Hochschule Merseburg, Fachbereich Soziale Arbeit.Medien.Kultur (SMK)
Institut für Sexualpädagogik und Sexualtherapie Zürich
Studiengang Sexologie IV, 2021 – 2024

«Neue Männlichkeit» als sexuelle Herausforderung

Verunsicherte Männlichkeit im Kontext aktueller Männlichkeitskonstruktionen – eine Betrachtung aus sexualtherapeutischer Praxisperspektive

Masterarbeit

zur Erlangung des akademischen Grades

Master of Arts Sexologie

Vorgelegt von

Eleanor Büchler

Matrikel-Nummer 28086

[redacted]

Erstgutachter:in

Dr. Stefanie Gonin-Spahni, ISP Zürich

Zweitgutachter:in

Prof. Dr. Heinz-Jürgen Voss, HS Merseburg

Zürich, 2. August 2024

Kurzbeschrieb

Im heutigen gesellschaftlichen Kontext unterliegen die Konstruktion und Wahrnehmung von Männlichkeiten einem tiefgreifenden Wandel. Traditionelle Geschlechterrollen und stereotype Erwartungen werden zunehmend hinterfragt und neu interpretiert. Diese Entwicklungen werfen wichtige Fragen auf, insbesondere im Hinblick auf die individuelle Selbstwahrnehmung und die gesellschaftliche Akzeptanz moderner Männlichkeiten. «Neue Männlichkeit» als Leitbild – und damit überlagernde, widersprüchliche Erwartungen an den modernen neuen Mann – kann in Verunsicherung der Männlichkeit resultieren.

Die vorliegende Arbeit untersucht die Dynamik aktueller Männlichkeitskonstruktionen im Kontext des emanzipatorischen Diskurses sowie deren spezifische Auswirkungen auf das sexuelle Erleben von cis-heterosexuellen Männern im Alter von 30 bis 45 Jahren in der Paarsexualität in der Schweiz und Deutschland. Die qualitative Untersuchung der sexologischen Praxis nach dem Ansatz Sexocorporel nach Desjardins hilft, diese spezifische Qualität von Verunsicherung der Männlichkeit im sexuellen Erleben besser zu verstehen. Die Untersuchung gibt Hinweise darauf, warum gewisse Männer im Gegensatz zu andern betroffen sind und was mögliche Ursachen sind – und welche Konflikte, Ängste und individuelle Lösungsversuche daraus folgen. Daraus lassen sich einerseits Entwicklungsbereiche ableiten und andererseits besonders hilfreiche Methoden und Therapiehaltungen für eine nachhaltige Therapiebegleitung beschreiben oder bestätigen.

Die Untersuchung zeigt weiter, dass ein salutogenetischer Ansatz wie Sexocorporel Klienten dabei unterstützen kann, Sicherheit in ihrer eigenen Individualität zu finden und sich von belastenden äusseren Orientierungsgrössen zu lösen. Breiter zugängliches sexologisches Fachwissen könnte gesellschaftliche und soziokulturelle Entwicklungen positiv ergänzen, problematisierende Dynamiken um männliche Sexualität mildern sowie individuelle Entwicklungs- und Emanzipationsprozesse fördern. Verunsicherung der eigenen Männlichkeit aufgrund von aktuellen Männlichkeitskonstruktionen im erweiterten Kontext des emanzipatorischen Diskurses darf positiver bewertet werden, als dies derzeit geschieht. Verunsicherung darf als Bestandteil eines integrativen Prozesses hin zu einer authentisch erlebten, individuellen männlichen sexuellen Identität anerkannt werden.

Abstract

In today's social context, the construction and perception of masculinity is undergoing profound change. Traditional gender roles and stereotypical expectations are increasingly being questioned and newly interpreted. These developments put forward important questions, particularly with regard to individual self-awareness and the social acceptance of modern masculinities. «New masculinity» as a leitmotif and with overlapping and contradictory expectations towards the contemporary male of today can result in uncertainty about masculinity.

The presented paper examines the dynamics of current constructions of masculinity within the context of emancipatory discourse and their specific effects on the sexual experience of cis-heterosexual men aged 30 to 45 in couple sexuality in Switzerland and Germany. The qualitative study of sexological practice according to Desjardins' approach Sexocorporel, helps to better understand the specific quality of masculine insecurity in sexual experience. The study provides indications as to why certain men are affected contrary to others, what the possible causes could be and which conflicts, anxieties and individual solutions result thereof. From this, on the one hand, areas of development can be derived and, on the other, helpful methods and therapeutic stances for sustainable therapeutic support can be described or confirmed.

The study further shows that a salutogenetic approach such as Sexocorporel can support clients in discovering security in their own individuality and freedom from the external parameters of orientational-constraint. More widely accessible sexological expertise could positively complement social and socio-cultural developments, alleviate problematising dynamics surrounding male sexuality and promote individual development and emancipational processes. Uncertainty of one's own masculinity, due to the contemporary constructions of masculinity in the broader context of emancipatory discourse, should be regarded more positively than is currently the case. Uncertainty ought to be seen as integral part of the process towards an authentically experienced, individual male sexual identity.

Inhalt

Kurzbeschrieb ..... **II**

Abstract ..... **III**

Vorwort ..... **VI**

1 Einleitung **1**

2 Theorie – Diskurse – Forschungsstand **3**

2.1 Männlichkeiten, Gesellschaft und Wandel 3

2.1.1 Männlichkeit als soziale Konstruktion 3
2.1.2 Männlichkeitsforschung: Aktuelle theoretische Diskurse 6
2.1.3 Verunsicherte Männlichkeit 10
2.1.4 «Neue Männlichkeit» oder das Nebeneinander von Männlichkeiten 11
2.1.5 Männlichkeitskonstruktion im Kontext des emanzipatorischen Diskurses 13

2.2 Männliche Sexualität 16

2.2.1 Gesellschaftlich-mediale Diskurse und Trends 16
2.2.2 Kulturell verankerte Konzeptionen männlicher Sexualität 19
2.2.3 Forschungslücken: Männlichkeit und sexuelle Verunsicherung 24
2.2.4 Pathogenetische Perspektive 25
2.2.5 Salutogenetische Perspektive 27

2.3 Die sexualtherapeutische Perspektive nach Sexocorporel 28

2.3.1 Ein Modell sexueller Gesundheit: Sexocorporel 28
2.3.2 Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit 30
2.3.3 Sexuelle Selbstsicherheit 32
2.3.4 Struktur des Begehrens 33
2.3.5 Kognitive Ebene 33
2.3.6 Verunsicherung im Erleben der Männlichkeit 34
2.3.7 Einordnung: Binarität und Heteronormativität 36

3 Resümee und Fokuszielgruppe der Erhebung **37**

4 Arbeitsthesen und Forschungsfragen **39**

5 Methodik des Forschungsprojekts **40**

5.1 Forschungsdesign 40

5.2 Literaturrecherche 41

5.3 Datenerhebung: Entwicklung des Leitfadens 41

5.4 Stichprobe 42

5.5 Untersuchungsablauf 43

5.6 Transkription 44

5.7 Datenanalyse 44

5.8 Datenschutz und Forschungsethik 48

6 Darstellung der Ergebnisse **48**

6.1 Expert:innenprofil und Zielgruppencharakteristik 48

6.2 Wandel Männlichkeit und Weiblichkeit und deren Sexualität 49

6.3 Häufigkeit von Anliegen von Verunsicherung^{DEF} 51

6.4 Erscheinungsform von Verunsicherung^{DEF} 52

6.5 Wahrnehmung gemäss Ansatz Sexocorporel 62

6.6 Bearbeitung nach Ansatz Sexocorporel / Prozessgestaltung 66

6.7 Unterstützungsspielraum / Förderumgebung 69

6.8 Persönliche Einschätzungen (Potenzial-Entwicklung) 71
7 Diskussion 73
7.1 Beantwortung der Forschungsfragen 73
7.1.1 Forschungsfrage 1: 73
7.1.2 Forschungsfrage 2 76
7.2 Ausblick auf Weiterentwicklung des Projekts 79
7.3 Limitationen 79
7.4 Implikationen für Forschung, Theorie, Praxis und Gesellschaft 81
7.5 Schlussfolgerungen, Fazit 83
Nachwort und Dank 85
Literaturverzeichnis 87
Abbildungs- und Tabellenverzeichnis 99
Anhang 100

Vorwort

Meine Praxiserfahrungen als Sexualtherapeutin sowie der Austausch im privaten Umfeld zeigen, dass die Themen Männlichkeit, Rollenverständnis und Beziehung im Kontext des emanzipatorischen Diskurses viele Männer beschäftigen. Eine tendenziell steigende Bereitschaft zur Auseinandersetzung damit ist spürbar; der mögliche Einfluss dieser Themen auf die Sexualität wird hingegen häufig nur indirekt thematisiert oder leise geäussert. Gewisse Männer wirken damit auf mich oft herausgefordert und alleingelassen.

Während populärwissenschaftliche Diskussionen wichtige Prozesse anregen können, fehlt es oft an spezifischem Wissen und Entwicklungsimpulsen für Betroffene. Es kann daher eher Verwirrung und Orientierungslosigkeit zurückbleiben. Das Thema Männlichkeit in all seinen Facetten, einschliesslich der Sexualität, scheint derzeit vor allem im links-urbanen Milieu präsent zu sein. Ich wünsche mir, dass die Auseinandersetzung vermehrt und fundierter zu einem zentralen Anliegen unserer Gesellschaft wird.

Im Zentrum dieser Arbeit steht die Analyse von Aspekten der Männlichkeit im Kontext aktueller Männlichkeitskonstruktionen und ihrer Auswirkungen auf die Paarsexualität. Dies geschieht vor dem Hintergrund der fortschreitenden Bemühungen um Gleichberechtigung der Geschlechter. Die Untersuchung soll einen Beitrag zur Diskussion über die Rolle des Mannes in unserer Gesellschaft leisten, insbesondere im Bereich der Sexualität, vergleichbar mit den emanzipatorischen Bestrebungen im Sinne der Frau, die weiterhin von grosser Relevanz sind. Angesichts der aktuellen Initiativen zur Förderung der Geschlechtergleichstellung beleuchtet diese Arbeit spezifisch Herausforderungen, mit denen sich die männliche Rolle, insbesondere im Kontext der Sexualität, möglicherweise konfrontiert sieht. Ziel ist es, Entwicklungsprozesse bei Männern zu analysieren und die Möglichkeiten an Weiterentwicklung im Einklang mit den fortlaufenden emanzipatorischen Bewegungen zu identifizieren.

1 Einleitung

Im heutigen gesellschaftlichen Kontext zeigt sich eine veränderte Dynamik in der Konstruktion und Wahrnehmung von Männlichkeit. Der traditionelle Begriff der Männlichkeit, geprägt von festen Geschlechterrollen und stereotypen Erwartungen, ist bereits seit vielen Jahren einem tiefgreifenden Wandel unterworfen und wird hinterfragt. Dies ist eine wichtige Erkenntnis der empirischen Männerforschung. Der emanzipatorische Diskurs sowie soziale, kulturelle und wirtschaftliche Veränderungen haben neue Narrative und Identitäten hervorgebracht, die eine Vielfalt und Komplexität von Männlichkeiten widerspiegeln (Baumgarten et al., 2017; Meuser, 2022; Thym et al., 2021; Wippermann, 2014).

Trotz oder gerade aufgrund dieser Entwicklungen steht die moderne «neue Männlichkeit» vor Herausforderungen, die mit Unsicherheiten und Veränderungen in der individuellen Selbstwahrnehmung, im Beziehungskontext sowie in der gesellschaftlichen Akzeptanz einhergehen können. Im Rahmen des Forschungsprojekts «Neujustierungen von Männlichkeiten» wurde unterschiedlichen Männergruppen von unterschiedlichem Alter die Frage gestellt, was es für sie bedeutet, ein Mann zu sein. Die oft zögerliche Suche nach einer passenden Antwort wird als Zeichen der Reflexivierung und Flexibilisierung von Männlichkeiten interpretiert (Baumgarten, 2019). Männer sehen sich mit sich überlagernden und gleichzeitig widersprüchlichen Männlichkeitsanforderungen konfrontiert: mit tradierten und mit fortschrittlichen. Diese Neuausrichtungen werden von vielen ambivalent und konflikthaft erlebt, was zu Spannungen zwischen etablierten Normen und modernen Erwartungen führen kann. Das Erleben der eigenen Männlichkeit kann als Herausforderung erlebt werden (Demirović & Maihofer, 2013; Lengersdorf & Meuser, 2022; Nowacki et al., 2022; Theunert & Luterbach, 2021).

In diesem Kontext stellt sich die sexologische Fragestellung, inwiefern die aktuellen Männlichkeitskonstruktionen verunsichernde Auswirkungen auf das sexuelle Erleben von Männern haben. Zunehmende Orientierungslosigkeit oder Druck, den sich wandelnden Anforderungen und Erwartungen gerecht zu werden, kann potenziell zu Unsicherheiten, Identitätskonflikten und Stress im sexuellen Kontext führen (Döring, 2017; Riek & Salm, 2015). Sicherheit in der individuellen Geschlechtlichkeit wird für ein genussvolles Erleben der Paarsexualität als Voraussetzung betrachtet (Chatton et al., 2005; Desjardins et al., 2011). Während Verunsicherung in der eigenen Männlichkeit im sexuellen Kontext aus sexologischer Sicht ein bekanntes Anliegen ist (Gehrig, 2010, 2013), möchte diese Arbeit die Verunsicherung als Resultat von gesellschaftlicher Dynamik – genauer: den emanzipatorischen Diskurs –

betrachten. Im Fokus stehen verunsicherte Männer, die sich mit ihrer Männlichkeit reflektiv auseinandersetzen und für den emanzipatorischem Diskurs empfänglich sind.

Obwohl das wissenschaftliche Interesse an männlicher Sexualität zugenommen hat, untersucht die Forschung aktuell oft einseitig pathogenetische Aspekte. Umfassende empirische Erhebungen sowohl zu negativen als auch zu positiven Aspekten der Sexualität von Männern in Deutschland fehlen (Döring, 2017). Es fällt auf, wie eine Auseinandersetzung mit Männlichkeit im soziologisch-wissenschaftlichen Diskurs sowie in Populärmedien und in der Ratgeberliteratur stattfindet. Die Wechselwirkungen auf die gelebte individuelle Paarsexualität werden allerdings kaum thematisiert.

Die vorliegende Arbeit hat daher zum Ziel, die Dynamik aktueller Männlichkeitskonstruktionen im Kontext des emanzipatorischen Diskurses in der Schweiz und Deutschland besser zu verstehen sowie deren spezifische Auswirkungen auf das sexuelle Erleben von cisheterosexuellen Männern im Alter von 30 bis 45 Jahren in der Paarsexualität zu beleuchten. Durch eine qualitative Untersuchung der sexualtherapeutischen Praxis nach dem Ansatz Sexocorporel nach Desjardins soll die Qualität dieser spezifischen Verunsicherung sowie deren Bewältigung aus therapeutischer Perspektive exploriert und besser verstanden werden.

Im ersten Teil der Arbeit werden die theoretischen Grundlagen behandelt, um Männlichkeit als komplexe gesellschaftliche Strukturkategorie zu erfassen. Darauf folgen die gesellschaftliche Wahrnehmung und Einblicke in den wissenschaftlichen Erkenntnisstand zu männlicher Sexualität und sexueller Verunsicherung. Auf Grundlage einer kurzen Einführung in den sexualtherapeutischen Ansatz Sexocorporel werden das individuelle Erleben der Männlichkeit und eine damit verbundene mögliche Verunsicherung theoretisch eingeordnet. Aus den Erkenntnissen und Forschungslücken der Literaturrecherche (Kap. 3: Resümee) werden Arbeitsthesen formuliert und Forschungsfragen abgeleitet. Der Methodenteil beschreibt das Vorgehen der Erhebung mit Expert:innen und die Instrumente der qualitativen Auswertung. In den Ergebnissen werden die Erkenntnisse aus der Erhebung beschrieben. Der abschliessende Diskussionsteil beantwortet die Fragestellungen, benennt die Limitationen der Arbeit und fasst Schlussfolgerungen für die Forschung, die Praxis sowie Anregungen für eine nachhaltige und unterstützende Männlichkeitsbewegung zusammen.

***Anmerkung**:* Die Exploration von Männlichkeit in Verbindung mit heterosexueller Orientierung birgt ein gewisses Risiko, binäre Geschlechterkonzepte von «Mann» und «Frau» zu verstärken. Ein Hauptanliegen dieser Arbeit besteht darin, Männlichkeit als eine von der Gesellschaft geprägte Struktur zu erforschen und nicht festzustellen, was «den» Mann ausmacht. Es geht demnach um das bessere Verständnis der komplexen und heraus-

fordernden Strukturen, die das heutige Mannsein beeinflussen und im Zusammenhang mit dem Erleben in der Sexualität stehen – und nicht um eine inhaltliche Suche nach einer männlichen Essenz. Die Arbeit verwendet die Begriffe «Mann» und «Männer», wobei der Fokus auf Personen liegt, die sich als Männer erleben und als solche wahrgenommen werden (möchten). Die Wortwahl «neue Männlichkeit» im Titel und im Inhalt dieser Arbeit wird bewusst in Anführungszeichen gesetzt, um die Bedeutung als Chiffre und (teilweise diffuses) Leitbild hervorzuheben.

2 Theorie – Diskurse – Forschungsstand

Die vorliegende Arbeit folgt einem sozialkonstruktivistischen Ansatz. Dieser beschreibt, dass Wissen und Realität nicht objektiv existieren, sondern durch soziale Interaktionen, kulturelle Überzeugungen und individuelle Interpretationen innerhalb einer Gesellschaft entstehen (Flick, 2014, S. 53). Die starke Betonung des Bezeichnenden in diesem Ansatz kann dazu führen, dass das Bezeichnete vernachlässigt wird. Dies wird insbesondere bei einer körperlichen Handlung wie Sexualität deutlich (Connell, 2015, S. 101). Aus diesem Grund verbindet diese Arbeit sozialkonstruktivistische Überlegungen zu Männlichkeit mit einem sexualtherapeutischen Ansatz, der den Fokus auf das Individuum und den Ausdruck seiner Körperlichkeit legt.

Der theoretische Teil dieser Masterarbeit ist in drei Hauptbereiche unterteilt: Männlichkeit, männliche Sexualität und die sexualtherapeutische Betrachtung des Themas nach dem Ansatz Sexocorporel. Die spezifischen Schwerpunkte werden in den Einführungen der entsprechenden Kapitel erläutert.

2.1 Männlichkeiten, Gesellschaft und Wandel

Das folgende Kapitel betrachtet Männlichkeit aus verschiedenen Perspektiven und beleuchtet ausgewählte theoretische Diskurse, um eine wissenschaftliche Grundlage für das Verständnis der Verunsicherung der Männlichkeit zu schaffen. Darauf aufbauend wird das Leitbild «neue Männlichkeit» eingeordnet und Aspekte des emanzipatorischen Diskurses als zentrale Faktoren werden im Kontext möglicher Verunsicherung ausgeführt.

2.1.1 Männlichkeit als soziale Konstruktion

Die französische Philosophin und Pionierin des Feminismus Simone de Beauvoir postulierte bereits Mitte des 20. Jahrhunderts, dass eine Frau nicht als Frau geboren, sondern zur Frau gemacht werde (de Beauvoir, 1968). De Beauvoirs Formulierung steht damit im Gegensatz zu

den soziobiologischen Ansätzen zur Erklärung der Entwicklung einer Geschlechtsidentität. Das Verhältnis von Natur und Kultur spielt eine entscheidende Rolle in der wissenschaftlichen Diskussion zur Definition von Männlichkeit. «Natürliches an sich» lässt sich mit unseren Erkenntnismöglichkeiten nicht erkennen. Was wir wahrnehmen, ist durch kulturelle Überformungen von Bildern, Diskursen und Stereotypen geprägt (Baur & Luedtke, 2008, S. 9). Soziobiologische Ansätze vernachlässigen historische Unterschiede im Entwicklungsverlauf der Geschlechter und erklären die Vielfalt innerhalb der Geschlechter unzureichend. Diese Perspektive neigt dazu, die Geschlechterordnung als naturgegeben darzustellen, was sozialen Druck auf Individuen ausübt, die von der Norm abweichen. Dies wiederum macht die Wirkung sozialer Prozesse deutlich (Theunert & Luterbach, 2021, S. 39). Indem Menschen die ihnen zugewiesene Rolle in der Geschlechterordnung einnehmen, konstruieren sie *sich selbst* als maskulin oder feminin (Connell, 2013, S. 23). Alle sozialwissenschaftlichen Theorien vertreten dahingehend die Ansicht, dass Männlichkeit vorrangig durch soziale Einflüsse geformt wird (Baur & Luedtke, 2008, S. 9). In Anlehnung an de Beauvoir wird also auch der Mann erst zum Mann – mittels gesellschaftlich-kulturellen Prozessen: Individuen integrieren soziale Normen und Werte in ihr Leben.

Es existieren diverse theoretische Ansätze zur Analyse von Sozialisationsprozessen. Eine Herausforderung besteht darin, die Wirkmacht von Geschlechternormen zu verstehen, die eine begrenzende und lenkende Rolle spielen, ohne dabei die Vielfalt und Individualität zu vernachlässigen, mit der Geschlecht in der Praxis erlebt wird (Theunert & Luterbach, 2021, S. 39). Der aus der Soziologie stammende Begriff der *Geschlechterrolle* bezeichnet «die Summe der von einem Individuum erwarteten Verhaltensweisen als Mann bzw. als Frau und damit ein überindividuelles, relativ stabiles und insofern vorhersagbares geschlechtstypisches Verhaltensmuster» (Feldmann & Habermann, 2002, S. 158). Die Geschlechterrolle wird als psychologische Ausprägung des biologischen Geschlechts betrachtet. Gemäss Rollentheorie nach Parsons wird eine angemessene Geschlechterrollenidentität durch die Übernahme von Eigenschaften und Einstellungen definiert, die das biologische Geschlecht bestätigen. «Gesunde» Männlichkeit korrespondiert demnach mit normativen Erwartungen, wie etwa der heterosexuellen Orientierung (Meuser, 2006, S. 51). In enger Verbindung steht der Begriff der *Geschlechterstereotype*, der sozial geteilte Annahmen darüber vereint, welche Merkmale männliche und weibliche Personen (angeblich) haben (deskriptive Normen) oder haben sollten (präskriptive Normen) (Eagly, 1987). Während die Rollentheorie den Blick auf Männer und Männlichkeiten in vielerlei populären Bereichen prägt, gilt das Konzept im wissenschaftlichen Zusammenhang als verkürzt. Es unterscheidet zwischen Individuum und der einwirkenden Gesellschaft; doch es erklärt nicht, wie es zur Definition gesellschaftlicher

Rollen kommt. Es vernachlässigt die Relationalität von Geschlecht sowie die Analyse von Machtverhältnissen – zwei zentrale Aspekte in der Konstruktion von Männlichkeiten. Zudem schwingt ein latenter Biologismus mit, der auf stabiler Zweigeschlechtlichkeit und primär biologischen Unterschieden beruht (Fenske, 2012, S. 14; Martschukat & Stieglitz, 2018, S. 44).

Definitionsversuch: Männlichkeit umfasst alle Merkmale und Verhaltensweisen, die typischerweise Männern zugeschrieben werden oder von ihnen gemäss den sozialen Geschlechterrollen erwartet werden (Meuser, 2006, S. 17ff). Connell definiert Männlichkeit als «eine Position im Geschlechterverhältnis; die Praktiken, durch die Männer und Frauen diese Position einnehmen, und die Auswirkungen dieser Praktiken auf die körperliche Erfahrung, auf Persönlichkeit und Kultur» (Connell, 2015, S. 124). Nach Connells Verständnis ergibt sich Männlichkeit also aus kultureller Praxis und Position, nicht aus vorgegebener Rolle oder aus einem festgelegten Satz von Eigenschaften. Um Männlichkeit zu verstehen, ist es wichtig, die konkreten Umstände zu betrachten, in die Männer und Frauen eingebunden sind. Dies zeigt, dass Männlichkeit aus diesem Verhältnis heraus entsteht und jeglicher Versuch, sie allgemeingültig zu definieren, unangemessen ist (Theunert & Luterbach, 2021, S. 36). Es bedeutet auch, dass «Männlichkeit» ohne Gegenbegriff der «Weiblichkeit» nicht existiert. In einer Kultur ohne polarisierte Charaktereigenschaften zwischen Frauen und Männern gibt es kein Konzept von Männlichkeit im Sinne der modernen westlichen Kultur (Connell, 2015, S. 120). Goffman beschreibt, dass die Zuteilung zu einem Geschlecht bei der Geburt den Beginn eines fortlaufenden Sortierungsprozesses markiert, der zu einer unterschiedlichen Sozialisation von Männern und Frauen (bzw. Jungen und Mädchen) führt (Goffmann, 2001, S. 109). Folglich werden bereits frühzeitig Erwartungen und Normen etabliert, die definieren, was es bedeutet, ein «richtiger» Junge oder Mann zu sein. Diese Normen beeinflussen und prägen die Erfahrungen und das Verhalten von Männern und dienen ihnen als Leitfaden für ihr Verhalten und ihre Identität. Diese vielschichtigen Erwartungen lassen sich mit dem Begriff *Männlichkeitsanforderungen* treffend beschreiben, die es für «richtige» Männer adäquat zu erfüllen gilt (Theunert & Luterbach, 2021, S. 29, 101). Sie verändern sich je nach Ort, Zeit, sozialer Schicht bzw. Milieu, Lebensweise, kultureller Zugehörigkeit (Stuve & Debus, 2012, S. 44).

Ein bedeutendes theoretisches Konzept in der modernen Männlichkeitsforschung wurde 1999 von Raewyn (ehemals Robert) Connell mit «hegemonialer Männlichkeit» eingeführt. Dieses Konzept stellt eine Weiterentwicklung der Rollentheorie und der Patriarchatsanalyse (Hearn, 1987) dar, indem es eine differenzierte Machtanalyse einführt. Es gelingt damit, unterschiedliche Hierarchien und Beziehungen zwischen Männern und Frauen sowie unter Männern zu erfassen. Sie nimmt die Position des «doing gender» sowie «perceiving and

performing gender» (West & Zimmerman, 1991) ein, wonach Geschlecht kontinuierlich konstruiert und bestätigt wird (Connell, 2015). Über lange Zeit wurde Weiblichkeit mit Passivität und Mangel assoziiert, während die Vagina oft abwertend als ein Loch oder ein Nicht-Haben betrachtet wurde. Im Gegensatz dazu wurde der Penis und damit die Männlichkeit mit Werten wie Potenz, Macht und Stärke aufgeladen. Diese Vorstellungen spiegeln gesellschaftliche Bestrebungen wider, eine bürgerlich-patriarchale Geschlechterordnung aufrechtzuerhalten (Maihofer, 2015, S. 631). Die Formung von Männlichkeit ist daher ein fortlaufender Prozess, der von allen Mitgliedern einer Gesellschaft gestaltet wird und durch Institutionen wie Familie, Staat und Wirtschaft verfestigt wird (Fenske, 2012, S. 15). Connell beschreibt, dass eine bestimmte Männlichkeit und damit verbundene Vorstellungen kulturell dominant sind, das heisst hegemonial. Dieses Ideal wird für Männer zur Norm. Es lässt sich auf verschiedenen Ebenen des kulturellen und sozialen Lebens als erstrebenswerte Orientierungsgrösse wiederfinden, aber nur von den wenigsten umsetzen. Daraus entsteht eine sogenannte «Komplizenschaft». Männer, die die Anforderungen hegemonialer Männlichkeit nicht erfüllen, stützen trotzdem deren Werte, Normen und Vorstellungen. Dafür erhalten sie eine sogenannte «patriarchale Dividende», sprich: Sie profitieren aufgrund ihres Geschlechts. Tun sie das nicht, werden sie marginalisiert oder untergeordnet (Connell, 2015, S. 133; Meuser, 2006, S. 101).

Es zeigt sich, dass Männlichkeit im sozialen Kontext und in Beziehung zur Umwelt konstruiert wird, wodurch sie nicht objektiv beschrieben werden kann. Männlichkeit und demnach Identitäten und Rollen unterliegen Veränderungen aufgrund sozialer und gesellschaftlicher Einflüsse. Dies relativiert die Annahme einer zeitlosen oder natürlichen Männlichkeit. Das Konzept der hegemonialen Männlichkeit verdeutlicht, wie Männlichkeitsanforderungen kulturell-gesellschaftlich gelebt, genährt und weitergegeben werden. Diese prägen das Verhalten und die Identität von Männern tiefgreifend und bergen für den weissen cis-heterosexuellen Mann Anreize, sich diesen Erwartungen anzupassen. Die von hegemonialer Männlichkeit geschaffenen Strukturen sind ein Kernaspekt des Patriarchats, was die Bedeutung von Connells theoretischem Ansatz insbesondere im Kontext des emanzipatorischen Diskurses relevant macht. Zudem eignet er sich, potenzielle Spannung zu verdeutlichen, die Männer möglicherweise aufgrund internalisierter Männlichkeitsnormen und aktueller Männlichkeitskonstruktionen erleben.

2.1.2 Männlichkeitsforschung: Aktuelle theoretische Diskurse

Männer, Männlichkeiten und das Mannsein sind mittlerweile von grossem wissenschaftlichem Interesse. Die Männerforschung, als verhältnismässig neuer Zweig der Geschlechter-

forschung, ist jedoch jung. Diese konzentrierte sich lange Zeit primär auf die Frau, in Abgrenzung zur Referenzkategorie «Mann». Es gibt daher vergleichsweise wenig empirische Untersuchungen, die Männlichkeit aus der Perspektive der Männer – als Akteure – untersuchen (Baur & Luedtke, 2008, S. 8). Vor dem Hintergrund umfangreicher Literatur und Beiträgen aus der Geschlechterforschung skizziert dieses Kapitel ausgewählte aktuelle theoretische Strömungen, um den gegenwärtigen, vielfältigen Diskurs zu Männlichkeiten zu beschreiben.

In den Bereichen Soziologie, Psychologie, Gender- und Gesundheitsforschung dominiert ein einseitig risikozentrierter und negativer Blick auf Männlichkeit (Döring, 2017, S. 41; Meuser, 2006, S. 147). In Gesellschaft und Wissenschaft wird seit vielen Jahrzehnten wiederkehrend eine Männlichkeit in der Krise beschrieben, insbesondere während Zeiten verstärkter Verschiebungen in den Geschlechterkonstellationen. Überspitzt argumentiert, könnte damit die Männlichkeit in einer «Dauerkrise» beschrieben werden, was eine Krise grundsätzlich in Frage stellt (Martschukat & Stieglitz, 2005, S. 82). Die Krisenthese argumentiert, dass Männer, wenn auch in unterschiedlichem Ausmass, von Unsicherheit und Verwirrung betroffen sind. Sie werden damit eher als Opfer denn als Protagonisten gesellschaftlicher Veränderungen beschrieben (Meuser, 2001, S. 9). Wenn eine Krise mit «der» Männlichkeit als allgemeine Referenzkategorie verbunden wird, deutet dies darauf hin, dass eine stabile, essenzielle und wünschenswerte Männlichkeit als Norm betrachtet wird, die gestört wird. Hegemoniale Männlichkeit steht oft im Mittelpunkt dieser Betrachtung und gilt als bedroht. Somit rückt der Verlust von männlicher Autorität, Selbstwertgefühl und Beständigkeit in den Vordergrund, was wiederum das Narrativ verstärkt, eine kriselnde Männlichkeit stabilisieren zu müssen (Martschukat & Stieglitz, 2005, S. 82ff). Die Pluralisierung von Lebensweisen und -formen (und damit das Aufbrechen hegemonialer Orientierungsmassstäbe) resultiert im Fehlen eindeutiger Leitbilder der Lebensgestaltung und kann als krisenhafter Prozess erlebt werden. Im Diskurs über die Umverteilung sozialer Ressourcen (wie Macht, Zeit, Geld, Prestige) kann die zunehmende Partizipation von Frauen als eine Bedrohung erlebt werden (Frey et al., 2014, S. 2ff; Opitz-Belakhal, 2008).

