wie du aufgewachsen bist auf deine Rolle als Mann heute?
- ☐ Neuste Studien zeigen, dass der Rollenwandel eine Stereotypangleichung zwischen Männern und Frauen bewirkt.
 - Beobachtest du solche Angleichungen?
 - Wie erlebst du diese selber?
- ☐ Unterscheidest du insgesamt zwischen weiblichen und männlichen Attributen?

Gendergruppe

Was will ich wissen?

Fühlt sich der Interviewpartner zu einer bestimmten Gendergruppe zugehörig? Hängt dies mit den soziokulturellen Geschlechterrollen und den kulturell zugeschriebenen Geschlechtsstereotypen zusammen? Wie ordnet sich der Interviewpartner Stereotype zu?

Fragen

- ☐ Kannst du mir anhand dieser Grafik äussern, in welchem Mass, du dich als kongruent bis inkongruent der Gendergruppe Mann zuordnen würdest – dies aufgrund dessen, wie du dich selber als Mann identifizierst und aufgrund der Attribute, die dich beschreiben?
- ☐ Kannst du erläutern welche deiner Eigenschaften und Attribute deine Wahrnehmung dieser persönlichen Einschätzung verdeutlichen?
- ☐ Inwiefern hat der Gang, die Haltung und dein Aussehen etwas mit der Einschätzung zu tun?

- ☐ Inwiefern hast du dich jemals als zu feminin oder maskulin wahrgenommen oder Angst davor, so wahrgenommen zu werden?

Geschlechtsverkehr

Was will ich wissen?

Färben geschlechterstereotype Verhaltensweisen auch auf Verhaltensweisen beim Sex ab? Wie nimmt sich der Interviewpartner beim Sex wahr aufgrund seiner Selbstcharakterisierung als Mann?

Fragen

- ☐ Wie ergeht es dir bezüglich deiner «männlichen» Rolle beim Sex? Welche Rolle nimmst du ein?
- ☐ Welche Attribute beschreiben sich als Mann beim Sex und deiner Rolle?
- ☐ Welche Rolle schreibst du der Frau zu?
- ☐ Inwiefern beeinflusst dich die Rolle als Mann in deinem Alltag beim Sex?

Archetyp und sexuelle Selbstsicherheit

Was will ich wissen?

In welchem Mass hat der Interviewpartner seinen Körper inkl. Penis erotisiert? In welchem Mass geniesst der Interviewpartner seinen erregten Körper und diesen zu zeigen? In welchem Mass wurde das Penetrieren erotisiert?

Einstieg

«Definition von Erotisierung: etwas erotisieren heisst es als sexuell erregend zu erleben, es sich sexuell erregend vorstellen und symbolisieren zB. in Bilder oder Fantasien. »

Fragen

- ☐ Wie ergeht es dir auf Grund dieser Definition mit der Erotisierung deines Körpers insgesamt?
- ☐ Wie mit deinem Penis im erregten, sowie nicht erregtem Zustand?
- ☐ Wie ergeht es dir, wenn du beim Geschlechtsverkehr erregt bist und deine Partnerin dich in dieser Erregung sieht?
- ☐ Kannst du beschreiben, welche Bedeutung das Penetrieren, sprich die Stossbewegungen beim Sex, für dich hat?
- ☐ Wie erlebst du die Penetration?
- ☐ Siehst du dich in der Fantasie als penetrierenden Mann?

- Ja: kannst du mir eine dieser Fantasien beschreiben?
 - Nein: was siehst du in der Fantasie?
 - ☐ Inwiefern assoziiertst du das Penetrieren mit dem Mannsein?
 - ☐ Inwiefern erlebst du dich als sexuell begehrenswerter Mann?
-
- ☐ wie haben deine Eltern auf dich als Kind reagiert, wenn du dich nackt gezeigt hast oder mit deinem Penis gespielt hast?
 - ☐ wie haben deine Eltern auf «Doktorspiele» reagiert?
-

Selbstbefriedigung

Was will ich wissen?

Wie gestaltet der Interviewpartner seine Selbstbefriedigung? Welcher ist der dominante EM?

Überleitung zur SB:

Sexualität kann auch alleine stattfinden in der Selbstbefriedigung. Erkennst du gewisse Zusammenhänge aus der Art und Weise wie du Sex hast mit einer Partnerin und wie deine Selbstbefriedigung aussieht?

Folgefragen

- ☐ Kannst du mir erzählen, wie du dich selber befriedigst?
 - ☐ In welcher Position(en)?
 - ☐ Gleitgel/Öl?
 - ☐ Was machen die Hände (Rhythmus)?
 - ☐ Was macht der Bauch/Becken/der Hintern/Beine?
 - ☐ Inwiefern bewegst du dich?
 - ☐ Was machst du im letzten Drittel, damit du zum Orgasmus kommst?
 - ☐ Schaust du deinen Penis an oder ist er Teil deiner Fantasie?
-

Anhang III: Kurzfragebogen

Alter: _____

Beruf und Ausbildungen: _____

Herkunft: _____

Aufgewachsen in: _____

Lebt jetzt: _____

Interessen: _____

Beziehungsstand: _____

Erfahrungen mit anderen Beziehungsformen: _____

Anhang IV: Kodierleitfaden

Kategorie	Unterkategorien	Definitionen	Ankerbeispiel	Kodierregel
Spannungsfelder	• Zwischen Individualität und Stereotypabweichung • Zwischen Härte und Zärtlichkeit • Stärke beweisen • Performance Druck • Berührungsgänge durch Medieninhalte	Wenn Männer verschiedene Anforderungen an ihr Geschlechterrollenbild wahrnehmen, die aus traditionellen und oder neuen Erwartungen entstehen.	Der Mann muss eigentlich ein Gorilla sein, um dies sehr plakativ zu sagen, aber gleichzeitig grauenhaft zärtlich. (Tim 331-332)	Beobachtete oder erlebte Konflikte, die im Kontext der Erwartungen an die Männer, Männlichkeit, männliche Geschlechterrolle, männliche Geschlechterstereotype oder Geschlechternorm geäußert werden.
Gesundheitsbezogene Ressourcen	• Umfeld und Peers • Selbstwirksamkeit • Angepasst sein • Guter Selbstwert • Kommunikation beim Sex	Ressourcen umfassen Fertigkeiten, Fähigkeiten, Persönlichkeitsmerkmale, Beziehungen, Netzwerke etc. eines Menschen und unterstützen ihn dabei, Herausforderungen und Belastungen zu bewältigen (Faltermaier, o.D.)	"In dem Umfeld, in dem ich mich bewege, gibt es viele Queere- und Transmenschen. Alle sind einfach..." (Julio, 57-58)	Persönliche oder soziale Ressourcen, die individuelle genannt werden.
Geschlechterrolle	• Definition eigener Rolle • Rollenverteilung im Elternhaus • Beobachtungen im Umfeld	Die Geschlechterrolle bezieht sich auf Eigenschaften und Verhalten, die Männern und Frauen in einer bestimmten Kultur vermittelt und zugeschrieben werden. Das Geschlecht definiert über das soziale Merkmal und nicht über das biologische Geschlecht. Frauen werden traditionell Familienarbeit und Männern die Erwerbsarbeit zugeschrieben (Abele, 2022; Eckes, 2004).	"Ich will am Ende auch nicht in diesem traditionellen Modell verbleiben." (Simon, 29)	Die individuelle Definition der heutigen männlichen Geschlechterrolle, sowie die individuelle Definition der eigenen männlichen Rolle im Kontext wahrgenommener gesellschaftlicher Erwartungen.
Sexodynamik	• Archetyp • Sexuelle Selbstsicherheit • Sexuelle Lust • Sexuelles Begehren	Unter der Sexodynamik wird einerseits verstanden zu erkennen, was uns sexuell anzieht und erregt, andererseits die Fähigkeit, diese Anziehung und Erregung auszudrücken (Gehrig, 2006). Das Ausdrücken kann über erotische Bilder, Fantasien, Gefühle oder mit dem individuellen Erleben der eigenen Männlichkeit oder Weiblichkeit geschehen, wobei dies lustvoll in der Autoerotik oder einer partnerschaftlichen Sexualität geschehen werden kann (Chatton et al., 2005).	"Ich habe meinen Körper noch nie in einem erotischen Zusammenhang gesehen." (Simon, 231)	Alles, was das sexuelle Erleben betrifft und in den Kontext des Archetyps, der sexuellen Selbstsicherheit, der sexuellen Lust und dem sexuellen Begehren genannt wird.

Physiologie		Neben den organismischen Basiskomponenten werden die Erregungsfunktion und Erregungsmodi aufgegriffen, spricht die Art und Weise, die Erregung zu steigern (ISP Zürich, o.D.). Das Modell Sexocorporel unterscheidet bei der Art und Weise der Erregungssteigerung vier verschiedene Erregungsmodi, wobei die genitale sexuelle Erregung auf einem angeborenen Reflex basiert (Chatton et al., 2005)	"Nach vorne, ich liege ja, drücke mein Becken tendenziell nach oben. Ich werde schneller und drücke fester mit der Hand und ich habe meine Hand eigentlich nie umgriffen." (Tim, 445-446)	Alles, was im Kontext der Erregungsmodus- und Funktion, sowie Art und Weise der Erregungssteigerung genannt wird.
Kognitionen	• Werte und Normen • Glaubenssysteme • Idealisierung • Wissen und Unwissen	Die Kognitionen geben der individuellen Sexualität eine persönliche Bedeutung und sie widerspiegeln sich im individuellen Lebensweg, der Lerngeschichte, sowie dem gesellschaftlichen und kulturellen Umfeld, in dem ein Mensch aufgewachsen ist und heute lebt (Gehrig, 2006, ISP Zürich, o.D.)	"Ich merke aber, dass ich immer noch eine Art Abwehrreflex habe, wenn ich Männer mit lackierten Fingernägeln sehe." (Simon, 58-59)	Alles, was über Werte, Normen, Glaubenssysteme, Idealisierungen, Wissen und Unwissen genannt wird und einen Einfluss auf die Sexualität haben kann.
Beziehung	Kommunikation	Die Kommunikation meint im Sexocorporel die Fähigkeit Wünsche, Ängste, Bedürfnisse und Vorlieben zu kommunizieren (Chatton et al., 2005; SP, 2019)	"Auch bereits zu reden und zu sagen, es gehe mir gerade etwas zu schnell, können wir einen "Step" zurück." (Bojan, 221-222)	Alles, was im Zusammenhang mit der Fähigkeit eigene sexuelle Wünsche, Bedürfnisse und Vorlieben steht.

Anhang V: Selbstständigkeitserklärung

Lea von Mühlenen



Ehrenwörtliche Erklärung/Selbstständigkeitserklärung

Ich versichere hiermit ehrenwörtlich, dass ich die vorliegende Masterarbeit

Sexualität junger Männer zwischen tradierten und modernen Geschlechterrollenbildern

Eine qualitative Untersuchung zum Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit und dessen Interdependenzen im Modell Sexocorporel

selbstständig verfasst und keine anderen als die angegebenen Hilfsmittel benutzt habe. Sämtliche Stellen der Arbeit, alle Formulierungen, Ideen, Untersuchungen, Gedankengänge, Analysen und sonstigen schöpferischen Leistungen, Grafiken, Tabellen und Abbildungen, die benutzten Werken oder Quellen aus dem Internet eins zu eins oder dem Sinn nach entnommen sind, habe ich durch Quellenangaben korrekt kenntlich gemacht. Die Arbeit wurde bisher in gleicher oder ähnlicher Form keiner anderen inländischen oder ausländischen Prüfungsbehörde vorgelegt und noch nicht veröffentlicht. Die vorliegende schriftliche Fassung entspricht der eingereichten elektronischen Version.

Ort

Datum

Name

USB-Stick mit pdf Version der Arbeit

Bojan

1 I: Ich würde gerne von dir wissen, was es für dich bedeutet, heutzutage Mann zu sein und was macht
2 ein Mann zu einem Mann?

3 B: Okay (*betont*). Was bedeutet es heute, Mann zu sein. (*Pause*) Und was... Ja?

4 I: Und was macht einen Mann zu einem Mann.

5 B: Ja ich könnte jetzt irgendwie sehr viele Metaphern erzählen, die jetzt aber nicht sinnbildlich

6 sind dafür. Lustigerweise, gestern hatte mein Bruder Geburtstag und ich war nicht an seinem

7 Geburtstag, weil wir gerade ein bisschen Krach haben, vielleicht genau auch wegen solchen

8 Diskussionen (*Pause*) und die Stiefmutter.... einfach Rückgrat gezeigt habe und wie so sagte

9 «entweder akzeptierst du mich so wie ich bin oder nicht und unter diesen Umständen komme ich nicht»,

10 sagte sie (*betont*) das ist, ja... Finde ich jetzt, eben, aber das ist auch irgendwie (*Pause*) eine

11 gewisse Art Verhalten zu zeigen, aber das ist auch irgendwie (*Pause*).

12 Für mich heisst es heute relativ wenig, ich finde (*Pause*) es war noch nie so viel möglich wie heute

13 (*Pause*) und (*Pause*) ich weiss auch nicht. Ich finde es gerade eine sehr grosse Frage für den

14 Einstieg. (*Pause*)

15 I: Ist ein bisschen Absicht (*lacht*)

16 B: Kannst du sie nochmals wiederholen?

17 I: Ich kann sie nochmals sagen, ja. Was bedeutet es, heutzutage einen Mann zu sein, und was macht

18 einen Mann zu einem Mann.

19 B: Hey also, gut. Ich glaube heute bedeutet (*Pause*), ist Mannsein mit sehr vielen Unsicherheiten

20 verbunden. (*Pause*) Weil, (*Pause*) ich glaube viele Männer wissen einerseits nicht mehr wissen was sie

21 dürfen (*Pause*) und andererseits haben viele vielleicht das Gefühl, sie müssen irgendwie (*Pause*)

22 etwas einfach sein, was ihnen aufgedrückt wird. Aber eben, ich habe zum Glück (*Pause*) nie das Gefühl

23 gehabt, ich müsse mit einem gewissen Fluss mitschwimmen oder eben einfach gewisse (*Pause*),

24 Verhaltensmuster an den Tag legen, um zu sagen "ich bin jetzt ein Mann". Eben, aber ich habe das

25 immer wieder zu spüren bekommen, oder auch gewisse Kommentare irgendwie, aus verschiedenen
Kreisen,

26 zum Teil aus der Familie, wegen meinen langen Haaren, Bruder, Vater, immer wieder "ja schneide mal
27 die Haare" oder irgendwie so, aber... (*Pause*).

28 Ich koche auch extrem gern, das ist ja auch völlig banal, aber irgendwie, dass es irgendwie heisst,
29 wie gesagt, wenn ich etwas koche, dass es heisst «ähm was hast du jetzt gekocht» oder so. Ich wollte
30 auch früh unabhängig sein, bin auch früh ausgezogen, und wollte einfach selbständig sein. Wenn dass
31 das bedeutet, dass ich meine Wäsche machen muss, oder irgendwie... (*Pause*).

32 Viele würden aus diesem Kulturkreis, dem ich herkomme, sagen, "ja wieso machst du das überhaupt, das
33 ist doch gar nicht dein Job", oder so. Aber für mich (*betont*) hat das wie nichts mit Mann und Frau
34 zu tun, das hat etwas damit zu tun, ob du selbstständig bist oder nicht. (*Pause*)

35 Beantwortet dies so ein bisschen deine Frage?

36 I: Ja, doch, es sind also... Es geht mir primär darum, wie es dir ergeht damit. Gerne zeige ich dir
37 eine Definition jetzt, du kannst dir das durchlesen. (*Pause*)

38 Ich würde gerne von dir wissen, aufgrund dessen, wie du deine Rolle als Mann definierst.

39 B: Ich definiere meine Rolle als "emphatisches Gegenüber" (*betont*) und es gibt Sachen von beiden
40 Seiten, die zutreffen. Ich bin früher, ich sage jetzt als Kind, oft eher mit meiner Mutter in
41 "Frauenrunden" gesessen (*lacht*), und ich erwische mich auch im Ausgang sehr oft in "Frauenrunden",
42 einfach will ich zum Teil finde, dass diese Gespräche dort mehr Tiefgang haben.

43 Also je nachdem, wo du gerade bist, ich habe wirklich keine Probleme... Ich genieße es, in so einer
44 Runde zu sitzen. Es wurde mir auch bereits Feedback gegeben, dass es die Dynamik nicht gross
45 verändert habe, wenn ich an den Tisch gesessen bin... Wieso sollte dies die Dynamik verändern. Aber
46 typisch konnotierte männliche Eigenschaften, die ich mitbringe... Ich bin doch ein sehr loyaler Mensch
47 und ich versuche, meine Linie zu fahren. Und irgendwie... Aber so jetzt, äussere Merkmale: Ich habe
48 einen Schnurrbart (*lacht*), aber ich weiss auch nicht, ich laufe eher... Ich falle auf mit meinem Style,
49 ich tanze sehr gerne im Ausgang. Oft wird mir auch gesagt, ich wirke etwas "tuntig" (*lacht*).

50 I: Von Männern oder Frauen?

51 B: Von beiden. Aber mehr, wenn ich etwas betrunken bin. Oder einfach angetrunken. Dann spüre ich
52 mich nicht mehr so... dann bin ich so "over the edge" (*lacht*). Ich weiss auch nicht...

53 I: Die klassische Rollenverteilung von Mann und Frau: der Mann arbeitet, die Frau ist zuhause... Wenn
54 das die klassischen Rollen wären, wo siehst du dich da?

55 B: Also jetzt gerade in meiner Beziehung momentan, ist es so, dass wir beide einen eigenen Haushalt
56 haben, beide kümmern sich um den... Beide arbeiten... Meine Freundin verdient mehr... Das ist für mich
57 absolut kein Problem. Sie ist wahrscheinlich auch erfolgreicher mit dem was sie macht... Es hat auch
58 schon Feedbacks gegeben... "Wer ist jetzt das Oberhaupt zuhause?". Und ich habe gesagt: "Ja das ist
59 doch egal... Wir beide". Und, ich hatte das Glück, das meine aktuelle Chefin die Geschäftsleiterin ist
60 und ihr Mann mit den Kindern zuhause ist, er kümmert sich um die Kinder. Meine letzte Chefin ist
61 auch die Leiterin der Stelle für Kultur, ich hatte immer Chefinnen. Ich kann mich an ein Gespräch
62 mit meinem Bruder erinnern, als er gesagt hat: "was geht denn bei dir, du hast ja immer weibliche
63 Cheffinnen". Ich habe gesagt: "Was ist das Problem". Mich hat es überrascht... Für mich ist es eine
64 Normalität, also wirklich (*betont*) eine Normalität. Ich erwische mich in Situationen, wo ich damit
65 konfrontiert werde, und denke... Das entspricht ja gar nicht der Normalität. Man geht ja immer ein
66 bisschen von sich selbst aus. Plötzlich denkt man, ja hey, alle sind dort angekommen, dort wo es
67 sein sollte. Aber das ist dann nur wieder diese linke "Sozi-Bubble", ich merke dann vor allem in
68 Gespräche mit meinem Bruder, dass wir noch nicht dort sind. Obwohl er nicht gross anders
69 sozialisiert wurde als ich. Es sind dann glaube ich vor allem die "Peers" die den Unterschied
70 machten.

71 I: Du hast ja vorher gesagt: "Ich bin ein Mann, ich bin loyal", das heisst, du hast dich mit einem
72 Attribut beschrieben, wenn ich dir diese Liste mit den versch. Attributen als Inspiration zeige,
73 welche weiteren Attribute würden dich demnach sonst noch beschreiben?

74 B: Ich bin ein sehr sportlicher Mensch. Daher auch durchaus etwas kompetitiv. Das ist sicher etwas,
75 was... eher männlich gelesenen Personen zugeschrieben wird. Ich war früher sehr ehrgeizig,
76 mittlerweile bin ich es nicht mehr so. Ich spiele aber viel Basketball, ich habe ja die Sportlehre
77 gemacht. Teamsport ist auch sehr... hat auch eine ganz eigene Dynamik. Männer in der Garderobe wäre ja
78 auch witzig mal zu analysieren... was dieses Verhalten genau bedeutet (*lacht*). Auf der anderen Seite
79 mache ich auch viel Yoga, was wiederum nicht viel mit Schnellkraft zu tun hat, sondern eher mit "in

80 sich hinein spüren"... was jetzt wieder etwas weniger männliches ist würde ich sagen... Vom Verhalten

81 her bin ich sehr kommunikativ. Ich gehe sehr gerne auf Menschen zu, ich lerne gerne neue Leute

82 kennen... Habe absolut keine Berührungängste. Kulturell bin ich wirklich sehr neugierig, wenn ich

83 mich da mit meinem Bruder vergleichen würde, der sehr vorsichtig ist, und immer sagt ich sei sehr

84 naiv und würde nur ausgenützt werden, so bekomme man ein Messer in den Rücken (*lacht*). Bezüglich

85 Wertvorstellungen bin ich absolut kein eifersüchtiger Mensch, das, hätte ich gesagt, wird eher

86 Männern zugeschrieben, so das "in Schutz nehmen" und "für sich beanspruchen". Ich weiss auch nicht,

87 ich war sehr ein "Mami-Kind", sie hat mir immer gesagt: "Vertrau den Menschen". Ich glaube, sie hat

88 sehr unter der Eifersucht meines Vaters gelitten und ich habe dies vielleicht unterschwellig so

89 mitbekommen, also nicht gross aktiv mitbekommen... Sondern mehr auf diese Art, wie sie mir das

90 mitgegeben hat, habe ich wirklich gelernt das Individuum zu schätzen und meinem Gegenüber zu

91 vertrauen, sowie dessen Entscheidungen zu respektieren. Wertvorstellungen, also Loyalität ist sicher

92 eine Wertvorstellung, wo jetzt so den Männern mit "Bro-Code" zugeschrieben wird, wo ich mich immer

93 wieder erwische "wieso sage ich ihm das jetzt nicht"... Es ist wie ein Stillschweigendes abkommen.

94 Dann äusserliche Merkmale... Ich bin gross, ich habe einen Schnurrbart, habe lange Haare, habe eine

95 tiefe Stimme, ja, ich kleide mich gerne eher etwas farbig, falle etwas auf. Ich glaube, das habe ich

96 von meiner Mutter mitbekommen. Sie ist immer sehr stylisch unterwegs, hat viel Wert darauf gelegt.

97 I: Gibt es Attribute, die für dich klar männlich oder klar weiblich sind?

98 B: Heute glaube ich nicht mehr, würde ich sagen. Klar könnte ich jetzt sagen "Röcke sind weiblich

99 und Hosen sind männlich"... Aber ich sage jetzt mal, dort wo ich mich bewege, hat sich diese Linie

100 sowas von aufgelöst. Ein sehr banales Beispiel, ESC, vorgestern habe ich es geschaut und ich habe es

101 witzig gefunden, wie dort diese Linie... Also wie dieser sehr kommerzielle TV-Event, dass diese Linie

102 im Wohnzimmer verschwunden ist und das die Sänger in Kleidern auftreten, die Tänzer in Glitzer a

103 GoGo, jeder zweite Mann "Softie-Songs" in Kopfstimme singt... Ich habe es spannend gefunden, wie dies

104 im Wohnzimmer von Herrn und Frau Schweizer angekommen ist. Ich sage es mal so: Ich mache mir diese

105 Gedanken wirklich nicht... Ich mache wieder den Sprung zu meinem Bruder, ich hoffe das ist okay. Mein

106 Bruder erfüllt jede Checkbox. Er ist ausgezogen als er verheiratet war. Es ist glaube ich wie klar,

107 wer zuhause die Hose anhat und es gibt eine klare Aufteilung im Haushalt... Aber ich glaube auf der
108 anderen Seite stimmt das für beide. Ich erwische mich dann wieder, wie ich etwas "judgy" werde, und
109 denke so: hä? ... Aber wenn das für beide stimmt, dann ok. Ich habe mich dann auch gefragt, ob beide
110 da hineingezwängt wurden und es deshalb für beide stimmen muss (betont), ja... (Pause).

111 I: Gemäss neusten Studien zeigen, dass der Rollenwandel eine Stereotypangleichung zwischen Männern
112 und Frauen bewirkt. Beobachtest du solche Angleichungen? Wenn ja, wie zeigen sich die?

113 B: In meinem Freundeskreis habe ich das Gefühl, (Pause) aber das ist jetzt wieder meine spezifische
114 linke Bubble... Beobachte ich, dass wir unter Jungs viel mehr Gespräche führen können, die vielleicht
115 Männern, die ein paar Jahre älter sind als wir, nicht möglich waren... Oder vielleicht auch schon...
116 Aber dieser "Softboy", doof gesagt, das ist sicher etwas, was sich angleicht. Ich glaube Männer
117 reden über ihre Gefühle, oder auch psychische Erkrankungen, die lange tabuisiert wurden, vielleicht
118 gerade unter Männern, wo dies als Schwäche konnotiert wird... Da habe ich auch wieder ein Beispiel aus
119 meiner Familie in Bosnien, ich habe einen Cousin, der hatte einen Suizidversuch, und dort hat es
120 schlussendlich geheissen, er sei "Besessen". Mir hat es fast den Schnuller raus gejagt. Ich habe
121 gesagt er muss zum Psychologen oder Psychiater (betont)! Sie haben gesagt: "Nein, das ist etwas
122 anderes", und ich habe gesagt: "Bullshit!". Der braucht Hilfe, und zwar jetzt. Und ich meine klar,
123 der Vater ist kriegstraumatisiert und hat dies an ihm ausgelassen. Also es ist sehr klar, wo der
124 Schuh drückt. Aber nein, nein, es ist nicht das. Es ist irgendwie... Es würde einfach Schwäche zeigen.

125 Auf der anderen Seite habe ich Freunde, die bei denen, während den zwei Jahren Corona, vieles
126 hochgespült wurde. Sie haben sich Hilfe geholt und offen darüber geredet, offen thematisiert. Von
127 dem her nähert es sich schon an. Man sieht es auch an wie sich die Leute kleiden... Hey im Ausgang
128 schmiere ich mir auch Glitzer ins Gesicht. Du kassierst gar keinen schrägen Blick mehr.

129 I: Du hast etwas von "Softboy" gesagt, dieser weicht vom traditionellen Mann ab, wie erlebst du dies
130 persönlich? Würdest du dich so bezeichnen?

131 B: (lacht) Ähm...

132 I: Also was ist ein "Softboy" genau?

133 B: (lacht) Also ein "Softboy" ist glaube ich einfach... Junge Männer, die sich auch trauen, sich

134 verletzlich zu zeigen... Und verletzlich heisst, über ihre Gefühle zu sprechen. Vielleicht jetzt auch
135 zuzugeben, dass sie verunsichert sind in gewissen Augenblicken. Ähm... *(Pause)*
136 Auf eine gewisse Art und Weise empathisch sein und vielleicht auch... einen Weg gefunden zu haben,
137 sich auszudrücken. Musik, Kreativität, Malerei... was auch immer. Und halt einfach nicht Männer, die
138 diese toxische Männlichkeit zu Tage bringen müssen *(betont)*. Keine Ahnung... Männer müssen Whiskey
139 saufen, und rasieren und Autos... Aber jetzt bei mir im Büro... Ich arbeite in einem Kulturzentrum, ich
140 arbeite im Büro oben und unten haben wir Bar und Technik sowie den Hauswart. Das sind alles "Dudes",
141 und ich bin im Büro, mit der Geschäftsleiterin sowie mit der Kollegin vom PR. Und ich bin einfach
142 klar im Büroteam mit diesen zwei Frauen und irgendwie sind die Mittagspausen auch so gestaltet... Und
143 das merkst du auch bei den Gesprächen, wenn ich mit denen von unten rede... Da habe ich immer wieder
144 das Gefühl, oben ist es näher an meiner Welt, das wo irgendwo dort besprochen wird. Der Barkeeper
145 ist voll in seinem "Dreissiger-Bartenderfilm" und das ist ja schön und gut, aber irgendwie ja...
146 *(lacht)*.
147 I: Du hast dich unter anderem zu diesem Interview gemeldet, da du dich als cis-Mann bezeichnest.
148 Dies bedeutet, dass du biologisch als Mann geboren wurdest und dich selber auch als Mann
149 identifizierst. Diese Grafik zeigt, in welchem Mass, dass sich ein Mensch mit dem gängigen
150 Leitbild des Mannes oder der Frau identifizieren kann. Und in diesem Fall jetzt du als Mann mit dem
151 gängigen Leitbild des Mannes. Wie kongruent oder inkongruent kannst du dich zuordnen?
152 B: Ich würde mich in der Mitte zwischen zweideutig und kongruent zuordnen.
153 I: Welche Eigenschaften und Attribute würden dies verdeutlichen?
154 B: Es ist mir auch schon vorgekommen, dass wenn ich in Skinny-Jeans und Lederjacke nach dem Ausgang
155 nach Hause laufe, dass irgendein Auto langsamer wurde, die sich umdrehen und dann denken "oh shit"
156 *(lacht)* und ich habe auch kein Problem meine männlichen Kollegen zu Küssen im Ausgang. Es gab eine
157 Phase, da finde ich es einfach spannend, die Reaktionen der anderen zu sehen... ich versuche mich zu
158 spüren... Ich bin manchmal sehr unruhig... Ich habe sehr mühe mich zu konzentrieren, durch das war ich
159 früh gezwungen, meinen eigenen Körper kennen zu lernen und zu spüren und Techniken zu entwickeln wie
160 ich meinen Energiefluss steuern kann. Das sind vielleicht Dinge, die eher weiblich konnotiert sind,

161 also seinen Körper zu spüren... Also die Frau "muss" ja ihren Körper spüren während des Zyklus. Auch
162 bei Schwangerschaften. Aber das kann ich sehr nachspüren und ich bin sehr glücklich darüber. Ich
163 höre fest auf meinen Körper. Was sagt er? Vermag er das... Obwohl emotional bin ich eher nicht, eher
164 rational. Das ist wieder eher männlich, obwohl emphatisch bin ich schon. *(Pause)* Optisch würde ich
165 schon eher sagen klar männlich... Obwohl, mit den Haaren, im Ausgang kommen viele Frauen die sagen,
166 dass sie von meinen Haaren "geflasht" sind. Sie seien so fein... Ich mache nichts mit den Haaren,
167 vielleicht ist das der Key *(lacht)*. Es passiert mir wirklich oft das ich irgendwo mit jemandem über
168 meine Haare sprechen. Und dann kommt jemand und fragt: "Sprecht ihr gerade über Haare?" und ich sage
169 dann: "so what"... Ja, ähm...

170 I: Hast du mal Situationen erlebt, als du dich zu feminin oder zu maskulin gefühlt hast?

171 B: Es wurde mir teils von aussen zugeschrieben... Mit 18 hatte ich meine erste Rockband... Wir haben uns
172 an Rockmusiker und typischen Stars aus den 70' und 80' Jahren orientiert als Rock gerade sehr en
173 Vogue war. Und da war ja auch alles möglich. Und heute sagt man: "oh mein Gott, Nemo hat sich die
174 Fingernägel lackiert". Ich meine, für mich waren das früher klar Vorbilder, das hat mir immer etwas
175 den Rücken gestärkt, da ich wusste, wenn ich Musik mache, auf der Bühne ist alles möglich. Wir haben
176 uns sehr an diesem «Glam-Rock» orientiert. Die hatten ja auch solche lackierten Fingernägel und
177 lange Haare, Stiefel mit Absätzen... Aber es war immer so, dass sind Künstler und Musiker, da ist es
178 erlaubt. Von dem her... Ich bin mit einem grossen Selbstvertrauen *(lacht)* zur Welt gekommen und ich
179 habe von klein auf, also in der Primarschule, habe ich alle diese Emo-Bands gehört. Ich weiss noch,
180 an Fasnachtsbällen habe ich auch meine Augen schwarz geschminkt. Ich bin im Guthirt aufgewachsen, wo
181 wir nur einen Schweizer in der Klasse hatten, dessen Vater aus dem Togo war, und ich meine der ist
182 POC... Und der Rest war einfach Balkan, Sri Lanka, Süditalien und ja... ein sozialer Brennpunkt. Und ich
183 meine, die haben ihren Hiphop und Rap gehört, und ich hatte meinen Punk mit irgendwie geschminkten
184 Augen und ich glaube irgendwo durch, das tönt jetzt krass, glaube ich, dass jeder andere Schweizer
185 dafür verprügelt worden wäre und ich bin mit meinem Skateboard da rumgedüst, und die dachten sich
186 wahrscheinlich: "das ist ja der Bojan, das ist einer von uns". Und das ist ja so absurd *(betont)*.
187 Und das ist dasselbe als ich so mit 18 – 20-Jährig mit der Gitarre an den See gehillt bin und da

188 hast du halt schon auch oft diese "Pöbel-Truppen" die halt gesagt haben: "schau mal diese
189 Schwuchtel" und dann konnte ich halt das immer so ein bisschen abfangen mit: "hey, kennst du dieses
190 Lied?", also halt so ein bosnisches Lied und sie dann so: "hey du Bruder, das ist ja krass!".
191 I: Hast du mit ihnen dann auch Bosnisch geredet?
192 B: Ja habe ich und ich weiss auch noch als ich in Luzern im Ausgang war, da hat ein Kollege eine
193 Bierflasche über den Kopf bekommen und ich bin dann zu einem hin und habe gesagt: "hey Bruder", habe
194 gesehen, er ist aus dem arabischen Raum und habe dann gesagt; "salam aleikum" und er hat gesagt:
195 "dir passiert nichts" und zu seinen Freunden ebenso. Und es ist so, dass einem nichts passiert, wenn
196 andere sich mit einem selbst identifizieren können. Ich glaube, ich habe es so immer geschafft,
197 jemand anderem hätte es in dieser Situation mehr zu denken gegeben. Ich habe auch von Freunden von
198 mir gehört, wie krass es ist, dass ich mich von alldem emanzipieren konnte. Für mich war es dann ja
199 so dass es meine Realität ist (*betont*) und ich keine andere Wahl habe. Entweder stehe ich zu mir
200 oder nicht. Und heute ist es auch wichtig für mich, meinen Cousins und Cousinen zu zeigen, es geht
201 auch anders. Es gibt andere Wege, steht für euch ein, macht was ihr wollt.
202 I: Wie ergeht es dir mit deiner männlichen Rolle beim Sex, inwiefern nimmst du diese Rollen beim Sex
203 ein?
204 B: Hmm (*lacht*), ja das ist jetzt noch lustig... Beides. Es gibt sicher beides. Beim Sex nehme ich
205 gerne eine aktive Rolle ein... und es kommt auf den Kontext an... Aber dort kann ich eine sehr aktive
206 und dominante Rolle einnehmen (*lacht*). Vor kurzem habe ich ein "Meem" gesehen, ich glaube von «linke
207 Fotzen», linke "Dudes" fragen nach Konsens aber «choken» beim Sex (*lacht*). Und es ist auch witzig,
208 meine Freundin sagt, man sehe, wie es in meinem Blick ablösche, und dann sei einfach fertig. Sie
209 findet das uh geil (*lacht*). Und es gibt aber sicher beides. Etwas was ich aber sicherlich auch ein
210 stückweit lernen musste, es war vielleicht nicht immer so... Weil ich zu Beginn sehr grosse
211 Berührungsängste hatte... Wie soll ich es sagen (*Pause*). Es klingt jetzt vielleicht etwas banal, ich
212 war ja ein "Mami-Kind". Ich habe immer gesehen, wie viele Jungs um mich herum aktiver, also viel
213 hartnäckiger sind bei Frauen, vor allem wenn es darum ging, ein nein zu akzeptieren. Und ich hatte
214 früher immer etwas angst... Etwas zu machen, was ich nicht sollte. Ich war etwas verunsichert, aber

215 die aktive Rolle beim Sex hat mir dann Selbstvertrauen gegeben. Irgendwann mal habe ich gemerkt,
216 dass ich das machen kann, habe mich aber auch viel darüber informiert, z.B. über Podcasts. Zudem
217 habe ich früh begonnen zu lesen und zusammen zu reden und zu merken, was geht und was nicht. Von
dem
218 her, ich nehme schon noch gerne eine aktive Rolle ein, muss aber nicht sein. Ich kann mich auch
219 wirklich zurücklehnen, und führen lassen. Was aber auch viel Zeit brauchte, um dies zuzulassen. Ich
220 glaube es braucht auch dort ein Gespür und Geduld, Kommunikation, was dann auch wieder eher mit dem
221 "Soft-Boy" zu tun hat. Auch bereits zu reden und zu sagen, es gehe mir gerade etwas zu schnell,
222 können wir einen "Step" zurück. Ich weiss noch, einmal habe ich mit einem Kollegen geredet, er
223 sagte: "Redest du so viel beim Vögeln?". Und ich habe gesagt... Ja, es sei halt wirklich so eine
224 Verständnisfrage was es heisst und wie man auf eine Sache zugeht, dass man spürt was man kann und
225 will spüren.

226 I: Erkennst du in deiner Reflektion, inwiefern sich deine Rolle im Alltag als Mann sich in deiner
227 Sexualität widerspiegelt?

228 B: Ich bin schon asozialer beim Sex (*lacht*). Aber nein, ich meine, ich merke sehr schnell, wenn mein
229 Gegenüber oder ich selber abgelenkt sind. Da auch. Ich bin sehr unruhig, aber das war ein Prozess in
230 meiner Sexualisierung. Ich habe... auch wirklich einen Weg finden müssen, wie ich meinen Kopf
231 abschalten kann. Es hat viel Arbeit gebraucht, teils immer noch... Aber eben, ich liebe es auch mein
232 Gegenüber zu entdecken, den Körper meines Gegenübers zu entdecken. Ich liebe es auch, den Körper zu
233 spüren...Das Wahrnehmen auf mehreren Ebenen, den Geruch wahrzunehmen, die ganz feinen
Berührungen
234 wahrzunehmen und auch Raum zu schaffen, auch beim Muskschaffen zum Beispiel, ähm... Ich schaffe
gerne
235 ein Setting für gewisse Sachen, oder ich mache gerne Sache in einem passenden Setting. Aber auf der
236 anderen Seite gibt es genauso "YOLO-durch-die-Wand-Bojan". Es gibt wie so beides im Alltag aber auch
237 beim Sex. Das superspontane beim Sex, wo man sich auch einmal gar nicht mehr spürt und wie so findet,
238 ja aber... Ja ich hätte schon eher gesagt ich bin eher ein vielseitiger Charakter mit vielseitigen
239 Interessen, dementsprechend ist auch meine Sexualität, wenn ich mich mit den normalen, ja was heisst

240 normal... vergleiche. Also eher vielseitig.

241 I: Du hast ja "den Körper spüren" angesprochen, dazu gebe ich dir gerne eine Definition zum

242 Durchlesen. Kannst du mir aufgrund dieser Definition sagen, wie es dir mit der Erotisierung deines

243 eigenen Körpers ergeht?

244 B: Ähm ja (*lacht*), es sind Bilder, Bilder sind sicher etwas, was sich sehr festgelegt hat und

245 sicherlich auch durch einen übermässigen Pornokonsum. Es war auch ein Kampf, sprich eine Art, davon

246 wegzukommen, es ist immer etwas was ich mit Kollegen bespreche oder besprochen habe, es hat sicher

247 mal einen Punkt gegeben als ich als junger Erwachsener gemerkt habe, shit, ich bin hier mit einer

248 Frau und es ist alles eigentlich stimmig, aber ich spüre mich überhaupt nicht und ich bekomme keinen

249 hoch, was läuft hier? Bis ich irgendwann mal einsehen musste, shit, das löst nichts in mir aus, wenn

250 ich aber einen Porno schaue, dann löst es fest was in mir aus, wieso ist das so. Von da an habe ich

251 begonnen, mich da etwas einzulesen. Mittlerweile ist es wirklich so, dass einfache Situationen aus

252 dem Alltag etwas auslösen können. Also es ist wirklich so. Es war wirklich ein grosser Prozess, wo

253 keine Ahnung... Ich gesagt habe, ich masturbiere einen Monat gar nicht, ähm... Und ich erzeuge mich nicht

254 zu Pornos, sondern einfach nur mich spüren, mich berühren. Es ist sehr witzig, weil meine Freundin

255 ging ins "Orgasmic-Yoga" da bin ich einmal mitgegangen und es war witzig, weil sie bekam

256 Hausaufgaben und ich war happy, da es viele Sachen waren die ich bereits selber gemacht habe und ich

257 habe wie gemerkt, das ist der Weg den ich intuitiv gewählt habe. Aber es sind Bilder, es sind Reize

258 im Alltag. Mittlerweile kann es auch aus dem Nichts kommen, das ist das schöne (*Pause*) ähm ich

259 glaube, ich habe es wie geschafft (*lacht*), etwas wegzukommen von rein bildoptischen Erregungsreizen.

260 Es ist ja schön, man darf und soll sich optisch ja über jemanden erregen (*Pause*) aber eben, die

261 Frage ist was. Ist es einfach nur über den Körper...

262 I: Und welche Beziehung hast du zu deinem Penis, kannst du diese beschreiben?

263 B: Sehr freundschaftlich (*lacht*) (*Pause*). Eine gute... Hey ich habe das Glück, dass ich glaube, ich

264 sehr zufrieden bin mit meinem Penis... ja. Ich glaube ich bin auch selbstbewusst. Ich habe auch

265 allgemein keine körperlichen "Issues" Ja... Wie soll ich sagen...

266 I: Ich kann auch noch eine andere Frage dazustellen: Inwiefern siehst du dein Penis in der

267 Selbstbefriedigung, inwiefern kommt er vor?

268 B: Fest. Aber ja ich meine es braucht schlussendlich meinen Penis damit ich kommen kann aber es wäre

269 sicherlich auch möglich ohne... Masturbieren aber es kommt sicherlich auch vor, dass ich mich selber

270 anfasse...

271 I: Also, dass du dich über diese Berührungen erregst?

272 B: Ja genau.

273 I: Kannst du mir eine solche Fantasie schildern, die du bei der Selbstbefriedigung brauchst?

274 B: *(Pause)* Ich habe beides – hier ein kleiner Einwand dazu – als ich versucht habe, von Bildern

275 wegzukommen, habe ich bemerkt, dass ich begonnen habe, die Bilder im Kopf zu reproduzieren. Und ich

276 habe gemerkt, dass ist es ja auch nicht, oder vielleicht schon, keine Ahnung.

277 I: Was waren das für Bilder?

278 B: Wobei, zum Teil waren es... also was meine Fantasien sind, was mich sehr erregt, sind

279 Alltagssituationen. Das kann banal und alles Mögliche sein... Leute aus dem Alltag gewesen sein, mit

280 denen ich mir eine Situation ausdenke, die auf einmal ins sexuelle überschwappt... Es sind zum Teil

281 schon Bilder in meinem Kopf die schon ein bisschen, ja eben, aus einer "Pornoperspektive" sind

282 *(Pause)*. Die Geschichte dahinter ist es, was mich reizt *(betont)*.

283 I: Wenn du den männlichen und den weiblichen Körper siehst, wo ist in dieser Storyline dein Fokus?

284 B: Auf dem gegenüber. Ich mag, es mir vorzustellen, wie sich andere Leute vor mir ausziehen *(Pause)*,

285 und... Sicher die Brüste, aber auch das Gesicht stelle ich mir gerne vor und was man sich halt sonst

286 auch so als Mann vorstellt ist die Penetration *(Pause)*. Ja, auch irgendwie noch den Reiz des Risikos

287 im Alltag. Das Verbotene, ein Stück weit was nicht sein dürfte.

288 I: Im Bezug zur Penetration: Inwiefern siehst du dich in deiner Fantasie als penetrierender Mann?

289 B: Das kann ich dir jetzt fast gar nicht... Ich gehe meistens das Ganze so schnell im Kopf durch, also

290 ja... Wenn ich die Fantasien habe, dann gibt es natürlich den Moment, dass ich mein Gegenüber mit der

291 Zunge befriedige, einfach ja... den ganzen Körper entdecke. Ich bin halt jemand *(betont)*, der ähm, ich

292 muss mein Gegenüber ehr greifen können. Einerseits physisch, aber ich glaube ich bin auch recht

293 schlecht...Ah, vielleicht ist auch das *(betont)* meine Fantasie: Ich glaube, ich bin ein recht

294 schlechter One-Night-Stand-Mensch. Ich muss mein Gegenüber auch sehr verstehen (*betont*) und auch ein
295 einigermaßen anständiges Gespräch geführt haben, um mich auf diese Person einlassen zu können. Hey
296 ich sehe mich schon auch irgendwie die Brüste zu küssen und zu saugen. Ich genieße es sehr fest,
297 auch mein Gegenüber zu verwöhnen.