Die Paradigmen «Gender Role Stress» und «Gender Role Strain» befassen sich beide mit den Belastungen und Spannungen, die aus der Orientierung an tradierten Geschlechterrollen resultieren. Sie betonen die negativen Auswirkungen auf Wohlbefinden und psychische Gesundheit, die für Männer durch den Versuch, Erwartungen und Normen traditioneller (oft widersprüchlicher) Geschlechterrollen zu erfüllen, entstehen können (Baugher & Gazmararian, 2015; Eisler & Blalock, 1991; Levant, 2011). Dies lässt sich mit der Begrifflichkeit «toxische Männlichkeit» in Verbindung bringen. Bisher ist diese These im deutschsprachigen wissen-

schaftlichen Diskurs nicht verbreitet, erhält jedoch populärwissenschaftlich grosse Aufmerksamkeit. Sie thematisiert eine von Dominanz und Aggressivität geprägte Männlichkeit, die mit «Macho-Orientierung» die Unterordnung der Frau vorantreibt. Das Rollenbild ist dahingehend toxisch, dass es nicht nur fremd-, sondern auch selbstgefährdend ist. Während beispielsweise besonders der #metoo-Diskurs die Fremdgefährdung, die Gewalt gegen Frauen thematisiert, ist diese Form der Männlichkeit für den Mann und seine Gesundheit ebenso selbst gefährdend (Baier et al., 2019, S. 465). Männlichkeitsanforderungen können Risiken bergen, wie die Unterdrückung von Eigenschaften und Verhaltensweisen, die als feminisiert gelten, zum Beispiel emotionale Offenheit und Gesundheitsvorsorge (Döring, 2017, S. 41). Im internationalen Diskurs steht das Konzept im Zusammenhang mit der Erklärung von Gewaltverhalten (Haider, 2016), Depression (Parent et al., 2019) und Inanspruchnahme von Therapieangeboten im Strafvollzug (Kupers, 2005). Zusammenfassend: Die Widersprüchlichkeit der Anforderungen und krank machende Männlichkeitskonstruktionen und -korsette sind für den Mann selbst toxisch (Theunert & Luterbach, 2021, S. 50). Gleichzeitig wird der Mann gemäss dieser Perspektive zunehmend selbst als toxisch für sein Umfeld beschrieben (Theunert, 2023, S. 21).

Die Geschlechterforschung gerät regelmässig ins Visier reaktionärer Kräfte, da sie traditionelle Machtstrukturen hinterfragt. Maskulismus als ideologische Strömung (Meuser, 2006, S. 160) zeigt sich oft in Form von Anti-Genderismus[1] und wird zunehmend von rechtspopulistischen und nationalistischen Gruppen und der «Männerrechtsbewegung» propagiert, welche eine vermeintlich «natürliche Ordnung» wieder herstellen wollen (Maihofer & Schutzbach, 2015; Martenstein, 2013; Martschukat & Stieglitz, 2018, S. 9). Am Beispiel von PUA («pick-up artists») und Incels («involuntary celibates») lassen sich maskulistische Radikalisierungen erkennen. Dahinter stehen Männer, die sich durch die Emanzipationsbewegung benachteiligt erleben und sich um ihre vermeintliche sexuelle Überlegenheit betrogen fühlen (Schutzbach, 2018, S. 306). PUA sind Männer, die behaupten, die Kunst der Verführung zu beherrschen und anderen Männern beibringen zu können, wie sie Frauen für sexuelle Beziehungen gewinnen. Der Pick-up-Trend hat sich als eine Art Selbsthilfe-Subkultur entwickelt, in der unsichere Männer versuchen, erfolgreicher im Umgang mit Frauen zu sein. Diese Szene ist oft ein Rückzugsort für Männer, die sich von Frauen abgelehnt fühlen und mit Gefühlen der Frustration und Ohnmacht konfrontiert sind. Die Werte der PUA sprechen der

[1] Anti-Genderismus ist eine Weiterentwicklung des Anti-Feminismus und lehnt Annahmen und Prinzipien der Geschlechterforschung, die Geschlechtervielfalt und -fluidität ab. Entsprechende Haltung richtet sich gegen Geschlechtergerechtigkeit und befürwortet traditionelle Geschlechterrollen und -identitäten (Maihofer & Schutzbach, 2015, S. 201ff).

Frau jegliche Selbstbestimmung ab und dem Mann selbst das Recht auf Sexualität nach seinen Bedingungen zu. Die Dominanz des Männlichen über das Weibliche steht damit im Vordergrund. Im Gegensatz dazu haben sich Incels aufgrund ihrer unerfüllten sexuellen Bedürfnisse von Frauen abgewandt und befürworten offen Hass gegenüber Frauen – bis hin zur Gewalttätigkeit (Pohl, 2012, S. 296ff; Schutzbach, 2018, S. 306ff).

Gleichzeitig ist der theoretische Blick auf Männlichkeit in jüngerer Zeit vielfältig geworden, um den Wandel männlicher Lebenslagen abzubilden. Dies zeigt sich, indem positive Aspekte wie Auseinandersetzung und Weiterentwicklung erfasst werden. Es wird in diesem Zusammenhang von reflexiver Männlichkeit (Meuser, 2005), balanciertem Mannsein (Winter & Neubauer, 2001) oder inklusiver Männlichkeit (Anderson, 2009) gesprochen. Diese Strömungen setzen unterschiedliche Schwerpunkte. Sie haben alle das Verständnis gemein, dass Männlichkeitsideale durchaus prosoziales und gesundheitsförderliches Potenzial besitzen (Positive Psychology Positive-Masculinity Paradigm) (McDermott et al., 2019). Sie gehen davon aus, dass zeitgenössische Männlichkeitsideale zunehmend ermöglichen, dass als untypisch männlich betrachtete Eigenschaften wie Zärtlichkeit, Fürsorglichkeit und Partnerschaftlichkeit in Beziehungen und Kindererziehung sowie Intimität in Männerfreundschaften akzeptiert werden. Dies mit dem Ziel, dass Männern das gesamte Spektrum des menschlichen Verhaltens zugesprochen wird (Döring, 2017, S. 42). Mit «caring masculinities» wird nicht nur die wachsende Beteiligung von Männern an Kinderbetreuung und Familienarbeit beschrieben, sondern die Situation, wenn Sorgearbeit zu einem zentralen Element der männlichen Identität wird (Elliott, 2016, S. 254). Die Konzepte «inclusive masculinity» und «caring masculinity» beziehen sich auf die Beschreibung empirischer Beobachtungen, konkret auf die Abnahme von Homophobie und Übernahme von Sorgeverantwortung (Meuser, 2022, S. 15). Im Kontrast beschreiben Bridges und Pascoe mit «hybrider Männlichkeit» die Transformationen der Ausdrucksformen von Männlichkeit, ohne einen Anspruch auf einen konsistenten Identitätsentwurf zu erheben (Pascoe & Bridges, 2014, S. 246). Das Konzept kann als eine Strategie betrachtet werden, um mit Ambivalenzen und widersprüchlichen Erwartungen aktueller Männlichkeitskonstruktionen umzugehen und ein Gleichgewicht zu finden. Die selektive Integration von Elementen, die normalerweise marginalisierten oder untergeordneten Männlichkeiten oder Frauen zugeordnet werden, ermöglicht vielfältige Entwürfe von Männlichkeit und ist aktuell vor allem in Jugendkulturen zu beobachten (Meuser, 2022, S. 15). Dies bestätigen Erhebungen, die Subkulturen in den Fokus nehmen und feststellen, dass insbesondere dies Schauplätze zur Erforschung von vielfältigen, zeitgenössischen Männlichkeiten darstellen (Haenfler, 2015). Connor et al. untersuchte zeitgenössische Männlichkeiten und identifizierte eine Abkehr von

traditionellen männlichen Geschlechterstereotypen hin zu vielfältigeren Ausdrucksformen der Männlichkeit in Aspekten wie Inklusivität, emotionaler Intimität, Körperlichkeit (absichtliche Berührungen) und Widerstand gegen klassische Männlichkeitsnormen. Junge heterosexuelle Männer der Mittelschicht in westlichen Gesellschaften zeigen Tendenzen, Aspekte zeitgenössischer Männlichkeitsvorstellungen anzunehmen und traditionelle Normen zu hinterfragen. Dies unterstützt mit empirischem Gehalt, Theorien wie die der inklusiven und hybriden Männlichkeit, die eine vielfältigere und integrativere Vorstellung von Männlichkeit befürworten (Connor et al., 2021, S. 15).

Gemäss Anderson koexistieren multiple Männlichkeiten vor dem Hintergrund tradierter hegemonialer Leitbilder (Anderson, 2009). Das Erkenntnisinteresse im Diskurs über Männlichkeit konzentriert sich demnach nicht auf «den Mann» oder «die Männlichkeit». Der Plural «Männlichkeiten» zeigt auf, dass nicht von einer stabilen, monolithischen Männlichkeit ausgegangen werden kann. Es rücken so verstärkt die Vielfalt von Geschlechtsentwürfen, ihre Entstehung, Veränderung und Wirkungsweise in den Fokus (Martschukat & Stieglitz, 2018, S. 40, 58).

2.1.3 Verunsicherte Männlichkeit

Eine wichtige Erkenntnis der empirischen Männerforschung ist, dass traditionelle Vorstellungen von Männlichkeit einem Wandel unterliegen und zunehmend hinterfragt werden (Baumgarten, 2019; Baumgarten et al., 2017; Meuser, 2022; Thym et al., 2021; Wippermann, 2014; Wippermann et al., 2009). Die Problematisierung von Männlichkeit ist sowohl in der Wissenschaft als auch in der Gesellschaft ausgeprägt. Der Verlust der bisherigen Selbstverständlichkeit von Männlichkeit löst eine zunehmende Unsicherheit aus und wird zu einer weit verbreiteten Erfahrung (Thym et al., 2021, S. 14). Im Kontext der aktuellen «Vielfachkrise», die westliche Gesellschaften – einschliesslich der Schweiz – gegenwärtig durchlaufen, sind verschiedene Krisen im Zusammenhang mit Geschlecht, Sexualität, Familie, Rassismus, Ökologie/Klima, Militär, Wirtschaft, (Post-)Kolonialismus und Bildung aufeinander bezogen. Männlichkeit spielt in all diesen sozialen und kulturellen Verflechtungen eine zentrale Rolle (Demirović & Maihofer, 2013, S. 30ff). Dass die Frage nach «angemessenem Mannsein» beschäftigt, zeigt auch die populäre Verhandlung in Form von Reportagen – und die grosse Anzahl von Ratgeberliteratur für Männer sowie für die Partner:innen von Männern (Baader et al., 2012, S. 10; Thym et al., 2021, S. 14).

Die zunehmende Erosion traditioneller männlicher Privilegien und Machtpositionen wird dahingehend auf unterschiedliche Weise wahrgenommen: Einige reagieren darauf mit dem Wunsch nach Rückkehr zu vertrauten Gewissheiten, während andere sie als eine Öffnung

für neue Möglichkeiten und einen Zugewinn an Freiheit empfinden. Insgesamt werden diese Veränderungen als ambivalent erlebt. Viele Männer verhalten sich in dieser Situation widersprüchlich – sie sind sowohl aktive Gestalter des Wandels als auch Verteidiger des Status quo (Thym et al., 2021, S. 15). Die Möglichkeit, alternative Vorstellungen von Männlichkeit jenseits traditioneller Normen zu entwickeln, eröffnet demnach neue Perspektiven. Sie birgt jedoch auch das Risiko der Verunsicherung. In der heutigen spätmodernen Gesellschaft ist Identität nicht mehr als eine einheitliche und widerspruchsfreie Konstruktion zu begreifen, sondern vielmehr als ein komplexer Prozess voller Spannungen. Die Herausforderung der Identitätsarbeit besteht vor allem darin, Ambivalenzen zu integrieren. Für (junge) Männer ist das Konzept des Mannseins zu einer ambivalenten Angelegenheit geworden, die ein hohes Mass an Ausgewogenheit zwischen unterschiedlichen Erwartungen erfordert (Meuser, 2022, S. 13).

2.1.4 «Neue Männlichkeit» oder das Nebeneinander von Männlichkeiten

Die Frage, ob sich die Geschlechterverhältnisse grundlegend ändern oder lediglich oberflächliche Veränderungen stattfinden, wird in Medien und Wissenschaft intensiv diskutiert (Thym et al., 2021, S. 15). Manche betrachten die Veränderungen als schleichend und ein potenzieller gesellschaftlicher Rückschritt zu tradierten Verhältnissen (Backlash) als besorgniserregend, während andere das Fortschreiten der Auflösung geschlechtlicher Normen als zu weitgehend empfinden. Es lässt sich definitiv beobachten, wie tiefgreifende Veränderungen in den Geschlechterverhältnissen stattfinden, während gleichzeitig grundlegende Strukturen einer heterosexuellen patriarchalen Ordnung bestehen bleiben (Theunert & Luterbach, 2021, S. 42). Das Konzept der paradoxen Gleichzeitigkeit von Persistenz und Wandel beschreibt diese gegenwärtigen Dynamiken im Geschlechterverhältnis treffend (Maihofer, 2007, S. 294, 2021, S. 31). Für die Mehrheit der Männer resultiert dies in einer Spannung zwischen den traditionellen Pflichten mit einem klaren begrenzten Rollenprofil einerseits und einer Fülle von neuen, weichen, ganzheitlichen Eigenschaften, Aufgaben und Möglichkeiten des Mannseins andererseits. Die Komplexität traditioneller und neuer Anforderungen an die Männlichkeit steigt. Die Erwartungen an ein gesellschaftlich akzeptiertes und attraktives Mannsein werden nicht als einheitlich, sondern als widersprüchlich und schwer vereinbar empfunden, da es oft an Vorbildern, Erfahrungen und bewährten Routinen mangelt (Wippermann, 2014, S. 9). Diese Gleichzeitigkeit von Erwartungen lässt sich in unterschiedlichen Bereichen beobachten: Familienentwürfe, Partnerschaft, Arbeitswelt, Vaterschaft, Umgang mit Emotionen etc. (Baumgarten, 2019; Baumgarten et al., 2017; Theunert & Luterbach, 2021; Thym et al., 2021).

Die tiefgehende Frage nach dem zeitgenössischen Mannsein und dessen zukunftsfähigen Entwicklungsmöglichkeiten mündet oft in einer Referenz zum «neuen Mann». Bereits in den 1970er Jahren rückte der Begriff des «neuen Manns» im Zusammenhang mit «New Age» in den Fokus, wobei besonders die Betonung auf Gefühlen und dem Körper lag. Es wurde erwartet, dass dieser «neue Mann» nicht nur anders dachte, sondern vor allem anders fühlte als sein traditioneller Vorgänger, indem er sich in seiner Ganzheitlichkeit erlebte (Eitler, 2010, S. 299). Diese Chiffre etablierte sich und ist heute Inbegriff wandelnder Rollenbilder und oftmals Vision im emanzipatorischen Bestreben nach Chancengleichheit und Gleichstellung. Gleichzeitig ist der «neue Mann» empirisch kaum erforscht, obwohl populärwissenschaftlich wiederkehrend verhandelt (Wippermann et al., 2009, S. 10).

Wippermann gelingt in einer bundesweiten Studie in Deutschland zu dominanten Geschlechtsidentitäten, ein Spektrum aufzeigen und definiert Selbstbilder von vier Basis-Männertypen: Der «starke Haupternährer der Familie», der «Lifestyle-Macho», der «moderne 'neue' Mann» und der «postmodern-flexible Mann». Die fortschrittlichen Männer, die über 60% der untersuchten Zielgruppe ausmachen, unterscheiden sich deutlich vom traditionellen Männerbild der erstgenannten und repräsentieren Ausprägungen der «neuen Männlichkeit» (Wippermann et al., 2009, S. 21).[2] Wippermann kommt zum Schluss, dass der «neue Mann» ein Männerideal verkörpert, woran sich quantitativ am meisten Männer (60%) orientieren. Wichtig hervorzuheben ist, dass es sich um ein Ideal und nicht zwingend gelebte Praxis handelt. Als Entdecker weicher Männlichkeit, skizziert der «neue Mann» einen deutlichen Gegenentwurf zum traditionellen Mann. Der «neue Mann» zeigt ein differenziertes Profil, indem er sich nicht per se von klassisch männlichen Attributen distanziert, sondern deren Bedeutung sich verschieben und zusätzlich mit ehemals weiblich zugeschriebenen Eigenschaften verknüpft werden. Der «neue Mann» entspricht somit nicht dem Stereotyp des feminisierten Mannes, der unmännlich ist. Karriere, Stärke und Durchsetzungsvermögen sind nicht mehr die Hauptmerkmale seiner Identität; dennoch werden sie als positive Eigenschaften betrachtet. Ausgeprägt ist eine Orientierung an sozialen Kompetenzen wie Empathie, Hilfsbereitschaft oder Fürsorglichkeit. Er möchte die Gefühle anderer verstehen und bei Konflikten vermitteln können. Er zeigt und kommuniziert Gefühle, ist zärtlich und romantisch. Persönliche Bedürfnisse und Familienbedürfnisse sind ihm wichtig. Der neue Mann bleibt für die Familienversorgung verantwortlich, jedoch nicht

[2] Die Ergebnisse widerspiegeln die sozialwissenschaftliche Rekonstruktion von Selbstentwürfen und wurden im Rahmen von umfangreichen, qualitativen Einzelexplorationen, Gruppenwerkstätten (mit Männern und Frauen) sowie standardisierter Repräsentativbefragung quantitativer Natur erhoben. Um der Pluralisierung von Lebensformen und -stilen zu begegnen, erfolgte zusätzlich eine soziokulturelle Einbettung über das Lebensweltenmodell der Sinus-Milieus (Wippermann et al., 2009, S. 73).

in der traditionellen Rolle des Haupternährers und «Beschützers». In Abgrenzung zur patriarchalischen Rolle des Familienoberhaupts streben diese Männer eine gleichgestellte Partnerschaft auf Augenhöhe an. Sie wollen die traditionelle bipolare Geschlechterordnung überwinden, indem sie sich in Klarheit davon abgrenzen und ungerechte Alltagskulturen und Strukturen hinterfragen. Sie betrachten sich nicht in der Rolle des Hausmanns, sind jedoch bereit, bei Haushaltspflichten mit anzupacken. Ein ganzheitlicher Mann vereint ein reflektiertes Selbstverständnis in Bezug auf Partnerschaft sowie auf potenzielle Vaterschaft. Diese Männer sind im Aufbruch: Sie brechen mit Einstellungen und Routinen und wollen sich selbst und die Gesellschaft weiterentwickeln. Durch die Erweiterung des Möglichkeitsraums von Männlichkeit über die vormals eng gesteckten Grenzen traditioneller Geschlechteridentitäten hinaus, zeigt sich so eine neue Form und Stilistik von Männlichkeit: der ganzheitlich, reflektierte, konsequent gleichgestellte «neue Mann» (Wippermann, 2014, S. 72ff; Wippermann et al., 2009, S. 85ff). Wippermann betont die enge Relation von Identität und Rollenverhalten zwischen Männern und Frauen. Er stellt fest, dass geschlechtsspezifische Selbst- und Fremdbilder in einem wechselseitigen Verhältnis von Ermöglichung und Begrenzung stehen. Insbesondere weist er darauf hin, dass Frauen oft sowohl traditionelle als auch moderne Merkmale der Männlichkeit von ihren männlichen Partnern erwarten. Diese vielschichtigen Erwartungen können zu Spannungen und Verwirrung auf Paarebene führen (Wippermann, 2014, S. 34).

2.1.5 Männlichkeitskonstruktion im Kontext des emanzipatorischen Diskurses

Emanzipation beschreibt «den Prozess der Befreiung aus Abhängigkeit und Unmündigkeit sowie die Verwirklichung der Selbstbestimmung als zentrales Ziel demokratischer Gesellschaften. Der Begriff wird oft im Zusammenhang mit der Unterprivilegierung gesellschaftlicher Personen und Gruppen verwendet» (Schubert & Klein, 2020). Meyer-Hinrichs ergänzt, dass Emanzipation und wortverwandte Begrifflichkeiten im heutigen Sprachgebrauch vorwiegend mit der Frage nach dem Verhältnis der Geschlechter und der Gleichberechtigung der Frau verknüpft werden, damit die auf Selbständigkeit und Gleichberechtigung gerichtete Befreiung von Frauen aus patriarchalischen Strukturen und Abhängigkeiten meint. Gleichzeitig spricht Emanzipation die Lösung von fremdem Einfluss, von vorgegebenen Zusammenhängen im generellen Sinne an (Meyer-Hinrichs, 2024). Der emanzipatorische Diskurs wird daher in dieser Masterarbeit bewusst aus beiden Blickwinkeln betrachtet, was sich in der Formulierung der Forschungsfragen widerspiegelt (vgl. Kap. 4).

«Neue Männer» streben im Alltag gemeinsam mit ihren Partner:innen eine gleichgestellte Partnerschaft und oft auch Elternschaft an; und sie zeigen grosses Interesse für Gleich-

stellungsfragen (Wippermann et al., 2009, S. 91). Empirische Studien bestätigen den verbreiteten Wunsch von Männern, in der Familie präsent zu sein und sich aktiv an der Betreuung und Erziehung der Kinder zu beteiligen (Baumgarten et al., 2017, S. 77). Der Wunsch nach gleichberechtigter Elternschaft und eigener beruflicher Tätigkeit ist bei Frauen gestiegen. Fürsorgeansprüche verändern sich und werden neu ausgehandelt (Possinger, 2013). Empirische Erhebungen in der Schweiz zeigen jedoch, dass Vorstellungen und deren Umsetzung in die Realität divergieren (mehr dazu vgl. Anhang a.). Die zunehmenden Wünsche nach Präsenz und Aktivität des Mannes in der Familie stehen im Konflikt mit den Anforderungen der Erwerbsarbeit und der beständigen (traditionellen) Erwartung, für die Familie finanziell verantwortlich zu sein. Es resultiert im widersprüchlichen Bild des «neuen» präsenten, anwesenden, emotional involvierten gleichzeitig ernährenden Vaters. Männlichkeit und Erwerbsarbeit scheinen geschlechtertheoretisch gesehen noch untrennbar miteinander verbunden. Vollzeitbeschäftigung bleibt nach wie vor eine wichtige hegemoniale männliche Referenz, trotz zunehmend problematischer Wahrnehmung desgleichen (Baumgarten et al., 2017, S. 77, 85; Lengersdorf & Meuser, 2022). Meuser hält fest, dass hegemoniale Prägungen sich nicht einfach mit den Gleichheitserwartungen heutiger Frauen vereinen lassen (Meuser, 2022, S. 12). Gleichstellungsorientierte Männer erleben ihre Gleichstellungsvision oft auch für die Partnerschaft als Belastung. Wenn beide Partner an ihrem gleichgestellten Rollenmodell festhalten, können Konflikte entstehen, während sie darum ringen, wer für welche Aufgaben zuständig ist, wer zu kurz kommt und wer ein Anrecht auf Entlastung hat. Das Durchsetzen von tatsächlicher Gleichstellung bzw. die Realisierung des Leitbilds des sogenannten «neuen Manns» ist in hohem Masse individualisiert und privatisiert, weil ökonomische und rechtliche Anreizstrukturen fehlen (Wippermann, 2014, S. 10).

Der Strukturwandel der Erwerbsarbeit stellt tradierte Männlichkeitskonstruktionen in Frage und verändert männliche Lebenslagen sowohl beruflich als auch privat. Die wachsende Inklusion von Frauen in vormals überwiegend (ausschliesslich) männerdominierten Berufen löst männlich-homosozial geprägte Berufswelten auf. Frauen und Männer werden zu Wettbewerbsgegner:innen. Zunehmend werden Kompetenzen bedeutsam, sogenannte «soft skills», die gemäss gängigen Erwartungen eher weiblich konnotiert sind und gemäss gewissen Perspektiven Frauen zu einen «Gender-Vorteil» verhelfen soll. Die Flexibilisierung von Arbeitszeiten und -orten macht die Berufssphäre für alle Geschlechter zugänglicher und löst die Grenzziehung zwischen Sphären der Erwerbsarbeit und Familienarbeit auf (Meuser, 2012, S. 152ff)

Es ist unklar, ob neue Identitäten und Rolleneinstellungen zu einem veränderten Verhalten führen und inwiefern dieser Wandel zur Gleichstellung und Geschlechtergerech-

tigkeit beiträgt. Die Vielfalt der Lebensrealitäten von Männern und die Entwicklung neuer Geschlechterrollen stossen auf Widerstand durch traditionelle Alltagskulturen und institutionelle Strukturen, die das traditionelle Modell des Haupternährers unterstützen oder fördern (Wippermann, 2014). Aus neuen Männlichkeitskonstruktionen von beispielsweise in Teilzeit arbeitenden Vätern (Buschmeyer, 2008) oder «neuen» Vätern (Kassner, 2008) resultieren für die Betroffenen je nach Milieuzugehörigkeit zahlreiche Herausforderungen, moderne Konzepte mit hegemonialen Männlichkeitsmustern zu vereinen, die im Hintergrund weiter wirksam sind.

Es zeigt sich, dass viele Männer danach streben, neue Formen von Männlichkeit zu entwickeln und sich als «andere Männer» zu definieren (Baumgarten, 2019). In diesem grundlegenden gesellschaftlichen Wandel ist eine Dynamik der Emanzipation erkennbar: Alle Menschen können die Option nutzen, ihre eigenen Vorstellungen von Männlichkeit und Weiblichkeit sowie generell von Geschlechtlichkeit zu verfolgen, wodurch Freiräume und Chancen entstehen (Baumgarten, 2019). Bereits um die Jahrtausendwende wurde die Notwendigkeit einer Transformation des männlichen Lebens betont. Kimmel zeigte auf, dass Männer eine eigene Entwicklung anstreben müssten, um sich von der historischen Belastung männlicher Hegemonialität zu befreien. Dieser Prozess wurde als zweiter, zentraler und herausfordernder Teil der Emanzipation angesehen, nachdem Frauen den ersten Abschnitt dieser Entwicklung durchlaufen hatten (Kimmel, 2000, S. 267). Diese Forderung lag bereits früh dem emanzipatorischen Diskurs zugrunde, der einen komplementären Wandel des männlichen Verhaltens und Bewusstseins forderte – und nicht bloss nur eine Kultur des Entgegenkommens (Böhnisch, 2004, S. 7). Nach Ashe lässt sich beobachten, wie gewisse Männer sich seitdem kontinuierlich kritisch mit unterschiedlichen Facetten von Männlichkeit befassen (vgl. «second wave of feminism»), darunter die Kosten, Negativerfahrungen, Zwänge oder der erschwerte Zugang zu Gefühlen, die mit der männlichen Sozialisation einhergehen. Gleichzeitig hinterfragen sie auch kritisch die Privilegien hegemonialer Männlichkeit sowie Gewalt und andere Verhaltensweisen (Ashe, 2007, S. 12). Dies spiegelt sich in der derzeit verbreiteten Verwendung des Begriffs «toxische Männlichkeit» wider (vgl. Kap. 2.1.2). Es sei zentral aufzuzeigen, wie Kräfte auf verschiedenen Ebenen offen oder verdeckt wirken und wie Männer in diesem komplexen Spannungsfeld handlungsfähig werden und bleiben können (Böhnisch, 2004, S. 9).

Das Hinterfragen von Männlichkeitsnormen führt nicht dazu, dass sie verschwinden. Dies lässt Emanzipation folglich als einen aktiven Prozess für Männer verstehen. Und zwar indem sie die Beziehung zu sich selbst neu gestalten und sich mit Emotionen und dem

eigenen Körper verbinden, um sich von widersprüchlichen Anforderungen und Spannungsfeldern zu befreien (Thym & Luterbach, 2021, S. 244). Je nach Bereitschaft und Ressourcen, neue männliche Identitäten zu entwickeln, wird der emanzipatorische Prozess unterschiedlich erlebt. Ob die Veränderungen zu einer Wahrnehmung von mehr Freiheiten oder zu mehr Selbstbestimmung führt, oder ob in erster Linie der Verlust an Privilegien und patriarchaler Macht spürbar ist – hängt mit individueller Umsetzung zusammen. Eine emanzipatorische Perspektive thematisiert demnach positive Freiheit und Gleichheit für alle als einen zwingend gemeinschaftlichen Prozess (Thym & Luterbach, 2021, S. 267). Eine potenzielle Krise der Männlichkeit und der Wunsch nach Rückkehr (vgl. Kap. 2.1.2) stehen damit im starken Kontrast zur Perspektive, die eine solche Erschütterung als Gelegenheit und Chance zur Weiterentwicklung betrachtet (Martschukat & Stieglitz, 2018, S. 65).

2.2 Männliche Sexualität

Dieses Kapitel beleuchtet die männliche Sexualität aus verschiedenen Perspektiven. Es werden drei zentrale gesellschaftliche Diskurse und kulturell verankerte Konzeptionen männlicher Sexualität sowie vorhandene wissenschaftliche Forschung zu sexueller Verunsicherung dargelegt. Der Abschluss bildet der Blick auf männliche Sexualität aus patho- und salutogenetischer Perspektive.

Analog zu den Ansätzen im Wissenschaftsdiskurs um Männlichkeit existieren vergleichbare Ansätze zur Erklärung menschlichen Sexualverhaltens. Die biologisch-deterministische oder essentialistische Ansicht ordnet Sexualität als im Wesentlichen biologisch und evolutionär vorgezeichnet ein (Trieb, Fortpflanzungsfokus, Aktivität / Passivität etc.). Die sozialkonstruktivistische Sichtweise hingegen beschreibt die dynamische Entwicklung von sexuellem Verhalten, Begehren und Identitäten als einen lebenslangen Prozess im Kontext individueller Erfahrungen und sozialer Normen (Tolman & Diamond, 2014, S. 3ff). Dabei werden biologische Aspekte in ein umfassendes bio-psycho-soziales Modell der menschlichen Sexualität integriert, was die Relevanz psychosozialer Faktoren verdeutlicht (Dekker, 2013, S. 34ff).

2.2.1 Gesellschaftlich-mediale Diskurse und Trends

Im Kontext des Dritten Deutschen Männergesundheitsberichts (Stiftung Männergesundheit, 2017) stellt Dörings Beitrag zu männlicher Sexualität im Digitalzeitalter den jüngsten wegweisenden Forschungsüberblick dar, der auf gründlichen Analysen von Theorien und Befunden beruht. Dieser bildet aufgrund von fehlenden aktuelleren Daten die Basis für die

folgenden Ausführungen zum gesellschaftlich-medialen Diskurs zu männlicher Sexualität. Döring fasst zusammen, dass es an systematischen Gesamtanalysen mangelt, welche die Darstellung und Bewertung männlicher Sexualität in verschiedenen Medienbereichen (Unterhaltungsmedien, Massenmedien, soziale Medien) und in der Ratgeberliteratur beschreiben. Einzelstudien aus verschiedenen wissenschaftlichen Disziplinen hingegen (z.B. Kriminologie, Soziologie, Kommunikationswissenschaften) befassen sich mit Qualität und Auswirkungen von spezifischen Medieninhalten. Diese zeigen, dass männliche Sexualität oft in der öffentlichen bzw. medialen Kommunikation verzerrt und realitätsfremd dargestellt wird: entweder dämonisierend, glorifizierend oder stereotypisierend (Döring, 2017, S. 45).

Dämonisierung: Nachrichtenmedien gewichten oft sexuelle Skandale oder Sexualstraftaten bestimmter Männer. Männer können so in der Öffentlichkeit in erster Linie als «geil» oder «gewalttätig» wahrgenommen werden bzw. unter «feministischem Generalverdacht» stehen (Döring, 2017, S. 45; O'Hara, 2012, S. 237). Die #metoo-Debatte befasst sich mit unangemessenen sexuellen Handlungen in asymmetrischen Machtverhältnissen und verdeutlicht, dass sexuelle Übergriffe keine singulären Ausnahmen sind. Neben Übergriffen werden auch problematische Äusserungen und Facetten diskutiert. Dies kann zu einer Vermischung von Sexismus und strafbaren Handlungen führen, wodurch Männer auch unberechtigterweise in die Rolle des Angeklagten geraten können (Villa, 2018, S. 79–85). Dem widersprechen unterschiedliche empirische Belege: Die Verantwortung für Sexualstraftaten wird nach wie vor oft den Opfern selbst zugewiesen, nicht der Täterschaft. Die selektive Berichterstattung über sexuelle Gewalttaten und die Zuschreibung von Täterschaft wird meist marginalisierten Gruppen von Männern zugeordnet («Migranten», «Perverse», «Kriminelle»). Dieser mediale Diskurs bietet Männern die Option, sich als moralisch einwandfrei zu positionieren, ohne das eigene Verhalten hinterfragen zu müssen (Döring, 2017, S. 45).