298 I: Welche Bedeutung hat das Penetrieren für dich im Alltag?

299 B: Mittlerweile weniger. Also irgendwie... Ich hatte schon schöne Erlebnisse, wo es gar nicht zur
300 Penetration kam. Es ist sehr schön, also zum Teil auch... Manchmal will ich es auch nicht, vor allem
301 wenn ich gerade jemanden kennen gelernt habe, ich will zuerst irgendwie deinen Körper kennenlernen.
302 Aber schlussendlich, will ich auch nicht lügen, ist es sehr wichtig, komme ich durch die Penetration
303 und es ist der Teil, der instinktiv der Urmensch in uns hervorholt (*lacht*) ja und ich sage jetzt mal,
304 ich genieße es jetzt einfach, auch den ganzen Abend im Zimmer zu verbringen und sich immer wieder
305 von vorne zu berühren und mit Pausen dazwischen... Frühere Vorstellungen waren, Penetration und fertig.
306 Das ist Sex. Aber mittlerweile sehe ich es, glaube ich, als Ganzes. Auch in der Beziehung, wo sich
307 die Sexualität irgendwann einpendelt und man sich einfach mal massiert, und das auch bereits eine
308 sinnliche Erfahrung sein kann.

309 I: Du hast gesagt, du hast gelernt, mehr auf deinen Körper zu hören und ihn kennen zu lernen. Wie
310 und wo hörst du bei der Selbstbefriedigung auf deinen Körper und wie kommt dein Penis darin vor?

311 B: Ich glaube, wenn mein Penis vorkommt... Habe ich mich auch schon gefragt, hey, ist es das Bild in
312 meinem Kopf, welches den Reiz auslöst, oder ist es der Druck und die Reibung die ich spüre, was ich
313 genieße und kribbelt und dann wirklich auch fokussiert zu bleiben, und sich dieses Gefühl
314 vorzustellen, und nicht "angry-masterbating-Bild". Ich brauche manchmal Gleitgel oder Öl, aber es
315 ist immer ein bisschen das, berühre ich mich auch an anderen Orten, nehme ich auch noch meine Hoden
316 dazu, ist es nur Reibung oder Druck, nehme ich noch verschiedene Sachen dazu, was löst etwas in mir
317 aus?

318 I: Was heisst es für dich, was löst es in dir aus?

319 B: (*Pause*) Es löst vor allem körperlich etwas in mir aus. Der Kopf entspannt automatisch mit, aber
320 dann ist es mehr so, welcher Reiz spüre ich gerade, und dies wahrzunehmen und zu versuchen, mit dem

321 Körper dort zu sein. Das es den ganzen Körper strahlen lässt.

322 I: Hast du die Augen offen oder zu? Also, schaust du deinen Penis an?

323 B: Beides, also offen geht es fast besser in solchen Momenten. Aber klar gibt es auch hier den

324 Moment, wo es vielleicht wechselt. Dieses Bild hat mich auch schon erregt, wenn ich dann den steifen

325 Penis sehe und denke, jetzt bin ich "ultra" erregt. Das ist dann auch umso schöner...

326 I: Kannst du mir sagen, was du im letzten Drittel machst, wenn du kommen möchtest?

327 B: Ja tendenziell repetitive Beschleunigung, aber... Wenn man sich dann die Zeit schlussendlich nimmt,

328 dann kann es auch gleichmässig und langsam sein, wobei es dann umso intensiver ist. Aber

329 schlussendlich ist es halt, nimmst du den einfachen Weg oder nimmst du dir eine halbe Stunde Zeit.

330 Aber jetzt bin ich nicht an einem so guten Ort mit mir selbst... (*lacht*) Ich müsste mir eigentlich

331 viel Zeit nehmen, aber jetzt bin ich gerade an einem Punkt, wo ich mir den schnellen Kick hole,

332 eigentlich denke ich dann, ich bin sehr gestresst, Zeit habe ich auch keine, also ein schneller

333 "Jizz". Ja... Aber eben beides, aber ich bin nicht so, dass, ich höre manchmal von Kollegen, dass sie

334 mir eins Blasen muss, sonst komme ich nicht. Das sind alles so Sachen, die sich dann so verankert

335 haben. Ich hätte jetzt nicht gesagt, dass ich das zwingend brauche, aber ich merke, wenn ich drüber

336 switche, und dann wieder gewisse Bilder kommen, dann komme ich schneller.

337 I: Kannst du mir sagen, wieviel Druck du bei der Selbstbefriedigung in Bauch, Becken und Gesäss

338 aufbaust?

339 B: Ich versuche immer wieder... Wenn ich Zeit habe, versuche ich auch gut zu atmen. Das ist etwas, was

340 ich auch sonst gelernt habe, gut zu atmen ist doppelt so guter Sex. So kann der Körper abschalten

341 und so funktioniert es dann auch. Und ich neige... Wenn ich flach atme, dann spüre ich oft, dass ich

342 auch recht Anspannung aufbaue, ich denke, das ist auch normal, das gehört dazu, aber ich versuche

343 oft, auch mein Becken zu kreisen dazu oder zu versuchen ein entspanntes Becken zu haben. Und das ist

344 auch etwas was ich sonst mache, Bewegung in den gesamten Körper reinzubringen und nicht irgendein

345 scheiss Brett zu sein. Es ist der ganze Körper, schlussendlich.

346 I: Kannst du dich daran erinnern, was die ersten Erfahrungen mit dir selbst waren? Kannst du dich an

347 Doktorspiele erinnern, oder daran wie deine Eltern auf dich reagiert haben, wenn du dich nackt

348 gezeigt hast?

349 B: Ich wurde recht früh beschnitten und das war dann auch recht entzündet, weil, das hat man, glaube

350 ich, nicht 100% legal gemacht... Und es gibt sehr viele Aufnahmen von mir als Kind, wo ich mich

351 einfach an allem möglichen reibe. Es gibt so Aufnahmen, als mein Onkel uns besuchte und mit meinem

352 Bruder spielte und ich bin einfach nur auf meinem Onkel und reibe mich an ihm (*lacht*). Als Kind habe

353 ich mich recht lange an allen Sachen gerieben, es ist ja auch etwas Normales... Meine Eltern haben

354 dann schon gesagt, ich solle das nicht machen, es hiess immer "schäm dich, mach das nicht". Und ich

355 habe das schlussendlich recht lange gemacht, bis ich so ca. 13, 14 Jahre alt war. Und dann habe dann

356 die klassische Art zu Masturbieren entdeckt. Ich konnte jedoch immer offen mit meiner Mutter über

357 alles reden, über Sex. Mich hat jedoch in der bosnischen Kultur etwas verstört, dass Sex zwar

358 omnipräsent ist, auch in der Sprache, wie in einem Fluch, aber auf der anderen Seite heisst es dann

359 immer: "Pass auf, beschäm uns nicht!". Sex ist sehr präsent, und... Auf eine Art war es sehr okay und

360 richtig, und meine Mutter hat immer gesagt: "Wenn ihr etwas von mir braucht, dann sagt mir das". Auf

361 der anderen Seite habe ich immer wieder gedacht, ich mache etwas Verbotenes, das hat mich recht

362 lange noch belastet. Das habe ich zu Beginn schon gesagt: das darf ich ja gar nicht. Ich bin nicht

363 sehr religiös aufgewachsen, trotzdem gibt es diese Art Doppelmoral. Anstatt zu sagen: "dies ist das

364 schönste der Welt". Hey, wie haben dann meine Eltern darauf reagiert? Hey, easy. Ich hatte früh

365 Freundinnen und meine Mutter hat dann gefragt, ob da was war und ob wir verhütet hatten. Sie hat

366 immer gesagt: "Verhütet, passt auf und nehmt die Frau als ganzes Geschenk". Aber dann wieder diese

367 Scham und diese Schambehauptung. Ich weiss nicht, von wo das gekommen ist, Und sonst,

368 Selbstbefriedigung... Ich bin zuhause aufgewachsen in einer kleinen Wohnung bis ich ausgezogen bin

369 anfangs zwanzig, bis da habe ich das Zimmer mit meinem älteren Bruder geteilt, das heisst "no space"

370 für nichts... Ja und dann musstest du deine Zeitfenster ein bisschen... Ja und jetzt, Meine Mutter hat

371 mich, glaube ich, einmal erwischt (*Pause*), ich war im Bad und sie sagte: "hey, wenn du dich das

372 nächste Mal rasierst, schliesst du bitte die Türe ab" (*lacht*). Ich sagte: "ja, ist gut".

373 I: In dem Fall keine negativen Reaktionen?

374 B: Nein, das wirklich (*betont*) nicht. Auch meine Grossmutter war so, ah das ist doch etwas Schönes.

375 Wirklich so, aber in einem anderen Kontext ist Sex ein Tabuthema. Es beginnt damit, dass sich eine

376 Frau freizügig kleidet, dann ist es auf einmal ein Problem. Oder wenn es öffentlich wird... Aber wenn

377 du es für dich machst, dann ist es gut.

378 I: Inwiefern hast du Doktorspiele gemacht?

379 B: Das habe ich sehr früh gemacht... Ich bin da mit dieser Nachbarsfamilie aufgewachsen, und ich weiss

380 noch, wie ich dann mit einem Mädchen... Ihr Vater hat uns dann im Wohnzimmer erwischt und hat dann

381 gesagt: "Ihr seid eigentlich Cousins und Cousinen»" (*lacht*). Er hat uns wie gelassen und so ja, was

382 macht ihr. Ich habe auch mit meinem Cousin Doktorspiele gemacht, obwohl wir "way to old" waren... auch

383 mit einem anderen "Dude"... Aber es waren, glaube ich, vor allem diese drei Situationen. Mehr

384 Doktorspiele habe ich nicht gespielt. Einmal im Kindergarten und dann noch so dritte, vierte Klasse.

385 Und dann so... Homoerotische Exkurse auf der Maturareise. Dort habe ich mich begonnen zu fragen, ob

386 ich auf Männer stehe oder auf Frauen, weil ich auf Frauen stehen muss... Weil, ich habe ein paar Mal

387 ein paar Jungs geküsst, so etwa anfangs zwanzig. Und ich weiss, wir waren da in Lissabon und wir

388 hatten nur eine Dusche da haben wir Jungs ein paar Mal zusammen geduscht und wir haben ein bisschen

389 rumgespielt...

390 I: Aneinander oder mit der Situation?

391 B: Beides, es wäre eben witzig im Fussball ein paar Mannschaften in der Garderobe zu analysieren,

392 diese Verhaltensmuster. Aber ja, es war so das gegenseitige... Dann schlägst du dir halt mal so auf

393 den Schwanz und irgendwie schlussendlich ist der andere am Duschen und du reibst dich an ihm.

394 I: Ohne, das eine Erektion ausgelöst wurde?

395 B: Ja, ohne, aber schlussendlich hat sich das so hochgeschaukelt übers Wochenende, schlussendlich

396 bin ich mit einem Kollegen im Wohnzimmer am "chillen" gewesen... Ich habe mich gefragt... Das fühlt sich

397 jetzt gut an, wir waren auf dem Sofa zu viert, zwei Frauen, mein Kollege und ich, und wir haben halt

398 so gekuschelt und dann haben wir begonnen uns zu berühren und gekuschelt und dann ist es halt immer

399 weiter gegangen und... Bis ich erigiert war und er wirklich... Was soll ich sagen, mich leicht

400 begonnen hat zu befriedigen, dort habe ich dann aber bemerkt, okay, bis dahin und nicht weiter. Ich

401 habe mich dann auch im Nachhinein gefragt, wieso habe ich nein gesagt, ist das ein verankerter

402 Reflex. Auf der anderen Seite hätte ich dies zugelassen, hätte ich vielleicht etwas gemacht, was ich

403 nicht will, was auch falsch wäre. Im späteren Verlauf hatte ich dann lange das Gefühl, ich mache

404 etwas Verbotenes. Etwas... Ja... Weiss auch nicht.

405 I: Gibt es etwas, was du insgesamt, in diesem Interview noch anfügen möchtest?

406 B: Ich glaube, wir müssen beginnen, offener darüber zu reden. Auch mit Kindern, ganz früh. So die

407 Aufklärung. Ich wurde auch nie richtig aufgeklärt in der Schule, ja und ich hatte wie Glück, ja ich

408 hatte Glück, dass ich an einem richtigen Ort wichtige Sachen gesehen habe, zum Beispiel einen

409 Arte-Beitrag in der Zeit als... Am Anfang meiner sexuellen Aktivität hatte ich wirklich Mühe mit

410 meiner Erektion und ich begann mich einzulesen wie auch junge Männer teils mit Viagra nachhelfen und

411 so bei denen ohne gar nichts mehr geht, und ich dachte mir nur: "fuck, this in the end" (*betont*) und

412 das war so ein Weckruf, irgendwie war es lustig... Habe mich dann auch gefragt, muss ich jetzt zum

413 Urologen? Aber ich habe gemerkt nein, wenn ich es allein mache, dann funktioniert ja. Ich glaube,

414 das müsste man Thematisieren, möglichst früh, Sexualität ist etwas Normales, etwas, was im Alltag

415 ist.

Tim

- 1 I: Ich würde gerne von dir wissen, was es für dich bedeutet, einen Mann zu sein, was es ausmacht
-
- 2 einen Mann zu sein.
-
- 3 B: Was es bedeutet, einen Mann zu sein?
-
- 4 I: Was einen Mann ausmacht.
-
- 5 B: Was einen Mann ausmacht. Ich glaube das Erscheinungsbild. Und, dass du einfach als Mann gelesen
-
- 6 wirst. Und mit dem kommen die Erwartungen (*betont*). Aber so, ich glaube, für mich persönlich, wenig
-
- 7 vordefinierte Sachen. Ich persönlich. Aber ich glaube, du spürst die Erwartungen, die kommen, wenn
-
- 8 du als Mann gelesen wirst. Ich glaube, du musst kompetent sein, du musst kontrolliert sein, (*Pause*)
-
- 9 fähig, (*lacht*) ja, so diese Sachen. Das glaube ich schon auch. Gleichzeitig, in dieser Bubble in der
-
- 10 ich mich befinde, so in Zürich, habe ich das Gefühl, gibt es eine Gegenbewegung, wo du gleichzeitig
-
- 11 eben auch noch andere (*betont*) Sachen sein musst. Vielleicht klassische, weibliche, (*Pause*) Rollen
-
- 12 übernehmen. Aber ich habe wie das Gefühl, dass du als Mann heutzutage beides (*betont*) sein musst.
-
- 13 Weisst du wie ich meine? Also ich würde fast sagen, die Anforderungen sind gestiegen, ein Mann zu
-
- 14 sein. Aber, deine Frage ist, was bedeutet es für mich (*betont*), einen Mann zu sein. Für mich, Mann
-
- 15 zu sein, für mich persönlich, habe ich keine (*Pause*) Vorstellungen.
-
- 16 I: Du hast gesagt, es ist ein Muss, von der Gesellschaft her, aber für dich persönlich ist es kein
-
- 17 Muss.
-
- 18 B: Nein, für mich nicht, nein. Ich glaube, dass kann ich so bestätigen.
-
- 19 I: Wie gehst du dann damit um, wenn du sagst, gesellschaftlich sei es ein «Muss»?
-
- 20 B: Ich glaube, ich füge (*betont*) mich dem einfach.
-
- 21 I: Und mit welchem Gefühl ist das für dich verbunden?
-
- 22 B: Ich glaube es ist sehr einfach, es ist einfacher so, du bekommst ein positiveres Feedback,
-
- 23 respektiv keine negativen Feedbacks.
-
- 24 I: Wenn du dich anpasst?
-
- 25 B: Wenn du angepasst bist (*Pause*), ja, wenn du gewisse Checkboxes erfüllst. Und in meiner Situation
-
- 26 jetzt (*betont*) ist das relativ einfach. Gleichzeitig habe ich auch nicht unbedingt den Drang
-

27 aufzufallen, weisst du wie ich meine. Das heisst, es ist glaube ich, sehr einfach (*Pause*), ja, ich

28 glaube, in diesem Sinne Mann zu sein.

29 I: Für dich (*betont*) persönlich, ist es einfach, einen Mann zu sein in der heutigen Zeit?

30 B: Ich würde schon sagen, ja. Für mich gibt es kein Muss, und diese Eigenschaften, die ich spüre,

31 die vielleicht gesellschaftlich erwartet werden, sind nicht grauenhaft schwierig zu erfüllen. Das

32 heisst, es ist nicht einen wahnsinnigen «effort» den du bringen musst, um in diesem Sinne drucklos

33 (*betont*) durch diese Welt gehen zu können als Mann. Und du gehst halt auch den Weg des geringsten

34 Widerstands.

35 I: Für dich ist es also nicht so schwierig, was hast du das Gefühl, macht es dir einfach?

36 B: Ich glaube, dass ich in diese relativ weite Bandbreite des Grünbereichs falle, wo man mich gar

37 nicht erkennt als anders (*betont*). Also ich finde, ich falle wahrscheinlich nicht auf. Auf keiner

38 Eigenschaft, in der Mitte der Gesellschaft. Wenn ich irgendwo entlang gehe, dreht man sich nicht

39 nach mir um, im Sinne von «ah schau, da ist jetzt einer der sich die Nägel lackiert hat». Vielleicht

40 ein blödes Beispiel. Oder da ist einer, der einen anderen Mann hält. Oder was auch immer heut zu

41 Tage so... ich glaube (*Pause*), ich habe das Glück, um... (*Pause*), ich werde jetzt dieses Wort nutzen,

42 irgendwie nicht unbedingt, in eine Kategorie falle, wo man einen "effort" machen müsste, um sich

43 selbst zu sein. Wo es einen "effort" braucht, gegen den Strom zu schwimmen. Deshalb ist es

44 eigentlich ganz einfach. Und es löst bei mir nichts aus, da es automatisch funktioniert. Es ist die

45 Norm. Du gehst komplett mit dem Strom und es ist dieser Strom, indem du eigentlich komplett okay

46 bist, darin zu schwimmen. Das ist das Glück, wenn man halt (*lacht*) diese Kategorien erfüllt, die ich

47 halt erfülle. Weisst du wie ich meine?

48 I: Verstehe ich. Du hast dich vorher mit gewissen Attributen und Adjektiven beschrieben, und wenn du

49 jetzt diese verschiedenen Kategorien siehst, welche Adjektive bei den Persönlichkeitsmerkmalen

50 würdest du jetzt noch hinzufügen?

51 B: Ich meine, ein persönlichkeitsmerkmal von mir ist, ich bin sehr extrovertiert, ich gehe auf die

52 Menschen zu (*Pause*), relativ umgänglich, mein Verhalten ist eher ein bisschen laut, manchmal

53 vielleicht zu laut, mache mich bemerkbar, habe eine grosse Klappe. Meine Wertvorstellungen sind

54 (Pause) für mich persönlich eher klassisch, ich denke gerade an meine Beziehung, (Pause) für mich
55 stimmt schon eher dieser klassische Bezug zu meiner Beziehung, ich glaube das hat mit meinen
56 Wertvorstellungen zu tun, meine Werte sind eher (Pause), also ich mag sehr (Pause), Treue,
57 Grosszügigkeit, Ehrlichkeit. Äussere Merkmale, finde ich, passe ich sehr gut in diesen Bereich, der
58 ziemlich durchschnittlich, würde ich sagen. Ich persönlich finde, dass ich mein Äusseres mag. Ein
59 äusserliches Merkmal finde ich, habe ich in diesem Sinne keins. Ich finde es ist sehr "average".
60 I: Dieses Bild, dass du von dir machst, wird jetzt auch immer wieder ein Thema sein im Verlauf
61 dieses Gesprächs. Ich gebe dir jetzt eine Definition, die du durchlesen darfst. Wie würdest du
62 anhand dieser Definition deine Rolle als Mann beschreiben?
63 B: Stereotypisch! (lacht)
64 I: Heisst?
65 B: Heisst (Pause), eben, wie es hier steht, ich habe diese Eigenschaften, oder diese
66 Kerneigenschaften, die «der Mann haben soll nach herrschendem Leitbild von Männlichkeit oder
67 Weiblichkeit». Ziemlich (Pause) gut abgedeckt.
68 I: Das Leitbild der männlichen Geschlechterrolle ist, dass er der Ernährer der Familie ist, oder so?
69 B: Ich habe ja noch keine eigene Familie.
70 I: Aber in Zukunft, nehmen wir an...?
71 B: (lacht) Nein, ich möchte eigentlich Hausmann sein. Nein, ich möchte keinen Hausmann sein. Aber
72 ich möchte definitiv... (Pause) schau, diese Frage kann ich nicht beantworten. Ich weiss nicht, ob ich
73 Kinder haben möchte oder haben werde, wie gesagt, das Leben wird's zeigen. Wenn ich jetzt ein Bild
74 malen müsste, würde ich 60% arbeiten gehen, und meine Frau oder Partnerin arbeitet auch 60% und wir
75 teilen uns diese Rolle. Ich glaube aber nicht, dass dies irgendwie revolutionär ist, historisch
76 gesehen ist es zwar neu, aber das ist vielleicht das, was ich gemeint habe, dass der Mann auch dann
77 noch gewisse Rollenbilder auch dann (betont) übernimmt.
78 I: Neuste Studien zeigen, dass man diese Stereotypischen männlichen und weiblichen Rollen hat, auch
79 diese typischen Attribute, die ein Mann bez. Frau beschreibt. Und eben diese Studien zeigen, dass
80 sich diese Rollen immer mehr angleichen. Inwiefern erlebst du eine solche Stereotypenangleichung?