Glorifizierung: Geschlechtsspezifische Normen bezüglich des sexuellen Ausdrucks lassen sich in Fernsehen, Filmen, Internet oder Liedtexten beobachten und werden durch sie verstärkt (Kunkel et al., 2003). Eine Glorifizierung kann dahingehend beobachtet werden, als dass in fiktionalen Medien, Werbung, Games, Musik und Pornografie Idealbilder tradierter Männlichkeit inszeniert werden. Vermutungen der stark negativen Medienwirkung auf das Sexual- und Geschlechterverhältnis basieren auf der Tatsache, dass männliche Sexualität oft mit Attraktivität, Leistungsfähigkeit, grossem Verlangen und Potenz visualisiert wird. Sexuelle Eroberungen werden oft mühelos dargestellt und Sexualität verläuft vermeintlich unreflektiert, ohne Fragen nach Verhütung oder Einvernehmen (Döring, 2017, S. 46; Farvid & Braun, 2006, S. 301). Demgegenüber steht relativierend, dass Medieninhalte zunehmend viel-

fältig sein können. Zudem erfolgt die Rezeption der Medien selektiv und die Wirkung (oder Wirkungslosigkeit) ist stark von individueller Interpretation und weiteren Faktoren abhängig. Auch wird sexuelles Verhalten von vielen Aspekten wie in anderen soziokulturellen Bereichen vermittelten Normen und Werten beeinflusst; sie ist nicht allein von den Medien geprägt (Döring, 2015; Stein-Hilbers, 2000). Dennoch können Darstellungen männlicher Sexualität Risiken bergen, wenn sie auf bestimmte Dispositionen treffen: Sexuell aggressive Männer können durch die vermehrte Rezeption von sexuell gewalthaltigen Medieninhalten in ihrer Aggressivität und Frauenfeindlichkeit bestätigt werden, so wie unsichere Männer sich durch den Vergleich mit sexuellen Medieninhalten in ihrem Selbstkonzept weiter verunsichert fühlen können (Döring, 2015, 2017, S. 46).

Stereotypisierung: Eindeutig dämonisierende oder glorifizierende Medienporträts männlicher Sexualität repräsentieren Extrempositionen. Dazwischen liegen stereotype Darstellungen männlicher Sexualität, die an traditionelle Männlichkeitsbilder anknüpfen, sexuelle Geschlechtsunterschiede überbetonen und/oder die Vielfalt männlicher Sexualität vernachlässigen. Die Verbreitung solcher Darstellungen sowie Reaktionen der Zustimmung oder Ablehnung darauf sind schwer zu erfassen (Döring, 2017, S. 46). In der wissenschaftlichen Diskussion über sexuelle Medieninhalte und deren Wirkung gibt es zwei gegensätzliche Perspektiven: Die medienkritische Sichtweise betont, dass stereotype Darstellungen männlicher Sexualität auch heute noch verbreitet sind. Analysen von Büchern, Werbung, Songtexten und Sportübertragungen würden zeigen, dass Männer oft als mächtige Sexobjekte dargestellt werden, während Frauen als untergeordnete Objekte erscheinen. Die optimistische Perspektive hingegen hinterfragt diese Stereotypen und identifiziert innovative und gegenläufige Darstellungen männlicher Sexualität – sei es in Filmen, auf Youtube oder in beliebten TV-Serien mit männlichen Antihelden (Döring, 2017, S. 47; Zurstiege, 2008, S. 131). Kunkel et al. (2003) hält generell fest, dass in den Medien trotz Darstellungen von Doppelmoral eine Liberalisierung der Geschlechterrollen zunimmt und diese Männern wie Frauen freizügigere Modelle zur Nachahmung anbietet.

Insgesamt lässt sich festhalten, dass der gesellschaftlich-mediale Diskurs um männliche Sexualität vielfältig ist und eine Beschreibung durch Begriffe wie «Dämonisierung», «Glorifizierung» oder «Stereotypisierung» unzureichend ist. Eine umfassende Analyse wäre erforderlich, um die öffentliche Wahrnehmung und Bewertung männlicher Sexualität adäquat zu erfassen (Döring, 2017, S. 47).

Trends: Gesellschaftliche Verhältnisse beeinflussen das Erleben der Sexualität durch Förderung und Ermöglichung bestimmter Verhaltensweisen. Eine umfassende Analyse der

aktuellen sexuellen Trends erfordert die systematische Erfassung relevanter gesellschaftlicher Veränderungen und ihre theoretische und empirische Verbindung mit dem sexuellen Verhalten und Erleben verschiedener Bevölkerungsgruppen in verschiedenen Ländern (Döring, 2017, S. 47). Obschon eine solche umfangreiche Analyse fehlt, existieren teilweise Beschreibungen für bestimmte Dekaden und Länder sowie Analysen einzelner Trends (Bänziger et al., 2013; Sigusch, 2000). Für die Beschreibung der Situation in Deutschland sind insbesondere vier Trends nennenswert: Liberalisierung und Individualisierung, Kommerzialisierung, Medikalisierung sowie Digitalisierung. Diese Trends sind miteinander verbunden und haben sowohl positive als auch negative Aspekte (Döring, 2017, S. 47ff). Auf die Ausführung wird an dieser Stelle aus Gründen der Eingrenzung verzichtet; hervorgehoben seien ausgewählte Elemente.

Gesellschaftliche Veränderungen können eine beschränkende Wirkung auf den Einzelnen zeigen. Ein Beispiel dafür ist die Prägung der Sexualität in Deutschland durch ein stark ausgeprägtes Leistungs- und Anspruchsdenken. Es wird erwartet, dass in allen Lebensbereichen, einschliesslich des Sexuallebens, Spitzenleistungen erbracht werden (Zettl & Hartlapp, 1997, S. 9). Die Veränderungen in den gesellschaftlichen Normen, Familienstrukturen und Arbeitsverhältnissen unter den aktuellen Bedingungen der neoliberalen Marktwirtschaft haben den Menschen zwar mehr Freiheiten in der Lebensgestaltung verschafft, aber auch den Druck zur Selbstoptimierung erhöht. Individuen sind zunehmend gefordert, sich ständig zu verbessern, um in einem wettbewerbsorientierten Umfeld erfolgreich zu sein. Dies manifestiert sich auch im Bereich der Liebe und Sexualität, insbesondere in heterosexuellen Beziehungen, wo Männer oft steigenden Leistungsdruck wahrnehmen (Döring, 2017, S. 47). Traditionelle Geschlechterrollen schreiben ihnen sexuelle Leistungsfähigkeit und Verantwortung für die Gestaltung von Sexualkontakten zu (vgl. Kap. 2.2.2). Die wachsenden Erwartungen an «perfekten Sex» und Performance, verstärkt durch mediale Vorbilder, können diesen Druck weiter erhöhen. Dies zeigt sich mitunter in einem wachsenden Angebot von sexueller Ratgeberliteratur und vermarkteten Produkten zur Leistungssteigerung (Döring, 2017, S. 49). Dennoch kann die Abgrenzung zwischen lustfeindlichem Optimierungsdruck und lustfördernder sexueller Weiterentwicklung herausfordernd sein, da viele Menschen es positiv erleben, ihre individuellen Vorlieben im Sinne einer Erlebnisorientierung in einem liberaleren sexuellen Klima zu erforschen (Dekker & Matthiesen, 2015, S. 268).

2.2.2 Kulturell verankerte Konzeptionen männlicher Sexualität

Wandel: Die Vorstellung von männlicher Überlegenheit brachte in der Antike hohe moralische Erwartungen an den männlichen Bürger mit sich, insbesondere im Bereich der

Sexualität. Unterwürfiges Verhalten oder Passivität gefährdeten den ehrenhaften Status. Diese Qualitäten wurden in erster Linie als Schwächen der Frau zugeordnet (Voss, 2010, S. 49). Im 20. Jahrhundert prägte Freuds Triebkonzept das Verständnis von Sexualität. Dies verstärkte Stereotypen von «männlicher» Sexualität (Macht, Trieb, Stärke) und «weiblicher» Sexualität (Sinnlichkeit, Verantwortung, Schwäche). Laut dieser Perspektive orientiert sich die weibliche Sexualität an einer rezeptiven, passiven Rolle im Dienste der Fortpflanzung, während der Mann von seinem Trieb dominiert ist, Nachkommen zu zeugen (Wrede, 2000, S. 25–27). Früchtel & Stahl argumentieren Ende des letzten Jahrhunderts, dass feministische Bewegungen dazu beigetragen hatten, verschiedene Ausprägungen von Männlichkeit zu fördern, die auch das sexuelle Verhalten und Erleben von Männern veränderten. Sie betonen, dass die Sexualität des «postmodernen Mannes» eine Mischung aus traditionellen und modernen, teils frauenabwertenden und teils emanzipatorischen Elementen wurde, wodurch es sich weniger idealtypisch charakterisieren liess (1996, S. 67).

Aktuell: Trotz des sich wandelnden Geschlechterverhältnisses kommen unterschiedliche aktuellere Erhebungen zum Schluss, dass heterosexuelle Interaktion in der Sexualität sich stark an tradierten Vorstellungen und damit an Machtungleichgewichten zwischen weiblicher Passivität und Unterordnung sowie männlicher Überlegenheit und Initiative orientiert (Elmerstig et al., 2013, 2014; Sanchez et al., 2005, 2012). Männer berichten häufig, dass sie bei sexuellen Begegnungen stärker die Initiative ergreifen und ihr sexuelles Selbst als aggressiver und dominanter einschätzen als jenes der Frau (Peplau, 2003). Geschlechterrollen und damit verbundene Stereotype prägen demnach stark, wie Männer und Frauen ihre Sexualität aus- und erleben (Sanchez et al., 2005). Trotz fortschreitender Angleichung der sexuellen Selbstbestimmung von Männern und Frauen im Vergleich zur Vergangenheit deutet die Forschung darauf hin, dass weiterhin die Neigung besteht, Geschlechterstereotype zu erotisieren (Kiefer & Sanchez, 2007). Nach wie vor sind gesellschaftliche Narrative weit verbreitet, die Männer dazu ermutigen, keine Anzeichen von Schwäche und nur bestimmte Emotionen offen zu zeigen. Im Kontext der Sexualität wird Männlichkeit oft mit der Fähigkeit zur Erektion und aktiven Penetration gleichgesetzt. Diese Vorstellung impliziert, dass sexuelle Erfahrungen aus männlicher Sicht hauptsächlich mit vaginaler oder analer Penetration verbunden sind und dass der Geschlechtsverkehr in einem Orgasmus enden muss. Diese Ansichten könnten zu erheblichem Leistungsdruck in Bezug auf sexuelle Aktivitäten führen (Velten & Özdemir, 2023, S. 29).

Die Verbreitung traditioneller sexueller Skripte entspricht möglicherweise nicht den tatsächlichen sexuellen Wünschen und Vorlieben von Männern und Frauen, die für eine erfüllende

sexuelle Interaktion entscheidend sind. Es gibt Hinweise darauf, dass das Festhalten an traditionellen sexuellen Skripten und Geschlechternormen mit einer geringeren sexuellen Zufriedenheit zusammenhängt und negative Auswirkungen auf das sexuelle Erleben und die Entfaltung sowie auf die Beziehungsqualität und sexuelle Funktion zeigt (Kiefer & Sanchez, 2007; Petersen & Hyde, 2011; Sanchez et al., 2005, 2012).

Geschlechtsspezifische Unterschiede in der Sexualität sind eines der am häufigsten untersuchten Themen in der Geschlechterforschung. Dabei stehen vor allem Themen wie die Initiierung von Geschlechtsverkehr, Präferenzen von Praktiken (z.B. Anal-/Oralsex), ausserehelicher Geschlechtsverkehr und Selbstbefriedigung im Vordergrund (Petersen & Hyde, 2011, S. 153). Vorhandene geschlechtsspezifische Unterschiede sind gemäss Sozialstrukturtheorie mitunter das Ergebnis von gesellschaftlichen Machtunterschieden und dem sozialen Druck, entsprechend den zugewiesenen Geschlechterrollen zu agieren (Eagly & Wood, 1999, S. 422). Petersen und Hyde kommen zum Schluss, dass viele geschlechtsspezifische Unterschiede in der Sexualität geringer sind, als Forschende bisher angenommen haben. Dies gilt insbesondere in Gesellschaften mit grösserer Geschlechtergleichstellung. Demnach steigt beispielsweise die Wahrscheinlichkeit, dass Frauen Geschlechtsverkehr initiieren, in Kulturen mit mehr Gleichberechtigung. In Bezug auf das Sexualverhalten und die sexuellen Einstellungen kann die Variation innerhalb der Geschlechter also als zunehmend grösser als die Variation zwischen den Geschlechtern betrachtet werden (Petersen & Hyde, 2011, S. 161).

Die Bedeutung von Sexualität für das Erleben von Männlichkeit zeigt sich auch in der Art und Weise, wie darüber kommuniziert wird. Im homosozialen Umfeld werden häufig (reale und imaginierte) sexuelle Kontakte zu Frauen als Bestätigung der Männlichkeit erlebt (Tervooren, 2006, S. 195). Insbesondere jüngere Männer folgen beim Reden über Sexualität oftmals einem Skript von Potenz, Promiskuität und Objektivierung der Sexualpartner:in, was die Konstruktion von Männlichkeit im männlichen Gestaltungsraum prägen kann (Behnke & Meuser, 1997, S. 4). Die Darstellung von heterosexuellen Beziehungen folgt demnach häufig einer Begrifflichkeit, die Kontrolle über Frauen und ihre Sexualität betont. Demgegenüber stehen Studien zur Praxis gelebter männlicher Sexualität, die belegen, dass Männer in der Sexualität grosse Unsicherheit erleben. Dies steht im Kontrast zu kulturellen Männlichkeitsbildern von Stärke und Dominanz (Meuser, 2022, S. 11). Laut Döring (2017, S. 61) fördert die hegemoniale Referenz von Überlegenheit Unsicherheit in der sexuellen Praxis.

Einflussfaktor Pornografie: Pornografiekonsum wird als bedeutende Dimension der sexuellen Sozialisation heranwachsender Männer eingestuft. 70–99% der männlichen Jugendlichen wachsen mit regelmässigen Pornokonsum auf (Bravo-Dr.-Sommer-Studie, 2009, S.

97; Sørensen & Kjørholt, 2007, S. 89). Es herrscht in der Forschung Einigkeit darüber, dass Jugendliche die Welt der Pornografie grösstenteils reflektiert erkunden und ambivalente Inhalte kritisch einordnen können. Der Transfer von virtuellen Erfahrungen in die reale Welt hängt von individuellen emotionalen und kognitiven Ressourcen ab (Delisle, 2015, S. 29). Demnach betont die nutzerorientierte Sicht weiter das Potenzial offener Diskussionen über pornografische Inhalte, um stereotype Vorstellungen aufzulockern (Zillich, 2011, S. 312). Diesen Standpunkt vertritt auch aktuelle «Porn-Yes»-Strömung: Pornografische Inhalte können ermächtigende Wirkung zeigen, thematisiert sogenannter «Feminist Porn» oder «Post-Porn» doch zunehmend Geschlechtergleichheit, Intimität, Diversität, Einvernehmen, Sicherheit und Genuss für alle Beteiligten (Valero Heredia, 2022, S. 235). Aus einer Risiko-perspektive betrachtet, wird Pornografiekonsum damit in Verbindung gebracht, stereotype, sexistische Geschlechtsrollenbilder zu verstärken (Zillich, 2011, S. 312). Mainstream-Pornografie repräsentiert tendenziell ein dominantes, hetero-patriarchalisches und phallozentrisches Modell der Sexualität. Sie stellt die Sexualität oft aus deutlich sexistischen und misogynen Erzählungen dar, in denen Gewalt gegen Frauen normalisiert und erotisiert wird. Die pornografische Industrie, die dieses patriarchalische Modell vertritt, bleibt nach wie vor hegemonial und wertet Erfahrungen und Wünsche von Frauen ab (Valero Heredia, 2022, S. 235). Inhalte von Mainstream-Pornografie zielen grösstenteils darauf ab, die Bedürfnisse von Männern zu bedienen und können auch als eine überzogene und entmutigende Darstellung der Ungleichheit in den aktuellen Geschlechterverhältnissen betrachtet werden (Kay, 2009; Sabo, 2007).

Bridges et al. erhoben, dass heterosexuelle Männer und Frauen, die Pornografie konsumieren, eher dazu neigen, sexuelle Verhaltensweisen auszuprobieren, die in Pornografie häufig dargestellt werden. Viele dieser Verhaltensweisen beinhalten eine gewisse Aggressivität (Würgen, Schlagen). Die Nutzung von Pornografie wird als ein geschlechtsspezifisches Phänomen gesehen, wobei Männer weitaus häufiger Pornografie konsumieren und daher eher dazu geneigt sind, sich an pornografischen sexuellen Handlungen zu orientieren (Bridges et al., 2016, S. 12). In ihrer Studie «Porno im Web 2.0» aus dem Jahr 2010 identifizierte Grimm mehrere Risiken im Zusammenhang mit der Wirkung von Pornografie. Selbst wenn diese Erkenntnisse für Jugendliche gelten, sind sie im Sinne der sexuellen Sozialisation Jugendlicher auch für den späteren Lebensverlauf und damit an dieser Stelle erwähnenswert. Zu möglichen Herausforderungen gehören ein erhöhter Druck bezüglich sexueller Leistungsfähigkeit, die Veränderung des Konzepts von Realität und Normalität durch Normalisierungseffekte sowie die Schwierigkeit bei der Einschätzung, welches sexuelle Verhalten als normal betrachtet wird. Weiter wird die Orientierung am

Körperbild der Darstellenden festgestellt. Auch werden problematische Rollenbilder benannt, die durch pornografische Darstellungen niederschwellig verbreitet und negative Auswirkungen auf das Wertesystem feststellen lassen, darunter Frauenfeindlichkeit, asymmetrische Machtstrukturen und die Verknüpfung von Aggression und Sexualität (Grimm et al., 2010).

Das Internet bietet eine historisch beispiellose Vielfalt und Fülle an erotischen Inhalten. Diese Inhalte, insbesondere Mainstream-Pornografie, sind besonders über Smartphones jederzeit kostenlos und diskret zugänglich (Döring, 2017, S. 50). Es wird angenommen, dass die Unterscheidung zwischen fiktionalen Porno-Skripten und realen sexuellen Skripten Verunsicherung im Erleben der Männlichkeit hervorrufen kann (Bridges et al., 2016; Gernert, 2010). Abstumpfung, weniger intensives Körpererleben und ein übersteigerter Fokus auf das Gegenüber sind weitere mögliche Einflüsse (Döring, 2017; Winter, 2022).

Es ist zusammenfassend festzuhalten, dass die Wirkung von Pornografie, abhängig von der Art der Inhalte und der individuellen Disposition das eigene Verhalten und damit erlebte Männlichkeit und Leistungsansprüche in der Sexualität prägen kann.

Emanzipation und Sexualität: Während die erwähnten Studien bis etwa ins Jahr 2014 ein Bild von stereotypen, eher traditionellen Vorstellungen von männlicher Sexualität und damit heterosexueller Interaktion darlegen, gibt es zunehmend Hinweise, dass sich diese Situation aus aktueller Perspektive verändert. Im Rahmen emanzipatorischer Bewegungen wird nebst vielen Themen vermehrt die sexuelle Frau mit ihren Bedürfnissen thematisiert (Martin, 2022, S. 111). Weibliche Sexualität erfährt aktuell eine Art Renaissance der Aufmerksamkeit, was sich vor allem in Ratgeberliteratur zum weiblichen Orgasmus, zu genitalem Selbstbild und Selbstwert, dem Bewusstsein von gesellschaftlichen Bedingungen für das Erleben der Sexualität und vielfältigen weiteren Themen niederschlägt (Brochmann & Støkken Dahl, 2018; Henning, 2019; Lewina, 2021; Schiftan, 2018). Auch die weibliche Lust wird aus verschiedenen Blickwinkeln differenziert thematisiert (Hotz, 2021). Die sexpositive Beschäftigung mit der weiblichen Sexualität als Ressource geht vor allem mit der Forderung nach mehr wissenschaftlicher Forschung einher, aber auch mit dem Wunsch nach mehr Gewichtung des Themas in der Öffentlichkeit. Dabei steht auch weibliche Sexualität im Kontext der Politik und Empowerment zur Diskussion (Martin, 2022, S. 111).

Angesichts der Bedeutung des weiblichen Orgasmus für positive sexuelle Erfahrungen bei Frauen wird die Erforschung dieses Themas als relevant für die sexuelle Zufriedenheit und das allgemeine Wohlbefinden einerseits und als integraler Bestandteil der Gendergleichstellung andererseits betrachtet (Dienberg et al., 2023). Die Tendenzen in verschiedenen

Kulturen in Richtung der gesellschaftlichen Gleichstellung der Geschlechter dürften wiederum Auswirkungen auf die bislang vordergründig thematisierten geschlechtsspezifischen Unterschiede in der Sexualität haben (Petersen & Hyde, 2011).

Nebst der klar erkennbaren Forschungslücke zur aktuellen Veränderung der weiblichen Sexualität in Bezug auf Selbstbestimmung und fehlt ebenso Forschung, wie Männer auf diese Veränderung reagieren oder was es in der Dynamik der heterosexuellen Interaktion verändert. Es ist anzunehmen, dass sich die im sexuellen Erleben und im Verständnis der Männlichkeit niederschlägt.

2.2.3 Forschungslücken: Männlichkeit und sexuelle Verunsicherung

Sexuelle Verunsicherung wird im Rahmen der sexuellen Männergesundheit diskutiert. In der Männerforschung wird argumentiert, dass unrealistische und widersprüchliche Konzepte von Männlichkeit dazu führen können, dass Männer in sexuellen Interaktionen und Beziehungen mit Frauen unsicher sind, wann sie sich dominant und draufgängerisch oder sanft und einfühlsam verhalten sollen. Unklare Erwartungen an Männer können Grund dafür sein, dass manche sich überfordert fühlen oder der subjektive Eindruck entsteht, in sexueller Hinsicht sowieso alles falsch zu machen (Döring, 2017, S. 61; Riek & Salm, 2015, S. 27).

Sexuelle Zufriedenheit ist dann erreicht, wenn eine Person auf der Grundlage ihrer eigenen Massstäbe eine positive emotionale und kognitive Bewertung ihres Sexuallebens vornimmt (Byers & Rehman, 2014, S. 317ff). Eine hohe sexuelle Zufriedenheit kann darauf hinweisen, dass entweder das tatsächliche Sexualleben erfolgreich an die eigenen Standards angepasst wurde oder dass die eigenen Idealvorstellungen entsprechend den realen sexuellen Verhältnissen modifiziert wurden. Inwiefern diese Standards möglicherweise durch Männlichkeitskonstruktionen herausgefordert sind, ist unklar. Bevölkerungsrepräsentativen Daten zu sexueller Zufriedenheit bei Männern in Deutschland existieren, jedoch stehen diese Ergebnisse im Zusammenhang mit körperlicher und psychischer Erkrankungen bzw. Gesundheit (Dekker et al., 2020, S. 645).

Selbst wenn durchaus von einem Bewusstsein ausgegangen werden darf, Fiktion von Realität unterscheiden zu können, ist der Einfluss fiktionaler Pornografie-Skripts auf das reale Leben und sexuellen Erwartungen empirisch noch genauer zu klären (Gernert, 2010). Die Frage, ob die Pornografisierung vorhandene Verunsicherung verstärkt oder eher reduziert, ist nicht geklärt. Die steigende sichtbare Vielfalt von sexuellen Ausdrucksformen in der Pornografie kann entlastenden Charakter haben; gleichzeitig sind aber häufig idealisierte sexuelle Repräsentationen von Männlichkeiten vorherrschend. Es braucht Selbstwert und

Medienkompetenz, sich nicht an unerreichbaren Idealbildern sexueller Performanz und entsprechender Männlichkeit zu orientieren (Döring, 2017, S. 62). Erwähnenswert ist in diesem Zusammenhang eine aktuelle Publikation von Winter zur Auseinandersetzung mit Männlichkeit im sexuellen Kontext. Er konzentriert sich dabei mittels qualitativer Erhebungen in Verbindung mit quantitativen Anteilen auf die Lebenswelten junger Männer in der postadoleszenten Phase bis 25 Jahre. Er geht der Frage nach, wie sie mit sich gravierend ändernden Männlichkeitsnormierungen, dem Wandel der Geschlechterverhältnisse und der Medialisierung der Sexualität umgehen (Winter, 2022).

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass der gegenwärtige Forschungsstand bezüglich männlicher Sexualität Lücken aufweist. Es fehlen empirische Daten zu vielen positiven und negativen Aspekten der Sexualität von Männern in Deutschland und der Schweiz. Die Datenlage bezüglich der tatsächlichen oder vermeintlichen Auswirkungen der Medien auf das sexuelle Erleben und Verhalten von Männern ist ebenfalls unzureichend. Ebenso fehlen Informationen darüber, wie männliche Sexualitäten in Massenmedien und sozialen Medien repräsentiert werden und dadurch das Konzept der Männlichkeit beeinflussen. Zu verunsicherter Männlichkeit im sexuellen Kontext insbesondere fehlen aktuelle empirische bevölkerungsrepräsentative Daten und genauere qualitative Hintergründe (Döring, 2017, S. 68). Der emanzipatorische Diskurs als spezifische Quelle für verunsicherte Männlichkeit in der Sexualität erfährt an keiner Stelle wissenschaftliche Erwähnungen. Verunsicherung im sexuellen Kontext wird, wenn überhaupt, auf einer sehr allgemeinen Ebene diskutiert.

2.2.4 Pathogenetische Perspektive

Mannsein wird mit Gesundheitsrisiken in Verbindung gebracht. Männer haben eine verkürzte Lebenserwartung und sowohl eine erhöhte somatische Morbidität als auch Mortalität bei vielen körperlichen Erkrankungen. Sie werden häufiger Opfer tödlicher Unfälle und weisen höhere Suizidraten auf als Frauen. Geschlechterunterschiede bezüglich Gesundheit lassen sich empirisch beweisen, jedoch nicht abschliessend erklären (Spangenberg & Brähler, 2020, S. 8). Sozialwissenschaftliche Erklärungsansätze kommen zum Schluss, dass Geschlechterrollen und -stereotype unterschiedliches Gesundheitsverhalten zur Folge haben. Männer weisen demnach riskantere Verhaltensweisen, einen anderen Umgang mit Beschwerden und damit eine andere Inanspruchnahme des Gesundheitssystems auf, was von typischen Eigenschaften der männlichen Rolle beeinflusst sein kann (Courtenay, 2000, S. 1385). Daraus resultieren auch Folgen für die Sexualität.

Sexualität, als ein vielschichtiges bio-psycho-soziales Phänomen, umfasst sowohl negative, gesundheitsschädigende als auch positive gesundheitsfördernde Aspekte. Bisher dominiert in Sexualforschung, Sexualmedizin und Sexualpädagogik ein defizitorientiertes, einseitiges, pathogenetisches Verständnis von Sexualität, ein sexnegativer Blick[3] (Döring, 2017, S. 41). Hinsichtlich zeitgenössischer männlicher Sexualität stehen meist Problembereiche wie die folgenden im Vordergrund: sexuelle Gewalt, sexuell übertragbare Krankheiten, ungeplante Zeugung, sexuelle Funktionsstörungen, sexuelle Marginalisierung, sexuelle Verunsicherung und sexueller Mangel (Döring, 2017, S. 53).

Eine Betrachtung von Männlichkeit geht oft mit der Thematisierung von Funktionsstörungen einher. Der vorzeitige Samenerguss (Ejaculatio Praecox) und die erektile Dysfunktion zählen zu den häufigsten Sexualstörungen beim Mann. Die Prävalenz der erektilen Dysfunktion steigt mit dem Alter und beträgt insgesamt etwa 20% bei 30- bis 70-Jährigen. Besonders in den Altersgruppen von 30 bis 60 Jahren ist der Leidensdruck signifikant hoch. Die Häufigkeit des vorzeitigen Samenergusses beträgt ebenfalls etwa 20% über alle Altersgruppen hinweg. Es bestehen soziokulturelle Unterschiede in der Häufigkeit des vorzeitigen Samenergusses und der subjektiven Wahrnehmung des Leidensdrucks (Klotz, 2017, S. 318). In den letzten Jahrzehnten wird eine zunehmende Prävalenz männlicher Luststörungen (Appetenzstörungen / Unlust) festgestellt. Viele Fälle von Erektionsstörungen lassen sich gemäss Neuhoff und Hartmann mit einem Mangel oder Verlust des sexuellen Begehrens in Zusammenhang bringen. Eine Erklärung dieser Entwicklung liegt im soziokulturell veränderten Männerbild in der Gesellschaft. Gerade Appetenzstörungen im Sinne von Unlust stehen im Widerspruch zum traditionellen männlichen Selbstbild: Das sexuelle Verlangen des Mannes gilt allgemein als stabil und unkompliziert. Frauen wie Männer haben das Idealbild des Mannes internalisiert, der immer willig und leistungsfähig ist. Stattdessen ist eine zunehmende Überforderung zu beobachten. Das Fehlen eines allgemein akzeptierten «Normalbereichs» für männliche sexuelle Appetenz verstärkt möglichen Leistungsdruck (Neuhof & Hartmann, 2022, S. 234ff). Lust- und Erektionsstörungen stellen exemplarisch bio-psycho-soziale Erkrankungen dar, da neben organischen Faktoren auch psychische Störungen, partnerschaftliche Determinanten, geschlechtstypisches Rollenverhalten sowie gesellschaftliche Normen und Identifikationsmöglichkeiten über die Medien eine Rolle spielen (Schuppe et al., 2020, S. 262).

[3] Zu diesem Schluss kommt mitunter eine Inhaltsanalyse von 606 Fachartikeln aus führenden internationalen sexualwissenschaftlichen und sexualmedizinischen Fachzeitschriften: 58% thematisieren negative, 35% neutrale Aspekte der Sexualität.

2.2.5 Salutogenetische Perspektive

Salutogenese ist die wissenschaftliche Disziplin, die sich mit den Faktoren beschäftigt, die Gesundheit fördern, erhalten und wiederherstellen. Während die Pathogenese sich den Ursachen von Krankheit widmet, rückt die Salutogenese die Bedingungen von Gesundheit in den Fokus. Dies geht die Theorie von Aaron Antonovsky zurück (Meier Magistretti, 2019, S. 17). Döring beschreibt auf Grundlage der Definition von sexueller Gesundheit der WHO die Notwendigkeit, positive Aspekte der männlichen Sexualität zu gewichten, um sich «einem Zustand körperlichem, emotionalem, geistigem und sozialem Wohlbefinden» anzunähern (WHO-Regionalbüro für Europa, 2015). Damit schlägt sie eine vermehrte Thematisierung von sexueller Lust, zwischenmenschlicher Nähe und Bindung, Spiritualität, Vaterschaft, Identitätsbestätigung, sexueller Kompetenz, sexueller Zufriedenheit sowie körperlicher und psychischer Gesundheitsvorteile sexueller Aktivität vor (Döring, 2017, S. 61–67). Auf Grundlage des Forschungsparadigmas der positiven Psychologie wird in diesem Zusammenhang vom Leitbegriff der positiven Sexualität gesprochen. Es zeigt sich eine zögerliche Tendenz, eine lust- und ressourcenorientierte und damit salutogenetische Perspektive auf Sexualität einzunehmen (Döring, 2017, S. 41, 63). Im wissenschaftlichen Diskurs besteht bisher eine erhebliche Forschungslücke hinsichtlich der positiven, gesundheitsfördernden Aspekte sexuellen Erlebens und Verhaltens. Diese umfassen sowohl das gesteigerte körperliche und psychische Wohlbefinden durch sexuelle Erfahrungen als auch die Zufriedenheit in Beziehungen und im Leben im Allgemeinen (Williams et al., 2015, S. 6ff). Für eine ausgewogene Sichtweise auf männliche Sexualität scheint zentral, sowohl positive als auch negative Aspekte zu berücksichtigen und ambivalente Erfahrungen anzuerkennen. Eine sexpositive Perspektive soll Risiken wie Chancen gleichermassen thematisieren und sich vor allem der Frage nach einer angemessenen individuellen Balance zwischen Risikovermeidung und der gelingenden Suche nach Lust, Befriedigung, Nähe, Bindung und sexueller Zufriedenheit widmen (Döring, 2017, S. 41).

2.3 Die sexualtherapeutische Perspektive nach Sexocorporel

Das folgende Kapitel führt den ressourcenorientierten Ansatz Sexocorporel ein und vertieft ab Kapitel 2.3.2 jene Aspekte des Modells, die für die Erfassung und Bearbeitung des Erlebens der Männlichkeit in der Sexualität von Bedeutung sind.

2.3.1 Ein Modell sexueller Gesundheit: Sexocorporel

Sexuelle Gesundheit ist eng verbunden mit dem allgemeinen Gesundheitszustand, mit Wohlbefinden und Lebensqualität. Laut WHO umfasst sie «den Zustand des körperlichen, emotionalen, mentalen und sozialen Wohlbefindens in Bezug auf die Sexualität und geht über das blosse Fehlen von Krankheit, Funktionsstörungen oder Gebrechen hinaus» (WHO-Regionalbüro für Europa, 2015). Diese Definition betont psychische Gesundheit und sexuelle Gesundheit als jeweils eigenständige Bestandteile der menschlichen Gesundheit. Dies impliziert, dass die Bedeutung einer gesunden, funktionsfähigen Sexualität anerkannt wird (Chatton et al., 2005, S. 4). Um sexuelle Schwierigkeiten von psychischen Anliegen abzugrenzen und Klient:innen sexualtherapeutisch optimal zu begleiten, entstand auf dieser Grundlage in der klinischen Sexologie der Bedarf nach einer präzisen sexologischen Evaluation. Als ein integratives Modell sexueller Gesundheit wurde 1988 der Ansatz Sexocorporel von Jean-Yves Desjardins (1931–2011) vorgestellt und seitdem mit klinischen Beobachtungen und wissenschaftlichen Untersuchungen weiterentwickelt. Der Ansatz beschreibt sexuelle Gesundheit als einen Prozess der Entwicklung, Integration und Harmonisierung unterschiedlicher Aspekte, die in der menschlichen Sexualität zusammenspielen. Auf dieser Grundlage wird Lernprozessen in der Sexualität eine zentrale und wirksame Rolle für Veränderung beigemessen (Chatton et al., 2005, S. 5).

Ressourcenorientierung: Sexocorporel als ganzheitlicher Ansatz ist aus salutogenetischer Perspektive relevant, da er durch Fokussierung auf individuelle Ressourcen und Herausforderungen die Förderung der sexuellen Gesundheit ermöglicht. Der Blick fällt daher nicht primär auf Störungen, Dysfunktionen oder generell mangelhafte Voraussetzungen, sondern auf Ressourcen sowie auf vorhandene Fähigkeiten und deren Weiterentwicklung (Chatton et al., 2005; Desjardins et al., 2011).

Embodiment: Sexocorporel basiert auf dem Grundgedanken des Embodiments, das Körper und Geist als zwei Aspekte einer Einheit versteht (Sztenc, 2020, S. 59). Zahlreiche Studien belegen diesen Zusammenhang; die Erkenntnisse über Embodiment haben mittlerweile den Weg in unterschiedliche Disziplinen gefunden (Geuter, 1999; Sztenc, 2020; Tschacher & Storch, 1999). Jede Person ist als Einheit von Körper und Geist in ihre Umwelt eingebettet.

Enaktivismus beschreibt dabei eine zweifache Einbindung des Geistes: zum einen in den eigenen Körper – eine Verkörperung – und zum anderen in die Umgebung. Dies führt zur wechselseitigen Interaktion zwischen der Umwelt und dem Menschen mit seinem eigenen Denken und seinen sensomotorischen Prozessen. Damit einher geht die Fähigkeit, aktiv auf die Umgebung Einfluss zu nehmen (Sztenc, 2020, S. 11–16). Das Wissen über die Wechselwirkungen zwischen kognitiven oder emotionalen Prozessen und dem Körper wird im Ansatz Sexocorporel gezielt eingesetzt (Chatton et al., 2005, S. 4). Sexologische Interventionen werden auf eine integrierte Weise zwischen dem Expliziten (dem sichtbaren Körper, Bewegungen, Spannungen, Entspannungen etc.) und dem Impliziten (dem wahrgenommenen Körper, Emotionen, Gedanken, Fantasien etc.) durchgeführt. Hierfür ist es von Bedeutung, alle Komponenten der menschlichen Sexualität zu berücksichtigen (Chatton et al., 2005, S. 6).

Basiskomponenten: Das Modell Sexocorporel unterscheidet vier Komponenten, die in der menschlichen Sexualentwicklung multidirektional interagieren. Sexuelle Gesundheit wird nach Sexocorporel durch die Entstehung, Entwicklung, Interaktion und die Balance dieser Komponenten definiert (Sztenc, 2020, S. 58–65). Im Zentrum der vier Komponenten steht der Mensch mit seinen Grundbedürfnissen nach Sicherheit, Unversehrtheit, Liebe und dem Wahrgenommen-Werden (Abb. 1):

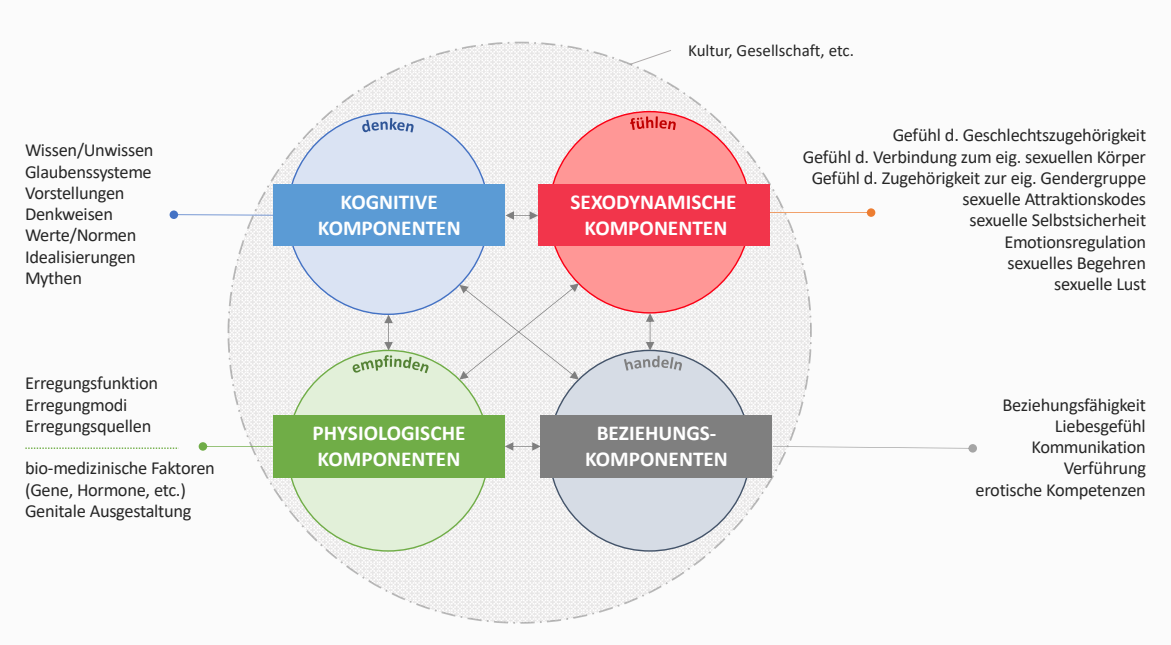

Abb. 1: Modell Sexocorporel, eigene Darstellung (angelehnt an Sztenc, 2020, S. 58)

***Physiologische und organismische Komponenten**:* Aus somatischer Perspektive vereint diese Komponente biomedizinische Faktoren wie die Ausgestaltung des Genitals (von eindeutig männlich über uneindeutig bis eindeutig weiblich, intersexuell oder operativ

angeglichen) sowie die Reaktionszyklen des Erregungsreflexes, die sexuelle Erregungskurve und die Erregungsmodi (Chatton et al., 2005, S. 6).

***Kognitive Komponenten**:* Dazu gehören Glaubensmuster, Werte, Normen und Überzeugungen sowie explizites Wissen über Sexualität (Sztenc, 2020, S. 59). Sie widerspiegeln die individuelle Lerngeschichte und das gesellschaftliche Umfeld, in dem ein Mensch aufgewachsen ist und lebt. Die kognitiven Komponenten lenken und fördern oder hemmen sexuelle Lernschritte und machen Sexualität hoch individuell (Gehrig, 2013, S. 13). Auch gelebte Beziehungsmodelle, Geschlechterrollenstereotype, Leistungsansprüche etc. lassen sich den kognitiven Komponenten zuordnen (Sztenc, 2020, S. 59).

***Sexodynamische Komponenten**:* Als Sexodynamik wird die Fähigkeit bezeichnet, zu kennen, was uns sexuell anzieht und erregt, und diese Anziehung und Erregung über ein sexuelles Begehren auszudrücken: mit erotischen Bildern, Fantasien und Gefühlen sowie mit dem Erleben der eigenen Männlichkeit und Weiblichkeit zu verbinden und lustvoll in einer autoerotischen oder partnerschaftlichen Sexualität zu geniessen (Gehrig, 2013, S. 9). Zugehörig sind das Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit, sexuelles Begehren, sexuelle Selbstsicherheit, sexuelle Lust sexuelle Attraktionscodes, sexuelle Selbstsicherheit etc. (Sztenc, 2020, S. 59).

***Beziehungskomponenten**:* Dieser Bereich beschreibt alle Fähigkeiten zur Interaktion in sozialen Beziehungen im erweiterten Kontext der Sexualität: Beziehungsfähigkeit, Liebesgefühl, Kommunikation, Verführung und erotische Kompetenzen, unabhängig vom potenziellen Ideal der traditionell geprägten romantischen Zweierbeziehung (Sztenc, 2020, S. 59).

2.3.2 Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit

Das Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit (GdG) beschreibt die subjektiv erlebte Geschlechtlichkeit. Vor dem Hintergrund dieser sexuellen Identität agiert ein Mensch körperlich und inszeniert sich entsprechend und ordnet sich (mehr oder weniger eindeutig) einer Geschlechtsgruppe zu. Dabei lässt sich das Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit in drei Aspekte differenzieren:

a. **Biologisches Geschlecht:** Gefühl der Verbindung mit dem und zum eigenen sexuellen Körper; GsK (ehemals «sexueller Archetyp»)
b. **Soziales Geschlecht:** Gefühl der Zugehörigkeit zur eigenen Gendergruppe; GGg (ehemals «sexueller Stereotyp»)
c. **Sexuelle Selbstsicherheit:** Narzissmus und Exhibitionismus

Das Konzept des sexuellen Körpers erfasst, wie ein Mensch sein Geschlechtsorgan erlebt. Dies ist mit Lernschritten auf genitaler Ebene (Genitalität) verknüpft. Jemand ist dann in Verbindung zum eigenen sexuellen Körper verankert, wenn er:sie das eigene Genital als zugehörig erlebt und damit sinnlich-lustvolle Wahrnehmungen macht und zudem eine Verknüpfung mit sexueller Erregung gelingt, die sich in Handlungen übersetzt in Form von Auto- oder Paarsexualität (Sztenc, 2020, S. 84). Diese Fähigkeit, sich lustvoll mit der eigenen Körperlichkeit zu verbinden, wird mit «Erotisierung» beschrieben (Chatton et al., 2005, S. 11). Intrusivität beschreibt aus männlicher Sicht die als lustvoll erlebte Erfahrung des Eindringens sowie die damit einhergehende phallische Erotisierung des Penis. Bei der Frau geht es analog primär um die Entwicklung der Rezeptivität (Erotisierung der Vagina), das heisst, den Wunsch, aktiv etwas aufzunehmen und sich daran zu erregen. Intrusivität und Rezeptivität sind für beide Geschlechter zugänglich und dürfen in einen breiteren Kontext betrachtet werden. Es geht entsprechend um weit mehr als um ein physiologisches Funktionieren oder die Penetration von Penis in Vagina. Eindringen ist auch mit Zunge, Fingern oder Gegenständen möglich. Phallische Erotisierung und Erotisierung der Vagina, und damit die Intrusivität und aktive Rezeptivität als persönliche Fähigkeiten, spiegeln sich sowohl in den inneren Bildern und sexuellen Fantasien als auch in der Körperhaltung und dem Verhalten wider (Gehrig, 2010, S. 23; 2013, S. 11).

Das Gefühl der Verbindung zum eigenen sexuellen Körper lässt sich auf einem Kontinuum von erotisiert-verankert (ich-synton) bis hin zu ablehnend-aversiv (ich-dyston) beschreiben. Dazwischen liegen Verunsicherung und/oder Ambivalenz zur eigenen sexuellen Körperlichkeit. Ambivalenz beschreibt abwechselnde Phasen der guten Verankerung und der Ablehnung (Sztenc, 2020, S. 64).

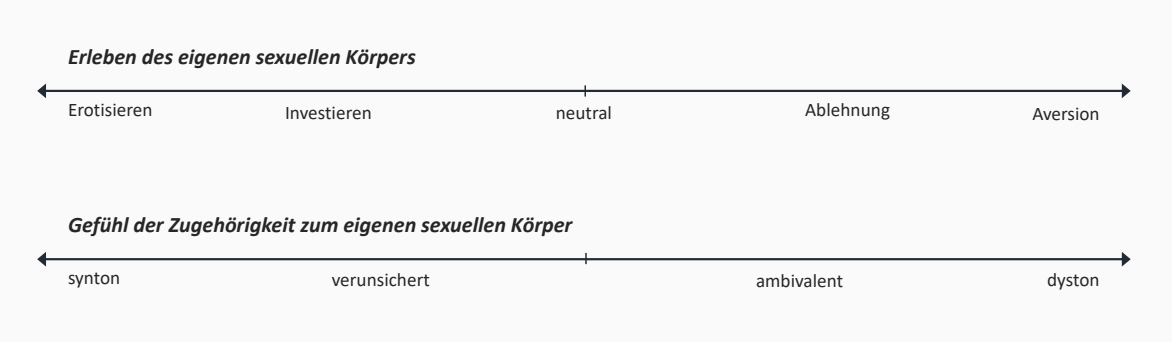

Abb. 2: Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit (Visualisierung angelehnt an Sztenc, 2020, S.64)

Das soziale Geschlecht hat eine enge Korrelation mit Geschlechterstereotypen (vgl. Kap. 2.1). Soziale Geschlechtlichkeit reproduziert sich damit durch Einstellungen, Interessen und Ausdrucksmittel wie Kleidung, Schmuck, Frisur, aber auch durch verschiedene Arten des

Handelns, die durch Haltung, Gang, Gestik oder Mimik zustande kommen. All dies führt zu Resonanz in der Umwelt, was das eigene Erleben entweder bestätigt oder verunsichert (Desjardins et al., 2011, S. 78; Sztenc, 2020, S. 84). Beim Gefühl der Zugehörigkeit zu Gendergruppe zeigt sich also, inwiefern sich ein Mensch seiner Gendergruppe zugehörig fühlt und sich mit dieser identifiziert und inszeniert bzw. sich mit Geschlechterstereotypen und entsprechenden Klischees auseinandersetzt und die eigene Geschlechtlichkeit zum Ausdruck bringt (vgl. «doing gender»). Es geht folglich darum, wo und ob jemand sich (und mit welchen Konsequenzen) abgrenzt oder anpasst. Dieses Spektrum reicht von klaren Übereinstimmungen bis zu klaren Abweichungen, wobei Mehrdeutigkeit und Verunsicherung auftreten können. Selbstidentifikationen ermöglichen auch eindeutige Inkongruenz und somit die Möglichkeit von nonbinären Konzepten (negativ erlebte Ambivalenz im Gegensatz zu positiv erlebter Genderfluidität) (Sztenc, 2020, S. 85ff)

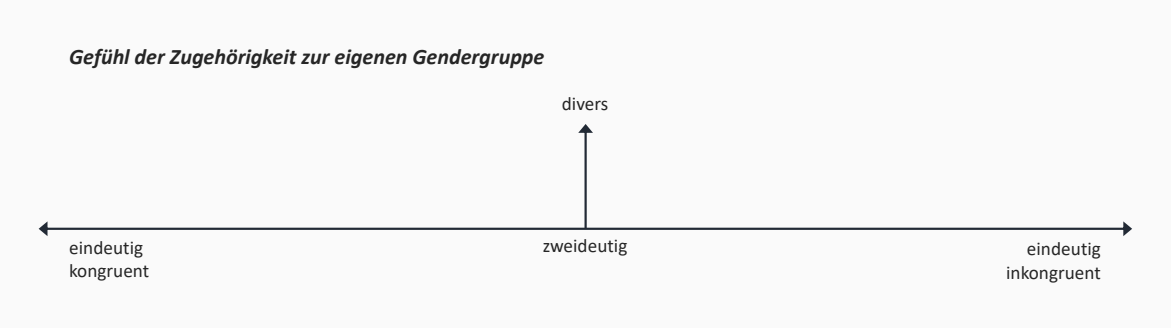

Abb. 3: Gefühl der Zugehörigkeit zur eigenen Gendergruppe (Visualisierung angelehnt an Sztenc 2020, S.85ff)

2.3.3 Sexuelle Selbstsicherheit

Als dritter Aspekt des Gefühls der Geschlechtszugehörigkeit sowie als eigenständiger Teilaspekt beschreibt das Modell Sexocorporel die sexuelle Selbstsicherheit. Dies bezeichnet das individuelle Vertrauen, sexuell begehrenswert zu sein und selbst Begehren zu empfinden, sowie die Fähigkeit, stolz auf die eigene Geschlechtlichkeit zu sein. Die positiv erlebte Verbindung mit dem eigenen Geschlecht und den damit verbundenen Handlungen bildet die Grundlage des sexuellen Narzissmus. Dies bedingt, sich selbst schön zu finden und die eigenen Stärken zu kennen. Das Empfinden der eigenen Erregung und die genussvolle Interaktion mit anderen Personen während dieser Erregung wird als sexueller Exhibitionismus bezeichnet. Dabei spielen sowohl körperliche Erregung als auch emotionale Verbundenheit – Lust und Genuss – eine Rolle. In dieser Darstellung werden Narzissmus und Exhibitionismus als positive Eigenschaften im Kontext von Gesundheit betrachtet, nicht als pathologische Merkmale (Desjardins et al., 2011, S. 78; Sztenc, 2020, S. 86).

2.3.4 Struktur des Begehrens

Begehren beschreibt, was ein Mensch sexuell will und worauf er Lust hat. Im Modell Sexocorporel wird das Begehren einerseits durch die Befriedigung genitaler Erregung und Entladung (genital) und andererseits durch die Erfüllung zwischenmenschlicher Bedürfnisse nach Bindung, Sicherheit und Romantik unterschieden (emotional). Demzufolge beschreibt Sztenc das sexuelle Begehren als «die mentale Vorwegnahme einer sexuellen Begegnung mit sich selbst oder anderen, mit dem Ziel, den genitalen Erregungsreflex auszulösen», während das Liebesbegehren ein emotionales Verlangen befriedigt. Auch wenn Zärtlichkeiten und körperlicher Kontakt Teil davon sind, fehlt die genitale Konnotation im Sinne von sexueller Erregung. Auf welche Umweltreize ein Mensch mit sexueller Erregung reagiert, wird wiederum mit genitalen und emotionalen Attraktionscodes beschrieben (Sztenc, 2020, S. 88–89). Chatton et al. unterscheiden im Gegensatz dazu koitales Begehren: ein Verlangen nach phallo-vaginaler Penetration, wobei dies vorwiegend die Befriedigung affektiver Bedürfnisse wie Verschmelzung, Elternschaft oder Liebe verfolgt (Chatton et al., 2005, S. 11). Der Begriff des koital-sexuellen Begehrens wird verwendet, um den Wunsch nach phallo-vaginaler Penetration zur Befriedigung eines genitalen Bedürfnisses in Kombination mit emotionaler Entladung zu beschreiben (Orgasmus). Dies grenzt sich vom rein sexuellen Begehren ab, das körperliche (orgastische) Entladung und Spannungsabbau sucht. Wichtig hervorzuheben ist, dass verschiedene Qualitäten des Begehrens gleichzeitig nebeneinander erscheinen (Chatton et al., 2005, S. 11; Desjardins et al., 2011, S. 80).

2.3.5 Kognitive Ebene

Kognitionen haben mächtige, von oben nach unten gerichtete Regulierungsmöglichkeiten, um Vergnügen zu verstärken oder zu dämpfen (Kringelbach & Berridge, 2009, S. 480). Wie jemand die eigene sinnliche Erfahrung bewertet, trägt massgeblich dazu bei, ob diese auf emotionaler Ebene als positiv oder negativ erlebt wird, was meist von unbewussten Prozessen geleitet wird. Oft sind entsprechende Kognitionen in Bezug auf Sexualität früh erlernt. Sie sind explizit (konkret vermittelte Botschaften) oder als implizit unbewusste Annahmen und Wissen in die Identität integriert. Die Art und Weise, wie jemand denkt, beeinflusst seine Bewegungen (Muskeltonus und Körperspannung), während gleichzeitig Bewegungen und Atmung die Vorstellungen und Kognitionen einer Person beeinflussen (Bischof, 2012, S. 67). Eine Schweizer Studie zeigt diese Zusammenhänge im sexuellen Kontext auf: Frauen, die sich während der Erregungssteigerung variantenreich bewegten, erlebten sich als sexuell selbstsicherer und stolzer als diejenigen, die sich weniger bewegten (Bischof-Campbell et al., 2019). Es lässt sich festhalten, dass Personen, die sich beim Sex bewegen

(Bewegungsmodi), weniger mit negativen Überzeugungen zu kämpfen haben, als Personen mit eingeschränktem Modus (Spannungsmodi). Um negative Überzeugungen im Rahmen der Kognition zu überwinden, legt der Ansatz Sexocorporporel daher den Fokus auf den Körper und die individuelle Erfahrung. Positive physiologische Reaktionen durch sinnliche Erfahrungen können so negative Kognitionen verändern. Die körperliche Erfahrung hat eine weitaus stärkere neurologische Botschaft als die kognitiv angelegte Therapiebotschaft (Bischof, 2012, S. 67). Männlichkeitskonstruktionen, damit einhergehende gesellschaftliche Prägung wie das allgemeine Verständnis von Männlichkeit sowie Normen, Werte und Erwartungen lassen sich dieser Komponente zuordnen.

2.3.6 Verunsicherung im Erleben der Männlichkeit

Das Modell Sexocorporel benennt dann eine Verunsicherung der Männlichkeit (GdG), wenn das Gefühl der Zugehörigkeit zum sexuellen Körper (GsK) und/oder die Zugehörigkeit zur eigenen Gendergruppe (GGd) negativ betroffen ist. Dabei fühlt sich eine Person nicht Mann genug oder unzulänglich. Verunsicherung kann sich sowohl in einer starken Idealisierung als auch in einer Abwertung des geschlechtlichen Stereotyps zeigen (Sztenc, 2020, S. 84–85). Gehrig beschreibt zwei akzentuierte Typologien: scheinbar zu viel Männlichkeit (hypermaskulinoid) und scheinbar zu geringe Männlichkeit (hypomaskulinoid). Unter Berücksichtigung der Vielfalt des Mannseins verdeutlichen diese Pole dennoch, wie unterschiedlich verunsicherte Männlichkeit sich in der Sexualität manifestieren kann. Zudem kann eine scheinbare Stabilisierung des Mannseins über andere Lebensbereiche (Beruf, Rolle als Partner oder Vater, soziales Engagement) das Bild verzerren. Die Angst des hypermaskulinoiden Mannes, als unmännlich angesehen zu werden, zeigt sich in einer starken Betonung männlicher Eigenschaften und einer Investition in gängige Stereotypen. Er strebt in sexuellen Beziehung nach Dominanz und Aktivität, nicht Verschmelzung (Nähe und Verbundenheit). Die Demonstration von phallischer Aggression dient als Beweis von Männlichkeit – dieser fehlt jedoch die Erotisierung. Genitale Bedürfnisse und das Funktionieren stehen in der Sexualität im Vordergrund. Emotionen sind schwer zugänglich und Intimität wird vermieden. Paarsexualität dient der Bestätigung der eigenen Potenz (Gehrig, 2010, S. 12; Sztenc, 2022, S. 62). Demgegenüber lässt sich der hypomaskulinoide Mann als scheinbarer Gegenpol beschreiben, bei dem sich die Unsicherheit in einer starken Abgrenzung vom typisch Männlichen zeigt. Diese Typologie grenzt sich vom Macho ab und investiert in die Rolle des Beschützers. Im Vordergrund steht der Wunsch nach Bindung und Geborgenheit. In der phallischen Aggressivität gehemmt, gestalten hypomaskulinoide Männer den männlichen Ausdruck unter einem feminoiden Aspekt. Die Vermeidung der männlichen

Stärke spiegelt sich in der Körperhaltung, im Gang und der Art, das Becken zu bewegen. In der Sexualität und der Beziehung ist der Wunsch nach emotionaler Verschmelzung präsent. Sie werden dadurch oft als bindungs- und beziehungsfähige, gute Partner und Väter erlebt (Gehrig, 2010, S. 14). Ihre Stärken liegen im Zärtlichsein, im Zugang zu Gefühlen, was auch in der Sexualität im Vordergrund steht. Einzudringen kann schwerfallen, weil es einer gewissen Aggressivität im Sinne von Entschlossenheit bedarf. Die Angst, der:die Partner:in könne sich benutzt oder dominiert fühlen, kann präsent sein. Der «Verschmelzer-Typ», wie ihn Sztenc nennt, fühlt sich also im Spagat gefordert, nicht als Macho wahrgenommen zu werden, aber dennoch männlich genug für den:die Partner:in zu sein (Sztenc, 2022, S. 63).

Männlichkeit und sexuelle Funktionalität sind eng miteinander verbunden. Sexuelle Funktionsstörungen wie die erektile Dysfunktion oder vorzeitige Ejakulation (Ejaculatio Praecox) beeinträchtigen das Erleben der Männlichkeit zahlreicher Männer (Klotz, 2017, S. 318). Gehrig betont die enge Verknüpfung zwischen Erektion und männlicher Identität sowie die Bedeutung der Erektion für die sexuelle Selbstsicherheit. Erektionsstörungen werden häufig als grobe Verletzung des Selbstbilds empfunden, was existenzielle Ängste hervorrufen kann. Wiederum erhöhen Identitätsprobleme und damit einhergehende Verunsicherung der eigenen Männlichkeit und deren Intrusivität das Risiko von Erektionsstörungen. So können beispielsweise Verletzungsängste die sexuelle Funktion beeinträchtigen, wenn die emotionale Intensität des Eindringens als destruktive Aggression wahrgenommen wird (Gehrig, 2010, S. 26). Leistungsdruck und Angst resultiert hingegen in Anspannung im Körper. Ein angespannter Muskeltonus beeinflusst Erregung und damit die Erektion. Dies kann eine vorzeitige Ejakulation zur Folge haben (Gehrig, o.J.).

Durch die Erotisierung männlicher Intrusivität, entsprechender Symbolisierung in innerer und äusserer Haltung sowie durch Sprache und Blick wird die Zugehörigkeit zum eigenen sexuellen Körper zur Basis sicherer männlicher Identität. Diese begünstigt die Erotisierung anderer Personen sowie die Entstehung eines koital-sexuellen Begehrens (Gehrig, 2010, S. 10). Die phallische Erotisierung und das genussvoll-sinnliche Körpererleben basiert nach Gehrig auf einem integrierenden, bewegten Erregungsmodus (wellenförmig). Dieser Modus ermöglicht dem Mann, seine männliche Intrusivität mittels fliessender Bewegungen positiv zu erleben. Die phallische Erotisierung umfasst das Wohlfühlen im männlichen Körper, das Geniessen der eigenen Erregung und den Stolz auf das eigene Geschlecht. Sie vereint genitale und emotionale Bedürfnisse und berücksichtigt diese wie auch diejenigen des:der Partner:in. Sie ermöglicht das Erotisieren von Nähe und Distanz auf der Grundlage eigener Autonomie (Gehrig, 2010, S. 11).

Im Gesamtbild zeigt sich: Verunsicherung in der eigenen Männlichkeit manifestiert sich oft in der eingeschränkten Fähigkeit, die eigene Lust zu geniessen, ebenso eigene Bedürfnisse konstruktiv einzubringen oder Freude an der Kraft als sexueller Mann zu empfinden. Sicherheit basiert darauf, sich mit Stolz zu zeigen und mit Genuss und Kraft (Intensität) zu agieren. Der in sich ruhende Mann nimmt sein Geschlecht positiv wahr, seine Erektion erlebt er als lustvoll. Er kann und möchte sich zumuten, sowohl körperlich als auch emotional, ohne eine Angst vor Verletzung (von sich oder von andern). Diese Ausführungen zeigen, dass Verunsicherung in der Männlichkeit auf vielfältige Weise und in unterschiedlichen Ausprägungen (Spektrum) und auch in Mischformen sichtbar wird. In jedem Fall fordert verunsicherte Männlichkeit die Sexualität heraus und beeinflusst sie bei fehlenden Ressourcen negativ oder kreiert Druck.

2.3.7 Einordnung: Binarität und Heteronormativität

Der Ansatz Sexocorporel eignet sich, um die Vielfalt an Interdependenzen sichtbar zu machen, die das individuelle Erleben der Sexualität prägen. Die Erwähnungen im letzten Kapitel machen deutlich, wie ein Zusammenspiel funktionieren oder aber aus dem Gleichgewicht geraten kann. Der Ansatz Sexocorporel geht dabei in der Evaluation und Bearbeitung immer vom Anliegen des:der Klient:en aus, nicht von einem «richtig» oder «falsch» (Gehrig, 2013, S. 11). Auch wenn Begriffe wie feminoid, maskulinoid, Männlichkeit und Weiblichkeit auf den ersten Blick eine starre binäre Geschlechterordnung und Heteronormativität suggerieren, pflegt der Ansatz Sexocorporel einen stark individuumszentrierten Blick mit Einbettung in die Umwelt. Gerade das Spannungsfeld zwischen biologischem Geschlecht und sozialem Geschlecht – sprich: dem Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit (vgl. Kap. 2.3.1) – gilt als Kernstück des Sexocorporel. Es erlaubt eine anschlussfähige Verknüpfung mit Theorien aus der Genderforschung sowie mit Konzepten der Non-Binarität und Diversität (Sztenc, 2020, S. 184).