81 B: Ich würde sagen, wahrscheinlich weniger als suggeriert von dir.

82 I: In deinem Kontext, in deinem Leben?

83 B: In meinem Kontext, ja.

84 I: Wenn du aber sagst, 60-60, dann...

85 B: Ja, es tönt fast so, als ob ich mir jetzt widerspreche. *(Pause)* Aber ich habe nicht das Gefühl,

86 dass von diesen klassisch stereotypischen Männlichkeitsbilder abgesehen wird. Ich habe das Gefühl,

87 dass sich ein Mann muss... *(Pause)*, die Rolle des Mannes breiter geworden ist, insofern, dass, wenn

88 man sich das als Venn-Diagramm vorstellt, in den weiblichen Bereich hineinpassen muss. Gleichzeitig

89 aber auch diese stereotypische Geschlechterrolle übernehmen, als Ernährer oder so, im weiten Sinne,

90 aber trotzdem nur Teilzeit arbeiten gehen. Ich habe das Gefühl, da spielt sehr vieles mit. Und

91 *(Pause)* es ist auch okay, wenn ich das werten soll, ich fühle mich auch wohl dabei, weil ich das

92 Gefühl habe, das mit den Stereotypen ist relativ simpel, aber dass sich diese angleichen, dieses

93 Phänomen, hey, "bei all means" passiert das, aber vielleicht ist es meinen Eindruck, dass es weniger

94 passiert als von dir suggeriert. Diese Studien werden zweifelslos stimmen, dann ist vielleicht

95 meinen Eindruck falsch.

96 I: Also zusammenfassend hast du gesagt, dass du nicht glaubst, dass eine Stereotypangleichung so

97 passiert wie in diesen Studien aufgezeigt werden, aber nichts desto trotz sagst du, dass es eine

98 Verschiebung dieses Mengendiagramms gibt, dass der Mann immer mehr Attribute und auch die Rolle der

99 Frau übernehmen muss. Nicht umgekehrt.

100 B: Ja, genau.

101 I: Dann ist es wie ein Paradoxon für dich, weil es ist doch konträr...

102 B: ja, bis zu einem gewissen Grad. Es ist widersprüchlich.

103 I: Wie geht es dir mit diesem Widerspruch?

104 B: Zum Teil spürt man das als Mann, ich glaube du lernst es sehr gut zu navigieren. Du bist

105 sozialisiert und kannst dich auch wiedereingliedern in diese Rolle. Ich weiss nicht, jetzt da ich

106 darüber nachdenke, ob das tatsächlich der "change" ist, oder ob wir doch schon, ich als 30-jähriger,

107 ein bisschen zu festgefahren bin in gewissen Sachen, dass ich eben nur lernen kann zu navigieren

108 wie... ab neuen Ansprüchen, oder wie man das nennen will. Mir geht's nicht schlecht in diesem

109 Spannungsfeld, muss ich ehrlich sagen. Mir ginge es schlechter, wenn ich nicht einem gewissen

110 *(Pause)* Muster entsprechen würde, dass immer noch sehr unproblematisch gelesen werden.

111 I: Was geht dir da durch den Kopf? Ich merke, du hast so....

112 B: Ja, wenn ich jetzt, keine Ahnung, nicht so uh unauffällig herumlaufen würde, wie ich jetzt

113 herumlaufe, wenn ich nicht in einer heterosexuellen Beziehung wäre, wenn ich exzentrisch wäre, wenn

114 ich... *(Pause)* ja, Trans wäre, zum Beispiel, dann... Niemand dreht sich nach mir um. Es ist so einfach

115 das Ganze zu navigieren.

116 I: Dass heisst, dass du für dich dieses Spannungsfeld entschärfst, damit du nicht so aneckst.

117 B: Genau. Und dann ist dieses Spannungsfeld irgendwie weniger geladen, und auch, ich sage jetzt mal,

118 als heterosexueller Mann, bist du interessiert an heterosexuellen Frauen, dieses Spannungsfeld ist

119 gesellschaftlich weniger geladen. Aber du befindest dich trotzdem in diesem Spannungsfeld, das ist

120 meine Erfahrung, dass es trotzdem gewisse Anforderungen gibt an einen Mann, wie er sein soll oder

121 sein darf, *(Pause)* und wie, vielleicht auch nicht. Aber wie er sein soll, die positive Affirmation,

122 habe ich das Gefühl, ist breiter geworden. Sprich, er soll nicht nur der klassische sein, sondern

123 zusätzlich heutzutage auch noch ein bisschen *(Pause)* mehr sein als das.

124 I: Was ist mehr?

125 B: Eben, er sollte vielleicht «im tune» sein mit seinen Gefühlen, was er früher vielleicht nicht

126 unbedingt hätte sein müssen. Er soll nicht nur einfach die Brötchen nach Hause bringen, sondern er

127 sollte jetzt auch irgendwie noch interessiert sein an... *(Pause)* Er sollte den Haushalt auch noch

128 machen können. Das sind jetzt also aber auch ganz doofe Beispiele.

129 I: Nein, gar nicht. Das ist sehr... *(Pause)* Ich sehe, auch aufgrund meines theoretischen

130 Hintergrundwissens, warum du dir diese gewissen Gedanken machst, was auch sehr berechtigt ist. Ich

131 sehe auch dieses Spannungsfeld, dass du beschreibst, und wie du dich hindurchnavigierst... Was

132 möchtest du noch...

133 B: Also ein gutes Beispiel dafür ist, dass wenn ich mit den Jungs ein Wochenende weg gehe, dann ist

134 das «Cave-man-behavior» dort. Und wir fühlen uns wirklich nicht unwohl dabei. Und dann kommen wir

135 nach diesem Wochenende alle nach Hause und treffen unsere Freundinnen, und dann sind wir wieder ganz

136 Teddybär-like. Und das ist wie ein Spannungsfeld, wo sich alle darin sehr wohlfühlen. Aber der

137 «Cave-man»-Aspekt geht nicht weg. Das ist immer noch sehr verankert.

138 I: Wie hast du dein Aufwachsen erlebt, im Zusammenhang wie du dich heutzutage als Mann

139 identifizierst?

140 B: Sicher nicht so, wie ich mich heutzutage identifiziere. Also sehr klassisch, nicht so offen oder

141 verständnisvoll, oder so wie ich jetzt wirklich bin. Aber für mich persönlich bin ich geprägt von

142 gewissen klassischen Rollenbildern.

143 I: Von zuhause?

144 B: Unter anderem, würde ich sagen, ja. Und dass ich von mir aussagen kann, dass ich finde, dass dies

145 nicht die einzig wahre oder richtige Art ist ein Mann oder was auch immer zu sein, dass glaube ich,

146 kommt nicht von zu Hause, sondern von mir selbst. Weil ich das (*Pause*) gelernt habe, sozialisiert

147 worden bin. Zum Beispiel durch meine Freunde, durch Selbstreflektion usw. Aber für mich, wie fühle

148 ich mich wohl, wo fühle ich mich wohl, was ist die Rolle, die ich mir zuschreibe oder zuschreiben

149 will, ist sie doch gewissermassen auch klassisch geprägt. Sie ist sicher geöffnet, sie ist sicher...

150 (*Pause*) aber eben, es hat sicher klassische Männerbilder, mit denen ich mich identifizieren kann.

151 Ich würde es niemand anderem zuschreiben, aber wie gesagt, in diesem Spannungsbild befinden sich

152 viele Männer in meinem Alter. Sie sind offen für andere Verhaltensweisen, aber wir sind sozialisiert

153 als stereotypen und wir navigieren dies sehr gut. Meine Bubble navigiert das sehr gut. Aber es ist

154 meiner Meinung nach noch nicht weggedacht, noch nicht. Und nicht nur bei den Männern, habe ich das

155 Gefühl. Bei allen Geschlechtern.

156 I: Du hast dich unter anderem zu diesem Interview gemeldet, da du dich als cis-Mann bezeichnest.

157 Dies bedeutet, dass du biologisch als Mann geboren wurdest und dich selber auch als Mann

158 identifizierst. Diese Grafik zeigt, in welchem Mass, dass sich ein Mensch mit dem gängigen

159 Leitbild des Mannes oder der Frau identifizieren kann. Und in diesem Fall jetzt du als Mann mit dem

160 gängigen Leitbild des Mannes, ich zum Beispiel identifiziere mich nicht eindeutig als Frau.... Du als

161 Mann, mit dem Leitbild des Mannes, wo würdest du dich da einordnen?

162 B: Also das ist eine Grafik und eine schematische Darstellung, aber ich meine, schon ziemlich,

163 ziemlich kongruent.

164 I: Und was für Eigenschaften und Attribute würden deine Einschätzung verdeutlichen oder untermauern?

165 B: Ich werde so gelesen, ich glaube ich werde als fähig und kompetent wahrgenommen.

166 I: Du sagst, du wirst so wahrgenommen. Nimmst du dich selbst auch so wahr?

167 B: Ah ja definitiv. Ich glaube, mein Erscheinungsbild... Ich bin (*betont*) nicht so massiv oder

168 angsteinflößend oder ein Übermann, oder eine Karikatur von einem "Superhero-Mann", aber ich glaube

169 schon auch, dass ich durch mein Erscheinungsbild und sonst auch so gelesen werde und dass man diese

170 Eigenschaften einem Mann zuschreibt. Fragst du mich, was mich mit dem Leitbild kongruent macht? Ich

171 glaube, dass sehr viel von mir nicht inkongruent ist. Wechselwirkung... mich sieht man und ich bin

172 nicht anders.

173 I: Und wenn du sagst, dieser Hyper-Mann, der Superman, der ist für dich das Erscheinungsbild eines

174 männlichen Mannes. Hast du jemals eine Erfahrung gemacht, im Vergleich zu so einem Mann, dass du zu

175 feminin wirken könntest?

176 B: Ja, das würde ich schon sagen. Also, ich glaube einfach, dass es... Da hatte ich über das

177 Erscheinungsbild gesprochen. Und ich glaube, auch da, befinden sich die Männer im Spannungsfeld

178 zwischen so ein bisschen «body realism» (*lacht*) und halt einfach absolut absurden

179 Männlichkeitsidealen. Geprägt von sehr muskulös, massiv und gross und stark und so. Und auch da

180 finde ich, dass der heutige Mann, absurderweise, beides (*betont*) erfüllen muss. Und in diesem

181 Spannungsfeld befinden sich sehr viele Männer. Das ist eigentlich lustig. Wie du vorher gesagt hast,

182 als Sexologin hast du einen Zusammenhang zwischen Gedanken und Körper. Ich glaube, dass ist in etwa

183 das.

184 I: Magst du das ausführen?

185 B: Der Mann, oder wenn er ein Mann wird, im Teenage-Alter, dann wird er sich bewusst wie er wirkt,

186 auch körperlich, das war auch bei mir so, ich beobachte dies auch, soweit ich kann, bei der neuen

187 Jugend, und dann gehen sie pumpen und trainieren und streben nach einem gewissen Körperbild, welches

188 eigentlich nicht erreichbar ist. (*Pause*) Das ist, weil es irgendwie ein Ideal gibt, wie man

189 auszugehen hat... Und das suggeriert Kraft, Fähigkeit, und wahrscheinlich auch Potenz, und Kontrolle

190 über sich selbst, man kann beschützen. Und das ist sehr ein altertümliches, stereotypisches

191 Männerbild, projiziert auf den Körper. Und gleichzeitig muss man body-positive sein und... *(Pause)* Ein

192 bisschen Abstand nehmen können da der heutige Mann nicht diese Sachen anstreben soll... Und in diesem

193 Spannungsfeld befinden sich die Männer. Gleichzeitig, du fragtest, ob ich mich schon jemals feminin

194 gefühlt habe... Ich fühle mich nicht feminin, aber ich würde sagen, du merkst irgendwie, dass da einer

195 stärker oder grösser ist. Das merkst *(betont)* du als Mann. Dass einer mehr Potenz *(betont)* hat in

196 diesem Sinne, nicht im rein sexuellen Bereich, sondern, Potenz heisst Kraft. Was gleichzeitig eben

197 nicht feminin bedeutet. Das merkt, glaube ich, jeder Mann.

198 I: Der Vergleich, den man macht...

199 B: Implizit oder explizit, genau... Das merkt jeder Mann ein bisschen. Etwas, das mir gerade

200 eingefallen ist... Ich bin 1.79m und ich hatte während meiner langen, langen Singlezeit auch erlebt,

201 dass von den Frauen sehr... *(Pause)* Zum Beispiel die Grösse spielt immer noch sehr eine Rolle, der

202 Mann muss einfach grösser sein. Es hat mich selten betroffen, bis gar nie, aber ich glaube, wenn du

203 die "average-Frau" fragen würdest, wie gross ist denn der optimale Mann, ist er 1.84 Meter. Und das

204 ist, glaube ich, ein Thema, dass bei den Männern ganz gross ist.

205 I: Körpergrösse?

206 B: Körpergrösse. Und vor allem kleinere Männer... Das ist ein Thema. Das ist eben wieder... Also zurück,

207 du hast nach der Hypermann gefragt.

208 I: Ja genau. Und zusammengefasst, es ist auch wirklich spannend, das du gesagt hast, dass da ein

209 Spannungsfeld vorhanden ist. Die Äusserlichkeiten und mit aber auch Einstellungen vereint im Sinne

210 von... Also ich habe dich richtig verstanden, man muss einen Hypermann sein der aber auch Sexpositive

211 ist und die neuen Wertvorstellungen vereint?

212 B: Ich weiss nicht was Sexpositive ist, aber was ich gemeint habe, ist... *(Pause)* Also ich werde das

213 jetzt karikieren, aber der Mann muss irgendwie noch das Sixpack haben, crazy, aber muss trotzdem

214 Brunchen gehen den ganzen Sonntag und dann noch an eine Kunstaussstellung gehen. Und das ist rein

215 physiologisch gesehen einen fucking Widerspruch, oder? Und das ist das Spannungsfeld, das ich meine.

216 I: Das ist super, dass du das so darstellst... Fühlst du dich aber selbst auch in diesem
217 Spannungsfeld? Und was meinst du, hat das für einen Einfluss, oder was erlebst du, du hast ja Körper
218 und Geist erwähnt, was erlebst du da genau?

219 B: Ich mache sehr viel Sport und auch durch den Sport habe ich für mich persönlich, Geschmäcker
220 können sich unterscheiden, ich bin sehr happy mit meinem Körper und ich fühle mich sehr (*betont*) gut
221 in meinem Körper. Und wenn ich diese Frage auf mein Sexleben beziehe, dann hat das einen positiven
222 Effekt auf meinen Geist, weil ich mich sehr wohl fühle. Das hat damit zu tun, dass ich finde, das
223 ich durch den Sport, den ich mache, Ausdauersport, ich bin nicht massiv (*betont*) aber athletisch,
224 schlank, dass ich mich sicher fühle und wohl dabei, und dass mir das, wie soll ich sagen, durch das
225 habe ich Körper und Geist... (*Pause*) Ich fühle mich wohl. Weisst du wie ich meine? Das hat diesen
226 Effekt. Ich fühle mich dann eben genau wie (*Pause*) fähig oder gut, ich weiss nicht genau wie ich das
227 sagen soll. Ich habe die Frage nicht ganz...

228 I: Ich weiss genau wohin du willst, das Spannungsfeld ein Hypermann zu sein der aber auch brunchen
229 gehen muss...

230 B: Genau. Ich kann das für mich persönlich recht gut erfüllen.

231 I: Also das Spannungsfeld kannst du...

232 B: Gut navigieren, sagen wir es so. Weil ich grundsätzlich sehr, sehr happy mit meinem
233 Erscheinungsbild bin, körperlich, auch wenn (*Pause*) das ganz klassische Leitbild massiv muskulös ist,
234 aber diese Ästhetik die ich mitbringe oder wenigstens das Gefühl habe, sie mitzubringen, (*lacht*)
235 körperlich, entspricht doch schon auch dem, das man "doch, doch" sagen kann. Und das gibt dann so
236 eine Balance. Und diese Balance für mich selbst hilft mir dann eben auch, das Spannungsfeld zu
237 navigieren, dass ich diese Sicherheit habe. Du siehst gut aus, du entsprichst diesem Dings, und du
238 kannst jetzt brunchen gehen, blöde gesagt. Weisst du wie ich meine. Aber wenn du das nicht hast,
239 habe ich das Gefühl, ist es sehr schwierig. Es ist fast unmöglich.

240 I: Also, zusammengefasst, so wie dein Körper ist und welchen Bezug du zu deinem Körper hast, dir
241 hilft, in dem Spannungsfeld wo sich gewisse Männer heutzutage drin befinden, maskulin zu sein aber
242 gleichzeitig mit der Freundin Brunchen gehen, da du den Bezug zu deinem Körper hast fällt dir das

243 einfach.

244 B: Genau. Und für mich ist dieses Spannungsfeld in diesem Sinne entladen. Es ist wie ein Privileg.

245 Gleichzeitig, was ich sagen will, ist, es spielt mir sehr entgegen, dass ich eine Leidenschaft habe

246 für den ganzen Sport und alles und das Privileg habe das ich keine Gebrechen habe. Das passiert

247 nicht ohne sehr viel Aufwand und das ist absurd, dass das Männerbild das hypermaskuline Männerbild

248 existiert und man das Gefühl hat, dass ein Mann dies erfüllen kann.

249 I: Aber du siehst dich jetzt nicht unbedingt als... Oder anders gesagt, eiferst du, oder in wie fern,

250 eiferst du dem nach? Du sagst es braucht viel Aufwand...

251 B: Ja, es ist ein Wechselspiel zwischen dem Nacheifern, weil ich merke, wie viele positive Effekte

252 das es hat, und dem nacheifern weil es halt eben irgendwo durch gewisse Erwartungen hat wie du sein

253 solltest.

254 I: Also doch das Leitbild des Hypermannes. Weil du sagst, man sollte sein wie...

255 B: Jaja, klar, aber lustig ist auch, in meiner Erfahrung ist es nicht so, seit ich das Gefühl habe

256 ich erfülle körperlich gewisse Eigenschaften, dass ich ein schlechteres Feedback bekomme. Explizit,

257 aber auch implizit, das spürt man ja irgendwie. Du spürst ja irgendwie, wenn jemand... Beispiel, wenn

258 eine Frau das... Gewisse Sachen attraktiv findet zum Beispiel. Oder du spürst auch wenn... Ja, es sind

259 so kleine Sachen, und das spürst du.

260 I: Und wenn du jetzt sagst, du bist mit deinem Körper zufrieden, so wie ich das verstanden habe,

261 inwiefern hat das einen Einfluss darauf, wie zufrieden du bist in deiner Sexualität, beim

262 Geschlechtsverkehr?

263 B: Ich glaube das hat fast ein bisschen einen narzisstischen Part, insofern dass du das Gefühl hast,

264 du bist ästhetisch, im Akt. Du hast das Gefühl, dass du begehrt bist, und das findest du natürlich

265 gut. Jetzt wenn Narzissmus (*betont*) in diesem Sinn...

266 I: Es gibt auch einen gesunden Narzissmus...

267 B: Genau. Ich habe glaub schon... Auch dort ist es ein Wechselspiel. (*Pause*) Ich habe gemerkt, dass

268 ich im Vergleich zu meinen Sexualpartnerinnen immer tendenziell wohler gefühlt habe in meinem Körper,

269 wenn wir miteinander geschlafen haben als vielleicht die Frau. Dass ich nie den Moment hatte, das

270 Gefühl, dass ich mir die Decke über mich ziehen muss um mich zu verdecken, ich meine das gibt es ja

271 alles. Ich bin "ultra, ultra comfortable" in meinem Auftreten, in dem Bezug. Nicht im Akt, das

272 möchte ich überhaupt nicht suggerieren, aber einfach im Fact, dass ich meinen Körper nackt zeige,

273 jemandem der auch nackt ist. Das hilft mir, dass ich das Gefühl habe....

274 I: Wie zufrieden bist du mit deiner Sexualität?

275 B: Was heisst Sexualität?

276 I: Wie zufrieden bist du mit der Partnersexualität, wenn du mit einer Partnerin sex hast.

277 B: Also im Moment gerade sehr. *(lacht)*

278 I: Das ist schön, das ist super. *(lacht)*

279 B: Ich kann es nicht eindeutig beantworten.

280 I: Ich kann dir sonst auch noch eine Frage dazu stellen. Du hast bereits geantwortet das du sehr

281 zufrieden bist...

282 B: Ja, jetzt! *(betont)*

283 I: Es geht auch um jetzt. Weil...

284 B: Ich glaube, jetzt habe ich so starke Gefühle, es fühlt sich anders an. Und viele Jahre war das

285 nicht so bei mir. Und diese Zufriedenheit kommt wahrscheinlich von dem, jetzt gerade. Es hat gar

286 nicht unbedingt mit dem Sex zu tun, mit dem Akt *(betont)*. Sondern mit den anderen Sachen. Aber ich

287 bin eigentlich recht happy mit meiner Sexualität, so insgesamt, seit ich sexuell aktiv bin, kann ich

288 sagen, ich bin mehr oder minder sehr happy, eher mehr als minder, gleichzeitig, auch hier... Ich

289 glaube ich falle absolut nicht aus dem Rahmen. Und vielleicht ist meine "Happyness" auch geprägt vom

290 Fakt, dass ich weiss... Man kann gar nicht "unhappy" sein, weisst du wie ich meine.

291 I: Aber das ist auch schön zu wissen, und das ist nichts, was man komisch finden muss oder irgendwie

292 verstecken, es ist schön, dass du das so wertschätzen kannst. Bezüglich der Sexualität,

293 Partnersexualität, wenn du jetzt auf den Alltag schaust, du hast dich ja eingeordnet in gewisse

294 Rollen, deine Haltung wie du dich stereotypisch bezeichnest... Welche Rolle nimmst du beim Sex ein?

295 B: Ich... Uff... *(Pause)* Ich glaube, dass ich immer einen gewissen Druck verspürt habe, während dem Sex,

296 nicht in einer Beziehung, eine gewisse Kontrolle zu übernehmen, und zu führen. Ich habe den

297 «Performance-Druck» definitiv immer verspürt, und habe diese Rolle auch immer bewusst versucht zu
298 übernehmen. Und in dieser Rolle... habe ich mich viele Jahre gesehen. Der Unterschied zu der
299 Beziehung und auch meinen vergangenen Beziehungen, ist, dass du die Rolle bald mal abgelegt hast.
300 Weil du einfach viel mehr Vertrauen schaffst, und Intimität, und Vertrautheit, und dann eben
301 wirklich mit Gefühlen im Spiel und so... das Ablegen kannst. Ich sehe mich auch jetzt nicht in dieser
302 Rolle, dass ich irgendwie leisten muss, ähm, aber du willst es wahrscheinlich. Ich habe das Gefühl,
303 ich, oder vielleicht auch viele andere Männer, wollen (*betont*), dass bis zu einem gewissen Grad.
304 Blöd gesagt, du willst performen können. Das ist mal explizit gesagt. Du willst stehen (*betont*)
305 können, zum Beispiel.
306 I: Macht auch Sinn, oder?
307 B: Ja, genau. Oder du willst aushalten (*betont*). Das ist für viele vielleicht auch ein Thema. Oder
308 du willst "exciten" können. Du willst etwas bieten (*betont*). Diese Sachen hast du in einer
309 nicht-Paarbeziehung viel eher als in einer Beziehung. In einer Beziehung ist das vielleicht etwas
310 was du als Mann sein möchtest, weil es der Sexualität guttun kann, am Sexleben guttut, es kann der
311 ganzen Intimität guttun, muss aber nicht, und ausserhalb einer Beziehung habe ich das Gefühl, es ist
312 eine Erwartung. Entweder von dir an dich selbst oder des Gegenübers. Von der Frau.
313 I: Das performen, und die Führung zu übernehmen.
314 B: Ja, genau. Ich wollte es nur auf mich beziehen, auch das ist wieder das Spannungsfeld, in welchem
315 ich mich immer wohl gefühlt habe, insofern dass ich keine Mühe habe, das zu navigieren.
316 I: Dass du performen konntest...
317 B: Ich habe nicht immer performen können, das wäre gelogen, das ist auch okay (*lacht*), hat mich
318 manchmal schon ein bisschen beschäftigt, logisch, aber ich glaube das haben alle Männer...
319 I: Aber du bist ja trotzdem zufrieden mit deiner Performance, hast du gesagt, diese entsprechenden
320 Erlebnisse haben dich ja nicht so sehr tangiert...
321 B: Nein, natürlich nicht. Im Moment (*betont*) ist es nicht so nice, aber ich meine, du hast als Mann...
322 (*Pause*) Es ist auch wieder das Spannungsfeld, ehrlich gesagt. Du musst ein bisschen beides sein aber
323 kannst nicht... usw.