3 Resümee und Fokuszielgruppe der Erhebung

Männlichkeit wird medial und populärwissenschaftlich aktuell mit viel Aufmerksamkeit verhandelt: «Neue Männlichkeit», angemessenes Mannsein, toxische Männlichkeit, Krise der Männlichkeit und verunsicherte Männlichkeit sind häufige Stichworte. In den letzten Jahren ist auch das wissenschaftliche Forschungsinteresse an Männlichkeit stark gestiegen. Aus der Literatur lässt sich folgern, dass die Überlagerung von Männlichkeitsanforderungen – und damit die Gleichzeitigkeit und Widersprüchlichkeit von Erwartungen – Männer in ihrem Selbstverständnis herausfordern können. Das Nebeneinander von tradierten und modernen Narrativen bezüglich Rolle (gesellschaftlich, sozial, familiär) kann zu Verunsicherung im Erleben der Männlichkeit führen. Zusammenfassend lassen sich auf Grundlage der Literaturrecherche folgende Einflussfaktoren identifizieren, die Männlichkeit beeinflussen und potenziell verunsichern (vgl. Kap. 2.1):

- Flexibilisierung der Arbeitsverhältnisse und Strukturwandel der Erwerbsarbeit (Haupternährer versus Familienpräsenz)
- Pluralisierung von Familienentwürfen
- veränderte Fürsorgeansprüche (oft nicht mit strukturellen Bedingungen vereinbar)
- veränderte Partnerschaftsdynamiken
- widersprüchliche Partner:innenerwartungen
- gesellschaftlicher Diskurs: Problematisierung des Mannes
- herausgeforderte Selbstwahrnehmung (z.B. Umgang mit Emotionen, Erwartung Soft Skills)
- fehlende Vorbilder «neuer Männlichkeit»
- Verschiebungen in unterschiedlichen Bereichen aufgrund emanzipatorischer Bestrebungen (z.B. wachsende Inklusion von Frauen in vormals männlichen Berufsbereichen; Auflösung von männlich homosozialen Berufswelten)

Verunsicherung der Männlichkeit insbesondere im Kontext des emanzipatorischen Diskurses lässt sich demnach argumentativ herleiten. Mögliche Interdependenz mit der Sexualität hingegen wird wenig bis gar nicht thematisiert, obwohl das Erleben der Männlichkeit aus sexualtherapeutischer Sicht ein relevanter Faktor für die *sexuelle Zufriedenheit* darstellt (vgl. Kap. 2.3.6). *Männliche Sexualität* ist generell wenig erforscht und vorhandene Forschung weist häufig eine pathogenetische Ausrichtung auf (vgl. Kap 2). Männliche Sexualität wird im gesellschaftlichen Diskurs in erster Linie problematisiert, glorifiziert oder stereotypisiert. Vorstellungen von männlicher Sexualität sind tendenziell nach wie vor hegemonial (dominant) geprägt, können u.a. durch Mainstream-Pornografie so vermittelt werden. Studien (vgl. Kap. 2.2.2) zeigen, dass sich sexuelle Interaktion oftmals an tradierten

Erwartungen der Geschlechterrolle orientiert. Ein Wandel dieser Tendenzen ist anzunehmen, analog der sexuellen Emanzipation der Frau. Es fehlt jedoch auch hier aktuelle Forschung.

Es mangelt demnach an Wissen darüber, wie die sich die Auseinandersetzung mit Männlichkeit auf das Erleben in der Paarsexualität niederschlägt. Insbesondere ist unklar, wie sich vor dem Hintergrund widersprüchlicher Erwartungen rund um Männlichkeit und der häufigen Orientierung am Leitbild der «neuen Männlichkeit» in die sexuelle Interaktion übersetzen und ob auch dort eine Überlagerung spürbar wird, die zu Verunsicherung führt. Der Fokus dieser Erhebung liegt auf Verunsicherung, die aufgrund aktueller Männlichkeitskonstruktionen im erweiterten Kontext des emanzipatorischen Diskurses entsteht. *Emanzipatorischer Diskurs* wird hier mit doppelter Bedeutung verstanden: zum einen als Streben nach Geschlechtergleichstellung (Emanzipation der Frau) und zum anderen als Bestreben nach Emanzipation des Mannes (Befreiung aus widersprüchlichen / begrenzenden Erwartungen / Strukturen). Im Vordergrund steht daher die Verknüpfung mit dem Leitbild «neue Männlichkeit» und damit Betroffene, die sich *definitorisch* wie folgt einordnen lassen: «ganzheitlicher, reflektierter, konsequent gleichstellungsorientierter Mann» (vgl. Wippermann, 2014). Dieser Typus distanziert sich vom klassischen Mann, integriert «weiche» Qualitäten, Zugang zu Gefühlen, Zärtlichkeit, gleichzeitig bewahrt er männliche Qualitäten. Er hinterfragt Alltagsstrukturen, grenzt sich von patriarchalischen Werten ab, ist sehr an Gleichstellung interessiert und selbstreflektiert. Betroffene als Fokuszielgruppe dieser Erhebung erleben die Übersetzung ihrer Auseinandersetzung mit Männlichkeit in die Paarsexualität als spannungsgeladen oder problembehaftet. Es interessieren jene Betroffene, die unzureichend persönliche Ressourcen mitbringen, die Auseinandersetzung mit Männlichkeit gemäss aktuellem Zeitgeist gelingend in die Sexualität zu übersetzen.

Die spärliche Forschung, die veränderte Männlichkeitskonstruktionen mit Sexualität in Verbindung bringt (vgl. Winter, 2022), konzentriert sich auf das junge Erwachsenenalter. Das Alter von 30 bis 45 kann gerade hinsichtlich partnerschaftlicher Dynamiken, möglicher Familienverantwortung, der Verdichtung von persönlichen und beruflichen Ansprüchen («Rushour des Lebens») und somit besonders im erweiterten Kontext des emanzipatorischen Diskurses von Bedeutung sein. Aus diesen Gründen wurde in dieser Arbeit auf diese Altersgruppe eingegrenzt.

Salutogenetische Perspektiven auf die männliche Sexualität sind bisher wenig theoretisch oder empirisch erforscht, weswegen sich der Fokus auf das Modell Sexocorporel anbietet, um die ressourcenorientierte Bearbeitung zu fördern und zu evaluieren, wo die sexualtherapeutische Begleitung steht.

Das Erkenntnisinteresse dieser Masterarbeit bezieht sich auf Verunsicherung *der eigenen Männlichkeit aufgrund aktueller Männlichkeitskonstruktionen im erweiterten Kontext des emanzipatorischen Diskurses*. Für den besseren Lesefluss wird dafür in der Folge der Begriff Verunsicherung^{DEF} verwendet, ohne ihn jedes Mal sprachlich einzugrenzen.

4 Arbeitsthesen und Forschungsfragen

Selbst wenn Hypothesen auch in der qualitativen Sozialforschung formuliert werden, werden sie gemäss Gläser und Laudel eher in Ausnahmefällen geprüft. Vielmehr haben sie das Ziel, gewonnenes Wissen zu verdichten und Vorannahmen der Verfasserin zu verdeutlichen (Gläser & Laudel, 2010, S. 77). Aus den dargestellten Inhalten und Forschungslücken werden daher folgende Arbeitsthesen formuliert:

a. Die aktuellen Männlichkeitskonstruktionen im erweiterten Kontext des emanzipatorischen Diskurses führen bei gewissen Männern bei fehlenden persönlichen Ressourcen zu Verunsicherung im Erleben und Gestalten der Paarsexualität.
b. Verunsicherung^{DEF} im sexuellen Erleben von Männern erfordert eine differenzierte Betrachtung und Begleitung seitens sexualtherapeutischer Fachpersonen, um nachhaltige Veränderungen in der individuellen sexuellen Zufriedenheit und sexuellen Identität zu fördern.

Daraus resultieren zwei Forschungsfragen (F) und entsprechende Leitfragen (L):

F1	**Wie wirkt sich Verunsicherung^{DEF} auf das individuelle Gestalten und Erleben der Paarsexualität aus Perspektive des Mannes aus?**
L1	Wie häufig zeigen sich Anliegen im sexualtherapeutischen Praxisalltag, die mit einer Verunsicherung durch die Auseinandersetzung mit der individuellen Männlichkeit und Rolle im Zusammenhang stehen?
L2	In welcher Form zeigen sich entsprechende Anliegen (Verunsicherung^{DEF}) im sexualtherapeutischen Praxisalltag?
F2	**Wie wird Verunsicherung^{DEF} aus Sicht des Ansatzes Sexocorporel sexualtherapeutisch wahrgenommen und bearbeitet?**
L3	Welche Entwicklungsbereiche lassen sich feststellen und in welchen Komponenten des Modells Sexocorporel sind entsprechende Schwerpunkte zu beobachten?
L4	Was ist aus Sicht der Sexualtherapeut:innen zentral, um Auseinandersetzungen mit der eigenen Männlichkeit durch den gleichstellungsorientierten, reflektierten Mann zielführend zu begleiten? Welche Methoden eignen sich?

Tab. 1: Übersicht Forschungs- und Leitfragen der Erhebung

5 Methodik des Forschungsprojekts

In diesem Kapitel werden die verwendeten Methoden dieser Arbeit beschrieben, insbesondere das gewählte Forschungsdesign und die Durchführung der Untersuchung.

Die vorliegende Untersuchung orientiert sich an einem explorativen qualitativen Vorgehen, da Zusammenhänge verunsicherter Männlichkeit mit sexuellem Erleben bislang in der Schweiz nicht erforscht sind. Der qualitative Ansatz zeichnet sich durch seine Offenheit und sein Ziel aus, Zusammenhänge zu beschreiben und zu verstehen (Hussy et al., 2010, S. 184). Er eignet sich besonders für die Erforschung von komplexen sozialen Interaktionen und menschlichen Verhaltensweisen, bei denen es wichtig ist, tiefergehende Einblicke in individuelle Erfahrungen, Werte und soziale Dynamiken zu gewinnen. Er ist passend für die Exploration neuer Themen und für das Verständnis von Kontexten, die schwer standardisierbar sind (Flick, 2014, S. 24ff; Kruse, 2015, S. 43ff).

5.1 Forschungsdesign

Die Wahl des Forschungsdesigns fiel aus verschiedenen Gründen auf teilstandardisierte Einzelinterviews mit Expert:innen. Diese werden als geeignete Methode für die Explorierung neuer Forschungsfelder betrachtet (Flick, 2016, S. 214). Das Besondere an diesem Interviewtyp liegt in der Zielgruppe der Expert:innen: Nicht die Personen selbst stehen im Mittelpunkt des Forschungsinteresses; stattdessen werden sie als Repräsentanten eines fachlichen Gebiets betrachtet (Kruse, 2015, S. 166). Im Vergleich zur Befragung von Betroffenen liefern Expert:inneninterviews kontextbezogenes und verdichtetes Wissen aufgrund praktischer Erfahrung mit zahlreichen Klient:innen. Aufgrund der begrenzten Anzahl durchführbarer Interviews im Rahmen dieser Masterarbeit wurde die Entscheidung zugunsten von Expert:innen Interviews aus zwei Gründen getroffen: Erstens aufgrund ihres inhaltlich-qualitativen Wertes und zweitens mit dem Ziel, möglichst viele Erkenntnisse zu gewinnen.

Da sich Expert:innen nicht immer vollständig der Bedeutung ihres Handelns bewusst sind, kann Expertenwissen nicht einfach abgefragt werden; es muss aus den Äusserungen der Experten rekonstruiert werden. Meuser und Nagel (2010) erachten ein leitfadengestütztes offenes Interview (auch fokussiertes Interview) als geeignetes Erhebungsinstrument. Mit einer thematischen Vorstrukturierung kann das thematisch begrenzte Erkenntnissinteresse bedient und Sonderwissen erhoben werden. Gleichzeitig bleibt Flexibilität vorhanden, um auf unerwartete thematische Aspekte eingehen zu können. Die überlegte Struktur sorgt dafür,

als kompetentes Gegenüber wahrgenommen zu werden (Gläser & Laudel, 2010, S. 42; Meuser & Nagel, 2010, S. 178).

Da wenig strukturiertes Vorwissen da war, verstärkte sich der explorative Charakter der Erhebung. Das Vorwissen wurde in Form einer Übersicht an Einflussfaktoren im Rahmen des Resümees strukturiert, da es schwierig war, Variablen zu definieren (Gläser & Laudel, 2010, S. 86)

5.2 Literaturrecherche

Der theoretische erste Teil dieser Masterarbeit basiert auf einer umfassenden Literaturrecherche, die mithilfe der Kataloge swisscovery, OPAC und Google Scholar durchgeführt wurde. Oft dienten Referenzen relevanter Beiträge als Hinweise für weitere fundierte Literatur und Forschung. Um Aktualität und Zeitgeist der gewählten Thematik widerzuspiegeln, lag in den entsprechenden Kapiteln ein Augenmerk auf aktueller Literatur und Forschung. Zu grundlegendem soziologischem und geschlechtertheoretischem Wissen wurden hingegen bewusst die ursprünglichen Autor:innen als Referenz herangezogen.

Die verwendete Literatur umfasst Texte in deutscher, englischer und französischer Sprache und besteht aus Beiträgen in Sammelwerken, Monografien, Zeitschriftenartikeln, Reviews sowie Meta-Analysen und Forschungsberichten. Es wurden sexologische, sozialwissenschaftliche und kulturwissenschaftliche Quellen verwendet, insbesondere aus den Bereichen der Soziologie sowie der Geschlechter- und Männerforschung.

5.3 Datenerhebung: Entwicklung des Leitfadens

Ableitend aus der Literaturrecherche und den theoretischen Vorüberlegungen wurden zwei Arbeitsthesen gebildet, um den Fokus der Untersuchung zu definieren. (Hypo-)Thesen in empirischen Untersuchungen können dazu dienen, das Vorverständnis der forschenden Person zu fixieren, um es so in die Untersuchung einfliessen zu lassen und sind nicht zwingend zu testen (Gläser & Laudel, 2010, S. 31). Auf Grundlage dieser Arbeitsthesen wurden zwei Forschungsfragen mit je zwei untergeordneten Leitfragen formuliert. Diese dienten der Erstellung des Leitfadens als Struktur bzw. sie definierten Bereiche in Form von Themenblöcken (Kruse, 2015, S. 212). Das SPSS-Verfahren nach Helfferich (Helfferich, 2009) war in der Erarbeitung der konkreten Fragen als Orientierung wegweisend (vgl. Anhang b.).

Wie für Expert:inneninterviews üblich, dominierten in diesem Leitfaden Faktfragen, die aus Fragen nach Erfahrungen (Beobachtungen, Handlungen), Wissensfragen (akkumuliertes Wissen über den Forschungsgegenstand) und Hintergrundfragen (Information über die

Person, Setting, Tätigkeitsfeld) bestanden. Sparsam wurden Meinungsfragen eingesetzt, mit dem Bewusstsein, dass die Beantwortung dieser öfters mit sozial erwünschten Antworten einhergehen und kaum überprüfbar sind (Gläser & Laudel, 2010, S. 123).

Ein kurzer Input zu Beginn der Interviews diente dazu, den Expert:innen einen kurzen Überblick über die theoretischen Überlegungen und Erkenntnisse im Zusammenhang mit verunsicherter Männlichkeit zu geben. Dies sollte sicherstellen, dass sich ihre Antworten spezifisch auf die fokussierte Zielgruppe und auf das Thema beziehen und nicht allgemein formuliert würden. Auf diese Weise wurde angestrebt, vergleichbare Inhalte von den Befragten zu erhalten, unter Berücksichtigung der Komplexität und Unschärfe des Themas Männlichkeit sowie der spezifischen Qualität und Quelle der Verunsicherung im Fokus.

Die erste Version des Leitfadens wurde in Form eines Probeinterviews mit einer Person mit sexologischem Wissen getestet. Aus dem Gespräch resultierten wichtige Erkenntnisse, die in Form von Anpassungen in den definitiven Leitfaden einflossen (vgl. Anhang c.).

5.4 Stichprobe

Die Inhalte eines Interviews werden massgeblich durch die interviewten Personen bestimmt (Gläser & Laudel, 2010, S. 117), weshalb die Auswahl der Expert:innen sorgfältig erfolgte. Entscheidende Überlegungen waren dabei, wer über die relevanten Informationen verfügt, wer am besten in der Lage und bereit ist, präzise Informationen bereitzustellen, und wer zeitlich verfügbar ist (Gorden, 1975, S. 196). Das Expert:inneninterview zielt darauf ab, den Wissensvorsprung und die besonderen Einblicke der Expert:innnen in einem spezifischen Kontext zu nutzen. Ein:e Expert:in wird definiert als jemand, die:der entweder für die Entwicklung, Implementierung oder Kontrolle einer Lösung für ein bestimmtes Problem mitverantwortlich ist oder der über einen privilegierten Zugang zu Informationen über relevante Personengruppen, soziale Situationen und Entscheidungsprozesse verfügt (Meuser & Nagel, 2010, S. 377).

Als Kriterien für die Auswahl der Expert:innen dieser Erhebung wurden festgelegt:

- sexualtherapeutische Praxistätigkeit
- mindestens 5 Jahre Praxiserfahrung mit dem Ansatz Sexocorporel
- therapeutische/beraterische Erfahrung in der Arbeit mit Männern
- paartherapeutische Expertise

Die Expert:innen wurden per E-Mail kontaktiert. Darin wurde die Thematik der Arbeit und das Forschungsinteresse in wenigen Sätzen beschrieben und die Expert:innen für ein

Interview angefragt. Er wurde informiert, dass das Gespräch aufgezeichnet wird. Erfreulicherweise beantworteten alle Expert:innen die Anfrage auf Anhieb positiv.

Fachpersonen leisten einen wichtigen Beitrag zur Weiterentwicklung der Sexologie. Auf ihren eigenen Wunsch sowie aus Gründen der Transparenz und Wertschätzung folgt hier eine namentliche Übersicht der Stichprobe:

Name	Tätigkeiten / Bezeichnungen
Frank Mielke	Sexualtherapeut, klinischer Sexologe iSi, systemischer Paar- und Familientherapeut DGSF, Heilpraktiker für Psychotherapie HeilprG, Tätertherapeut, Traumatherapeut, Mediator BM, Dozent
Martin Bachmann	Sexualtherapeut, klinischer Sexologe iSi i.A., systemischer Paartherapeut IÖST, systemischer Berater BSO, Erwachsenenbildner TZI
Michael Sztenc	Diplompsychologe, Paar- und Sexualtherapeut, klinischer Sexologe iSi, Sexocorporel Ausbildner iSi, Sexualpädagoge, Gastdozent (Hochschule Merseburg) für Klinische Sexologie, Autor.
Dr. phil. Ursina Donatsch (vormals Brun del Re)	Fachpsychologin FSP / eidg. anerkannte Psychotherapeutin MAS, klinische Sexologin iSi, Sexualtherapeutin ZISS, Paartherapeutin EFT, promovierte Sexualwissenschaftlerin, Dozentin

Tab. 2: Übersicht Expert:innen und ihre Tätigkeitsfelder / Bezeichnungen

5.5 Untersuchungsablauf

Die Interviews wurden frühzeitig terminlich fixiert und fanden zu den vereinbarten Zeitpunkten statt. Die Gespräche dauerten 59, 60, 86 und 100 Minuten. Sie wurden über die Online-Plattform Zoom durchgeführt, um auch international tätige Expert:innen niederschwellig einzubeziehen. Alle Interviews fanden vom 23. bis 26. April 2024 statt.

Ein Experte äusserte den Wunsch, die Fragestellungen im Vorfeld des Gesprächs zwecks Vorbereitung zu erhalten. Nach Absprache mit der Begleitperson / Erstgutachterin wurden ein kurzer schriftlicher Input und die Forschungs- und Leitfragen in Form einer Zusammenstellung als sinnvoll eingestuft und schliesslich allen Expert:innen im Voraus zugesandt (vgl. Anhang d.). Der Input beinhaltete sowohl eine thematische also auch definitorische Eingrenzung der Zielgruppe. Dies hatte zum Ziel, eine Einstimmung ins Thema, die Trennschärfe des Untersuchungsgegenstands und damit umfassendere Diskussion mit grösserem Output zu ermöglichen. Am Anfang des Interviews wurde geklärt, ob die Inhalte des Dokuments präsent waren. In jeden Fall wurden die Inhalte nochmals in kurzer oder längerer Form besprochen.

Alle Informationen und Dokumente sowie der Einwahllink für den Interviewtermin wurden jeweils 7–10 Tage im Voraus an die Teilnehmenden versandt. Die Einverständniserklärungen wurden alle unterschrieben vor den vereinbarten Interviewterminen retourniert.

Alle Interviews wurden persönlich von der Verfasserin dieser Arbeit durchgeführt. Die Gespräche wurden aufgezeichnet und als separate Video- und Audiodateien auf dem lokalen Datenträger der Interviewerin gespeichert, sobald das Gespräch beendet war.

5.6 Transkription

Zwei Interviews wurden auf Hochdeutsch, zwei auf Schweizerdeutsch geführt. Letztere wurden bei der Transkription direkt ins Hochdeutsche übersetzt.

Für die Transkription von Interviewprotokollen existieren keine allgemein akzeptierten Regeln (Gläser & Laudel, 2010, S. 193). Es wurde wörtlich nach den folgenden Regeln transkribiert:

- Die Zeilen werden durchnummeriert.
- Nonverbale Äusserungen (lachen, husten, räuspern etc.) werden festgehalten *(kursiv in Klammer)*.
- Betonungen werden **fett** herausgehoben.
- «Ähm» und andere Füllwörter der gesprochenen Sprache werden für das bessere Verständnis weggelassen, sofern sie nicht als Ausdruck eines ausgedehnten Nachdenkens dienen oder sonstige Bedeutung tragen. Es wird eine leichte bis mittlere Glättung vorgenommen. Grobe Fehler im Satzbau und Versprecher werden korrigiert. Wichtige Wörter oder Redewendungen im Dialekt, für die es nur eine ungefähre Übersetzung ins Hochdeutsche gibt, werden in Klammern angefügt.
- Unverständliche Passagen werden als «*(unverständlich)*» gekennzeichnet.
- Unterbrechungen werden als «*(unterbricht)*» vermerkt.
- Störungen werden als «*(Störung)*» vermerkt.

5.7 Datenanalyse

Die Daten wurden mithilfe der Software MAXQDA ausgewertet. Das Nutzung eines computerbasierten Programms diente der Strukturierung der auszuwertenden Daten und Arbeitsabläufe, um Übersichtlichkeit, Transparenz, Wissenschaftlichkeit und Flexibilität zu gewährleisten.

Die Datenauswertung erfolgte mittels inhaltlich strukturierender qualitativer Inhaltsanalyse nach Kuckartz und Rädiker (2022, S. 129–156). Als Unterkategorie der Inhaltsanalyse gilt dies

als inhaltsanalytisches Kernverfahren, wobei das Datenmaterial in mehreren Codierdurchläufen codiert und ausgewertet wird. Abbildung 4 visualisiert den standardisierten Auswertungsprozess, welcher auch dieser Auswertung als Grundlage diente. Diese wird nachfolgend konkret für das vorliegende Forschungsprojekt dargestellt.

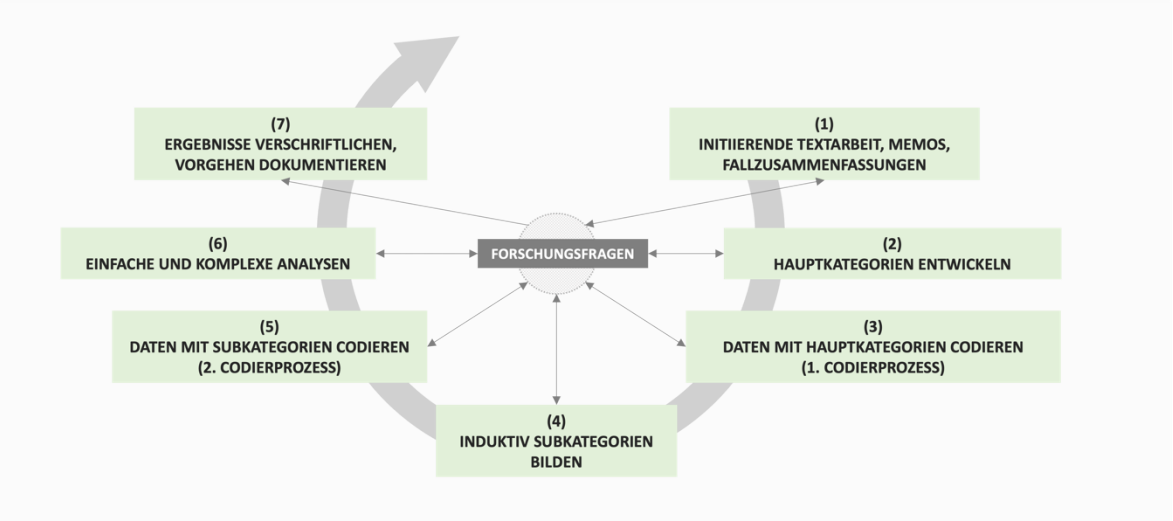

Abb. 4: Auswertungsprozess inhaltlich strukturierender Inhaltsanalysen (eigene Darstellung nach Kuckartz und Rädiker, 2022, S. 132)

In der ersten Phase (1) der initiierenden Textarbeit wurden die Transkripte mit Blick auf die Forschungsfragen gründlich durchgearbeitet, um ein umfassendes Verständnis zu erlangen. Dieser Prozess wurde beschleunigt, da die Verfasserin der Arbeit die Interviews selbst geführt, die Daten selbst transkribiert und die Transkripte mehrfach überarbeitet hatte. Auf das Schreiben von Fallzusammenfassungen wurde verzichtet. Erste Beobachtungen, Notizen und Kommentare wurden in Form von Memos festgehalten. In einem nächsten Schritt wurden basierend auf dem Interviewleitfaden deduktiv Hauptkategorien formuliert (Phase 2). Diese bildeten relevante, übergeordnete Themen ab. Folgende Kriterien nach Kuckartz und Rädiker (2022, S. 63–65) waren bei der Kategorienbildung wegweisend: 1. Kategorien stehen in direktem Bezug zu den Forschungsfragen; 2. Kategorien sind erschöpfend; 3. Kategorien sind trennscharf; 4. Kategorien sind wohlformuliert; 5. Kategoriensystem hat innere Kohärenz; 6. Subkategorien respektieren die Hierarchiestufen zu den Hauptkategorien (Abstraktionsgrad); 7. Kategorien sind verständlich und nachvollziehbar (2022, S. 63-65). Erschienen Textabschnitte potenziell relevant, liessen sich aber nicht einer der bestehenden Kategorien zuordnen, wurden sie in einer Restkategorie «Sonstiges» zusammengefasst. Nach der Definition der Hauptkategorien wurden die Interviews entlang der jeweiligen Hauptkategorie codiert (Phase 3). Nicht sinntragende oder für die Fragestellung nicht relevante Textpassagen blieben uncodiert. Direkt am Material wurden in der Folge induktiv Subkategorien gebildet (Phase 4). Der erste Codierdurchgang mit Haupt-

und Subkategorien umfasste die Codierung von etwa einem Viertel des gesamten Datenmaterials und diente als Erprobung des Kategoriensystems. Die Kategorien und Subkategorien wurden sinnvoll geordnet und weiter differenziert. Es resultierte schliesslich ein Kategoriensystem, das bis zu drei Hierarchie-stufen aufwies. 9 Hauptkategorien mit 22 Subkategorien, die wiederum 45 Subkategorien enthielten, erwiesen sich für die Codierung der Daten als zielführend. Das gesamte Datenmaterial wurde in einem zweiten Prozess erneut komplett entlang der Subkategorien unterschiedlicher Hierarchie und damit mit dem finalen Codiersystems (vgl. Abb. 5) codiert (Phase 5). Eine Übersicht der Kategorien (Codierleitfaden) mit Ankerbeispielen findet sich im Anhang e. In der sechsten Phase (6) wurden thematisch orientierte Zusammenfassungen in Form von Zwischenanalysen und einer ersten Auswertung erstellt. Dazu wurde jedes codierte Segment erst auf seine Codierungen im Gesamtüberblick überprüft und bei dieser Gelegenheit inhaltlich zusammengefasst (vgl. Anhang USB). Diese stellte eine weitere vertiefende inhaltliche Qualitätsüberprüfung dar und diente der Übersicht und als Basis für die Darstellung der Forschungsergebnisse (Phase 7).

Obwohl die Kategorien in sich trennscharf waren, zeigte sich in der konkreten Auswertung der explorativen Interviewinhalte, dass Zuordnungen in einigen Fällen nicht eindeutig waren. «Quellen der Verunsicherung» können zum Teil bereits einen Effekt beschreiben. Bspw. kann die starke Abgrenzung von klassischen Männlichkeitsideal durch eine gewisse Verunsicherung entstehen, jedoch auch weitere Verunsicherung zur Folge haben. Trotz gewisser Überschneidungen wurde bei den Kategorien «Kompensationsmuster / Lösungsversuche» schliesslich auf eine Fusion mit der Kategorie «Effekte» verzichtet. Dies um besser zu erfassen, inwieweit Männer ihre eigenen Copingstrategien entwickeln, mit dem Bewusstsein, dass sich viele dieser Segmente auch als Effekte hätten codieren lassen. Es wurde nur in jene Kategorie codiert, wenn Aspekte ausdrücklich von den Expert:innen als Kompensationsmuster oder Lösungsversuch durch Klienten benannt wurden. Ähnliche Überlegungen wurden bei den Kategorien «Wahrnehmung nach Ansatz Sexocorporel» und «Bearbeitung nach Sexocorporel» gemacht. Auch hier war eine gewisse Überlappung nicht zu vermeiden. Es wurde nah am Text und den Aussagen der Expert:innen jeweils eine eindeutige Zuordnung angestrebt. «Funktionsstörungen mit engem Bezug» können gleichzeitig «Erstanliegen im Vordergrund» sein. Umgekehrt deckt die Frage nach Erstanliegen jedoch nicht zwingend ab, welche Funktionsstörungen von Relevanz sein können. Überschneidungen sind entsprechend in die eine Richtung nicht vermeidbar; die Differenzierung in zwei Kategorien ist daher aussagekräftiger.

Abb. 5: Übersicht Codiersystem

5.8 Datenschutz und Forschungsethik

Im Sinne der informierten Einwilligung nach Gläser und Laudel (Gläser & Laudel, 2010, S. 159) unterzeichneten alle Interviewteilnehmenden eine Einwilligungserklärung, in der sie über den Rahmen der Erhebung, ihre Rechte und den Umgang mit Daten informiert wurden (vgl. Anhang f.). Alle Informationen und Datenschutzbelehrung (Einwilligungserklärung) wurde bewusst mindestens 7 Tage vor den jeweiligen Interviewterminen versandt. Am Anfang des Gesprächs wurde erneut darauf Bezug genommen, bevor die Video- und Audioaufnahme gestartet wurde. Alle Expert:innen äusserten den Wunsch, namentlich in der Arbeit zu erscheinen. Aufgrund dieser Rückmeldungen wurde auf der Anonymisierung der Gespräche verzichtet, insbesondere auch weil keine sensiblen oder persönlichen Daten erhoben wurden. Die Audio- und Videoaufzeichnungen werden durch die Verfasserin der Arbeit nach Abschluss der Masterarbeit gelöscht.

6 Darstellung der Ergebnisse

Im folgenden Kapitel werden die Ergebnisse entlang der Hauptkategorien und der ersten Stufe der Subkategorien zusammenfassend vorgestellt. Für einen besseren Lesefluss werden wörtliche Zitate sparsam verwendet. Sowohl diese als auch zusammengefasste Inhalte sind jeweils mit den Zeilennummern aus den Transkripten versehen, die im erweiterten Anhang zu finden sind (USB-Datenträger). Es wird erneut hingewiesen, dass Verunsicherung definitorisch eingegrenzt wurde (vgl. Kap. 3; Resümee). Die Ergebnisse beziehen sich auf die Verunsicherung *der eigenen Männlichkeit aufgrund aktueller Männlichkeitskonstruktionen im erweiterten Kontext des emanzipatorischen Diskurses*. Es wird dafür der Begriff Verunsicherung^{DEF} verwendet. Wenn Verunsicherung in allgemeinem Sinne gemeint ist, wird dies sprachlich deutlich gemacht. Die vier für diese Masterarbeit interviewten Expert:innen werden im weiteren Verlauf als Befragte bezeichnet.

6.1 Expert:innenprofil und Zielgruppencharakteristik

Fachliches Profil: Alle Befragten äussern, dass der Ansatz Sexocorporel für sie seit über fünf bis zehn Jahren ein integraler Bestandteil ihrer therapeutischen Tätigkeit darstellt. Zusätzlich ist die eigene Therapiehaltung weiter von anderen fachlichen Einflüssen geprägt (bspw. systemische Ansätze). Die Zielgruppe der therapeutischen Arbeit wird als sehr vielseitig beschrieben, mit allen Geschlechtern und Altersgruppen; wobei zum Teil ein ausdrücklicher Schwerpunkt auf der langjährigen Arbeit spezifisch mit Männern liegt. Alle Befragten bieten Therapien sowohl im Einzel- als auch im Paarsetting an. Es ist herauszuheben, dass

ein Grossteil der vorliegenden Klientel als Selbstzahlende das Therapieangebot beanspruchen. Ein Befragter äussert dies ausdrücklich, da dies in seinen Augen seine Zielgruppe mit mehr finanziellen Mitteln und damit als vergleichsweise intelligent auszeichnet.