324 I: Heisst? Was musst du beides sein?

325 B: Ich muss wirklich unterscheiden zwischen nicht in einer Beziehung und nicht mit Gefühlen und

326 Emotionen verbunden oder mit Gefühlen und Emotionen verbunden. Und wenn du nicht (*betont*) in einer

327 Beziehung bist, dann habe ich das Gefühl als Mann, hast du viel mehr das Gefühl dass du jetzt

328 liefern musst. Du musst (*betont*), aber du willst auch. Aber deine Frage war...

329 I: Wenn du jetzt sagst Spannungsfeld, das würde mich wundernehmen, wo siehst du ein Spannungsfeld

330 zwischen den Rollen und Stereotypen und der Sexualität? Ich habe verstanden, dass du dort eins

331 siehst...

332 B: Das gleiche wie in Bezug auf den Körper, im Prinzip, und das gleiche in Bezug auf die

333 gesellschaftlichen Rollenbilder. Der Mann muss eigentlich ein Gorilla sein, um dies sehr plakativ zu

334 sagen, aber gleichzeitig grauenhaft zärtlich. Weisst du wie ich meine. Und du musst das navigieren,

335 als Mann, oder du hast das Gefühl, dass du das navigieren musst. In einer Beziehung hast du Zeit und

336 Vertrautheit, um eine Beziehung aufzubauen, auch sexuell. Wo du das relativieren oder loswerden

337 kannst. Wenn du einfach so "random casual" eine Affäre hast oder "sexual encounters", dann hast du

338 dies vielleicht nicht und dann bewegst du dich in diesem Spannungsfeld und irgendwo wie falsch...

339 Gleichzeitig möchte ich als "average" Mann, wo ich irgendwie halt bin, sagen, ist das halt nicht

340 irgendwo durch schwierig, denn es ist dir gewissermassen auch ein bisschen egal und du machst

341 einfach. Es geht dir nicht schlecht dabei, oder auch nicht besser. Es ist nicht sehr schwierig.

342 Verstehst du was ich meine?

343 I: Du darfst dir gerne mal diese Definition durchlesen, meine Frage ist, wie geht es dir mit,

344 aufgrund dieser Definition mit der Erotisierung deines Körpers? Deinem eigenen Körper?

345 B: Wenn meinen Körper erotisiert wird?

346 I: Wie geht es dir mit der Erotisierung deines Körpers im Sinne von, wie erregend findest du deinen

347 Körper?

348 B: Ich, meinen Körper? Gut, sehr (*betont*).

349 I: Und wie geht es dir mit der Erotisierung deines Penis?

350 B: Ich weiss nicht genau was du meinst.

351 I: Was du unter Erotisierung verstehst? Also, als Beispiel...

352 B: Finde ich meinen Körper erotisch?

353 I: Ich stelle eine andere Frage. Inwiefern siehst du deinen Penis in der Selbstbefriedigung.

354 B: Immer. Ja.

355 I: In Fantasien auch? Wie gestaltet sich das?

356 B: Ja, in Fantasien.

357 I: Magst du erzählen, was solch eine Fantasie wäre?

358 B: Wenn ich mich selbst befriedige, was ist mein "go-to"? Hey, meistens Oralsex. 80% Oralsex.

359 I: In Fantasien oder mit Pornos?

360 B: Ich schaue Pornos, meistens einfach sehr passiv, um ein bisschen ein "Mood" zu setzen, auch dort

361 sehr viel Oralsex. Und das konsumiere ich einfach um ein "Mood" zu setzen. Wenn ich mich selbst

362 befriedige, habe ich eigentlich Bilder im Kopf, die ich real schon gesehen habe, meine eigenen

363 sexuellen Bilder, ich glaube es ist nicht sehr inspiriert insofern, dass ich das fast ein bisschen

364 mechanisch mache. Weil ich weiss, es geht nicht um den Job. Weisst du wie ich meine. Und ich bin

365 immer dabei, ich (*betont*), und es sind zwei, drei Frauen, aus meiner Vergangenheit, ziemlich

366 spezifische sexuelle... (*Pause*) Als wir halt Sex hatten, und es sehr geil war, und eben, 80% oder

367 vielleicht dreiviertel hat irgend so einen Oralsexcharakter. Und es ist immer mein (*betont*) Penis.

368 I: Du siehst deinen (*betont*) Penis.

369 B: Absolut. Und der andere Teil ist so der klassische "Doggystyle".

370 I: Und da siehst du auch deinen Penis?

371 B: Immer (*betont*) ich. Es bin immer ich. Genau. Und sobald ich Gefühle habe für eine Frau, mit einer

372 Frau, das kann ich jetzt grad sagen, ich habe fast ein schlechtes Gewissen. Ich denke auch an sie,

373 und (*Pause*) es hat fast keine Oralsexkomponente mehr, und es ist "ultra" Blümchensex.

374 I: In deiner Fantasie?

375 B: Ja, "ultra blümchen". Es ist so "pure" und so, fast langweilig. Ich befriedige mich eigentlich

376 mit einer Vorstellung von Intimität und Vertrautheit. Und überhaupt nicht dieses Pornografische...

377 halb gewalttätige... weisst du wie ich meine. Meine Fantasien, in diesem Moment, sind schon ein

378 bisschen so (betont). Es ist nicht, irgendwie, sehr zärtlich was in meinem Kopf abgeht.

379 I: Aber in diesem Kontext jetzt, generell, du siehst dich als penetrierenden Mann? Was hat

380 Penetration in diesem Sinn für eine Bedeutung für dich, auch an das Mannsein gekoppelt?

381 B: Der einzige Aspekt, wo ich sagen würde, der eine Bedeutung fürs Mannsein hat, ist, dass du

382 penetrieren kannst. Sprich, dass du erigiert bist. ...? Das ist das einzige. Ich glaube, das kommt

383 davon (*Pause*) Das, paar Mal passiert dir halt mal, also mir, dass das nicht klappt. Und dann... Ich

384 glaube, das kommt ein bisschen von dem.

385 I: Dass du im Kopf hast, dass du musst (*betont*).

386 B: Ja natürlich. Ich glaube es ist auch völlig natürlich, dass man mal nicht performen kann, und es

387 ist auch völlig natürlich, dass man auf Grund dessen auch... (*Pause*) Damit der Penetrationssex

388 funktioniert, du das Gefühl hast, du musst zumindest erigiert sein. Und... Das ist eigentlich das

389 einzige, das ich in diesem Sinn als penetrierender Mann, wie ich mich auch sehe, wie du sagst, das

390 Gefühl habe, diese (*betont*) Rolle musst du erfüllen.

391 I: Hat das für dich auch damit zu tun, dass du performen und die führende...

392 B: Weniger, was ich damit meine ist eigentlich, dass du der Gorilla-Part übernehmen musst. Das du

393 vielleicht ein bisschen rau sein musst, obwohl du dies vielleicht eigentlich gar nicht brauchst,

394 aber das Gefühl hast, dass du so führen musst. (*Pause*) Ja, ich weiss doch auch nicht. Deine Frage

395 war, wie verbindest du Penetration mit Männlichkeit. Es geht für mich gar nicht um das. Nicht für

396 mich. Ausser... Nein, ich glaube, du fühlst dich nicht als Mann, wenn du nicht fähig bist, zu

397 penetrieren. Und wenn du fähig bist, zu penetrieren, als Mann, vielleicht kommst du nicht,

398 vielleicht, keine Ahnung, kommt sie nicht, und du hast das Gefühl, es ist gar nicht so guter Sex,

399 aber du hast den Part vom Mann übernommen.

400 I: Das ich das richtig verstehe, auch wenn sie nicht kommt, und du konntest penetrieren und bist

401 gekommen, war es trotzdem, gleich gut?

402 B: Ich glaube, nein, es war nicht gleich gut, aber ich haben den Mann-Part erfüllt in Bezug auf die

403 Penetration. Was halt viele Männer, in Bezug auf das, wenn sie nicht performen können, also nicht

404 penetrieren können oder zu wenig erigiert sind, dass sie sich dann entmannt fühlen. Und das würde

405 ich (*betont*) so auch sagen. Das passiert dir selten, als Mann, glaube ich, weil du grundsätzlich

406 (*betont*) eigentlich... (*lacht*). Aber wenn es dann passiert, dann bist du komplett in deinem Selbstbild

407 schockiert und dann (*betont*) fühlst du dich entmannt.

408 I: Und das ist für dich zusammenhängend mit ich kann nicht penetrieren und quasi mit der Bedeutung

409 vom Mannsein...

410 B: Ich würde sagen, das ist bei mir drei, vier, fünf Mal tatsächlich passiert, in meinem Leben, und

411 ich habe mich jedes Mal so gefühlt. Definitiv (*betont*).

412 I: Es steht und fällt halt... wortwörtlich.

413 B: Ja genau, genau (*lacht*). Ja, fix (*lacht*). Aber in Bezug auf Penetration ist dies das Einzige, was

414 ich mit Männlichkeit verbinden würde.

415 I: Okay. Ich hatte vorher schon das Thema Selbstbefriedigung angesprochen. Du sagtest, du siehst

416 entweder dich penetrierend, "Doggystyle", oder du siehst wie du Oralsex empfängst oder in diesem

417 Moment mit deiner Partnerin sehr emotional, emotionsbezogen, Intimität... (*Pause*). Wie sieht die

418 Selbstbefriedigung, also ich weiss, bei dem Intimitätssex ist es vielleicht ein bisschen anders

419 konnotiert, aber alles in allem, brauchst du zum Beispiel Gleitgel, in welcher Position bist du?

420 B: Nein, und liegend, auf dem Rücken, im Bett. (*Pause*) (*lacht*) Hey die Decke ist über mich gezogen.

421 Ich schaue keine Pornos zur Selbstbefriedigung.

422 I: Nur am Anfang wegen dem "Mood"...

423 B: Es ist wirklich "rediculous". Ich weiss, zum Teil, Pornos sind eigentlich total scheisse (*lacht*),

424 und du versuchst wie, weil du nicht die ganze Zeit auf Instagram schauen willst, versuchst du halt

425 auch als Mann der ein bisschen "aware" ist nicht die ganze Zeit diese Kacke zu konsumieren, und du

426 «kasteist» dich ein bisschen, aber dann legst du dich hin, machst deine Augen zu und berührst dich

427 ein bisschen und spielst diese Bilder, das geht halt einfach länger, als wenn du schnell auf Pornhub

428 gehst und du weisst, dieses Video, 1.13 min, da ist dieses Bild wo irgendwie gerade den "Mood

429 setzt" und dann kannst du den Laptop wieder schliessen und weisst du wie ich meine, 30 Sekunden and

430 "you're done", "back to work", oder. Ich bin ja im Homeoffice. Aber so sieht bei mir eigentlich

431 Selbstbefriedigung aus.

432 I: Was machen deine Hände? Du sagtest schon, unter der Decke, kannst du mir sagen was der Rhythmus
433 ist, betr. Geschwindigkeit?

434 B: *(Pause)*, Schneller, kurz bevor ich komme...

435 I: Also was machst du im letzten Drittel der Selbstbefriedigung?

436 B: Ich weiss nicht, was... Meinst du was passiert, oder was ich bewusst mache?

437 I: Ich habe die Hände angesprochen. Du sagst, du wirst schneller gegen den Schluss, und deshalb habe
438 ich mich auf den letzten Drittel bezogen, weil es mich wundert, was machst du dann damit du zum
439 Orgasmus kommst, bezüglich z.B. Hände, was macht deinen Bauch, das Becken...

440 B: anspannen. Meine Oberschenkel spanne ich auch an.

441 I: Gestreckt auch?

442 B: Ja, ich weiss nicht, ob ich das bewusst mache oder ob das passiert. Ich glaube ich krümme meinen
443 Rücken...

444 I: Nach vorne oder hinten?

445 B: Nach vorne, ich liege ja, drücke mein Becken tendenziell nach oben. *(Pause)* Ich werde schneller
446 und ich drücke fester mit der Hand. Und ich habe meine Hand eigentlich nie umgriffen.

447 I: Noch eine Lücke...

448 B: Ja, irgendwie so ein Griff, zwischen vielleicht drei oder vier Fingern. Nie so ganz *(betont)*.

449 I: Okay, ja. Und der Beckenboden, sagt dir das etwas? Zum Beispiel diese Anspannung im Po, du sagst
450 du kommst hoch, das heisst, es gibt eher eine Anspannung im Po, oder weniger?

451 B: Ja doch, wahrscheinlich schon.

452 I: Mehr generell Muskelspannung im unteren Bauchbereich...

453 B: Tendenziell ja...

454 I: Und inwiefern bewegst du dich sonst, du kannst ja mit dem Becken so ein bisschen... Bewegungen
455 machen die nicht nur Spannung sind...

456 B: Während der Selbstbefriedigung? Tendenziell wenig... aber wenn, dann so ein bisschen die
457 «stossenden Bewegungen», wenn, dann. Aber eher weniger.

458 I: Und im Paarsex? Wenn du, sagen wir, "Doggystyle-sex" hast? Inwiefern bewegt sich dein Becken?

459 Oder, andersherum gefragt, kannst du mir sagen, ob dein Becken eher starr (*betont*) bleibt oder
460 bewegt sich dein Gesäss?

461 B: Tendenziell eher auf der starren Seite Ja, eher so. Nicht.... (*Pause*) 100% starr. Aber
462 wahrscheinlich schon nicht der Hüftschwung des Jahres (*lacht*).

463 I: Ich habe dich das gefragt, weil... Als du ein Kind warst, da beginnt man sich ja ein bisschen zu
464 entdecken, inwiefern kannst du dich an das erinnern, auch im Bezug darauf, wie deine Eltern darauf
465 reagiert haben. Inwiefern kannst du dich ans «Selbsterkunden» erinnern.

466 B: Meine Eltern haben mich halt nie auf das angesprochen, ich habe auch nie mit meinen Eltern über
467 Sex und Aufklärung gesprochen, was auch immer, mein Vater ist zu sowas gar nicht fähig. Meine Mutter
468 ist zu sowas fast nicht fähig (*lacht*), und was sie sicher nicht fähig wären, wenn ich... Irgendwie
469 anders wäre, sie könnten nicht über das sprechen, sie wären komplett okay mit allem, aber sie haben
470 mich als Teeny oder erwachsenen Mann niemals auf so etwas intimes angesprochen, wie du jetzt mit mir
471 dieses Gespräch führst. Aber meine Eltern, komplett «out of the picture», als ich meine Sexualität
472 entdeckt hatte.

473 I: Hatte es mal ein Erlebnis gegeben, als Junge beginnt man ja so ein bisschen herumzuspielen, das
474 ist ja dann spannend, kannst du dich daran erinnern, dass sie das mal beobachtet hatten, eine
475 Situation, und wie sie darauf reagiert hatten?

476 B: An sowas kann ich mich nicht erinnern, nein. Ich erinnere mich daran wie ich das angefangen habe
477 und so, und was meine Fantasien waren, was ich das Gefühl hatte, wie Sex ist, ich kann mich relativ
478 klar an das erinnern. Aber... (*Pause*) Meine Eltern... Nein.

479 I: Und Doktorspiele? Kinder untersuchen sich ja gerne selbst, hast du da Erinnerungen?

480 B: Nein, keine Erinnerungen daran. Nein.

481 I: Hast du Geschwister?

482 B: Eine Schwester.

483 I: Ja das ist auch etwas was nicht alle Kinder machen, manche erinnern sich auch nicht...

484 B: Ich bin mir sicher... Nie sowas gemacht, ganz sicher.

485 I: Ist auch verständlich, mit Eltern die nicht so darüber sprechen...

486 B: Gar nicht. Weder über körperbezogenes noch emotionales, wir sprachen nie darüber.

487 I: Und alles in allem, es neigt sich zum Ende, hast du noch irgendwas, dass dich beschäftigt oder

488 dir geblieben ist? Wir sind ja von den Rollen als Mann im Alltag, Stereotypen, Attribute, Leitbild

489 des Mannes, über Selbstbefriedigung, Sexualität, was es für einen Einfluss hat... Kommt dir noch etwas

490 in den Sinn, habe ich etwas nicht gefragt, würdest du gerne noch was hinzufügen?

491 B: Nein, ich finde es ein spannendes und wichtiges Thema, weil ich glaube, dass ich fast so ein

492 bisschen den «Poster-Boy» für viele sexuelle Biografien bin...

493 I: Auch in deinem Umfeld?

494 B: Ja (*betont*), was hat einer mit 30 Jahren durch gemacht. So der Durchschnitt. Ich glaube, dass...

495 (*Pause*) Ich habe wirklich wenig auf diesen Weg mitbekommen, so der Durchschnitt.

496 I: Wie meinst du das?

497 B: Ja also, all diese Fragen, die dich beschäftigen, Bewusstsein für den eigenen Körper, Sexualität,

498 Rollenbilder, Gesellschaft, usw. Den Zusammenhang, wie man es navigieren kann, Erwartungen, was

499 keine Erwartungen sind, wie es sein sollte, wie es sein kann, all diese Sachen habe ich wie selbst

500 erlernen müssen. Es ist insgesamt recht "challenging" und, ich kann mir gar nicht vorstellen, wie es

501 ist, wenn man noch irgendwie ein bisschen anders ist als ich, weisst du wie ich meine.

502 I: Weil du es schon schwierig genug findest dich selbst zu sein...

503 B: Ja, genau! Objektiv kann man sagen, dass es nicht so schwierig ist, im Vergleich.

504 I: Aber du findest es schon als «average-boy» schwierig.

505 B: Ja sehr (*betont*). Und deshalb habe ich das Gefühl, dass es ein wichtiges Thema ist. Wir können

506 eigentlich der heutigen männlichen Jugend (*Pause*) viel mehr auf den Weg geben, dass sie sexuell

507 «gesünder» macht, so zu sagen.

508 I: Was wäre dann für dich «ungesund» in diesem Kontext?

509 B: Das man nicht darüber spricht, dass niemand, der eine gewisse "Seniorität", wie die Eltern, oder

510 eine Bezugsperson, zu der man als Jugendlicher hinaufschaut, «real talk» macht. Ein Mann zu sein,

511 auch sexuell, also «sexually a man» zu sein. Das hat es bei uns nie gegeben. Ich hatte keine

512 Identifikationspersonen. Ausser, was ich konsumiert habe. Und so wie ich jetzt bin, ist das Produkt

513 von mir selbst. Und ja, ich habe das einfachste aller Landschaften, um da gut raus zu kommen, weisst

514 du wie ich meine. Aber das muss ja nicht immer so sein. Und so ein «Teenage-mind» ist ja nicht sehr

515 reflektiert. Deshalb finde ich das ein wichtiges und spannendes Thema und ich mache mir auch sehr

516 gerne Gedanken über das. Ich nehme auch dieses Interview als Gedankenanstoss natürlich (*lacht*).

Julio

- 1 I: Ich möchte gerne von dir wissen, was einen Mann zu einem Mann macht.
-
- 2 B: Ich habe das Gefühl, dass ich das irgendwie gar nicht so beantworten kann. *(Pause)* Keine Ahnung,
-
- 3 ich habe bei mir eher das Verständnis dafür, dass alle Menschen sind und man wird mit irgendeinem
-
- 4 Biologischen Geschlecht geboren, danach passieren Sachen und Prozesse, keine Ahnung... Und man wird zu
-
- 5 dieser Person, in die man reinwächst. Von allem... Darum finde ich es schwierig... Es gibt ja auch noch
-
- 6 diese klassischen Rollenbilder, die wie so... Ich identifiziere mich mit ihnen irgendwie nicht so.
-
- 7 I: Dann definierst du für dich einen «Mann» nicht als «Mann»?
-
- 8 B: Also ich meine, klar, wenn jemand sagt «ich bin ein Mann», dann ist es wie so voll easy, das
-
- 9 spielt für mich nicht so eine Rolle. Es gibt nicht so ein Bild von dem ich denke, dass diese Person
-
- 10 erfüllen muss, wenn diese Person sagt, sie sei ein Mann.
-
- 11 I: Hast du in dem Fall auch nicht ein konkretes Bild in deinem Kopf wie ein Mann aussehen muss? Wie
-
- 12 würde dann für dich so ein Leitbild eines Mannes aussehen?
-
- 13 B: Klar habe ich ein Bild von einem «Mann» im Kopf. Das haben wir alle. Das kann wahrscheinlich gar
-
- 14 niemand abstellen.
-
- 15 I: Kannst du das mal ein bisschen beschreiben?
-
- 16 B: Hey ja *(lacht)*, das ist so doof... Das ist halt diese Bild, dass man einfach so im Kopf hat
-
- 17 irgendwie. So eine Person, eher kürzere Haare meistens, vielleicht so ein bisschen einen Bart oder
-
- 18 so, aber irgendwie stelle ich mir einen Mann ein bisschen so vor... Ich weiss es nicht... Ja voll.
-
- 19 I: Wie ist die Postur?
-
- 20 B: *(Pause)* Ich habe eher so ein Gesicht im Kopf, wenn ich an einen Mann denke. Gar nicht so das
-
- 21 Ganze.
-
- 22 I: Welche Eigenschaften hat dieses Gesicht?
-
- 23 B: Welche Eigenschaften? Kann ich gar nicht so sagen...
-
- 24 I: Rund, kantig...
-
- 25 B: Wenn du so fragst, dann schon eher kantig.
-

26 I: Hast du ein Bild im Kopf vom Leitbild der Rolle des Mannes?

27 B: Es gibt halt dieses Bild von dem, wie ich aufgewachsen bin, was nicht diesem Bild entspricht,

28 welches wie sagt, dass die Norm ist, dass der Mann das Geld nach Hause bringt im Familiären Kontext

29 und nach einer Karriere strebt. Das sehe ich schon auch, aber in meiner persönlichen Erfahrung war

30 es halt nicht so...

31 I: Ist das jetzt das Leitbild des Mannes? Wenn du jetzt so sagst, Karriere, Berufe, etc.

32 B: Also geht es so ums Leitbild, welches von der Gesellschaft oder von mir gesehen wird?

33 I: Von dir, aber du kannst auch den Unterschied erläutern vom Leitbild der Gesellschaft und wie du

34 das siehst.

35 B: Ich verstehe wie nicht, wieso es ein Leitbild von einem Mann oder was auch immer... ich mich damit

36 identifizieren soll. Es sollte ein Leitbild vom Menschen sein, eher. Das ist etwas was ich eher

37 vertreten könnte und meine Meinung abbildet. Es geht mehr darum, wie man einen Umgang generieren

38 kann, der für die Gesellschaft stimmt, welches die Gesellschaft bilden kann. Sobald man beginnt für

39 mit dem «Leitbild vom Mann oder Frau», dann beginnt man so zu kategorisieren und macht Schubladen

40 auf, verteilt Aufgaben, das finde ich einfach doof.

41 I: Wenn du dir den Haushalt mit einer Partnerin teilst, wie siehst du dort die Rollenverteilung?

42 B: Möglichst nicht. Ich finde es komisch, wir alle oder viele wohnen in einer WG, alle teilen alles,

43 alle machen irgendwie die Aufgaben, die sie sollten, aber da macht man ja auch alles. Ich verstehe

44 wie nicht, wieso es dann in einer anderen Beziehungsform als in einer WG zusammenzuleben, das

45 auflösen sollte. Also das es aufgrund dessen eine andere Verteilung geben sollte. So zum Beispiel:

46 «Ich mache jetzt keine Wäsche mehr». Das macht keinen Sinn. Ich bin halt auch so aufgewachsen. Meine

47 Eltern haben viel gearbeitet, beide haben gleich viel gearbeitet, hatten verschiedene Berufe, haben

48 sich in verschiedenen Sachen weitergebildet, beide gekocht, Wäsche gemacht.

49 I: Von der Geschlechterrolle werden auch Stereotype abgeleitet... Wie haben sich diese Rollen in

50 deinem Umfeld manifestiert?

51 B: In meinem Umfeld sehr fest (*Pause*), in meinem Umfeld ist es recht fest gleich, wenn es darum geht,

52 Sachen zu verteilen. Klar gibt es Sachen, die nicht gleich verteilt sind, vor allem bezüglich,

53 irgendwie, bezüglich Übergriffe. Das sind ja meistens Sachen, die von aussen in das Umfeld

54 reinkommen und dann ein Thema sind (*Pause*).

55 I: Du sagst, dass es in deinem Umfeld ausgeglichen ist, bezüglich Rollen, erkennst du in dieser

56 Dynamik, dass es trotzdem noch Sachen gibt, die Frauen oder Männer noch mehr machen?

57 B: Hey nein, irgendwie nicht so. Ich glaube, das liegt daran, dass in dem Umfeld, in dem ich mich

58 bewege, hat es viele Queere- und Transmenschen. Alle sind einfach... Man macht halt irgendetwas. Wenn

59 jemand Lust hat, etwas mitzumachen, dann macht man einfach mit, wenn nicht dann ist es auch easy.

60 Ich finde das sehr schön, dass das in meinem Umfeld so ist, vielleicht habe ich auch begonnen, Dinge,

61 die mir nicht passen, in die begeben sich mich nicht hinein. Es «bubbelt» dann halt auch schnell,

62 sehr fest sogar.

63 I: Wie erlebst du Stereotype in deinem Umfeld, gibt es Dinge die dir dies betreffend auffallen?

64 Inwiefern erkennst du noch in deiner «Bubble» den «männlichen» Stereotyp?

65 B: Ah dazu kommt mir etwas in den Sinn, bezüglich Stärke, wie Männer stark sind, also physisch, und

66 das habe ich so bemerkt bei uns Zuhause, als drei Männer bei uns gewohnt haben. Da hat jemand eine

67 Stange bei der Türe aufgehängt, und ich dachte «easy, solange ich mir nicht den Kopf stosse, stört

68 mich das nicht», dann hat aber jemand einen Zettel angeklebt, hat dann alle Namen der WG

69 aufgelistet und Stiche gemacht, wer wie viele Klimmzüge schafft. Und ich dachte mir so, nein, das

70 will ich nicht in der Wohnung haben. Ihr könnt eure Competition haben, das ist mir egal, ich finde

71 es doof, aber nimm den Zettel weg, wo auch mein Name draufsteht. Wenn ihr das machen wollt, könnt

72 ihr ja darüber reden, aber ich will nicht die ganze Zeit diese Competition sehen, wer ist stärker in

73 unserer WG.

74 I: Dann sagst du jetzt also, Mann gleich stark, oder Mann gleich Muskelkraft? Dass das doch etwas

75 ist, was du in deiner «Bubble» spürst?

76 B: Es wird dann halt doch so als lustig empfunden, mich hat es aber mehr gestört. Ich habe es dann

77 weggenommen und weggeschmissen, demonstrativ in den Abfall geworfen, mein Kollege hat darauf gerade

78 wieder einen neuen Zettel geschrieben, und ich war nur... What the fuck. Ich wurde wütend.

79 I: War das kürzlich?

80 B: Vor zwei, drei Monaten.

81 I: Andere Dinge bezüglich Stereotype sind dir nicht aufgefallen im Bereich der Männer?

82 B: Was mir von aussen auffällt, ist, dass Leute zu uns kommen und dann oft sagen, oh, es ist so

83 sauber hier. Und ich bin dann so, hä, ich fand das immer sehr komisch, eine Männer-WG muss doch

84 nicht dreckig sein und Männer können ja auch Kochen.

85 I: Ihr habt da ja in dem Fall den Stereotyp aufgebrochen.

86 B: Ja man ist so positiv überrascht, und wenn es nicht so wäre, ist man einfach nicht überrascht.

87 I: Wenn ich dich anhand dieser Begriffe, die auf den Karten stehen, fragen würde, welche Wörter

88 einen Mann beschreiben würden, wie sieht das dann aus?

89 B: Jetzt komme ich gerade sehr fest in dieses Ding von... Darum habe ich es auch interessant gefunden,

90 hier her zu kommen... Da ich dieses Bild für mich irgendwie nicht so habe oder das «Menschsein» an und

91 für sich eben schon, aber das «Mannsein» in mir drin ist nicht fix in Sachen aufgeteilt, ich merke

92 aber, dass es von aussen passiert wo Leute dann überrascht sind, wenn es nicht so ist. *(Pause)*

93 *(Pause)* Das ist so schwierig, wieso kann ich das nicht beantworten? Über äusserliche Merkmale haben

94 wir ja schon geredet, das Verhalten... Das man sich halt wie... irgendwie... was rund um einem passiert

95 irgendwie wahrnimmt und entsprechend auch irgendwie nicht anpasst aber eine konstruktive Rolle darin

96 annimmt aber das ist halt auch etwas, was ich finde, was für alle gelten sollte. Es wäre komisch,

97 wenn nicht. Ich finde es komisch, ich könnte jetzt wie so alles sagen... Für mich wäre es komisch,

98 wenn es exklusiv «nur für Männer» sagen würde. Ich finde es wirklich sehr schwierig, das zu

99 beantworten.

100 I: Dann sagst du, du teilst keine Charaktereigenschaften einem Mann zu, sondern generell einem

101 Menschen? Also ein Mensch verhältet sich so und so...

102 B: Klar ist es so, dass sich Männer tendenziell eher so und so verhalten, also in so einer

103 Situation...

104 I: Kannst du das mal genauer erläutern?

105 B: Es geht darum, wie ich *(betont)* verstehe und wie ich *(betont)* das definiere. Darum... ich möchte

106 das genau ja nicht machen.

107 I: Siehst du ein Spannungsfeld, zwischen wie du dich verhältst und wie «Männer» sich verhalten? Das
108 Spannungsfeld war jetzt gerade etwas suggeriert, aber wie geht es dir damit, dass sich «Männer» so
109 (*betont*) verhalten und du dich so (*betont*) verhältst?

110 B: Ich grenze mich schon sehr fest von diesem «machoiden» Mensch ab. Dort habe ich auch gar keine
111 Lust, aktiv etwas dagegen zu machen, da ich keine Energie habe dafür und zum Glück auch sehr wenige
112 Berührungspunkte, wenn ich dann irgendwie auf der Strasse dumm angemacht werde, dann muss man halt
113 irgendwie schauen (*lacht*) und es ist sehr dumm so und irgendwie beängstigend. Jetzt bin ich
114 abgeschweift.

115 I: Das macht gar nichts, es ist ja auch interessant, zu hören, dass du dumm angemacht wirst von
116 genau solchen «machoiden Männern». Was wurde dir in so einer Situation gesagt, oder wie begegnet?

117 B: Ja dann ist man irgendwie so unterwegs, schon meistens zu Fuss, alleine, farbig angezogen und
118 dann vielleicht ist man auch noch geschminkt. Und dann kann es sehr schnell passieren, dass man dann
119 dumm angemacht wird, wo Leute rufen «zieh dich doch richtig an, was bist du für einer», ja das ist
120 dann schon easy unangenehm. (*Pause*) Wenn ich Velo fahre passiert mir das nicht so. Dann ist man halt
121 irgendwie schneller, die Leute nehmen einen weniger wahr.

122 I: Was löst dies für eine Emotion bei dir aus?

123 B: Ein bisschen Unsicherheit, Unbehagen, man geht raus, macht sich auf den Weg irgendwohin, und dann
124 fühle ich mich eigentlich immer sehr sicher, ich weiss, dass das nicht bei allen Menschen so ist,
125 aber wenn so etwas passiert, dann habe ich eher das Gefühl, das ich mich auf dem weg von einem
126 «Safe-Space» zu einem «Safe-Space» befinde. Und dazwischen ist dann einfach diese Strecke, die man
127 dann einfach überwinden muss (*lacht*). Aber das habe ich grundsätzlich im Alltag nicht.

128 I: Was hast du das Gefühl, was diese Männer an dir wahrnehmen, dass sie dir diese Dinge Sagen, was
129 stört sie vielleicht in ihren Augen?

130 B: Ich habe das Gefühl... Ich werde ja als Mann gelesen und diese Menschen machen das dann ja auch.
131 Aber das passt ja dann nicht in das Rollenbild, welchen sie haben, wie ein Mann auszusehen hat. Das
132 entspricht ja dann mehr dem, wie sie selber aussehen und fühlen dann vielleicht ihre Männlichkeit
133 bedroht. Ihr Übermass an Privilegien bedroht, von dem wie ich (*betont*) mich anziehe... So abgefickt

134 einfach. Und schon noch "sad" (*lacht*).

135 I: Du hast gesagt, du wirst als Mann gelesen. Gerne würde ich anhand dieser Grafik wissen, wie du

136 dich mit dem gängigen Leitbild des Mannes identifizieren kannst. Wo ordnest du dich da ein?

137 B: Das kommt jetzt sehr darauf an, wo das man sich befindet, weil, ich bin im Appenzellerland

138 aufgewachsen, in einem ganz kleinen Dorf. Und das Bild welches du (*betont*) in deinem Kopf hattest

139 ist vielleicht eher so "Erz-konservativ", das ist wie so das, was dir so entgegenspringt, wenn ich

140 das so sage. Oder auch anderen Menschen. Aber das Dorf ist einen der «linksten Gemeinden» in der

141 Schweiz. Zusammen mit einer anderen Westschweizer Gemeinde haben sie das Ausländerinnen-
Stimmrecht

142 eingeführt. Mein Vater war der erste ausländische Gemeinderat, darum, dort ist es noch einmal etwas

143 anderes, als wenn ich in St. Gallen bin. Da ist es mehr inkongruent, als wenn ich in Zürich bin.

144 I: Wie verdeutlicht es sich, dass es in St. Gallen inkongruenter ist als in Zürich?

145 B: Ich bin nicht mehr so oft in St. Gallen und dort fühle ich mich viel mehr als Teil von den

146 Menschen um mich herum als in Zürich und darum, auch wenn ich niemand kenne, auch in Zürich, ist es

147 nicht so. Also auch wenn ich in Zürich rundherum niemand kenne, habe ich das Gefühl, ist es weniger

148 inkongruent.

149 I: Was macht es in Zürich kongruenter?

150 B: Mensch in der Stadt, in Zürich erlebt im Alltag automatisch mehr Diversität als in St. Gallen.

151 Dort wo ich aufwuchs, konnte ich sowieso machen was ich wollte, meistens findet es sowieso jemand

152 lässig und will es auch machen, und dann macht man es halt, es ist wie so egal, wie «weird» es ist.

153 Da will jemand auch mitmachen (*lacht*), solange es nicht illegal ist (*lacht*).

154 I: Wir hatten es ja so von geschlechterttypischem Verhalten und Rollen, wie ist es beim Sex, welche

155 Rolle nimmst du da ein?

156 B: (*Pause*) Was für mich sehr wichtig ist, ist, dass auch ich mich wohlfühle. Das man vorher zusammen

157 redet und auch während dem Sex kommuniziert. Was ist easy, was nicht, es gibt vielleicht Situationen

158 wo ich vielleicht etwas will oder nicht will, ich glaube das ist normal... Und dass man achtgibt

159 darauf. Was ich merke, ist, dass das jedoch noch nicht oft so ist, dass dies von männlich gelesenen

160 Personen kommt. Für mich ist es aber auch komisch, es sollte doch einfach so sein. Es ist ja schön,
161 dass man es gut findet, aber ich fühle mich dann manchmal ein bisschen komisch, wenn jemand dann
162 sagt... Ja nein, nicht komisch...

163 I: Also, wenn du fragst, ob das so okay ist, dass du dich dann wie...

164 B: Aha okay, nein, jetzt haben wir uns gerade falsch verstanden. Wenn man vor oder nach dem Sex
165 darüber redet oder vor allem nachher, wenn man während oder nach dem Sex darüber redet: «war es für
166 dich gut, so...». Und dann die andere Person dann sagt, dass es schön sei, dass ich danach frage,
167 aber für mich habe ich dann immer das Gefühl, dass ich dann immer ein bisschen in das Ding geschoben
168 werde von wegen «Männer machen das eigentlich nicht» und das finde ich halt falsch.

169 I: Du sagst also, dass das zusammenfassen vom Sex etwas ist, was Männer sonst so nicht machen? Also
170 das sie überrascht sind, wenn du das machst?

171 B: Genau, aber das hat auch sehr fest damit zu tun, dass ich mich überhaupt so wohlfühle in dieser
172 Situation.

173 I: Du machst es nicht, um ihr zu gefallen, sondern damit du dich wohl fühlen kannst und weil es dir
174 wichtig ist.

175 B: Voll.

176 I: Bezüglich aktiv und passiv sein beim Sex, wie erlebst du da deine Rolle?

177 B: Ich finde, es ist so Stimmungsabhängig und ich mag beides, es kommt auch darauf an, was die
178 andere Person möchte und dann findet man es heraus.

179 I: Wie geht es dir mit der aktiven Rolle?

180 B: *(Pause)* Ich glaube nicht sehr fest anders als mit einer passiveren Rolle. Mir gibt die aktive
181 Rolle nicht ein "ermächtigenderes" Gefühl.

182 I: Welche Bedeutung hat die aktive Stossbewegung für dich im Zusammenhang mit dem Mannsein?

183 B: *(Pause)* Ich meine es kann einen Teil von penetrativem Sex sein, aber ich habe jetzt nicht das
184 Gefühl, dass das besonders männlich ist, oder so. Aber ich habe mir das bisher auch nicht so
185 überlegt.

186 I: Wenn du deine Rolle als Mann im Alltag beobachtest, inwiefern beeinflusst dich deine alltagsrolle

187 beim Sex, siehst du da einen Zusammenhang?

188 B: Ja ich glaube schon. Man wird ja nicht per se zu einem anderen Menschen, wenn man Sex hat. Also...

189 Klar, wenn man jemand neues kennen lernt oder zum ersten Mal Sex hat mit dieser Person gibt es

190 Sachen die einen überraschen...

191 I: Wie zufrieden würdest du dich bezüglich deiner Sexualität einschätzen?

192 B: Ich würde mich schon als recht zufrieden bezeichnen. Es gab schon Zeiten wo ich bemerkt habe, es

193 ist gerade etwas viel, es gab selten Situationen wo ich das Gefühl hatte, das ich wirklich

194 unzufrieden war. *(Pause)* Zumindest nicht über eine längere Zeit. Und es ist jetzt nicht auch etwas...

195 Ja... Ich meine, Sex zu haben mit anderen Menschen ist ja sowieso etwas Schönes und Interessantes.
Man

196 hat ja auch sich selbst *(lacht)*.

197 I: Bezüglich Sexualität alleine, oder Partner*innen Sexualität, inwiefern erlebst du deine

198 Selbstbefriedigung als Mann? Inwiefern kommt dein Penis in deiner Fantasie vor?

199 B: Ich glaube, kann sein, muss aber nicht, und bei der Selbstbefriedigung ist es mehr... Je nach dem

200 ist es mehr so der einzige Teil, aber manchmal auch gar nicht, es kommt darauf an, wieviel Zeit man

201 sich dafür nimmt, das ist ja auch sehr unterschiedlich, also bei mir. Manchmal hat man Lust einen

202 Orgasmus zu haben *(lacht)* ... Und manchmal ist es auch easy, wenn es nicht so ist oder man sich Zeit

203 nimmt, herauszufinden, was man mag, dafür muss man sich ja mal überall selbst berührt haben, also

204 muss man nicht, aber kann.

205 I: Du hast gesagt, du erkundest deinen Körper, inwiefern machst du das bei der Selbstbefriedigung,

206 zum Beispiel mit Öl?

207 B: Das ist verschieden.

208 I: Inwiefern siehst du dich in der Fantasie als penetrierender Mann, wo du deinen Penis eindringen

209 siehst?

210 B: Das habe ich glaube ich nicht so... Oder schon... Doch schon. Aber es ist definitiv nicht das einzige.

211 Ich habe das Gefühl, es gibt viele verschiedene Phasen, wo ich das oder etwas anderes spannend

212 finde... Dann verschiebt es sich wieder, es gibt nicht eine Baseline wo es einfach so ist.

213 I: Magst du mir mal aus einer deiner Fantasien erzählen, was siehst du so?

214 B: Ich glaube, bei der Fantasie ist es mehr so auch... meine Fantasien sind recht so «tention»-geladen

215 irgendwie. *(Pause)*

216 I: Wenn es in eine sexuelle Handlung geht, was würdest du da sehen?

217 B: *(Pause)* Ich glaube schon oft oder im Moment so die aktive Rolle der Befriedigung der anderen

218 Person, schon vor allem Menschen mit Vulva, so momentan ist es so das.

219 I: Beim penetrativen Sex, was machst du da, dass du zum Orgasmus kommst?

220 B: *(Pause)* Ich habe das Gefühl, es ist unterschiedlich. Wenn ich der aktive Teil davon bin, kann ich

221 es besser steuern. Was es ein bisschen weniger interessant macht für mich. Ich habe meinen Orgasmus

222 lieber in einer eher passiven Rolle, da es für mich da einfacher ist loszulassen, es ist intensiver

223 für mich.

224 I: Wenn du in der Selbstbefriedigung einen Orgasmus haben willst, was machst du dann im letzten

225 Drittel? Gibt es etwas, wo du weisst, so komme ich?

226 B: *(Pause)* Das ist auch wieder phasenweise abhängig, dass verändert sich so. Manchmal habe ich eine

227 Phase, wo ich mich auch gerne anal stimulare, zurzeit gerade nicht, aber ich fasse mich meistens

228 mit der anderen Hand sonst am Körper an. Am Bauch, den Hoden.

229 I: Spürst du, ob sich dein Bauch anspannt oder weich bleibt?

230 B: Ich glaube schon eher etwas angespannt.

231 I: Gegen den Schuss oder bereits von Beginn an?

232 B: Ich glaube eher gegen den Schluss.

233 I: Wie hoch ist der Druck, den du auf den Penis ausübst?

234 B: Ich glaube schon noch fest, aber das ist nicht etwas wozu ich mich aktiv entscheide, sondern es

235 passiert einfach, ausser ich mache bewusst etwas und probiere das aus, aber...

236 I: Du hast gesagt, du integrierst auch anale Stimulation, hast du dadurch auch Gedanken darüber, was

237 andere denken könnten, was assoziiert werden könnte?

238 B: *(lacht) (Pause)* Das ist mir eigentlich so ein bisschen egal, es ist aber schon etwas was ich

239 nicht einfach in einer Runde am Tisch so sage. Also das wäre "weird". *(Pause)*

240 I: Wenn du das Partner*innen sagst, überlegst du dir da, was sie sich dabei denken könnten?

241 B: Ich hatte das bestimmt, aber ich bin das gerade sehr am Abbauen.

242 I: Bezüglich der Frage der SB, kannst du mir sagen, welchen Rhythmus du da brauchst, schnell,

243 langsam, vor allem gegen den Schluss?

244 B: Ich glaube unterschiedlich. Das merke ich auch beim Sex manchmal, man kann wie überstimulieren

245 und dann spürt man gar nichts mehr. Das ist aber mehr, wenn mich eine andere Person mit der Hand

246 befriedigt. Da passiert das schneller. Wenn man es selber macht, spürst du es ja... Aber man kann dann

247 ja sagen «hey, das ist mir jetzt etwas schnell».