Demografischer Hintergrund / Einzugsraum Zielgruppe: Es werden Referenzen auf die demografischen Hintergründe der Klientel gemacht, um damit dessen Bedeutung für das Thema verdeutlichen, das stark von progressivem Zeitgeist geprägt ist. Der eigene einzel- und paartherapeutische Einzugsraum wird von einem Befragten als kleinstädtisch beschrieben:

> Ich habe viele Menschen aus dem Umland, also das sind einfach, wie soll ich sagen, ohne dass es abwertend oder despektierlich klingt: Es ist ein grosser Unterschied zu Berlin-Kreuzberg. (…) Also das Thema bewusstes Mannsein, das ist Mangelware. Aber das Thema ist natürlich da. (MS 65-72)

An verschiedenen Stellen werden Verweise auf urbane Männer gemacht und Vergleiche zu sozial progressivem und bewusstem Gedankengut angestellt. «Ja, ehrlich gesagt sind das aber linksgrünrote Bubble-Stadtindianer aus Zürich und Luzern.» (MB 146)

Klassisch männlich geprägtes Klientenverhalten: Ein Befragter beschreibt geschlechtsspezifische Charakteristika in Bezug auf die männliche Klientenrolle. Es sei häufig so, dass gerade klassisch geprägte Männlichkeitserwartungen dazu führen, dass ein Mann zurückhaltend darin sei, Beratung oder Therapie in Anspruch zu nehmen, und verhältnismässig lange in einer belastenden Situation ausharre. Dies hänge einerseits damit zusammen, dass er nicht selbst wahrnehme, dass es ihm schlecht gehe, andererseits erst einschneidende Ereignisse dazu führen, sich in eine vertiefte Auseinandersetzung zu begeben (MB 132-136).

Im Kontext von paartherapeutischer Arbeit fällt einem Befragten auf, dass 75% der Kontaktanfragen in der Regel über die Frau erfolgen und damit ein hartnäckiger Geschlechterstereotyp sichtbar werde, trotz Wandel. Dabei würden Männer die Rolle des «Begleiters» der Partnerin einnehmen. Paradoxerweise würden sie dann im paartherapeutischen Setting häufig verbal die Verantwortung übernehmen bzw. das Gespräch über die Partnerin hinweg zu leiten versuchen, ohne dabei die eigenen Bedürfnisse verbalisieren zu können (MB 355-361).

6.2 Wandel Männlichkeit und Weiblichkeit und deren Sexualität

Männliche Sexualität: Ein Befragter beschreibt, wie sich in der Schweiz ab 1989 ein neues Bewusstsein für Männlichkeit entwickelte. Da zunehmend destruktive Seiten von Männlichkeit und Gewalt thematisiert wurden, wuchs die Sensibilität des Mannes dafür, womöglich

ungewollte Muster zu reproduzieren. Diese Abgrenzung bewirkte bei gewissen Männern eine Gegenreaktion. Ein Befragter erklärt anhand seiner eigenen Erfahrung:

> Ich will mir da ein Mü Freiheit erkämpfen und es anders machen. Dann weiss ich noch, war ich im Ausgang und habe stundenlang geflippert (Dial. «töggelet»), gell, mit irgendwelchen Frauen, und geredet, geredet, geredet, was schon gut ist. Aber dann Jahre später, von Frauen gehört: «Du hättest schon lange zu knutschen anfangen können, aber Mann, B., du Ober-Sozi, hör auf zu reden, knutsch mal.» (MB 275-280)

Ein Befragter beschreibt, wie in denselben Jahren die aus den USA kommende Fitnesswelle und damit das vorherrschende ästhetische Leitbild des männlichen Körpers eine vergleichbare Dynamik zu heute zur Folge hatte. Es herrschten sehr klare Erwartungen an den Mann: «Das ist etwas, finde ich – zwar ist eine andere Epoche –, aber es ist etwas Ähnliches, was jetzt passiert; nur jetzt passiert das auf mentaler Ebene.» (FM 216-217) Es werde grundsätzlich besser über Sexualität kommuniziert und die heutige Ausgangslage sei von selbstkompetenteren, Dynamik-bewussteren Frauen und Männer (Altersgruppe 30–45) geprägt. Der Diskurs über Einvernehmlichkeit und Emanzipation sei in Partnerschaften präsent, komme aber verzögert in der Paarsexualität an. Ein Befragter beschreibt:

> So wie am Küchentisch geredet wird, ist oft sehr einvernehmlich und in der Intimität ... dort – weil die Menschen wortkarger und ungeschulter und alleiniger sind – glaube ich, kommt der Diskurs erst verzögert an. (MB 627-629)

Gewisse Männer würden sich demnach an klassischeren Geschlechterrollenstereotype orientieren, wie bspw. daran, dass der Mann primär mehr sexuelle Aktivität zeige, insbesondere in der Gestaltung der sexuellen Interaktion. Ebenso erlebt der Befragte, wie aus der Verunsicherung[DEF] heraus eine Tendenz der Retraditionalisierung und der Orientierung am klassischen, sichtbaren, stereotypen Männlichkeitsbild beobachtbar sei, auch im Kontext von Radikalisierung *(referenziert M. Teunert)*. Er erlebe, wie Menschen mit Gefühlen der Verunsicherung[DEF] häufig auf das zurückgreifen, was sie am besten kennen, was vermeintlich Halt gebe. Die Bilder eines führenden Mannes seien stark verankert (MB 406-410).

Ein Befragter hebt hervor, dass er die hohe Scheidungsrate und damit die grosse Anzahl von (teilweise) alleinerziehenden Müttern mitunter im Zusammenhang mit möglichen Herausforderungen für die Männlichkeit wahrnehme. Ihm sei es ein Anliegen, dass ein Bewusstsein dafür herrsche, dass veränderte Familienkonstellationen auch Schwierigkeiten im Entdecken und Besetzen der männlichen Rolle und unter Umständen auch im Kontext von Verunsicherung[DEF] bringen (FM 63-74). Trotz Herausforderungen wird betont, wie die Entwicklung von

Männlichkeit in den letzten fünfzig Jahren als grundsätzlich positiv beschrieben werden darf und Gestaltungsraum und Variantenfreiheit spürbar sei, den heutige Männer wahrnehmen können (MB 101-103).

Weibliche Sexualität: Ein Wandel hin zu mehr Freiheit zeigt sich auch in der weiblichen Sexualität. Es wird beschrieben, dass Frauen zunehmend ihre sexuelle Autonomie ausleben, was als positive Entwicklung gewertet wird. Frauen würden vermehrt und offener über ihre sexuellen Wünsche sprechen und auch bereit sein, diese selbstbewusst einzufordern – was auch zunehmend akzeptiert sei (UD 625-628). Zudem entdecken Frauen ihre Sexualität als Ressource, haben vermehrt einen positiveren Zugang zur Selbstbefriedigung und werden stärker darin, ihre Körperimpulse wahrzunehmen. Diese Entwicklung variiere jedoch je nach Alter und Prägung der Frauen (MB 323-326).

6.3 Häufigkeit von Anliegen von Verunsicherung[DEF]

Alle Befragten benennen eine signifikante Häufigkeit von allgemein verunsicherten Männern im therapeutischen Alltag. Verunsicherung[DEF] wird von der Hälfte der Befragten als so präsent beschrieben, als dass es sich in der Hälfte (MB 116-117) bis zu allen (UD 764-766) Therapien zeige und zu einem zentralen Thema werde.

> UD Und dann kommt es, würde ich sagen, praktisch immer. Also praktisch bei allen Therapien.
>
> EB Okay und spezifisch jetzt wirklich auch die Verunsicherung, wie ich sie umrissen habe, dass das Thema ist, das beschäftigt?
>
> UD Genau die. Darum habe ich auch sofort – weisst, wo du gekommen bist, habe ich auch sofort reagiert und gefunden: «Hey, ja, das ist ein riesiges Thema.»
>
> (UD 118-122)

Es wird ausgeführt, dass grundsätzlich alle Männer verunsichert sind, die eine Beratung oder Therapie aufsuchen. Diese Verunsicherung allgemeiner Natur zeige sich als mentale Verunsicherung kombiniert mit einer Unzufriedenheit (FM 100-105). Ein Befragter hebt hervor, dass nur jene verunsicherten Männer therapeutisch erfasst werden, die über doch ausreichend Ressourcen verfügen, Hilfe in Anspruch zu nehmen. Betroffene, die sich einer tendenziell klassischen Männlichkeitsdefinition unterordnen, neigen hingegen dazu, keine Unterstützung zu beanspruchen. Fehler suchen sie ausserhalb ihrer selbst, beispielsweise in der Partnerin (MB 87-93).

Die Antworten der Befragten lassen zwischen der Präsenz der Thematik im Therapiealltag Bezüge zum aktuellen Zeitgeist und der vermehrten Thematisierung rund um die männliche Rolle herstellen. Eine zunehmend spürbare Dynamik zeigt sich beispielsweise in der differenzierteren Auseinandersetzungsbereitschaft, besonders bei jüngeren Männern (MB

123-124). Fragen zur männlichen Rolle im gesellschaftlichen Kontext und deren Zusammenhang mit der Sexualität werden in den letzten Jahren bedeutend häufiger gestellt. Ein Befragter verneint dies jedoch. Er bemerkt keine signifikante Veränderung, was möglicherweise mit der Lage seiner Praxis zusammenhänge, die sich nicht in einer Kleinstadt befindet (MS 192-194).

6.4 Erscheinungsform von Verunsicherung[DEF]

Typenbeschreibung: Aus den analysierten Interviewinhalten resultieren zahlreiche Beschreibungen im Sinne von tendenziell typischen Charakteristika. Die untenstehende Wortwolke (Abb. 6) visualisiert häufig genannte Persönlichkeitsattribute von Betroffenen, die eine Anfälligkeit auf Verunsicherung[DEF] zeigen.

Abb. 6: Wordcloud Charakteristika Typenbeschreibung Betroffene (eigene Darstellung)

Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass die Befragten bei Betroffenen vorgelagert eine präsente Bereitschaft und intrinsische Motivation zur Auseinandersetzung im Allgemeinen und mit Männlichkeit im Spezifischen wahrnehmen. Häufig zeigt sich dies in einem pädagogischen, sozialen, politischen oder innerfamiliären Engagement, das mit der weiblichen Emanzipationsvision zu vereinen ist:

> Ich würde sagen, das sind schon die besser reflektierten Männer. Wenn ich jetzt wieder an den Praxisalltag denke, dann sind das – müsste ich so eine Schätzung, ein Gefühl angeben, dann sind das schon die. Und ich habe ja verschiedene, also ich habe aus allen Bildungsschichten Klienten. Aber dann sind das schon die Männer, die anfällig auf die Verunsicherungen sind. Die, die sich eben auch damit auseinandersetzen wollen, oder? Das sind genau

> die eigentlich sehr emanzipierten Männer oder die mit den sehr emanzipierten Frauen, die hier sitzen. Ich denke jetzt gerade an ein Paar, die schon bei der ersten Sitzung schon sagten: «Jaaa, wir haben ein 50/50-Modell. Und unsere Kinder – und das ist ganz wichtig.» Und beide tun und machen. Und die sind am anfälligsten, weil sie reflektieren und weil sie emanzipiert sein wollen. Und das ist eigentlich echt noch fies ... ja. (UD 344-354)

Ebenfalls fallen eine Sensibilität und Fürsorglichkeit für das Gegenüber auf, besonders hinsichtlich Grenzen oder Bedürfnisse. Damit einher gehe ein spürbarer Leistungsdruck und damit dem Bedürfnis, es «richtig» zu machen. Gleichermassen zeigen sich entsprechende Attribute ebenfalls als Effekte der Verunsicherung[DEF] oder werden durch sie zusätzlich verstärkt (vgl. Effekte in diesem Unterkapitel). Typologien sind individuell und die Beschreibung häufiger Attribute hat lediglich indikativen Charakter (MS 337-346 / 428-430 / MB 163-165 / 235-241 / 260-261 / 540-544 / 689-708).

Erstanliegen im Vordergrund: Sexuelle Unlust und erektile Dysfunktionen werden von allen Befragten als häufigste Anlassanliegen bzw. Erstanliegen genannt. Ebenfalls werden erwähnt: Ejaculatio Praecox, (Bedürfnis nach) Aussenbeziehungen (eigene oder der Partnerin), problematisch erlebtes Dating-Verhalten, problematisch erlebter Pornokonsum und mit bezahltem Sex verbundener Leidensdruck. Heterozentrierung zeige sich häufig aus professioneller Sicht deutlich und direkt zu Beginn als Quelle von Verunsicherung[DEF] und damit sexueller Unzufriedenheit oder Schwierigkeit. Dies werde aber nicht von Klienten selbst erkannt und angebracht (UD 138-139).

Vorstellungen und Erwartungen männlicher Sexualität: Die Vorstellung sei unter Betroffenen verbreitet, dass guter Sex sehr einfühlsam, rücksichtsvoll und empathisch zu sein hat. Männer sollen sich zu jeder Zeit auf die Frau konzentrieren, jegliche Zeichen ihrerseits sensitiv wahrnehmen, Bedürfnisse erahnen und würden sich gar an einer fast dienenden Rolle orientieren (UD 366-376). Weiter wird die Beobachtung gemacht, dass rein genitale Bedürfnisse als objektivierend für die Frau eingeschätzt werden und damit in ihrer Essenz als negativ erlebt werden. Eine Erwartung an die männliche sexuelle Rolle beinhalte die zwingende Kombination von Liebe und Sexualität:

> Was sie das Gefühl haben, was sie müssten, ist das sogenannte grosse Sex-und-Liebe-Kombinieren. Also dass sie wie nicht mehr nur den Sex begehren dürfen, dass das definitiv quasi unemanzipiert wäre. Das kommt mir noch in den Sinn und das finde ich ein **grosses** Problem. (UD 402-405)

Es herrsche eine übersteigerte Erwartung, ohne Worte zu wissen, was das Gegenüber wünscht, und dessen Grenzen frühzeitig zu erkennen (MB 311-313). Gleichzeitig wird die

Erwartung beobachtet, als moderner Mann jederzeit eine funktionierende Erektion haben können zu müssen, dies mit vielen Kompetenzen auf emotionaler Ebene und einem hohen Mass an Heterozentrierung zu vereinen und stets interessiert an und bereit für Geschlechtsverkehr zu sein (UD 381-386). Weiter werden nach wie vor traditionelle («klassische») Überzeugungen benannt, die koexistieren: «Richtiger Sex ist Geschlechtsverkehr», «Der:die Eine macht es dem Anderen», «Der Mann ist verantwortlich für den Orgasmus / die Lust / den Orgasmus der Partnerin, Lust kommt von allein, Mann ist aktiver als die Frau» (MS 365-369 / MB 304-307 / MB 630-632).

Betroffene, die eine (vorübergehende) Unsicherheit im sexuellen Bereich oder die sexuelle Unlust empfinden, würden dies nicht in ein Fremd- oder Selbstbild von Männlichkeit integrieren können. Männer sähen nach wie vor in der Fähigkeit zur Erektion und sexueller Sicherheit einen zentralen Anker von männlichem Selbstverständnis und würden drum bei Irritation bzw. grossem Leidensdruck Hilfe suchen, weil das die Männlichkeit in Frage stelle (MB 52-54 / MB 125-128).

Funktionsstörungen mit engem Bezug: In Anlehnung an die Erstanliegen, die einen Anlass für eine therapeutische Begleitung darstellen, fragte die Verfasserin der Arbeit konkreter auch nach Funktionsstörungen, die aus fachlicher Perspektive mit Verunsicherung^{DEF} in Beziehung stehen (Schnittmenge mit Erstanliegen möglich). Generell werden von allen Befragten Funktionsstörungen mit Verunsicherung^{DEF} in einen engen Zusammenhang gebracht. Am häufigsten wird die erektile Dysfunktion genannt, die mitunter durch Verunsicherung^{DEF} ausgelöst werden könne.

> Bei erektiler Dysfunktion dort finde ich es sehr, sehr eindrücklich, wie gehemmt oder eben verunsichert – aber ich würde jetzt in dem Fall fast sagen gehemmt – Männer, junge Männer sind, dass sie zu ihrer Intrusivität stehen. Dass sie auch sagen dürfen, ja doch ... also ich darf ... *(sucht nach dem passenden Wort)* «aggredere», ich darf intrusiv sein und dies auch begehren oder eine Frau in dieser Art auch quasi vom Penis aus mit dieser Erektion auch begehren. Dort zeigt sich eine Hemmung, das stelle ich fest. Und das kann durchaus, ich würde sogar sagen, Erektionsprobleme könnten sogar eine direkte Folge sein. Vielleicht nicht uni-faktoriell, aber doch als eine – wenn ich dann mit diesen Männern arbeite, sehe ich häufig, ja ich würde sagen, das ist sogar einer der Hauptgründe. (UD 164 -173)

Weiter wird Verunsicherung^{DEF} als potenzieller Auslöser für sexuelle Unlust und Ejaculatio Praecox beobachtet.

Selbsteinschätzung: Die Befragten berichten durchgängig, dass kein Klient zu Beginn der Therapie eine Verunsicherung^{DEF} selbst benennt oder mit einer entsprechenden Selbsteinschätzung die Therapie aufsucht:

> Ich habe viele Männer, die haben schon mal was von toxischer Männlichkeit gehört, aber das bringen die nicht in Verbindung mit ihrem sexuellen Problem. Und von daher ist es schwierig zu beantworten. Es gibt erstmal keine Bewusstheit dafür. Es wird erlebt als individuelles Problem, was keine gesellschaftliche Rahmung hat. (...) Es hat eher eine biologistische Rahmung. «Ja, da funktioniert etwas nicht – machen Sie es weg.» (MS 196-200)

Dies resultiere darin, dass die Befragten in der Folge diese Perspektive anbieten und dies zu einer Entpathologisierung und Normalisierung führe (MS 414-416). Im Laufe der Therapie sei es so, dass Klienten folglich zeitnah in der Lage seien, Aspekte der Verunsicherung relativ genau zu beschreiben und damit durchaus ihre Eigenwahrnehmung zu ergänzen. Auch wenn dies anfangs nicht dezidiert in den Anlassanliegen formuliert werde, sei die Thematik der Verunsicherung^{DEF} nach Kürze klar benannt im Raum, was bereits zu mehr Selbstverstehen führe und Erlebtes für Klienten fassbarer mache (UD 110-114 / 124-126 / 191-199).

> Und nachher können sie es vielleicht schon formulieren: «Ja, da bin ich nicht so sicher» oder: «Das ja, das finde ich ein bisschen schwierig.» Das kommt dann schon, aber nicht als Erstes als Problemstellung. (UD 131-133)

Unsicherheiten und Fragen Aspekten der männlichen Rolle liessen sich dann zunehmend besser einordnen:

> Also wenn ich eine Aufgabe gebe – mit Sexocorporel gibt es ja ganz schöne Aufgaben – von diesem Archetyp, in den auch zu investieren. Und dann gebe ich auch mal eine Aufgabe, z.B. so durch die Bahnhofstrasse zu gehen und sich ins Becken hinein fühlen und mehr in den Penis fühlen und dann mit dem Blick zum Beispiel Frauen anschauen. Oder, weisst du, solche Aufgaben in dieser Art. Wo dann aber tatsächlich fast ein «Ja, aber darf ich, also ist das okay, könnte sich da eine Frau wie ... ja da könnte ich da wie übergriffig sein?» rein mit Blicken, mit einem Begehren, mit dann eben auch schlussendlich einer Fantasie, mit einer eben dann, wenn wir wieder beim Porno sind, oder so. (UD 191-199)

Quellen von Verunsicherung^{DEF}: Es wird beschrieben, wie Betroffene durch eine *starke Fixation auf Kognitionen und Gedanken* mit verunsicherten Dynamiken kämpfen können. Oftmals stehe dies in einem starken Kontrast zu einer gelingenden Verankerung im Körper, die helfen würde, sich zu regulieren. Wenngleich die Problematik als multifaktoriell betrachtet werden muss, werde auf jeden Fall erkannt, dass Betroffene womöglich gelernt haben, verstärkt kognitive Prozesse zu gewichten. (UD 344-354 / MB 251-258 / MS 350-356)

Die Thematisierung und Auseinandersetzung mit dem Thema Männlichkeit wird von den Befragten als omnipräsent sowohl im gesellschaftlichen wie auch im sozialen und im privaten Umfeld beschrieben. *Orientierung an Leitbildern und soziale Prägung* führe

gewissermassen zu einer Verinnerlichung von Vorstellungen und Erwartungen; wobei dies klar abzugrenzen sei von Verinnerlichung, wie sie bei anderen Phänomenen aufgrund von erzieherischen Prägungen zu beobachten ist:

> Diese jungen Männer oder eher mittelalterlichen Männer – das sind ja noch nicht die, die zuhause gehört haben: «Ja, du musst so quasi ... *(unverständlich)*.» Dafür ist es *(die Thematisierung)* quasi fast wieder zu jung. Von dem her würde ich sagen, das sind noch nicht so innere Stimmen und Verinnerlichungen aus der eigenen Kindheit. Das sehe ich jetzt noch nicht so. Das wird wohl in 10 Jahren so sein oder in 20. Unsere Kinder, die wir jetzt prägen – unseren Buben, die wir als Eltern begleiten. Die werden wahrscheinlich mit diesen Geschichten schon kommen, würde ich sagen, mit diesen inneren Stimmen. Aber das sehe ich jetzt noch nicht so. Da bin ich gespannt, wie sich dies entwickelt. Von dem her denke ich ja, auf deine Frage, überall, medial, in der ganzen Gesellschaft. Omnipräsent überall. (UD 328-337)

Die soziale Prägung – sprich: Sozialisierung – habe zur Folge, dass Männer früh durch eine kapitalistische, patriarchale, heteronormative und binär strukturierte Kultur und der Christianisierung geprägt werden. Vordergründig sei in der Folge vor allem der daraus resultierende Leistungsdruck, der im Kontext von Verunsicherung[DEF] eine grosse Relevanz darstelle (MS 464-470). Obschon sich bezüglich Männerrollen vieles modernisiert habe, wird erlebt, dass gerade diese modernen Männer in der Sexualität von alten Männerbildern eingeholt werden können (MS 234-237). Gerade der sozialisierte Leistungsanspruch sei sehr präsent in der Sexualität spürbar und oftmals in nicht sexuellen Bereichen etabliert worden. In der Sexualität nicht zu performen, sei ein Versagen, was einer Identitätskrise gleichkomme, im Sinne von: nicht ein vollwertiger Mann zu sein (MS 242-250).

Wenn ein Mann sich in Abgrenzung zu einem alten Stereotyp (oder beispielsweise zu toxischer Männlichkeit) mit neuer Männlichkeit verbindet, führe das in manchen Fällen zu dem Versuch, einen neuen Stereotyp zu bedienen. Dies könne wiederum zu Stress und zusätzlicher Verunsicherung führen – weil diese neue Orientierung nicht klar beschrieben sei und «damit ironischerweise nicht die Befreiung von der Jagd und den Pflichten» darstelle (MB 363-366). Idealbilder seien heikel und würden zum Scheitern einladen (MB 330-331). Dies wird von allen Befragten an verschiedenster Stelle als Quelle von Verunsicherung[DEF] beschrieben.

> Das (neue Ideal) hat eigentlich wieder etwas sehr Lebensfremdes und Lebensfernes, weil auch der neue Mann … es gibt nicht viele gute Vorbilder, es ist eine diffuse Grösse. Es weiss ja gar niemand, wie dieses Ideal wirklich ist! (MB 298-300)

Die kognitive Identifikation mit Leitbildern könne dazu führen, dass viel Orientierung im Aussen gesucht werde, dass Vergleiche passieren und der Kontakt zu sich selbst abhandenkomme (FM 189-197). Gerade neue Leitbilder werden wiederum mit belastenden Tendenzen verbunden, da sie Druck auslösen, dazugehören zu müssen *(Bezug Studie Wippermann)*. Männer würden daraus die Notwendigkeit folgern, diese Erwartung des neuen smarten Mannes zu bedienen, ohne mit sich selbst verbunden zu sein. Die Frage sei immer zentral zu stellen, wo und wie das mit dem eigenen Archetypen harmonieren könne (FM 157-163 / MB 337-344). Insbesondere im sexuellen Kontext würden Vorbilder und Referenzen für konkrete Ausgestaltung (z.B. die Art der Kommunikation) dieser neuen Leitbilder von Männlichkeit fehlen. Dies könne zu Verunsicherung und einem Gefühl des Alleinseins führen (MB 593-597). Weiter wird die Tendenz oder Suche nach Anpassung mehrmals erwähnt. Dahinter liege das archetypische Bedürfnis, konkurrenzfähig zu sein und somit weniger die Individualität zu leben, als vielmehr das scheinbar Notwendige zu tun: «Wenn ich mein Weibchen erobern will, muss ich ein gutes Männchen sein. Sonst kommt das nächste Männchen und nimmt mir das Weibchen weg.» (FM 226-228) Diese Prozesse sind wie an vorheriger Stelle erwähnt, insbesondere mental angelegt, im Kontrast zu Dynamiken der 80er Jahren, mit körperlichem Fokus. In diesem Kontext wird die Formulierung «Mainstreameffekt» etabliert (FM 334), womit der Befragte einerseits die Anpassung an scheinbar geltenden Männlichkeitsdefinitionen, aber auch ein gesellschaftliches Argumentationsangebot meint: Die Neigung, persönliche Unsicherheiten und Orientierungslosigkeit auf äussere gesellschaftliche Trends und Debatten zu schieben, anstatt individuelle Verantwortungen und inneren Prozesse zu erkennen und zu reflektieren (FM 333-342 / 350-361 / 457-467).

Vom gleichen Befragten wird eine *Prädisposition* angebracht, die Grundlage und damit Quelle von Verunsicherung^{DEF} sei. Wenn bestehende Bindungsprobleme oder traumatische Kindheitserfahrungen auf Erwartungen und Verwirrungen in Bezug auf Sexualität träfen, mache die innere Disposition es schwieriger, aktuelle Spannungsfelder zu bewältigen. Betroffene seien dann anfälliger für äussere Einflüsse als andere. Der Risikofaktor liege in der inneren Verwundbarkeit, die externe Unsicherheiten verstärkt (FM 365-371 / 468-478).

Effekte (Konflikte oder Ängste): Zu den drei am häufigsten genannten Effekten von Verunsicherung^{DEF} gehören Leistungsdruck, Heterozentrierung und eine betonte Grenzaffinität bzw. ein hoher Anspruch, die Bedürfnisse der Partnerin zu erkennen. Alle Befragten heben *Leistungsdruck* als vordergründigen Effekt hervor. Dieser Leistungsdruck kenne verschiedene Ausprägungen und wird mit allen sonstigen Effekten kombiniert beobachtet. Analog der gesellschaftlichen Debatte über Männlichkeit würden sich Betroffene in der

Sexualität den Druck machen, auch hier unterschiedlichste Erwartungen zu erfüllen (UD 305-310 / MS 231-237). Die Identifikation und das Streben nach neuen Idealen würden den vorhandenen Leistungsdruck verstärken:

> Ich glaube, die Männer, die ich sehe – und ich sehe nach wie vor viele Männer, die da dran herum kauen – die versuchen im Moment, analog einer Reproduktion von toxischer traditioneller Männlichkeit nämlich, das perfekte neue Ideal zu bespielen. (MB 294-296)

Leistungsdruck zeige sich auch in einer betonten *Grenzsensibilität* (MS 345-346), was als weiterer Aspekt ebenfalls von allen Befragten als zentraler Effekt von Verunsicherung[DEF] benannt wird. Zudem würde Betroffenen häufig die Zuversicht fehlen, Grenzen rechtzeitig zu erkennen, was dazu führen könne, dass jeglicher Grenzkontakt vermieden werde und diesbezüglich kein unnötiges Risiko eingegangen werde:

> Also das wird ein Problem, weil irgendjemand muss irgendwann einen Schritt machen, wenn du aus Angst vor Grenzverletzungen keinen Grenzkontakt (zulässt). Mein alter Spruch: Es gibt keine Kontaktnahme ohne Risiken der Grenzverletzung. Was noch keine Gewalttat ist, aber wo jemand sagen kann: «Uh, das wollte ich im Fall nicht.» (MB 175-179)

Aus Angst vor Kritik – sowie mit Gedanken rund um Konsens im Vordergrund und der Thematik von Grenzverletzung (#metoo) im Hinterkopf – würden sich Betroffene gehemmt zurückhalten, teils sogar mit konkreten strafrechtlichen Ängsten (UD 177-184). Diese Angst, übergriffig zu sein, zeige sich dann in gewissen Fällen bereits bei Übungen, wo es lediglich um Gedanken und die Vorstellung geht (UD 192-199). Häufig wird thematisiert, dass das Eindringen mit dem Penis als eine Verletzung des persönlichen Raums und somit als Grenzverletzung empfunden wird. Der Wunsch, stets ein hohes Mass an Einvernehmlichkeit zu erreichen, wird von einem Befragten als sowohl lobenswert als auch äusserst problematisch beschrieben (MB 156-160). In all diesen Aspekten wird die *Angst, Fehler zu machen,* als Teil der Herausforderungen betrachtet.

Alle Befragten nennen *Heterozentrierung* als möglichen Effekt von Verunsicherung[DEF]. Während die Heterozentrierung oft Teil der gelingenden Beziehung zur Partnerin sei (Bewusstsein, Sensibilität, Fürsorglichkeit), kann dieser Aspekt in der Sexualität dazu führen, dass Betroffene sich selber nicht mehr spüren (MB 429-432). Männer seien dann vor allem damit beschäftigt, sich Gedanken um die Partnerin und um ihre sexuelle Zufriedenheit zu machen (MS 340-343). Anhand von «Sensate Focus»-Übungen[4] lasse sich das einfach analysieren (UD 233-237). Ein Befragter beobachtet eine Tendenz, erstmal der Partnerin zu

[4] «Sensate Focus»-Übungen wurden bekannt und geprägt durch die Sexolog:innen Masters und Johnson. Diese Übungen können Teil der sexualtherapeutischen Arbeit mit Paaren sein (Hauch, 2020, S. 74ff).

folgen, ihre Wünsche zu priorisieren, was sich oftmals dann nicht nur in der Sexualität und Partnerschaft, sondern auch in anderen Lebensbereichen (z.B. im Berufsleben) zeige (FM 350-354). Heterozentrierung zeigt sich auch in Kontext von Beziehungsformaten. Auch hier können Bedürfnisse zugunsten der Partnerin unterdrückt werden, weil betroffene Männer niemandem im Weg stehen wollen. Sie erkennen dann nicht, was ihnen guttäte, weil ihr Fokus auf dem Ermöglichungsraum der Partnerin liegt (MB 505-515).

Anpassung wird als Effekt benannt und meint, dass unsichere Männer in Partnerschaften ihr Verhalten aus einer Verunsicherung und Angst vor Verlust heraus stark verändern, um den Erwartungen ihrer Partnerin zu entsprechen. Diese Strategie könne jedoch mitunter zu Funktionsstörungen führen, da Beziehungsprobleme nicht durch Anpassung gelöst werden können (FM 251-263).

Ein möglicher Effekt zeigt sich in der Wahl von *unverbindlichen Beziehungsformaten*. Ein Teil der verunsicherten Männer würden aus einer Schutzmotivation heraus die Tendenz zeigen, sich in vermeintlich autonome Beziehungen zu begeben. Es könne sich in diesem Zusammenhang zeigen, dass sich dahinter eine Angst verbirgt, sich bedürftig zu zeigen, und damit die Mühe einhergehe, Verbindlichkeiten herzustellen mit dem unbewussten Versuch, Unsicherheit zu verdecken (MB 437-471).

Es komme vor, dass Betroffene sich womöglich sehr klar *vom klassischen Mannsein und von dessen Attributen abgrenzen* und sich gleichzeitig dadurch in eine Spannung begeben, die sie selbst nicht auflösen können. Dies, weil sie selbst nicht ausreichend mit sich selbst im Kontakt seien und damit vor allem die Abgrenzung Platz einnehme und Leidensdruck dadurch entstehe, «sich mit der Männerwelt angelegt zu haben» (MB 237-250).