248 I: Kannst du dich an deine ersten sexuellen Erlebnisse mit dir selbst erinnern und haben deine

249 Eltern das mitbekommen?

250 B: Das ist mir tatsächlich noch nie passiert, aber uns waren auch die Türen zu, wenn man alleine

251 sein wollte und dann ist man auch nicht in ein Zimmer reingeplatzt, wenn irgendwo die Tür zu war,

252 vielleicht ist es mir deshalb nie passiert. Es gab eine Situation, das war etwas doof, da war ich

253 mit einer Person im Zimmer, dann hat es geklopft, und ich hörte «wir gehen jetzt!» und ich war so ja

254 easy.

255 I: Wie hast du in dem Fall das Erkunden von deinem Körper und deiner Sexualität erlebt?

256 B: Ich glaube, relativ uneingeschränkt. Es war auch schon früh ein Thema, die rein biologischen

257 Gegebenheiten des Menschen... Also meine Mutter ist Bio-Lehrerin am Gymi und das Thema wurde schon

258 früh an uns herangetragen bezüglich meiner Sexualität, da habe ich bereits früh gewusst, dass ich

259 mich vor allem für Frauen interessiere, aber mir war immer sehr bewusst, und da war ich auch

260 erstaunt, dass es bereits früher so war, falls ich mal Interesse hätte an einem Mann, dann ist es

261 auch sehr easy.

262 I: Also gegenüber deinen Eltern oder hat sich das bei dir abgespielt?

263 B: Nein, das ist etwas was bei mir war. *(Pause)* Voll. Und das war bereits in meiner Jugendzeit so.

264 I: Ist es dann auch zu solchen Situationen gekommen, dass du Erfahrungen gesammelt hast?

265 B: In meiner Jugendzeit nicht, jetzt aber schon *(lacht)*, ja, das ist auch schon vorgekommen. Und es

266 ist krass, irgendwie... *(Pause)* Es ist... Männer sind schon schnell so ein bisschen übergriffig. Nicht

267 easy so... Habe ich herausgefunden. Was bei Frauen schon auch passiert ist, aber nicht so... Prozentual

268 nicht so häufig.

269 I: Meinst du mit übergriffig das etwas ohne Konsens gemacht wird?

270 B: Ja voll

271 I: Konntest du dich dann da abgrenzen?

272 B: Ja es ist dann halt schon passiert, dann kannst du nur sagen «hey was geht hier» aber ja... Da ist

273 der Übergriff ja auch schon passiert. Aber es ist wie... Mit Männern ist es bei mir mehr, so ein

274 bisschen "fun" und rummachen, aber ja... Mehr kann ich mir nicht so vorstellen und es ist auch nichts

275 was ich mir aktiv suche.

276 I: Würdest du dich als hetero bezeichnen?

277 B: Ja grundsätzlich schon.

278 I: Gibt es etwas was du über das gesamte Interview hinweg gerne sagen möchtest?

279 B: Nein, gerade nicht fest. Ich war ja eh gespannt und habe mich aber auch gefragt welches Bild oder

280 welchen "Range" man über Männlichkeit oder Mannsein und Sex-haben haben kann, wenn man Leute

sucht

281 die darüber reden wollen.

Simon

1 I: Was bedeutet es für dich, heutzutage ein Mann zu sein. Was macht einen Mann zu einem Mann?

2 B: Ich habe teilweise noch konservative Vorstellungen. Ich habe beispielsweise auch kein Problem

3 damit, wenn ein Mann auch männlich ist. Laut, rau, dreckig. Das ganze Fussballzeugs ist für mich

4 auch sehr «männlich». Weil hier ein grober Umgang herrscht. Ich weiss aber nicht, ob man Mannsein

5 verallgemeinern kann, an einzelnen Punkten festmachen. Also ja, ich denke ich habe schon ein

6 traditionelleres, konservativeres Bild von einem Mann.

7 I: Kannst du beschreiben was so ein Mann für Eigenschaften verinnerlicht hat?

8 B: Ein bisschen zäh sein. Nicht so das Weinerliche. Scheisse fressen und dann trotzdem irgendwie

9 weitermachen... Dass er handwerklich umgehen kann, also eine Schraube von einem Nagel unterscheiden.

10 Aber Kochen gehört für mich da zum Beispiel genauso dazu. Für mich ist Kochen keine Frauendomäne,

11 ich koche auch sehr gerne. Zum Beispiel Grillieren, so ein dickes Stück Fleisch. Das ist schon ein

12 männliches Bild, das ich in mir drin habe.

13 *Bekommt etwas vorgelegt*

14 Du kannst dir diese Definition durchlesen und mir dann sagen, wie du deine Rolle als Mann definierst.

15 B: Ja, das geht bei mir schon in die Richtung. Aber bei Familie sehe ich es ein bisschen anders. Ich

16 musste früher immer waschen und putzen und den ganzen Scheiss machen zu Hause. Natürlich, früher hat

17 das nur meine Mutter gemacht, mein Vater nicht. Aber für mich ist klar, das muss einfach gemacht

18 werden. Wer das macht ist mir egal, aber es muss gemacht werden. Die Kleider müssen gewaschen werden,

19 die Kinder erziehen. Aber ja, es ist nicht ganz falsch.

20 I: Du hast jetzt noch keine Familie, aber wie definierst du deine Rolle jetzt, als Single-Mann

21 B: wie meinst du das?

22 I: Wie stellst du dir die Aufteilung bzw. die Rollen vor, wenn du mit jemandem zusammenwohnen

23 würdest?

24 B: Wenn Kinder im Spiel wären, dann stelle ich mir vor, dass ich 80% arbeite und einen Tag Kids-Day

25 habe. Die Frau auch 80% arbeitet und die Kinder dann noch 3 Tage in der KiTa sind oder bei den

26 Grosseltern. Aber auf jeden Fall gleichgestellt. Schlussendlich kommt es aber drauf an was die Frau
27 will. Es gibt ja auch nach wie vor Frauen, die sagen «doch, ich fühle mich sehr wohl in dieser
28 Rolle». Dann easy. Aber die ganzen Haushaltssachen hat mir nie jemand abgenommen, das wird sich
29 nicht ändern. Ich will am Ende auch nicht in diesem traditionellen Modell verbleiben. Vor allem
30 meine Frau/Freundin wird auch eine Ausbildung gemacht haben und einen gewissen Weg eingeschlagen
31 haben. Diesen soll sie auch weiter gehen. Am Ende ist es ja einfacher, wenn beide Personen auch in
32 ihrem individuellen Leben glücklich sind und eine gewisse Erfüllung haben. Das macht das
33 Familienleben einfacher. Was mir einfach enorm wichtig ist, ist eine Beziehung auf Augenhöhe. Also
34 wo man nicht das Gefühl hat, jemand ist weniger wert, oder trägt weniger bei. Das ist mir enorm
35 wichtig. Meine Mutter war klassische Hausfrau. Wenn jemand gesagt hat «du arbeitest ja gar nicht»,
36 ging ein Erdbeben durchs Haus. Das heisst ich habe die Wertschätzung der unbezahlten Arbeit
37 verinnerlicht. Das hängt von beiden ab. Zum Beispiel meine Kleider, die fasst keiner an. Ich weiss
38 genau wie ich die waschen will. Mit welchem Waschmittel, welcher Waschgang, alles das. Da will ich
39 auch keinen anderen ranlassen. Weil ich das Gefühl habe, ich habe da einfach mehr Erfahrung, ich
40 weiss es einfach besser, also mach ich es. Wie das dann mit konkreten Aufgaben, Admingeschichten etc.
41 gelöst wird, weiss ich jetzt nicht. Aber sicher eine Beziehung auf Augenhöhe, wo man sich diese
42 Sachen aufteilen kann.

43 I: Du sagst jetzt Gleichstellung, Augenhöhe, aber gleichzeitig sagst du auch schon eher traditionell.

44 B: Ja, aber jetzt nicht in Bezug auf Familienleben, sondern auf Typ Mensch. Männlichkeit hat für
45 mich nichts damit zu tun ob man in der Familie hilft oder nicht, das ist für mich kein
46 entscheidendes Kriterium. Sondern dass man halt mal fähig ist was zu reparieren. Solche Sachen halt.

47 I: Du hast vorhin gewisse Attribute genannt, die ein Mann beinhaltet. Zum Beispiel: ein Mann ist
48 nicht weinerlich. Ich habe hier Inspiration für andere Kategorien, die man einem Mann zuordnen
49 könnte. Persönlichkeitsmerkmale, Verhalten, Wertvorstellungen. Schau sie dir mal und vielleicht
50 kannst du anhand hiervon noch sagen, was für Attribute dich beschreiben und was einen Mann sonst
51 noch ausmacht. Das sind ja eigentlich zwei unterschiedliche Dinge – was dich beschreibt und was
52 einen Mann ausmacht.

53 B: (männliches) Persönlichkeitsmerkmal ist eine gewisse Stärke zu haben. Nicht körperliche Stärke,
54 sondern dass du einen gewissen Biss hast. Dass du nicht gleich den Kopf in den Sand steckst, wenn's
55 mal nicht so läuft. Was zwar lustig ist, da ich manchmal selbst die Tendenz dazu habe.
56 Wertvorstellungen? Das sollte ja etwas sein, das per se nichts mit dem Geschlecht zu tun hat. Das
57 sind ja meistens universelle Geschichten. Äusserliche Merkmale? Ist schwierig auf Männlichkeit zu
58 beziehen. Ich merke aber, dass ich immer noch eine Art Abwehrreflex habe, wenn ich Männer mit
59 lackierten Fingernägeln sehe. Es irritiert mich. Ich kann auch nicht wirklich sagen, warum das so
60 ist. Aber solche Sachen irritieren mich irgendwie hart.

61 I: Kannst du diese Irritation etwas ausführen. Was für eine Emotion löst das in dir aus?

62 B: Das ist dann für mich nicht mehr männlich. Ob das dem heutigen Zeitgeist entspricht, kann ich
63 jetzt auch nicht sagen. Aber ich habe da irgendwie eine Antipathie. Diese Menschen müssen mir auch
64 nichts getan haben, aber wenn ich... ich weiss nicht... kennst du Nemo, den Schweizer Musiker?

65 I: Nein, keine Ahnung.

66 B: Das ist so ein Musiker der neuerdings mit pinken, selbstgehäkelten Caps, lackierten Nägeln und
67 Röcklein rumläuft, also wenn ich sowas sehe, dann drehe ich am Rad. Das ist dann so aaaah Typ
68 (*schreit*), Mann! Dieses feine weinerliche, alles ist schön und alles ist gut. Das ist für mich
69 einfach ein bisschen hmm...

70 I: Weissst du, ist dieser Musiker homosexuell oder heterosexuell?

71 B: Nein, weiss ich nicht

72 I: Macht es für dich einen Unterschied ob ein homosexueller oder ein heterosexueller Mann sich die
73 Fingernägel lackiert?

74 B: Nein, macht keinen Unterschied.

75 I: Für dich ist also auch seltsam, wenn ein homosexueller Mann sich die Nägel lackiert oder schminkt
76 etc.?

77 B: Ja, also auch dieses – sorry für den Ausdruck, übertrieben tuntige. Damit kann ich, weisst du,
78 einfach nicht so viel anfangen. Mein Nachbar ist ein Homosexueller, der oben auch, das ist für mich
79 kein Thema. Aber dieses übertriebene, sodass es jeder sieht und dann muss man auch noch so laufen...

80 das ist für mich einfach irritierend. Auch wenn sie mir gar nichts tun... Das sind ja meistens die

81 nettesten Menschen überhaupt. Aber das irritiert mich halt einfach.

82 I: Dieser feminine Touch, also diese lackierten Fingernägel, was löst das in dir aus? Du sagst es

83 irritiert dich, aber gibt es denn auch eine Parallele zu dir persönlich? Im Sinne von, machst du dir

84 Sorgen, dass du feminin wirken könntest?

85 B: Früher hatte ich das. Mittlerweile ist mir das egal. Ich trage auch Gesichtsmasken auf und all

86 das. Ich würde wahrscheinlich auch meine Nägel machen lassen, also nicht lackieren. Damit habe ich

87 überhaupt kein Problem. Da muss mir auch keiner kommen mit «du Schwester» oder so. Weil ich mich per

88 se grundsätzlich genug männlich fühle. Ich habe auch kein Problem damit, das meinen Freunden zu

89 sagen. Das ist gar kein Ding.

90 I: Was könntest du da noch anfügen, was dich so zum Mann macht?

91 B: Das Problem ist, ich merke meistens, wenn ich mir solche Dinge überlege, dass Vieles gar nicht so

92 positiv ist. Da höre ich auch vieles in der Politik, weil Männer eine andere Diskussionskultur haben.

93 Eigentlich ist das ja gar nicht wünschenswert, wenn man immer einen selbstsicheren aggressiven

94 Grundton hat. Wenn man denkt, man weiss immer alles besser.

95 I: Ein stereotyper Prototyp-Mann, was würde der für dich beinhalten? Ist das für dich ein Mann?

96 B: Also das Erste, was mir in den Sinn kommt, ist ein Biker.

97 I: Also... ein Harley Biker?

98 B: Ja, das ist für mich der ultimative Stereotyp eines Mannes. Ich bin zwar auch froh, dass nicht

99 alle so sind. Die sind für mich sehr männlich. Auch so Rugby-Spieler. Irgendwo in Neuseeland gibt's

100 da ja diesen Tanz...

101 I: Haka.

102 B: Ja, das! Das ist für mich so wow (*betont*), sehr männlich. Aber ich müsste jetzt auch nicht an so

103 eine Veranstaltung wie «Mensworld». Das wäre mir dann auch wieder zu viel Testosteron. So ein Biker

104 oder ein Rugbyspieler würde ich mir als Stereotyp vorstellen.

105 I: Es gibt ja auch für Frauen solche Stereotypen. Neuste Studien zeigen, dass sich diese stereotypen

106 Attribute immer mehr angleichen. Wie beobachtest du das?

107 B: Also, dass der Stereotyp Frau ähnlich ist wie der Stereotyp Mann, oder wie?

108 I: Ja, also zum Beispiel die Frau ist warmherzig und macht den Haushalt und der Mann verdient Geld

109 und ist stark. Diese Stereotypen gleichen sich immer mehr an. Wie erlebst du das?

110 B: Ich denke schon, dass es in diese Richtung geht. Vor allem wenn ich öffentliche Diskussionen in

111 diesen Themenfeldern wahrnehme, dann tut sich da schon viel. Aber ich denke dieser Eindruck täuscht

112 ein wenig. Vor kurzem kam ja diese Studie raus, dass 5% der Männer Hausmänner sind. Das ist ja weit,

113 weit weg von dem, was ich im öffentlichen Diskurs mitkriege. Ich habe manchmal ein bisschen das

114 Gefühl, es wird ein bisschen schöngefärbt. Meine beste Freundin war gestern bei mir und ihre

115 Schwägerin wird zum zweiten Mal Mutter und sie ist einfach Hausfrau. Die will das. Die hat jetzt

116 einfach ihr Kind, das ist ihr Lebensmittelpunkt und sie will gar nichts anderes mehr machen. Ich

117 habe das Gefühl, die Gesellschaft will das gar nicht mehr. «Das ist nicht der Zeitgeist». «Nein,

118 mach das nicht» oder «Du bist keine moderne Frau, wenn du einfach den Haushalt schmeisst». Ich habe

119 das Gefühl, die öffentliche Diskussion geht manchmal an der Realität vorbei. Solche Sachen gibt es

120 halt noch und zwar mehr als wir denken. Es geht schon in die Richtung, dass es sich angleicht. Aber

121 ob wir jemals soweit sein werden, dass wir da am selben Punkt sind, weiss ich nicht... Ich habe mehr

122 das Gefühl, es wird alles viel diverser. Es stört mich, wenn man so diverse Dinge an einzelnen

123 Punkten festmachen will und miteinander vergleichen oder voneinander abgrenzen. Wenn man ja alles

124 möglichst divers haben will, daher habe ich Mühe Menschen auf einzelne Aspekte zu reduzieren.

125 I: Unterscheidest du zwischen männlichen und weiblichen Attributen? B: Wie meinst du das jetzt? I: Zum

126 Beispiel: eine Frau ist so und so, ein Mann ist so und so?

127 B: Grade als du von warmherzig gesprochen hast... ich denke, es kam mir noch nie in den Sinn, einen

128 Mann als warmherzig zu bezeichnen. Frauen schon. Bei Frauen fällt es mir sehr schnell auf, wenn eine

129 warmherzig oder kaltherzig ist. Aber dieses Attribut habe ich zum Beispiel noch nie in Bezug auf

130 einen Mann gebraucht. Noch nie. Also auch nicht kaltherzig. Er ist dann ein Arschloch, oder was auch

131 immer, aber nicht kaltherzig. Ja, bei Frauen fällt mir das eher auf... das ist spannend. Habe ich mir

132 noch nie überlegt...

133 I: Studien zeigen, dass immer mehr Frauen arbeiten. 1970 hat das angefangen. Klar du sagst, nur 5%

134 der Männer sind zu Hause, aber es sind sehr viel mehr Frauen berufstätig, was wiederum dazu führt,
135 dass Männer auch einen Rollenwandel durchgemacht haben und mehr zu Hause sind beispielsweise. Es
136 wird entsprechend verlangt, dass ein Mann mehrere Attribute vereinen kann. Er muss nicht zwingend
137 Hausmann sein, aber er ist nicht mehr der alleinige Ernährer. Die Frau verdient mehr, hat bessere
138 Karrierechancen. Wie geht es dir damit? B: Ich finde das cool. Da ich in einer technischen Richtung
139 arbeite, hatte ich immer sehr wenig Kontakt mit Frauen. Einerseits in der Ausbildung, aber auch
140 jetzt im Geschäft. Ich kann an einer Hand abzählen, wie oft ich in diesen 15 Jahren mit Frauen
141 Kontakt hatte (bei der Arbeit). Manchmal habe ich das Gefühl, mehr Frauen in Entscheidungspositionen
142 würden der Welt und der Wirtschaft unendlich guttun. Wenn man die ewigen Schwanzvergleiche nicht
143 mehr hat. Die Riesenegos. Da denke ich schon, mehr Frauen würden enorm guttun.

144 I: Was meinst du mit Schwanzvergleich? Was passiert da unter den Männern?

145 B: Ja, so wie die Banker «ich verdiene 16 Millionen, der andere verdient 17 Millionen» und es müssen
146 noch erfolgreichere Projekte her. Es geht nur um einen selbst. Ich habe das Gefühl, da denken Frauen
147 viel mehr ans Kollektiv und langfristige Geschichten. Deshalb denke ich, ist enorm wichtig, dass
148 mehr Frauen in die Wirtschaft kommen und auch in die Politik. Das ist für mich enorm wichtig, dass
149 man da weiblicher wird. Weil ich das Gefühl habe, sie (Frauen) bringen andere Sichtweisen, andere
150 Persönlichkeitsmerkmale rein. Im Studium wurde uns mal ein Beispiel gezeigt: in einem Dorf in Afrika
151 haben sie Bargeld gegeben. Den Frauen und den Männern haben sie jeweils 20'000 Dollar gegeben. Die
152 Männer haben alles versoffen, die Frauen haben Ziegen gekauft. Diese konnten sich dann vermehren,
153 davon wurde Fleisch und Milch gewonnen und so weiter, während die Männer ihr Geld einfach versoffen
154 haben. Ich denke, das ist nicht so weit weg von der Realität.

155 I: Ich gebe dir eine Graphik zum Anschauen. Wenn du dich mit dem gängigen Leitbild eines Mannes in
156 der Schweiz vergleichst, wie kongruent oder inkongruent bist du damit?

157 B: (Pause)

158 B: Das ist jetzt schwierig (seufzt). Weil es gibt Dinge, wo ich mit dem Männlichkeitsbild
159 übereinstimme, aber jetzt gerade dieses Hausmann-Zeugs, das sehe ich ganz anders. Ich weiss nicht,
160 ob das die Gesellschaft überhaupt noch so sieht, dass der Mann der Ernährer ist. Für mich ist das

161 überhaupt kein Thema...

162 Was versteht man unter kongruent schon wieder?

163 I: Übereinstimmend.

164 B: also es ist sicher eher kongruent als inkongruent.

165 I: was denkst du relativiert es?

166 B: Dass ich mit diesen Schwanzvergleichen und Macho-Getue nichts anfangen kann und dem

167 Grössenwahnsinn, den diese Typen zum Teil haben. Ich finde das einfach dumm. Ich sehe es aber nicht

168 ganz so streng. Es würde mir zum Beispiel nichts ausmachen weniger als meine Frau zu arbeiten und

169 mehr bei den Kindern zu sein, wenn meine Frau zum Beispiel mehr verdient. Das wäre einfach

170 sinnvoller, damit hätte ich überhaupt kein Problem. Schön für dich, in dem Fall hast du mehr gemacht

171 oder einfach Glück gehabt und verdienst entsprechend auch mehr. Ist doch schön.

172 I: Gibt es eine bestimmte Haltung oder Körperausdruck, der für dich männlich oder weniger männlich

173 ist? B: Ja (*Pause*)... ja.. aber ich lauf jetzt nicht so rum... Das schlimmste, ich habe das erst kürzlich

174 beobachtet, so eine Gruppe aus dem Balkan irgendwo, alle «gestriegelt». Denen würde ich am liebsten

175 ins Gesicht kotzen. Sie halten sich wahrscheinlich für enorm männlich, so krass und breit und gross.

176 Ich finde es einfach nur das Letzte. Hässlich und widerlich. Also auch hier, es sollte nicht

177 überborden. Ich habe das Gefühl, es ist ein schmaler Grat, zwischen gesundem Selbstvertrauen und

178 Überheblichkeit. Das merkt man auch im Auftreten. Aber ob man das explizit an einer Haltung oder so

179 festmachen kann, weiss ich jetzt nicht...