Resultat aus mangelnder Sicherheit eine Verführung geniessen zu können, zeige sich in der Regel in *sexueller Unlust und Rückzug*. Es ist häufig zu beobachten, dass sexuelle Unlust spezifisch durch Verführungshemmung, durch Heterozentrierung und durch eine möglicherweise bereits vorhandene erektile Dysfunktion sich explizit auf die partnerschaftliche Sexualität auswirkt, obwohl eigentlich die Lust auf die Partnerin vorhanden ist (UD 263-273 / 278-288).

> Und Unlust hat ja ganz, ganz viele verschiedene Ursachen und das sage ich jetzt schon nicht einfach so pauschal, sondern ich denke jetzt wirklich an diese Männer. Ich meine, ich kann ja dann ausschliessen: «Aha, da ist ein anderes Thema im Hintergrund.» Aber es gibt dann die Männer mit Unlust, die ich ganz klar identifizieren kann, also die haben schon Lust eigentlich, und haben eigentlich auch Lust auf ihre Frau. Aber es zeigt sich, sie kommen und sagen: «Ich habe keine Lust.» Und wenn ich dann eben weiter nachfrage, dann muss ich

> erkennen, jawohl, die hätten schon Lust, die haben zum Beispiel Lust auf Solo-Sex. Die hätten Lust auf ihre Frau, sie finden sie anziehend, aber sie kommen in einen so einen Teufelskreis mit dieser – eben ich sage jetzt mal – Heterozentrierung oder allenfalls sogar noch ED und dann dieser Verführungshemmung, dass sie **das** als Unlust erleben. (UD 278-288)

Verführungskompetenz bedingt Sicherheit und die Fähigkeit zu «führen», wenn Verführung als ein sexuelles Projekt betrachtet wird. Aus Angst zu scheitern, was durch Verunsicherung verstärkt wird, werden *Verführungskompetenzen zunehmend eingeschränkt* (UD 242-250 / 265-273). Die Fähigkeit zur Verführung kann beeinträchtigt werden, da Sexualität zunehmend kommunikativ entromantisiert wird. Wenn Paare vor allem über die gemeinsame Intimität übermässig besprechen, kann das ihre Lust darauf mindern. Diese *extensive Kommunikation* mit dem Ziel, Unsicherheiten abzubauen, führe dann dazu, dass sich diese eher verstärkt und dass die sexuelle Spannung verloren geht (MB 224-226 / UD 250-255).

Die Fähigkeit, Führung zu übernehmen, erweist sich nicht nur in der Verführung als relevant, sondern ist auch in anderen Bereichen der Intimität von zentraler Bedeutung. Beim Dating oder zum Kennenlernen kann Vorsicht und eine gewisse Zurückhaltung angezeigt sein, da nonverbale Zeichen womöglich noch nicht gleich gut gelesen werden. In Partnerschaften werde jedoch häufig Thema bearbeitet, dass Partnerinnen sich *mehr Dominanz, Klarheit und Führung wünschen* – die betroffenen Männer würden aber mit viel Vorsicht agieren (UD 224-231 / MB 281-283).

Die *Hemmung von Intrusivität* wird mit der Angst vor Aggression in Verbindung gebracht. Kraftvolles, entschlossenes Handeln im sexuellen Kontext wird häufig negativ assoziiert. Die Sorge, zu dominant oder intrusiv zu wirken, ist ausgeprägt und wird vermeintlich durch gesellschaftliche Normen und Erwartungen verstärkt (MS 571-576 / UD 167-170).

> Weil gleichzeitig ist ja dann nicht nur: «Ja, du darfst nicht zu grob, nicht zu du-dominant, nicht zu führend, nicht zu intrusiv, was auch immer sein» – so die Botschaft quasi von der Gesellschaft, oder. Also von dieser Veränderung jetzt. Aber gleichzeitig musst du aber, wenn dann, dann musst du auch performen. Was dann vielmehr auch so vom Porno kommt oder von dieser Idee ... Die beiden Ängste höre ich recht direkt heraus. (UD 299-304)

Als weiterer Effekt werden *Wertediskrepanzen* und damit verbundene Konflikte benannt. Diese manifestieren sich unter anderem im Kontext von Pornokonsum, bezahltem Sex und (Online-)Dating-Verhalten, wo der Fokus auf sexuellen Aktivitäten liegt. Die Diskrepanz zwischen der Idealvorstellung eines emanzipierten, gleichstellungsorientierten Mannes und dem eigenen tatsächlichen Verhalten führt dazu, dass die eigenen Bedürfnisse und das eigene Verhalten als unangemessen empfunden werden (UD 144-146 / 149-153).

Es lässt sich ferner beobachten, dass versucht wird, eine *Objektivierung der Frau* zu vermeiden, indem sie nicht ausschliesslich aus genitalen Motiven begehrt wird. Paradoxerweise kann argumentiert werden, dass dieser Ansatz unbewusst eine Form der Objektivierung durch Entmündigung verstärkt. Dies geschieht, indem der Frau aus gut gemeinten Motiven letztlich nicht zugetraut wird, ihre eigenen Grenzen zu verbalisieren, ihre Bedürfnisse zu benennen und Mitverantwortung für den Prozess der gemeinsamen Sexualität zu übernehmen. Per Abgrenzung vom klassischen Männlichkeitsbild und der Vermeidung der Objektivierung der Frau wird durch ein neues, übermässig verantwortungsbewusstes Verhalten paradoxerweise erneut eine Form der Entmündigung reproduziert (MB 313-319 / UD 410-418 / MB 345-349).

Kompensationsmuster und Lösungsversuche: *Anpassung* als Kompensationsmuster und Lösungsversuch wird in *günstige und ungünstige Formen* differenziert. Positive Anpassung umfasst Selbstakzeptanz und die Anpassung an die eigene Natur und Möglichkeiten. Dies steht im Gegensatz zur negativen Anpassung, die sich nach den Bedürfnissen des Gegenübers richtet und aus Harmoniebedürfnis zu Überanpassung und vermeintlicher Sicherheit führt (UD 378-382 / FM 293-306).

Eine unbewusste Strategie liegt in der *zunehmenden Heterozentrierung*. Betroffene neigen dazu, sich und ihr Verhalten ständig zu überprüfen, um eine bereits vorhandene Verunsicherung zu reduzieren und vermeintlich abzubauen (UD 206-222).

Wenn gewisse Aspekte des Mannseins nicht integriert werden können, kann *Rollenspiel* auch im *Fetisch-Kontext* als Kompensationsstrategie dienen, um eine Dezentrierung zu ermöglichen. Es erlaubt den Beteiligten, ein Narrativ zu pflegen, wonach sie in ihrem privaten Leben oder in anderen Kontexten anders sind (MB 848-853).

Einige Personen *meiden Bindungen*, indem sie Offenheit und Flexibilität in verschiedenen Beziehungsformaten betonen. Dies vermeidet die Notwendigkeit, sich vollständig zu zeigen, da Unsicherheiten in exklusiven Partnerschaften schwerer zu verbergen sind. Langjährige Beziehungen erfordern Mut, sich mit allen Bedürfnissen und Schwächen zu zeigen, während offene, *unverbindliche Beziehungsformate* dies umgehen können (MB 478-497).

Die Ergebnisse deuten darauf hin, dass Männer zunehmend *miteinander über ihre Erfahrungen sprechen*, insbesondere über Herausforderungen im Zusammenhang mit Partnerschaft. Diese Gespräche scheinen unter reflektierten Männern häufiger zu sein. Es besteht ein wachsendes Interesse am informellen Austausch unter Männern, der Raum für Schwäche bietet und das Potenzial birgt, Gleichgesinnte zu finden. Dies wird von den Befragten als erfreuliche Entwicklung eingeschätzt (UD 422-426 / 429-441).

6.5 Wahrnehmung gemäss Ansatz Sexocorporel

Erwähnte Bereiche: Während Quellen der Verunsicherung[DEF] mit der Komponente der Kognition nach Sexocorporel in Verbindung gebracht werden (MB 258-261 / MS 454-460), werden Effekte dieser insbesondere mit auf physiologischer Ebene und Beziehungsebene verortet (MB 434-441 / MS 454-460).

Betreffend Interventionen wird die physiologische Ebene als besonders zentral erlebt, wobei die Arbeit am körperlichen Erleben handlungsleitend sei (MB 688 / UD 496-507).

> Ich kann… aus jedem unserer Komponenten kann ich Ressourcen entwickeln. Das sind einfach verschiedene Perspektiven, um drauf zu schauen, beziehungsweise die Phänomene, die es da gibt, zu beschreiben. Letzten Endes aus dem Embodiment kommend, ist so mein Credo: Der Körper liefert die Basis dafür. Emotion und Kognition sind verschiedene Arten, sich in der Umwelt zu verorten, die Umwelt zu erleben: sei es jetzt die Welt, seien es andere, seien es Beziehungspartner, -partnerinnen in dem Fall. Ja, und wie dann eben die körperlichen Gegebenheiten genutzt werden. Das wäre nochmal das Sexocorporel-Spezifische, das Körperorientierte. Da einen Fokus drauf zu richten und da eben auch Interventionen rauszuziehen. (MS 479-488)

Es wird vorgebracht, dass die Interdependenz der Komponenten bei dieser Thematik sehr deutlich werde, und somit Interventionen in allen Komponenten zielführend sein können (UD 493-495). Je nach Lerntyp sei in der Intervention die Komponente der Kognition nicht zu vernachlässigen (MB 563-565 / UD 490-491). Von unterschiedlichen Befragten werden weiter folgende detailliertere Aspekte des Ansatzes Sexocorporel genannt: Archetyp bzw. sexueller Körper und damit eine Auseinandersetzung mit Intrusivität und Rezeptivität (UD 485-488 / MS 580 / MS 597-607 / FM 167-173), sexuelle Selbstsicherheit (UD 490 / MS 582-583), Zugehörigkeit zur Gendergruppe und damit Rollenbilder (MS 580-581) sowie das Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit (MS 567-571).

In der folgenden Tabelle (Tab. 3) sind inhaltliche **Entwicklungsbereiche** dargestellt, die gemäss den Ergebnissen der umfassenden Wahrnehmung und folglich Bearbeitung von Verunsicherung[DEF] zugrunde liegen.

Entwicklungsbereich	Beschreibung
Sicherheit	Bei Verunsicherung[DEF] und damit in der Regel körperlicher Anspannung sei nicht die Frage nach Entspannung vordergründig, sondern die der Sicherheit *(referenziert Polyvagaltheorie nach Porges)* und wie ein Mann sich selber regulieren kann, um sich sicherer zu fühlen (FM 444-448). Ein Mann könne dann ein Gefühl von mehr Sicherheit erleben, wenn er seinen eigenen Spielraum innerhalb seiner Grenzen kennt und kraftvoll sowie lustvoll nutzen kann.

Entwicklungsbereich	Beschreibung
	Dies sei möglich, wenn er zuversichtlich ist, dass er ein verlässliches Gespür für das Gegenüber besitzt und ihm Fehler erlaubt sind (MB 200-203).
das eigene Mannsein entdecken / behaupten	Die Ergebnisse verdeutlichen, dass das Verständnis von Männlichkeit als individuelles und nicht normatives Konstrukt entscheidend ist. Wenn Männer ihre eigene Form von Männlichkeit kennen und erleben, vermindern sich Impulse zu Konkurrenz und Vergleichen (FM 167-181). Ein Mann kann so anderen ihre Version von Männlichkeit gönnen, ohne davon bedroht zu sein. Die individuelle Ausstrahlung, die aus dem Finden der eigenen «männlichen Mitte» resultiert, macht spezifische Männlichkeitsattribute zweitrangig. Sicherheit im eigenen Weg erhöht die Attraktivität und Authentizität (FM 263-272). Dies bedinge aber Mut, zu evaluieren, was wirklich zu einem passt und sich von scheinbar Naheliegendem abzugrenzen, nicht sich anzupassen (FM 342-347) und Sicherheit darin zu erleben, Mann genug und richtig so zu sein (FM 372-377). Die kognitive Auseinandersetzung kann verdeutlichen, wie Männlichkeit erlernt und was als «normal» empfunden wird. Die Entwicklungsarbeit besteht darin, alternative Definitionen von Normalität zu finden und anzunehmen (MS 421-425).
Kommunikation	Es wird die Notwendigkeit beschrieben, Kommunikationskompetenzen zu erweitern, um Gefühle und Bedürfnisse klar auszudrücken. Es ist zentral, aufzuzeigen, dass Kommunikation über Sexualität auf Paarebene erlernt ist und geübt werden kann. Verunsicherung[DEF] kann besser integriert werden, indem sie zielführend thematisiert wird. Dies fördert eine starke, verständnisvolle und respektvolle Männerrolle und reduziert den Druck, als Mann Probleme allein lösen zu müssen (MB 581-587 / 618-624 / 629-641). Es braucht dabei Bewusstsein für den Erhalt des erotischen Raums. Den Einbezug der Partnerin als Problemlöserin kann überfordern und das männliche Selbstbild negativ beeinflussen, wobei Geprächskompetenzen eine wichtige Rolle spielen (FM 629-632).
im eigenen Körper ankommen / sein	Es wird verdeutlicht, dass eine Herangehensweise über den eigenen Körper entscheidend ist, da der Diskurs sehr kognitiv orientiert ist. Indem Männer durch Körperarbeit Sicherheit und Selbstwirksamkeit entdecken, können sie Kontrolle über ihre Ängste gewinnen (UD 514-522) und so erst aus dem gedanklichen Karussell aussteigen (FM 629-632). Dies kann durch Solo-Sexualität geschehen, die ihnen hilft, sich mit ihrer eigenen Intensität und Kraft zu verbinden, ohne negative Gefühle oder Angst vor Kontrollverlust (UD 525-533). Im eigenen Körper anzukommen, bietet zudem häufig Zugang zu tief liegenden Themen, die sich nicht verbal ausdrücken lassen. Diffuse Ängste können durch den körperlichen Ansatz adressiert werden. So können Intensität erforscht und Emotionen miteinbezogen werden, was in der kognitiven Auseinandersetzung oft begrenzt möglich ist (UD 659-674).

Entwicklungsbereich	Beschreibung
Autozentrierung	Die Ergebnisse zeigen, dass eine Herausforderung in der Balance liegt, autozentriert und geerdet zu sein und gleichzeitig die Wahrnehmung des Gegenübers zu erhalten. In der Sexualität unterstütze eine gelingende Autozentrierung Neugierde und Sicherheit, ohne für die Partnerin denken zu müssen. Selbstfürsorge und Autozentrierung sind eng verbunden und erfordern Übung. Durch Bewegung und Atmung kann Sicherheit in der Autozentrierung erfahren werden (MB 205-209 / 366-372 / 575-591). Ein Befragter beobachtet, dass häufig eine Tendenz zu Anpassung dazu führt, dass Männer pragmatisch funktionieren wollen, um Probleme zu vermeiden und vermeintliche Sicherheit zu gewinnen. Dieser Anpassungsmodus halte jedoch die Probleme aufrecht. Ein Verständnis dafür, dass eine sensitive Wahrnehmung und Autozentrierung notwendig sind, ist entscheidend für die Lösung der Probleme (FM 407-430). Autozentrierung bedeute, das eigene Geschlecht zu spüren und eine Penetration zu geniessen, ohne kognitive Beschäftigung mit Normenkategorien. Männer müssten lernen, intuitiv den gesunden Instinkten zu folgen, ohne dabei kognitive Bewertungen vorzunehmen. Autozentrierung schaffe den nötigen Raum für körperliches und emotionales Spüren, ohne Wertungen (FM 718-732). Eine gelingende Autozentrierung stärke das Selbstvertrauen, nicht spezifischen Vorstellungen entsprechen zu müssen (UD 388-390).
Archetyp (beleben)	Den Archetypen zu stärken beinhaltet, das kraftvoll Zumutende entdecken zu dürfen im Sinne der Intrusivität («aggredere»), was sich bereits mit Blicken üben lasse (UD 191-195 / MS 586-589). Von Bedeutung ist dabei auch die Auseinandersetzung mit der Rezeptivität, die lange Zeit in einer binär denkenden Gesellschaft der Frau zugewiesen wurde. Das Bewusstsein, dass Männlichkeit durchaus beide Anteile – sowohl Intrusivität als auch Rezeptivität – umfasst, ist insbesondere im Themenkreis der Verunsicherung[DEF] relevant (MS 597-607). Weiter kann eine Differenzierung zwischen Archetyp und Stereotyp gelingen, wenn dies unter dem Aspekt der Anpassung reflektiert wird. Es lässt sich ein Toleranzfenster beschreiben, dass auch weniger günstige Anpassung ermöglicht (z.B. am Arbeitsplatz), was sich auch stärker an stereotypen Vorstellungen orientieren kann. Solange der überwiegende Teil der individuellen Männlichkeitsdefinition sich nicht nach einer normativen Grösse orientiert, ist es durchaus möglich, stereotypere Seiten positiv zu integrieren, ohne das Gesamtempfinden zu belasten (FM 739-758).
Selbstverstehen	Es lässt sich festhalten, dass Selbstverstehen als Schlüsselrolle beschrieben ist, um die übertriebenen Erwartungen an die sexuelle Leistungsfähigkeit zu erkennen und zu überwinden. Dies beinhaltet die Anerkennung von Widersprüchlichkeiten innerhalb des Selbstkonzepts. Besonders in der Anfangsphase der Therapie ist Aufklärung und das Anstossen von Reflexionen zentral, ein kognitives Verständnis zu entwickeln und eigene Erwartungen zu hinterfragen, was bereits zu Entlastung führe (UD 381-386 / 448-451 / 508-513). Ein

Entwicklungsbereich	Beschreibung
	Befragter betont, dass Betroffene in der Regel bereits über gute Fähigkeiten zur Selbstreflexion verfügen; jedoch sei es wichtig, sie dabei zu unterstützen, diese Reflexion auf sich selbst und nicht primär auf äussere Umstände zu beziehen. Ein Therapieziel bestehe darin, die Selbstreflexion insofern weiterzuentwickeln, als dass ein besseres Verständnis für die eigenen Handlungen und Erfahrungen erlangt wird, was letztlich zum Selbstverstehen beiträgt (MS 428-433).
Sexuelle Selbstsicherheit	Dieser Aspekt wird als wichtiger Entwicklungsbereich verstanden (UD 490 / MS 582-585), und setzt Zentrierung sowie die Fähigkeit, sich selbst zu regulieren, voraus, um für die eigenen Bedürfnisse einzustehen und auch negative Aspekte oder ein begrenzendes Erleben insbesondere in längeren Beziehungen zu thematisieren (MB 493-497). Die Ergebnisse zeigen, dass sexuelle Selbstsicherheit eng mit der Fähigkeit zur Verführung verbunden ist. Das Vertrauen in die eigene Fähigkeit, möglicherweise Erfolg mit einem persönlichen Vorhaben zu haben, und die Bereitschaft, dieses Vorhaben der Partnerin zuzumuten, sind wichtige Aspekte der sexuellen Selbstsicherheit. Gerade weil Unsicherheit direkte Auswirkungen auf die Verführungsfähigkeit habe, sei die sexuelle Selbstsicherheit ein wichtiger Entwicklungsschwerpunkt (UD 242-250).
Realistische Leitbilder entwickeln / pflegen	Erwartungen sollten hinterfragt werden, da herrschende Leitbilder der neuen Männlichkeit oft nicht mit der Realität vereinbar sind, und zwar überzeichnet sein können, aber dennoch als Leitstern dienen. Es ist entscheidend, die Reflexion darüber zu begleiten, dass Leitbilder womöglich nicht erreichbar sind und persönliche Referenzen vorsichtig zu überprüfen sind. Es kann bedeutsam sein, unrealistische Erwartungen zu identifizieren, um ein frustrierendes Nacheifern zu vermindern. Auch neu konstruierte Erwartungen können widersprüchlich und kaum erreichbar sein (MB 166-168/ 374-390). Es wird die Perspektive vorgeschlagen, dass Verunsicherung[DEF] als Teil einer starken Männerrolle akzeptiert werden kann und nicht eliminiert werden muss. Stattdessen sollte der Umgang damit verändert werden (MB 638-640). Die Auseinandersetzung mit den eigenen Ideologien sei hier besonders zentral (UD 490-491).
Verantwortung teilen / der Partnerin zutrauen	Eine gleichstellungsorientierte Sichtweise erfordert, Frauen als sexuell interessierte Individuen anzuerkennen und ihnen zuzutrauen, für sich selbst zu sorgen (vgl. 6.4; Effekte; Objektivierung der Frau). Das Konzept, sich selbst zuzumuten, beinhaltet auch die berechtigte Erwartung an das Gegenüber, eigene Bedürfnisse zu kommunizieren und für die gemeinsame Sexualität Mitverantwortung zu tragen (MB 320-323 / 350-355 / 647-650).

Tab. 3: Tabellarische Zusammenstellung der thematisierten «Entwicklungsbereiche»

6.6 Bearbeitung nach Ansatz Sexocorporel / Prozessgestaltung

Im Folgenden (Tab. 4) werden explizite Nennungen zu methodischem Vorgehen auf Interventionsebene zusammengefasst, die im Kontext der Bearbeitung rund um Themen der Verunsicherung[DEF] als zielführend erlebt werden.

Interventionsebene Methodisch:

Methodik	Beschreibung
Rollenspiel / simulierte Gespräche / Analogien	Paarkommunikation durch Rollenspiele und simulierte Gespräche (MB 640-641) sowie die Verwendung von Analogien werden hilfreich erlebt. Es sei nützlich, sexuelle Themen und deren Dynamik in nichtsexuellen Bereichen zu betrachten (FM 741-742). Zirkuläres Fragen und das Einbinden der Partnerin, sei es faktisch in der Paartherapie oder hypothetisch, sind oft sehr zielführend für einen Realitätsabgleich. Diese Techniken helfen, scheinbare Erwartungen aufzulösen und die Paarkommunikation zu fördern bzw. zu ermöglichen (UD 574-583).
Körpererinnern Körperübungen	Der Schwerpunkt liegt bei Körperübungen (Atmen, Grounding) weil dies eine zielführende Strategie ist, sich selber besser zu regulieren, um für eine gelingende Interaktion einstehen zu können, was bei dieser Zielgruppe meist im Vordergrund stehe (MB 688-708). Bei Körperübungen Erfahrungen der Selbstwirksamkeit und Kontrolle zu erleben, kann wichtigen Zugang und Vertrauen in die Steuerbarkeit der eigenen Intensität ermöglichen (UD 495-507 / 659-666). Niederschwellige Übungen, die sich einfach in den Alltag integrieren lassen (Grounding, Gang, Haltung) fördern häufigeres Ausprobieren (UD 727-728). Die Arbeit am Körper ermöglicht, dass sich zugrundeliegende Kognitionen und Muster langsam verändern können (MS 489-492). Gerade Betroffene seien häufig im Kern sehr anpassungswillig. Daher sei es besonders relevant, den Fokus auf den Körper und die eigene Empfindung zu stärken. Aspekte zu diskutieren und zu reflektieren können müsse aber nicht zur Folge haben, dass ein Klient seine Haltung verändere. Durch den Fokus auf den eigenen Körper und dessen Sensitivität komme die Veränderung aus dem Körper, weniger aus dem Kopf, was zielführender sei (FM 479-498 / 712-722). Ein Befragter hebt für ihn als wichtige Methode heraus, dass er nebst Körperübungen auch stark im genauen Erinnern von körperlichen Zuständen und Reaktionen Entwicklungspotenzial sieht. Zu verstehen, wie in Diskussionen oder Konflikten ohne Sexualität der Körper involviert sei, stärke das Bewusstsein eines Klienten für die Relevanz im sexuellen Kontext und ermögliche ein möglicherweise niederschwelligeres Übungsfeld (MB 714-728).
Edukation / Normalisieren / neue Kognitionen anbieten	Zu Beginn sei zentral, Klienten in einer Erkenntnis zu begleiten, was durch ehrliche Rückmeldungen, Wissensvermittlung und Erklärungen mit sexualedukativem Charakter geschehe (FM 515-520). Dazu gehöre auch die

Methodik	Beschreibung
	Thematik der Verunsicherung[DEF] zu entpathologisieren, zu normalisieren und potenziell mit dem äusseren Rollendiskurs in Verbindung zu bringen. Indem eine kognitive Exploration und Edukation der Tatsache stattfinde, dass Männlichkeit sozial geprägt und individuell zu besetzen ist, steige die Bereitschaft, vermeintliche Leitgrössen zu hinterfragen. (MS 414-416 / 421-433 / 443-447) Ein Ansatz zur Normalisierung bestehe auch darin, der Thematik der Verunsicherung ein entwicklungsförderliches Gegengewicht zu geben. Klienten erleben sich häufig in dysfunktionalen Situationen, wobei Männer frühzeitig lernen, alles unter Kontrolle haben zu müssen und dadurch viel Spannung aushalten. Es sollte als normal angesehen werden, dass die Entwicklung hin zu einvernehmlichen und differenzierten Beziehungen Fragen und Unsicherheiten umfasst und die Bewältigung kritischer Situationen Teil dieses Prozesses sein kann und sollte. Es sei wichtig, dies als ein Zeichen von männlicher Stärke zu spiegeln und nicht Schwäche zu behandeln. Ebenfalls sei wiederkehrend zentral zu normalisieren, dass ein Mann für die eigene Sexualität einstehen soll. (MB 544-566 / 738-754)
Wertfreie individuelle Exploration	Ein gründliches Explorieren sei zentral für das Evaluieren von Gründen und Quellen der Verunsicherung[DEF] und eine Basis für sinnvolle Behandlungsschritte (FM 132-142). Ein Fokus auf ausführliche, wertfreie, individuelle Exploration helfe Betroffenen, sich stärker von äusseren Orientierungen (z.B. an Leitbildern) zu distanzieren und eine eigene Identität zu finden. Dadurch entwickeln sie mehr Sicherheit dabei, ihren eigenen Möglichkeitsraum zu erkunden und zu definieren. Das Einzelsetting sei bereits hilfreiches strukturelles Mittel, dem eigenen Wert und Empfindung mehr Gewicht zu geben (UD 545-559) und in der Folge mit mehr Sicherheit den eigenen Weg zu beschreiten (MS 448-451). Es ziele im ersten Moment weniger darauf ab, sich von begrenzenden Erwartungen zu befreien, sondern sich im Beziehungsfeld, mit der Partnerin, zu anderen Männern und in der Arbeitswelt zu verorten und zu verstehen (MS 439-441).
Anleitung Körperübungen: Fokus	Eine Befragte hebt hervor, dass die Vorbildrolle des männlichen Therapeuten bei der Anleitung körperlicher Übungen besonders hilfreich sein könne (Modellrolle). Gleichzeitig betrachtet sie genauso zentral für weibliche Therapeutinnen in der Arbeit mit dieser Zielgruppe, sich zu trauen, die männliche Rolle einzunehmen, Vorzuzeigen und zu ermutigen, Tonfall und Intensität zu betonen sowie zu übertreiben. Die Arbeit an und mit Extremen ermöglicht es den Betroffenen sich dann in kleineren Schritten weiterzuentwickeln. (UD 698-721)

Tab. 4: Tabellarische Zusammenstellung von «Methodik auf Interventionsebene»

Therapeutische Haltungen: Ein selbstbewussteres Selbstverständnis kann bereits durch positive Erfahrungen innerhalb der Klienten-Therapeut:innen-Beziehung befördert werden.

Dies setzt die Haltung und Achtsamkeit voraus, dem Klienten Raum zuzutrauen, seine Kraft und seine Autozentrierung zu entdecken. Damit soll verhindert werden, dass eine unbewusste erneute Anpassung an den:die Therapeut:in und deren möglichen Vorstellungen stattfindet (FM 502-505 / 490-505). Dabei müsse handlungsleitend sein, was für den Klienten als Nächstes umsetzbar scheint (FM 454-457). Eine zielführende Haltung integriert, Verunsicherung[DEF] als Aspekt von Angst zu verstehen und dabei jene Persönlichkeitsanteile zu stärken, die Sicherheit fördern (FM 406-410). Häufig sei Arbeit am und mit dem Schamgefühl für Betroffene zentral, um die eigene Wertschätzung zu fördern. Zudem sei es gleichzeitig von grosser Bedeutung, Betroffene in ihrem Erwachsenen-Ich zu fordern und darin zu begleiten, Eigenverantwortung zu übernehmen. Es sei wichtig, ihre Herausforderungen nicht mit externen Umständen zu erklären und infolgedessen in einer passiven Haltung zu verharren (FM 565-576). Das Denken in Ursache und Wirkung sei gänzlich zu vermeiden, um eine multifaktorielle Perspektive zu pflegen (MS 351-352).

Für bestimmte Betroffene könne es sinnvoll sein, mit Kognitionen zu arbeiten, besonders wenn sie darin sehr geübt sind. Sind sie das nicht, sei diese Herangehensweise hingegen weniger förderlich. Gleichzeitig müssen körperlich orientierte Personen, wie beispielsweise Sportler, möglicherweise viel dafür tun, um ein besseres Verständnis für ihren Körper zu entwickeln. Individuelles Evaluieren und Beobachten seien hierbei entscheidend. Je vielfältiger die Angebote der:des Therapeut:in, desto besser. Wichtig sei es, den jeweiligen Lerntyp des Klienten zu erkennen und entsprechend zu bedienen (MS 519-542 / 551-562).

Die Ergebnisse zeigen, dass in Bezug auf die therapeutische Haltung eine hohe Sensibilität hervorgehoben wird, die eigene private Haltung von der professionellen Identität abzugrenzen. Gerade als «Respektperson Therapeut:in» sei in diesem Themenfeld besondere Achtsamkeit und Neutralität notwendig. In Therapie-Ausbildungen wird eine verstärkte Gewichtung und Reflexion der eigenen politischen und emanzipatorischen Haltungen als wünschenswert erachtet (UD 451-478 / 564-572 / 611-630).

Es wird als wichtige Haltung beschrieben, zu signalisieren, dass Sicherheit lernbar und ein Prozess des Übens ist. Dies gilt auch für die Normalisierung von (Paar-)Konflikten, Diskussionen und Zweifeln, die eine Auseinandersetzung dieser Art begleiten (MB 747-760). Weiter wird hervorgehoben, dass der Archetyp im Modell Sexocorporel eine grobe Richtung anzeigen dürfe, jedoch die Haltung massgebend sei, die Männlichkeit im individuellen Erleben zu fördern (FM 167-173). Ein Befragter betont die Wichtigkeit, Bindungserfahrungen sehr genau zu evaluieren, da gemäss seiner Erfahrung darin besonders in der Auseinander-

setzung von Verunsicherung[DEF] im Paarkontext nachhaltige Therapieprozesse gründen (FM 393-407).

Potenzielle Limitationen des Ansatzes Sexocorporel: Der Ansatz Sexocorporel könne bedeutende Fortschritte ermöglichen, indem gerade die körperorientierte Herangehensweise zur Erweiterung und Veränderung mentaler Grenzen diene. Eine ausschliessliche Fokussierung auf den Körper greife jedoch dann zu kurz, wenn zugrunde liegende Themen nicht angemessen adressiert würden, wie zum Beispiel bindungstraumatische Herausforderungen. Traumatische Introjektionen würden sich häufig auf Rollenverhalten, Erotik und Beziehung niederschlagen. Sie müssten gezielt aufgelöst werden mittels EMDR[5], um nachhaltige Veränderung zu ermöglichen und ungünstige Anpassung oder wiederkehrend belastenden Muster zu verändern (FM 41-42 / 384-395 / 602-624 / 632-634). In diesem Zusammenhang erweise sich der Ansatz Sexocorporel als unzureichend, was die Notwendigkeit einer Triage und die Einbindung spezialisierter Fachpersonen deutlich mache.

Im Allgemeinen wird der Ansatz im Zusammenhang mit verunsicherter Männlichkeit als äusserst zielführend erlebt. Die Körperarbeit ermögliche, in einer Entdecker-Rolle zu bleiben, was im Kern der kontinuierlichen Suche nach der eigenen Männlichkeit entspreche, und notwendige Neugier fördere (MB 662-671). Der körperorientierte Ansatz sei durchaus geeignet, neue Zugänge zu ermöglichen, und erweise sich in der Regel als mächtiges Instrument. Einige Klienten, die stark im kognitiven Analysieren verankert sind und entsprechende Therapieansätze bevorzugen, müssten gelegentlich weitervermittelt werden (MS 510-518 / 543-547).