180 I: Wir hatten jetzt von Rollen gesprochen, wie erlebst du deine Rolle beim Sex.

181 B: Ich bin sehr vorsichtig geworden. Ich mache mir zu viele Gedanken. Was könnte der Frau gefallen,

182 was gefällt ihr nicht. Was bereitet ihr körperliche Schmerzen. Da ist mir die Lockerheit

183 abhandengekommen in den letzten Jahren. Ich würde nicht sagen Selbstvertrauen, aber ich bin extrem

184 drauf bedacht was ich mache. Gerade mit Partnerinnen, die ich sexuell noch nicht so gut kenne, bin

185 ich enorm vorsichtig. Ich habe da schon Berührungsängste entwickelt...

186 I: Entwickelt sagst du. Gabs denn da einen Auslöser, ein bestimmtes Ereignis?

187 B: Ja, diese ganzen Debatten und «me too» Geschichten haben schon etwas ausgelöst. Ich lese enorm

188 viel Zeitung, Tagi, NZZ all das Zeugs. Da kommt man häufig damit in Kontakt. Wenn eine Frau nachts

189 vor mir läuft, da wechsele ich die Strassenseite. Ich will nicht, dass sie denkt, ich würde etwas

190 Böses von ihr wollen. Es ist in eine Übervorsicht abgerutscht, aber es ist nicht so, als sei der Sex

191 viel schlechter geworden.

192 I: wie zufrieden bist du mit deiner Sexualität?

193 B: Eigentlich bin ich nicht zufrieden mit einer Sexualität. Alle meine Fantasien sind massiv

194 zusammengebrochen in den letzten 4-5 Jahren. Also Anfangs, Mitte 20 war ich ein spitzer Hund. Jetzt,

195 wenn mich meine Partnerinnen nicht dazu zwingen würden, dass ich mit ihnen schlafe, hätte ich gar

196 keinen Sex mehr. Es würde mir auch gar nichts fehlen. Der Reiz und die Vorfreude, das ist extrem

197 viel weniger geworden.

198 I: Kommst du da rein, oder macht dir das auch während dem Akt Mühe?

199 B: Ganz selten. Je besser ich jemanden kenne, je klarer es ist was die andere Person will, wie weit

200 man gehen kann, desto besser ist der Sex. Die ersten Male mit jemand neuem sind schwierig.

201 I: Du sagst, das hat in den letzten Jahren begonnen. Hat das mit all diesen Gedanken zu tun, die du

202 dir machst?

203 B: Ja! Ich habe auch das Gefühl, alle diese Gedanken, vernebeln die Gedanken zum Sex. Vor lauter

204 Bäume sehe ich den Wald nicht mehr. Ich setzte mich mit den sexuellen Handlungen nicht mehr

205 auseinander. Ich habe diese Fantasien nicht mehr, sie kommen gar nicht mehr.

206 I: Was nimmst du für eine Rolle ein im Sex als Mann?

207 B: Eher eine passive. Muss ich ehrlich sagen. Es kommt nie initiative von mir. Nur ganz, ganz, ganz

208 selten.

209 I: auch wenn du die Frau schon kennst?

210 B: Ja.

211 I: Und wenn es dann zum Sex kommt? Was nimmst du dann für eine Rolle ein?

212 B: Schon eher eine führende Rolle. Bei manchen war das schon immer so. Bei anderen kann ich das gar

213 nicht so genau sagen. Manchmal meint sie einfach «ich bin zu faul, mach du».

214 I: Ist das für dich auch nicht ganz klar was du für eine Rolle einnimmst?

215 B: Ja. Ich hätte auch kein Problem damit, wenn die Frau die dominante Rolle einnehmen würde. Je nach
216 Konstellation fände ich das wahrscheinlich sogar geil.

217 I: Du hast einen Mann mit seinen Eigenschaften im Alltag beschrieben. Was macht den Mann zum Mann
218 beim Sex?

219 B: Ach ich finde das enorm schwierig. Weil gerade in dieser Hinsicht, ist es eine enorme Prahlerei
220 bei Männern. Häufig stellt sich raus, dass viel dazu gedichtet wird. Ich würde mich da über mehr
221 Besonnenheit freuen. Ich kenne meinen besten Freund schon so lange und ich weiss, dass er immer
222 etwas dazu erfindet und ausschmückt. Da kommen Storys raus, da denke ich mir «halt einfach die
223 Klappe». Deshalb spreche ich mit niemandem über meine Sexualität. Früher hatte ich noch mehr den
224 Drang mich auszutauschen. Mittlerweile finde ich, meine Sexualität hat niemanden zu interessieren.
225 Ich muss ja nicht meinem besten Freund erzählen, dass meine Sexualpartnerin gestern drei Mal kam.
226 Das tut doch nichts zur Sache. Da wäre ich froh um mehr Ruhe. Aber das kommt schon von den Männern.
227 Dieses angeberische... Damit habe ich einfach Mühe.

228 I: Ich gebe dir nochmals eine Definition.

229 *Bekommt etwas vorgelegt.*

230 I: Wie geht es dir mit dieser Definition aufgrund von Erotisierung von deinem Körper?

231 B: Ich habe meinen Körper noch nie in einem erotischen Zusammenhang gesehen (*lacht*). Für mich ist
232 Sex gar nicht von äusserlichen Merkmalen abhängig, sondern vom Mindset. Die heisseste Frau kann im
233 Bett sein wie ein Brett und dann hat man auch nichts davon. Ich finde Dinge, die sich im Kopf
234 abspielen, fast erotischer als äusserliche Merkmale. Natürlich geht es auch um Bilder und Fantasien.
235 Es geht aber nicht um die äusserliche Darstellung einer Frau, wie sie sich kleidet, oder wie sie
236 sich gibt. Natürlich kann jemand schön oder weniger schön sein. Aber wirklich das Erotische, oder
237 was mich anmacht, ist Kopfsache. Zum Beispiel war ich zwei Jahre mit meiner Exfreundin zusammen. Sie
238 war eine fantastische Frau, auch sehr herzlich. Aber ich hatte im Kopf das Gefühl, sie ist so ein
239 Mauerblümchen, so dass es mich sexuell null angezogen hat. Wirklich null. Sie fragte auch immer, ob
240 sie zu dick sei. Darauf meinte ich nur, was redest du, du bist 45kg, du bist wunderschön, aber es
241 passt im Kopf halt nicht...

242 I: Das meinst du mit Erotisierung der anderen Person?

243 B: Genau! Es hat nicht so viel mit äusseren Merkmalen zu tun, es geht mir mehr um das Wesen eines

244 Menschen.

245 I: Wie ist die Beziehung zu deinem Penis?

246 B: Gut (*lacht*), ich bin zufrieden. Ich habe auch schon Gedichte über meinen Penis erhalten (*lacht*).

247 I: Von Frauen?

248 B: Ja. Dann kann ja wohl nicht alles so schlecht sein.

249 I: Inwiefern kommt dein Penis bei deiner Selbstbefriedigung vor. Klar, du brauchst ihn, aber kommt

250 er als Fantasie vor?

251 B: Ist gar kein Thema! Nein, nein. Da ist nur Bezug auf die weibliche Person. Ich stell ihn mir

252 bildlich in dem Bezug nie vor.

253 I: Magst du von so einer Fantasie erzählen?

254 B: ...wie meinst du?

255 I: Was stellst du dir bei der Selbstbefriedigung vor? Welche Pornos schaust du?

256 B: Als ich noch in der WG gewohnt habe, hat meine damalige Sexualpartnerin eine Freundin mitgenommen

257 und sie haben es in meinem Bett getrieben. Ich war so stinksauer wegen Fussball oder was auch immer,

258 dass ich sie einfach auf die Strasse gestellt habe. «Verschwindet, ich will jetzt mein Nest für mich

259 allein.». Es wäre sicher einfach gewesen, sie dort beide zu haben. Das ist sicher eine Fantasie, die

260 gelegentlich wieder auftaucht.

261 I: Also es kommen vor allem Frauen in deiner Fantasie vor?

262 B: Ja.

263 I: Was siehst du?

264 B: Ich denke, ich sehe alles aus meiner Eigenperspektive. Also nicht von aussen, wie wenn ich einen

265 Porno schaue, sondern aus meiner Perspektive. Ich habe das Gefühl ich sehe es durch meine eigenen

266 Augen, was ich wahrnehme. Aber eben, es ist sehr, sehr auf die Frau bezogen. Was sie macht, wie sie

267 daliegt. Ist es draussen, oder in einem Kino ist kein Thema. Es ist ausschliesslich in meinem Bett.

268 Es ist nur auf den sexuellen Akt bezogen.

269 I: Was siehst du? Welchen Aspekt des sexuellen Aktes? Das kann verschiedene Praktiken beinhalten,

270 gibt es etwas das eine Frau speziell hat oder macht? B: Das kann relativ verschieden sein. Zum

271 Beispiel Oralverkehr...

272 I: [unterbricht] Den du ihr gibst?

273 B: Oh nein!

274 I: oder den du bekommst? B: ja... nein... ja... also doch das gabs sicher auch schon, aber dann müsste

275 es speziell angehaucht sein.

276 I: wenn du ihr gibst?

277 B: Genau! Also, dass sie zum Beispiel auf mir drauf sitzt. Aber sonst eher, dass ich in den Genuss

278 vom Oralverkehr komme.

279 I: Aber dann siehst du deinen Penis ja trotzdem?

280 B: ja, stimmt, in dem Fall wäre es tatsächlich so.

281 I: Konsumierst du Pornos?

282 B: Ja, aber selten. Das gibt mir nicht so viel.

283 I: Brauchst du Öl oder so?

284 B: Nein.

285 I: Hast du die Augen geschlossen?

286 B: Ja immer zu, sonst würde es gar nicht gehen.

287 I: Siehst du dich auch penetrieren?

288 B: Ja (*Pause*). Das habe ich sicher auch schon gesehen (*lacht*). Aber ich kann jetzt nicht sagen, dass

289 ich an das oder an das denke. Es sind verschiedene Aspekte, aber es sind eigentlich immer Menschen,

290 mit denen ich schon mal was hatte. Es gibt es fast nicht, dass ich in die Zukunft fantasiere. So

291 Sachen wie mit der oder der wäre das und das schön. Es bezieht sich immer auf Vergangenes. Also auf

292 vergangene Personen, nicht Sachen die wir gemacht haben.

293 I: Heisst, du bist in deiner Fantasie eher aktiv oder passiv? Welche Rolle hast du da?

294 B: Aktiv! Es kommt selten vor, dass ich ans Bett gefesselt werde und mich dem einfach mal ergebe.

295 Gab's sicher auch schon, solche Fantasien, aber kommt selten vor.

296 I: Liegst du auf dem Bett bei der Selbstbefriedigung?

297 B: Ja. I: Auf dem Rücken?

298 B: Ja. Ich habe es noch nie anders gemacht. Ich wäre auch am Arsch, wenn mein rechter Arm gebrochen

299 wäre (*lacht*). Ich bin nicht so experimentierfreudig.

300 I: Kannst du sagen was deine Hände genau machen?

301 B: (*Pause*)

302 I: Rhythmus? Druck?

303 B: Sicher langsamer, als ich die meisten Frauen mit meinem Penis erlebe. Das wird oft unterschätzt.

304 Als wäre das eine Pumpe die man da irgendwie bedienen muss. Es ist halt viel einfacher, wenn du es

305 selbst spürst und weisst was, wie schnell und wo. Aber sicher langsamer als es Frauen machen. Es

306 geht auch meistens nicht so lang (*lacht*).

307 I: Kannst du beschreiben, wie der Körpertonus ist?

308 B: Wie bitte?

309 I: Also wie die Körperspannung ist? Wo nimmst du Spannung wahr?

310 B: Ich habe das Gefühl in den Füßen?

311 I: In den Beinen, also in den Oberschenkeln?

312 B: Nein, das nicht. In den Füßen oder in den Händen. Sodass ich die irgendwie verkrampfe. I: und

313 der Bauch?

314 B: ist mir noch nie aufgefallen. Ich habe mich aber noch nie geachtet.

315 I: das Becken? Bleibt das auf dem Bett?

316 B: Ja! Ja, ja!

317 I: Bewegung im Becken drin?

318 B: (*Pause*). Nein... Vielleicht Stelle ich mal die Beine auf.

319 I: Inwiefern assoziierst du Penetration mit Mannsein?

320 B: (*Pause*) Ehrlichgesagt sehe ich da keinen tieferen Grund, keine Ahnung, das ist halt Teil von der

321 Evolution. Ich sehe nichts wahnsinnig Tiefgründiges dahinter, was etwas sehr männliches ausmacht. Es

322 ist schwierig anders Sex zu haben, also jetzt zwischen Mann und Frau. I: Du kannst auch empfangend

323 sein. Im Sinne von, dass du passiv bist. Dann penetrierst du nicht aktiv.

324 B: Nein (*betont*), das ist überhaupt kein Problem! Gar nicht!

325 I: Aber, wie siehst du die Verbindung (*betont*) zum aktiven Penetrieren (*betont*) und Männlichkeit?

326 B: Eigentlich keine. Das ist für mich nicht etwas sehr männlich. Es ist für mich dann männlich, wenn

327 es «matcht». Wenn es passt zwischen beiden, zwischen Mann und Frau, sie haben irgendwie einen Weg

328 gefunden, wie sie geilen Sex haben können. Das ist für mich männlich. Ob er sie jetzt doggy nimmt,

329 oder sie ihn reitet. Das finde ich cool, wenn man zusammen einen Weg findet, zum etwas Geiles

330 aufbauen. Wie sich das dann in Praktiken äussert, ist eigentlich egal. Cool, wenn es für beide

331 Seiten stimmt. Ich fühle mich auch nicht unmännlich, wenn ich den passiven Teil übernehme.

332 Hauptsache es passt für beide.

333 I: Wann fühlst du dich männlich beim Sex?

334 B: (*lange Pause*) Weiss nicht ob das per se mit Männlichkeit zu tun hat, aber wenn ich sehe, sie ist

335 ausser Atem, es hat gepasst, es war gut was du gemacht hast, ich spüre dann einen gewissen Stolz.

336 Ich fühle mich dann aber nicht männlicher als sonst.

337 I: Wie geht es dir mit deiner Männlichkeit, die du im Alltag hast und lebst? Also in deinem

338 Privatleben, beim Fussball etc. Wie erlebst du diese Männlichkeit in deinem Sex?

339 B: Eigentlich gar nicht. Wie gesagt, von mir kommt gar nicht mehr so viel, ich werde eher dazu

340 angestiftet. Daher kann ich nicht sagen, dass es diese Momente gibt, wo ich mich männlich fühle,

341 beim Sex. Ich bin mir meiner Männlichkeit ausreichend bewusst. Ich brauche beim Sex nicht

342 irgendwelche Aspekte, um mich noch männlicher zu fühlen.

343 I: Du sagst von dir kommt nicht mehr so viel und du musst in den letzten Jahren zum Sex angestiftet

344 werden. Hat das einen Einfluss darauf, wie du dich als Mann fühlst?

345 B: Ja doch, irgendwie schon. Weil, wenn ich in meinem Freundeskreis anspreche, dass ich nicht mehr

346 so Bock auf Sex, oder ich habe zu viel Sex. Die verstehend die Welt nicht mehr. «Hä was? Ich kann

347 immer! Ich hab' immer Bock! Ich will immer!». Ich denke die gesellschaftliche Meinung ist immer noch,

348 dass ein Mann immer kann und immer will. Da werde ich schon mal von meinen Freunden durch den

349 Kaffee gezogen. Aber ich habe überhaupt kein Problem damit, das ist mir scheisseegal. Die können

350 sagen und machen was sie wollen.

351 I: Und in Bezug auf Frauen?

352 B: wie meinst du das?

353 B: Wie fühlst du dich bezüglich deiner Männlichkeit, wenn du von Frauen zum Sex angestiftet werden

354 musst?

355 B: Es kam auch schon vor, dass eine meinte «wenn du kein Bock mehr hast, mich zu vögeln, dann müssen

356 wir uns auch nicht mehr sehen, oder?». Das ist kein Thema, easy! Dann ist das für mich erledigt. Es

357 kam mir gerade kürzlich wieder so vor als wäre es wie Rechnungen zahlen. Eine kam zu mir und meinte

358 «he, bumsen wird?». Ich kann da nicht einfach einen Schalter umlegen und einfach spitz sein und Lust

359 haben auf Sex. Wenn da kein Vorspiel ist oder körperliche Nähe oder Zuneigung im Vorfeld da ist, ist

360 es für mich enorm schwierig. Sie meinte dann «wir haben noch 10 Minuten Zeit, lass uns bumsen.», und

361 ich so «Nein!». Und da habe ich dann schon das Gefühl, sie denkt sich «ach der wieder». Aber das war

362 nur bei einer und ich glaub die ist einfach eine Nymphomanin, darum ist das nicht ganz objektiv.

363 I: Du sagst, dass dir deine Spitzheit in den letzten Jahren abhandengekommen ist, in Gegensatz zu

364 anfangs 20, unter anderem auch weil du dir wegen der «me too-Bewegung» mehr Gedanken machst. Du

365 sagst aber auch, dass diese Veränderung nicht viel mit deinem Männlichkeitsgefühl macht.

366 B: Nein, nicht mit dem Männlichkeitsgefühl. Aber ich mache mir schon Gedanken, warum das so ist,

367 warum ich weniger Lust hab' auf Sex, warum ich weniger Fantasien habe. Aber ich würde das jetzt

368 nicht explizit mit meiner Männlichkeit in Verbindung setzten. Es ist viel mehr etwas Persönliches,

369 das ich für mich klären muss. Ich habe schon auch Mühe damit, dass ich keinen Bock mehr hab, oder

370 viel weniger Lust hab.

371 I: Lust auf Selbstbefriedigung? B: ach, das ist mehr so eine Momentsituation. Lust (*betont*) auf

372 Selbstbefriedigung spüre ich selten.

373 I: Bist du auch mal zu Hause und merkst du bist spitz?

374 B: Es ist eher so, mir ist langweilig, was könnte ich machen (*lacht*). Ah, ich könnte mir eins wixen.

375 Nach einer Viertelstunde bist du wieder gleich weit (*lacht*). Aber ich bin nicht der Typ, der vor dem

376 Schlafen Hand anlegen muss, sonst kann ich nicht schlafen.

377 I: Hast du Erinnerungen daran, wie du dich als Kind selbst entdeckt hast?

378 B: Ja! Ich kann mich erinnern, an meinem 13. Geburtstag hatte ich meinen ersten Orgasmus. Das war
379 mehr ein Experimentieren. Von 15-22 war ich permanent spitz! Also ganz schlimm! Manchmal hatte ich
380 das Gefühl, es gibt gar nichts anderes als Sex! Vielleicht war es dazumal einfach überbordend und
381 flacht jetzt halt ein wenig ab.

382 I: Kannst du dich erinnern wie Nacktheit bei dir zu Hause war? Wie haben deine Eltern auf dich
383 reagiert, wenn du nackt warst. Gibt es da Situationen, an die du dich erinnern kannst? Auch wenn du
384 zum Beispiel mit deinem Penis gespielt hast.

385 B: Leider, hatten wir ein sehr verkrampftes Verhältnis zu Sexualität. Es war auch mit Abstand der
386 peinlichste Moment in meinem Leben, als mir meine Eltern ein Aufklärungsbuch zu Weihnachten
387 geschenkt haben. Das war das schlimmste. Wir haben nie darüber gesprochen. Ich habe keine Aufklärung
388 von meinen Eltern genossen. Es wurde nie angesprochen, oder selten. Sie haben vermutlich auch
389 bemerkt, dass es mir sehr unangenehm ist. Auch wenn es um Frauen ging, ich hatte immer das Gefühl,
390 ich muss sie verstecken. Ich konnte nie offen dazu stehen. Ich habe in 30 Jahren nie mit meinen
391 Eltern über Selbstbefriedigung gesprochen. Könnte ich auch jetzt nicht. Daher habe ich mir schon
392 vieles selbst beigebracht, von meinen Eltern kam da nicht so viel. Ausser «brauch ein verdammtes
393 Kondom!», das haben sie mir eingetrichtert. Aber sonst, war es nie ein Thema.

394 I: Es gab also nie eine Situation, wo du nackt vor ihnen warst und sie haben eine Reaktion gezeigt.

395 B: Nein und umgekehrt auch nicht.

396 I: Und Doktorspiele?

397 B: Daran kann ich mich mit einem Nachbarskind erinnern, das war vielleicht 1-2 Mal. Das ist aber
398 auch nie bis zu meinen Eltern durchgedrungen.

399 I: Gibt es alles in allem etwas, dass du anfügen möchtest? Wir haben besprochen, welche
400 Eigenschaften einen Mann ausmachen, welche Rolle habe ich als Mann beim Sex, wie gestalte ich meine
401 Selbstbefriedigung. Gibt es noch etwas was du anfügen möchtest, was alles in allem mit dem Mannsein
402 zusammenhängt für dich?

403 B: *(Pause)* Ich habe generell das Gefühl, dass unter Männern anders über Sex gesprochen wird als

404 unter Frauen. Ich höre von so vielen Frauen, dass sie schlechte Sexualpartner hatten. Ich höre aber
405 von noch viel mehr Männern, dass sie Superochsen sind und jede befriedigen. Ich wäre froh wenn sich
406 dieser «miss-match» auflösen würde. Wenn sich nicht jeder wie ein Herrgott im Bett gibt. Wenn diese
407 Anforderungen und dieses Leistungsdenken reduziert wird. Dann hatte ich halt mal einen schlechten
408 Tag und bin nach 5 Minuten gekommen. Ich denke, das ist schlussendlich jedem schon mal passiert.
409 Wenn wir das ganze einfach lockerer angehen würden. Ich denke dieses Männlichkeitsding, der Mann
410 muss die Frau befriedigen, dass ist immer noch sehr vorherrschend. Mein bester Freund hat kürzlich
411 eine Frau kennengelernt. Ganz eine absurde Story. Sie ist in einer offenen Beziehung und sie gehen
412 zu dritt an irgendwelche Burlesque Shows und keine Ahnung was sonst noch. Da kommt auch alles von
413 ihr. Er sagt er fühlt sich manchmal wie ein Zuchtbulle. Das gibt es dann schon auch von der anderen
414 Seite... aber wenn man das einfach ein bisschen lockerer angehen würde... Aber ja, unter Männern ist das
415 schwierig. Vor allem wenn man in solchen Männergruppen ist, sagt keiner «oh ich habe gestern nicht
416 performt». Alle brüsten sich «ich drei Mal!», «ich fünf Mal!», am Ende hat jeder noch seine
417 Fantasiegeschichte dazu gedichtet.