6.7 Unterstützungsspielraum / Förderumgebung

Unterstützungsspielraum für eine erfolgreiche Entwicklung von Männlichkeit wird mitunter auf gesellschaftlicher Ebene verortet. Die Ergebnisse unterstreichen die Bedeutung, ein Nebeneinander von Männlichkeitsentwürfen vermehrt wertzuschätzen, Vielfalt aufzuzeigen und damit Offenheit in der Gesellschaft weiterzuentwickeln. Es erscheint zentral, einen Diskurs darüber anzuregen, dass Männlichkeitsfindung ein individueller Prozess ist (MB 790-803/ 805-820 / UD 589-595).

> Das ist aber auch so ein diffuses Bild, das kommt ... Aber die Bilder sind für mich irgendwie noch nicht so stabil und kongruent sichtbar. Wie könnten die Männer denn sein, es braucht

[5] Eye Movement Desensitization and Reprocessing: Eine therapeutische Methode, die vor allem zur Behandlung von Traumafolgestörungen eingesetzt wird. Dabei wird der Klient aufgefordert, sich an traumatische Erlebnisse zu erinnern, während gleichzeitig bilaterale Stimulation erfolgt, beispielsweise durch Augenbewegungen oder Töne. Das Ziel ist es, die Verarbeitung dieser Erlebnisse im Gehirn zu unterstützen und eine Reduktion der emotionalen Belastung zu erreichen (Münker-Kramer, 2014, S. 13)

> einen offeneren Geschlechterdiskurs, der für alle Männer/Individuen einen Diskurs ermöglicht, bzgl. wie sie sein wollen. Wie der «Bachmann» sein oder wie der «Müller» oder will ich wie der «Meier», weil man weiss: «Ah, es gibt verschiedene Arten – nicht: Es gibt ja nur ein Ideal.» Immer wenn es ein Ideal ist, dann wird es einen Scheisspriester geben, der die Religion verkünden wird. Und dann müssen alle in die Richtung rennen, die im Kern lebensunwirklich ist. Wenn mehr Pluralität sichtbar werden könnte für verschiedene Männerarten, dann wird es luftig. (MB 812-820)

Die Ergebnisse legen damit nahe, dass ein Diskurs über die Vielfalt von Männeridentitäten erforderlich ist, ähnlich wie er bereits im feministischen Diskurs über die Vielfalt von weiblichen Lebensentwürfen stattgefunden hat. Während sich eine Pluralisierung von Frauenbildern etabliert hat, bedarf es mehr Raum für Diskussion über Männeridentitäten. Es bestehe die Notwendigkeit, verschiedene Männerbilder zu dekonstruieren, positiv zu konnotieren und zu beschreiben, ähnlich wie es bei Frauenbildern geschehen ist. Diese Vielfalt von Männlichkeitsbildern könnte individuellen Männern ermöglichen, ihre eigene Identität unbelasteter zu gestalten (MB 790-803 / 821-828). Dazu würden auch gesellschaftliche Debatten einen wichtigen Beitrag leisten:

> Alles – es sind alles wichtige Tröpfchen, die vielleicht den Stein höhlen. Das braucht es. Die Auseinandersetzung jetzt über toxische Männlichkeit ist super wichtig, die #metoo-Debatte – so schräg die an vielen Stellen ist –, aber dass sie läuft, ist super wichtig. (MS 632-635)

Insbesondere in sexuellen Interaktionen wird es als wichtig erachtet, die Pluralität und Vielseitigkeit der männlichen Sexualität vermehrt zu thematisieren. Es wird die Notwendigkeit angeregt, ruhigere, genussvolle und lustvolle Facetten als Varianten neben dem stereotypen Bild des «aktiven Rammlers» verfügbarer zu machen (MB 834 -846 / 857-864).

Ein weiterer gesellschaftlicher Beitrag liegt in der Begleitung der jüngeren Generationen durch Eltern und Bezugspersonen, mit dem Ziel, frühzeitig eine nachhaltige Auseinandersetzung anzuregen, zu fördern und zu unterstützen (UD 598-607 / 641-650):

> Die, die jetzt ihre Kinder begleiten und eben nicht nur im Bildungsumfeld, dort auf jeden Fall, dort auch, ja und auch nicht nur im Therapeutischen, weil wie du sagst, die landen ja dann noch nicht gerade in einer Therapie. Sondern das sind ja alle Männer, die das betrifft und das fängt ja ganz, ganz, ganz, ganz früh an – und zwar bei den Eltern. Sie *(die Jungen)* begleiten in dem. Ich denke, das ist eigentlich das wäre so das passende Wort. Begleiten, ja. (UD 644-650)

Ein Befragter betont die Notwendigkeit, sowohl Raum für äussere Entfaltung als auch für innere Reflexion zu schaffen. Es sollten soziale Normen gefördert werden, die es ermöglichen, persönliches Glück vermehrt im Inneren und weniger im Aussen zu suchen.

Zudem wird als zentral erachtet, die gesellschaftliche Tendenz zum ständigen Suchen nach äusserer Bestätigung zu reduzieren, ohne dies als Ablehnung der eigenen Person zu empfinden. Eine Verringerung des Konkurrenzdenkens sowie die Förderung konstruktiver Gruppendynamiken könnten ebenfalls wichtige Entwicklungen beschleunigen (FM 679-691/ 873-879).

Die Ergebnisse legen die Notwendigkeit einer umfassenden sexuellen und relationalen Bildung für alle Geschlechter nahe, wie es ein Befragter verdeutlicht: «Ich würde ab Kindergarten ein Schulfach Beziehungen einführen» (MS 619-620). Ein wichtiger Auftrag wird in seinen Augen derzeit nicht erfüllt, weil die Gesellschaft noch mit scheinbar grundlegenderen Aufgaben beschäftigt sei. Der Umgang mit und die Regulation von Emotionen werden jedoch als wichtiger Unterstützungsaspekt für Entwicklungen rund um Männlichkeit eingeschätzt (MB 618-628).

Als zentrale Unterstützungsquelle bringen alle Befragten die breit angelegte sexuelle Bildung an. Dies könnte sich in Form von vermehrter Männerarbeit, Männerkreisen und Workshops zeigen (MB 865-869 / 785 / UD 596-611 / MS 618-626).

6.8 Persönliche Einschätzungen (Potenzial-Entwicklung)

Verunsicherung[DEF] sei als ein Gewinn zu verstehen, und demzufolge höher zu gewichten ist als die Problematisierung davon. Die Auseinandersetzung führe zu mehr Vielseitigkeit und Genuss in der Sexualität. Es sei eine wichtige Botschaft an Betroffene, dass die Auseinandersetzung sich lohne (MB 884-908 / 912-922).

> Und ich höre häufig von Männern, es sei gar nicht mehr lustig. Ich komme nicht mehr draus. Ich weiss gar nicht mehr, was ich denn sein darf. (…) Dann sage ich: «Was für ein Geschenk, dass sie das gecheckt haben und merken, dass sie jetzt verunsichert sind. Weil ab jetzt wird es interessanter.» (MB 908-912)

Verunsicherung im allgemeinen Sinne als negativ zu betrachten, sei ein Relikt traditioneller Männlichkeit und damit der Zuschreibung von unangefochtener Selbstsicherheit. Es sollte normativ erfahren werden, Unsicherheit zu erleben (MB 931-938).

Die aktuelle Entwicklung und Thematisierung rund um Männlichkeit und deren Verunsicherung wird von einer Befragten als erfreulich und bemerkenswert eingeschätzt. Die vielfältigen Konsequenzen der emanzipatorischen Bewegungen würden sich in einer weiteren Qualität zeigen. Diese Entwicklung betrachtet sie als Herausforderung für die Gesellschaft, nicht als problematische Dynamik. Eine positive und entwicklungsorientierte

Perspektive sollte eingenommen werden, um das Thema, das in seiner Relevanz und Präsenz so bedeutend ist, weiter zu diskutieren und zu erforschen (UD 744-753 / 760-766).

Ein Befragter beschreibt die Einschätzung, dass eine wichtige Phase der männlichen Emanzipation notwendig sei, insbesondere eine intensive Auseinandersetzung mit männlicher Aggression. Es gelte, sich von Konzepten der Konkurrenz und des Leistungsdrucks zu lösen und stattdessen auf die individuellen Qualitäten als Einzelner zu fokussieren. Dies erfordere gemäss seiner Perspektive bedeutende Anpassungen in der Erziehung. Es sei wünschenswert, dass Männer diese aktuellen Chancen nutzen und sich für eine Vielfalt an Männlichkeiten öffnen, um ihre eigene zu entdecken (FM 806-832 / 838-857).

Die Auseinandersetzung mit Männlichkeit umfasse jahrhundertealte Menschheitsthemen und spiegle ein kontinuierliches Ringen zwischen verschiedenen Lagern wider, wie es etwa bei der aktuellen Diskussion über die Abschaffung des Art. 218 StGB in Deutschland oder bei dem offenen Widerstand gegen gewisse Aspekte der sexuellen Bildung im Lehrplan deutlich werde. Diese Prozesse zeigen eine Dynamik von Fortschritt und Rückschritt und würden noch viel Zeit in Anspruch nehmen (MS 635-636 / 649-660).

> Natürlich, ich sehe ein Riesenpotenzial da drin, wenn Männer, in Klammer «Menschen», also alle Geschlechter, ihre eigene Verletzlichkeit ein bisschen besser wertschätzen können. Dann führt das, das wäre so meine Hoffnung, auch dazu, die Verletzlichkeiten anderer Menschen nicht mehr so mit Füssen zu treten. Ja. Eine fromme Hoffnung, das heisst, nee fromm bin ich nicht. Aber es ist eine schöne Hoffnung, und das gibt mir aber auch Antrieb, an der Stelle weiterzumachen. (MS 667-672)

7 Diskussion

In diesem Kapitel werden die Erkenntnisse aus den durchgeführten Interviews je Fragestellung zusammengefasst, um sie mit den Ergebnissen aus der Literaturrecherche zu verknüpfen. Daraus und aus den Limitationen der vorliegenden Erhebung werden ein Fazit gezogen und Implikationen für künftige Forschung und die Praxis abgeleitet.

7.1 Beantwortung der Forschungsfragen

Für die Beantwortung der Forschungsfragen werden diese wie auch die dazugehörigen Leitfragen eingangs wieder aufgenommen. Die Arbeitsthesen, die zur Verdichtung des Vorwissens gebildet wurden, werden als Grundlage des Fazits abrundend betrachtet.

7.1.1 Forschungsfrage 1:

F1	**Wie wirkt sich Verunsicherung[DEF] auf das individuelle Gestalten und Erleben der Paarsexualität aus Perspektive des Mannes aus?**
L1	Wie häufig zeigen sich Anliegen im sexualtherapeutischen Praxisalltag, die mit einer Verunsicherung durch die Auseinandersetzung mit der individuellen Männlichkeit und Rolle im Zusammenhang stehen?
L2	In welcher Form zeigen sich entsprechende Anliegen (Verunsicherung[DEF]) im sexualtherapeutischen Praxisalltag?

Tab. 5: Forschungsfrage 1 und entsprechende Leitfragen

Verunsicherung[DEF] wird von den Befragten als zentrales Thema beschrieben, das in vielen bis allen Therapien einen bedeutenden Stellenwert einnimmt, obschon es nie als Erstanliegen angebracht wird. Die Antworten der Befragten legen eine Korrelation zwischen aktuellen gesellschaftlichen Diskursen und der Präsenz dieser Thematik im Therapiealltag nahe. Auseinandersetzungen mit der männlichen Rolle im gesellschaftlichen Kontext und deren Zusammenhang mit der Sexualität werden in den letzten Jahren im Therapiesetting vermehrt zum Thema. Diese Ergebnisse bestätigen, dass die Thematisierung und Problematisierung von Männlichkeit – sowohl im populären Rahmen als auch im Ratgeberkontext (Baader et al., 2012; Thym et al., 2021), sowie auch im wissenschaftlichen Diskurs (Baumgarten, 2019; Baumgarten et al., 2017; Meuser, 2022; Thym et al., 2021; Wippermann, 2014; Wippermann et al., 2009) – in der sexualtherapeutischen Praxis zu einem erweiterten Unterstützungsbedarf führen können.

Aus den analysierten Interviewinhalten lassen sich Persönlichkeitsmerkmale ableiten, die häufig mit einer Anfälligkeit für Verunsicherung[DEF] in Verbindung stehen: reflektiert, emanzipiert, fürsorglich, grenzaffin etc. Diese Resultate lassen sich mit Erhebungen zu dominanten Selbstbildern von Männlichkeit direkt in Verbindung bringen und spiegeln

Attribute des erhobenen Leitbilds «neue Männlichkeit» wider (Wippermann, 2014; Wippermann et al., 2009). Die Erkenntnisse aus den Interviews bestätigen, dass jene ganzheitlichen, weicheren, sozialen Eigenschaften wie Empathie, Hilfsbereitschaft oder Fürsorglichkeit bei übersteigerter Gewichtung in der Sexualität Verunsicherung zur Folge haben. Es zeigt sich, dass die Befragten Funktionsstörungen und Verunsicherung[DEF] in einen engen Zusammenhang bringen. Am häufigsten wird die erektile Dysfunktion genannt, die sehr häufig durch Verunsicherung[DEF] ausgelöst sei und nebst sexueller Unlust als häufigstes Anlassanliegen von Klienten vorgebracht werde. Auch Ejaculatio Praecox, (das Bedürfnis nach) Aussenbeziehungen, problematisch erlebtes Dating-Verhalten, problematisch erlebter Pornokonsum sowie mit bezahltem Sex verbundener Leidensdruck werden genannt, wobei die dahinterliegende Verunsicherung[DEF] aufgrund von Wertekonflikten rasch deutlich wird.

Die Erhebung zeigt auf, dass unter Betroffenen die Vorstellung verbreitet ist, guter Sex müsse einfühlsam, rücksichtsvoll und empathisch sein. Rein genitale Bedürfnisse werden als objektivierend und negativ für die Partnerin erlebt. Das Liebesbegehren nach Sztenc ist damit im Gegensatz zum genitalen Begehren (Sztenc, 2020) positiver und erstrebenswerter konnotiert. Es besteht eine übersteigerte Erwartung, ohne verbale Kommunikation die Wünsche und Grenzen des Gegenübers frühzeitig zu erkennen. Dies steht im Kontrast zu früheren Erhebungen. Diese stellen fest, dass heterosexuelle Interaktion sich nach wie vor stark an tradierten Vorstellungen und damit an Machtungleichgewichten zwischen weiblicher Passivität und Unterordnung sowie männlicher Überlegenheit und Initiative orientiert (Elmerstig et al., 2013, 2014; Sanchez et al., 2005, 2012). Trotz fortschreitender Angleichung der sexuellen Selbstbestimmung von Männern und Frauen deutet die Forschung um 2005 (und in den folgenden Jahren) darauf hin, dass die Neigung fortbesteht, Geschlechterstereotype zu erotisieren (Kiefer & Sanchez, 2007). Die Ergebnisse der vorliegenden Erhebung legen nun eine gegenläufige Entwicklung nahe und zeigen damit die Notwendigkeit für weitere aktuellere Forschung auf. Wie die Ergebnisse zeigen, lässt sich das Konzept von «Persistenz und Wandel» (Maihofer, 2007, 2021) auf die Sexualität übertragen: Sich wandelnde, progressive Erwartungen zum männlichen sexuellen Verhalten koexistieren hartnäckig neben tradierten Vorstellungen und Überzeugungen und stehen oftmals miteinander im Widerspruch. «Neue Männlichkeit» und damit verbundene Erwartungen erhält Leitbildcharakter.

Verunsicherung aufgrund aktueller Männlichkeitskonstruktion im erweiterten Kontext des emanzipatorischen Diskurses kann sich in unterschiedlicher Art auf die Paarsexualität auswirken. Zu den drei am häufigsten genannten Auswirkungen zählen gemäss den Befragten Leistungsdruck, Heterozentrierung und ein starkes Bestreben, die Bedürfnisse der Partnerin

zu erkennen und zu erfüllen. Die Sorge, grenzverletzend zu sein, resultiert häufig in einer übersteigerten Grenzsensibilität, die sich in Hemmung, kompletter Risikovermeidung und Angst vor Fehlern zeigt. Die damit einhergehende Heterozentrierung aufs Gegenüber widerspiegelt sich in der konkreten sexuellen Interaktion und auf der Beziehungsebene. Häufig resultiert dies in einer Strategie der Anpassung – und damit Unterdrückung – der eigenen Bedürfnisse zugunsten der Partnerin. Aufgrund mangelnder Fähigkeit zur Führung und aus Angst vor Zurückweisung werden Verführungskompetenzen zunehmend eingeschränkt, was in sexueller Unlust und Rückzug resultieren kann. Extensive Kommunikation darüber, als Versuch Verunsicherung abzubauen, führt dazu, dass Paare partnerschaftliche Intimität oft übermässig auf einer übergeordneten Ebene besprechen und so erotische Spannung zusätzlich abnimmt. Dass Dominanz, im Sinne einer angemessenen Klarheit und Führung, für betroffene Männer eine Herausforderung darstellt, wird von den Befragten mit Einflüssen durch gesellschaftliche Debatten wie #metoo, dem Konsensdiskurs und folglich mit einer bewussten Abgrenzung von tradierten Bildern der Männlichkeit erklärt. Die Tendenzen der Dämonisierung in der medialen Darstellung männlicher Sexualität (Döring, 2017) liefern weitere Erklärungsangebote dafür, dass Betroffene auch mit konkreten, oftmals überzeichneten, strafrechtlichen Ängsten im Hinterkopf in der Paarsexualität mit viel Vorsicht agieren. Die Ergebnisse beschreiben bei Betroffenen eine zunehmende Vermeidung und auch Angst vor Aggression, im Sinne eines kraftvollen, entschlossenen Handelns, was die Hemmung von Intrusivität zusätzlich verstärkt. Der emanzipatorische Diskurs und die damit verbundene Kritik an männlicher Dominanz (vgl. Kap. 2.1.5) könnte die Beobachtung der Befragten erklären, dass Männer durch vermeintliche gesellschaftliche Normen und Erwartungen in der Sexualität vermeiden, dominant oder intrusiv zu agieren. Ähnliche Überlegungen lassen sich auch auf die Themen Pornokonsum, bezahlter Sex und (Online-) Dating-Verhalten (mit Fokus Sexualität) übertragen. Die von den Befragten beschriebenen Wertekonflikte bei Betroffenen zeigen eine Diskrepanz zwischen der Idealvorstellung des emanzipierten, gleichstellungsorientierten Mannes und dem eigenen tatsächlichen Verhalten auf. Demnach führt also am Beispiel Pornografie weniger der Vergleich mit übersteigerten Leistungsidealen zu Verunsicherung – wie Grimm (2010) dies vorschlägt –, sondern die Tatsache, dass ein Verhalten begehrt und lustvoll erlebt wird, das sich vermeintlich nicht in eine emanzipierte Vision einer «neuen Männlichkeit» integrieren lässt.

7.1.2 Forschungsfrage 2

F2	**Wie wird Verunsicherung[DEF] aus Sicht des Ansatzes Sexocorporel sexualtherapeutisch wahrgenommen und bearbeitet?**
L3	Welche Entwicklungsbereiche lassen sich feststellen und in welchen Komponenten des Modells Sexocorporel sind entsprechende Schwerpunkte zu beobachten?
L4	Was ist aus Sicht der Sexualtherapeut:innen zentral, um Auseinandersetzungen mit der eigenen Männlichkeit durch den gleichstellungsorientierten, reflektierten Mann zielführend zu begleiten? Welche Methoden eignen sich?

Tab. 6: Forschungsfrage 2 und entsprechende Leitfragen

Aus den Ergebnissen lassen sich zahlreiche Entwicklungsbereiche ableiten, die in der ressourcenorientierten therapeutischen Arbeit mit Betroffenen relevant sein können. Es werden nachfolgend fünf Entwicklungsfelder skizziert. Aspekte dieser mögen selbstverständlich auch für die Begleitung anderer Thematiken oder allgemein für Therapieprozesse gelten.

Individuelle Männlichkeit und realistische Leitbilder: Die Ergebnisse betonen die Förderung einer individuellen und nicht normativen Sichtweise auf Männlichkeit. Männer, die ihre eigene Männlichkeit kennen und leben lernen, zeigen weniger Neigung zu Konkurrenzgedanken und Vergleichen. Stattdessen ermöglicht ihnen diese Perspektive, anderen ihre Versionen von Männlichkeit zuzugestehen, ohne sich davon bedroht zu fühlen. Sicherheit im Beschreiten des eigenen Weges steigert die Authentizität und eigene Anziehungskraft, was wiederum Sicherheit generiert. Die Auseinandersetzung mit unterschiedlichen Vorstellungen von Männlichkeit und deren Normalitätsbewertung kann als einen zentralen Aspekt der Weiterentwicklung beschrieben werden. Dies bedeutet, Erwartungen an die neue Männlichkeit kritisch zu hinterfragen, da sie oft überzeichnet und unrealistisch sein können, aber dennoch als Orientierung dienen. Reflexion darüber, dass solche Leitbilder möglicherweise unerreichbar und widersprüchlich sind, ist entscheidend, um persönliche Referenzen zu überprüfen und frustrierendes Nacheifern zu vermeiden. Es resultiert die Relevanz, aktiv zu erarbeiten, Verunsicherung[DEF] als legitimen Teil einer starken Männerrolle anzuerkennen und den Umgang damit zu verändern, anstatt sie zu eliminieren.

Mitteilen und zutrauen: Betroffene sollten darin begleitet werden, dass beide Partner ihre Bedürfnisse kommunizieren und gemeinsam Verantwortung für ihre Sexualität übernehmen. Eine gleichstellungsorientierte Sichtweise erfordert vom Mann, seiner Partnerin zuzutrauen, dass sie in der sexuellen Interaktion auf ihre eigenen Bedüfnisse achtet und beispielsweise Grenzen verbalisiert. Dies bedingt die Fähigkeit, die eigenen Gefühle und Bedürfnisse klar zu kommunizieren und diese Kompetenzen weiterzuentwickeln. Zudem kann Verunsiche-

rung[DEF] durch zielführende, offene Thematisierung im Paarkontext potenziell besser integriert werden. Dies fördert eine starke Männerrolle und verringert zusätzlich den Druck, die Herausforderung allein lösen zu müssen.

Selbstregulation und Autozentrierung: Betroffene können besonders durch Körperarbeit Sicherheit gewinnen und Selbstwirksamkeit erleben. Dies hilft, Ängste und damit Verunsicherung[DEF] einzubetten und aus den stark kognitiv orientierten Gedankenspiralen dieses Diskurses auszubrechen. Solo-Sexualität ermöglicht ein Erleben der eigenen Intensität, Kraft und Emotion, ohne Sorge vor Kontrollverlust oder Grenzverletzung. Die körperliche Verbindung mit sich selbst ermöglicht Zugang zu tieferliegenden Themen und bietet die Möglichkeit, diffuse Ängste anzugehen, was auf kognitiver Ebene schwerer zu erreichen sein kann. Zudem lässt sich so das eigene Repertoire an Regulationsstrategien erweitern, was zu mehr Sicherheit führt. Eine erfolgreiche Autozentrierung basiert auf effektiver Selbstfürsorge und ist eine Voraussetzung, um Neugierde für das Gegenüber zu empfinden. Sie stärkt die Zuversicht, nicht bestimmten Erwartungen entsprechen zu müssen, sondern den eigenen Instinkten zu vertrauen und sexuelles Erleben ohne kognitive Bewertungen geniessen zu können.

Archetyp – Stereotyp – Anpassung: Sexuelle Selbstsicherheit ist entscheidend für die Fähigkeit zur Verführung und das Vertrauen, persönliche Bedürfnisse in langfristigen Beziehungen anzusprechen und negative Erfahrungen zu meistern. Ein lustvolles Besetzen der männlichen Kraft und damit eine Stärkung des eigenen Archetypen ist zentral. Dies umfasst das Entdecken kraftvoller Intrusivität und die Anerkennung, dass Männlichkeit auch Rezeptivität beinhaltet. Den Archetyp und Stereotyp differenzieren zu lernen, kann hilfreich und notwendig sein. Ein grösseres Toleranzfenster ermöglicht auch weniger günstige Anpassungen, die sich stärker an stereotypen Vorstellungen orientieren: Solange die individuelle Männlichkeitsdefinition nicht überwiegend normativen Vorgaben folgt, können stereotype Seiten positiv integriert werden, ohne das Gesamtempfinden zu belasten. Eine gewisse Anpassung und auch Überschneidungen mit klassischen Männlichkeitsaspekten wird so für Betroffene weniger bedrohlich.

Selbstverstehen: Dies wird besonders in der frühen Phase der Therapie als entscheidende Prozessentwicklung angestrebt, um überhöhte Erwartungen an die sexuelle Leistungsfähigkeit zu erkennen, einschliesslich der Anerkennung von Widersprüchlichkeiten im Selbstkonzept. Selbstverstehen zeigt entlastende Wirkung. Betroffene sind meist gut zur Selbstreflexion fähig: Unterstützung hilft, diese Reflexion stärker auf sich selbst und weniger auf äussere Umstände zu richten.

Es wird deutlich, dass die physiologische Ebene und damit die Arbeit am körperlichen Erleben in der therapeutischen Arbeit rund um Verunsicherung[DEF] als besonders zentral erlebt wird. Die Entwicklungsbereiche lassen sich in allen vier Komponenten verorten. Aspekte des Modells Sexocorporel mit ausdrücklicher Relevanz werden wie folgt hervorgehoben: Archetyp bzw. sexueller Körper, Intrusivität und Rezeptivität, sexuelle Selbstsicherheit, Zugehörigkeit zur Gendergruppe und Rollenbilder sowie das Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit.

Um Auseinandersetzungen mit Verunsicherung[DEF] zielführend zu begleiten, spielen Fachwissen und eine effektive Methodik eine tragende Rolle. Für die theoretischen Grundlagen gemäss Ansatz Sexocorporel wird auf Kapitel 2.3 hingewiesen. Ein Erfahrungswert zu besonders zielführender Methodik wird in der Ergebnisdarstellung in Kapitel 6.6 erläutert und hier nicht weiter vertieft. Es konnten weiter spezifische Therapiehaltungen identifiziert werden, die Achtsamkeit erfordern und eine erfolgreiche Begleitung zusätzlich fördern können. Diese sind nachfolgend zusammengefasst.

Wie ausgeführt, zeigt der Aspekt der Anpassung sich für Betroffene häufig als Entwicklungsfeld. Eine wesentliches Lern- und damit Erfahrungsumgebung bietet das Setting der Einzeltherapie – und damit positive Erlebnisse innerhalb der Klienten-Therapeut:innen-Beziehung. Es bedingt in diesem Fall besondere Achtsamkeit, dem Klienten den Raum zuzutrauen, seine Autozentrierung selbst zu entdecken und positive Prozesse des Suchens zuzulassen. So wird idealerweise vermieden, dass unbewusst eine erneute Anpassung an die Sexualtherapeut:in und deren Vorstellungen geschieht. Auf diese Weise werden nachhaltige Veränderungen möglich.

In diesem Kontext wird weiter besondere Achtsamkeit und Neutralität innerhalb der professionellen Rolle als notwendig benannt. Wie die Ergebnisse vorschlagen, wäre eine verstärkte Reflexion von privaten emanzipatorischen und politischen Haltungen innerhalb von Therapieausbildungen wünschenswert. Eine neutrale Haltung innerhalb der professionellen Identität zeige sich gerade in diesem Themenfeld als mögliche therapeutische Herausforderung bzw. Verstärkung der Tendenz der Anpassung seitens Klienten.

Gerade weil Betroffene dazu neigen, sich reflektiv stark mit äusseren Umständen auseinanderzusetzen, ist es besonders wichtig, Klienten in ihrem Erwachsenen-Ich zur Übernahme von Eigenverantwortung zu fordern und damit die der Thematik innewohnende Tendenz von Passivität zu durchbrechen. Dabei kann es helfen, Verunsicherung[DEF] als Aspekte von Angst zu behandeln und sicherheitsfördernde Persönlichkeitsanteile zu stärken sowie eine Ausei-

nandersetzung mit dem Schamgefühl zu ermöglichen, um die individuelle Wertschätzung zu fördern.

Nebst der Normalisierung von allgemeiner Verunsicherung als legitimer Persönlichkeitsanteil und der Präsenz von (Paar-)Konflikten als angemessene Reaktionen auf Auseinandersetzung kann die Haltung helfen, auch Sicherheit als lernbaren Prozess zu vermitteln.

Es lässt sich zusammenfassend festhalten, dass im Rahmen der Interviews Erfahrungswissen zusammengetragen wurde, welches die theoretischen Ausführungen zum Ansatz Sexocorporel untermauert und konkretisiert.

7.2 Ausblick auf Weiterentwicklung des Projekts

In weiterführenden Forschungsprojekten wäre es interessant, die Beobachtungen der Befragten mit dem Erleben von Betroffenen zu verknüpfen. Eine mögliche Vorgehensweise wäre, die Subkategorien «Quellen von Verunsicherung^{DEF}» und «Entwicklungsbereiche» in eine offene Leitfadenstruktur zu integrieren. Durch offene Fragen könnte exploriert werden, wo und wie Betroffene ihre eigenen Begrenzungen und Herausforderungen erleben und beschreiben. Ergänzend könnten fokussierte Fragen genutzt werden, um gewonnene Erkenntnisse aus Expert:innenperspektive anhand konkreter Berichte aus individuellen männlichen Lebenswelten zu überprüfen. Denkbar wäre auch die Datenerhebung im Rahmen von Fokusgruppen. Besonders im vertrauten, geschützten Setting beispielsweise von Männergruppen oder Männerkreisen könnte ein solches Studiendesign sowohl erkenntnisreiche Ergebnisse liefern als auch aufklärenden und bildenden Effekt haben. Zukünftige Studien sollten quantitative Methoden einbeziehen, um die Ergebnisse zu validieren und darüber hinaus objektive, genaue, sowie repräsentative und überprüfbare Daten zu gewinnen.

7.3 Limitationen

Aus dem Forschungsdesign resultieren Limitationen für diese Erhebung und damit Einschränkungen für die Generalisierbarkeit der vorliegenden Ergebnisse. Eine Stichprobe von vier Befragten ist selbst für eine qualitative Forschungsarbeit sehr klein. Die explorativen Erkenntnisse müssen daher lediglich als Hinweise auf den Status quo der Berufspraxis nach Sexocorporel im deutschen Sprachraum gewertet werden. Zudem erfolgte die Auswahl der Befragten zwar anhand von vorher festgelegten Kriterien; jedoch beeinflusst die homogene Auswahl massgeblich die gewonnen Erkenntnisse. Die ähnlichen

Hintergründe und Perspektiven könnten die Diversität der Betrachtungsweisen einschränken.

Die Gespräche wurden allesamt über die Online-Plattform Zoom geführt. Das Gesprächssetting hatte neben den logistischen Vorteilen auch das Potenzial, den Verlauf des Gesprächs zu beeinflussen. Die Strukturierung und Leitung stellten zeitweise eine Herausforderung dar. Wenn das Gespräch lebhaft wurde (mit gegenseitigen Nachfragen, Ergänzungen und Unterbrechungen), bestand das Risiko, dass die Aufnahme akustisch unverständlich wurde. Daher wurden solche Situationen nach Möglichkeit vermieden. Da es sich um fachliche Einschätzungen und nicht um persönlichen oder intimen Austausch mit Betroffenen handelte, wird der negative Einfluss auf die Ergebnisse jedoch als gering eingeschätzt. Eine weitere Limitation bestand im Machtgefälle zwischen den Befragten und der Interviewerin (Studentin), was die Dynamik der Interviews möglicherweise beeinflusst hat. Weiter konnten aufgrund des leitfadengestützten Interviewformats und der begrenzten Zeit nicht zwingend alle Fragen gestellt werden. Dies führte dazu, dass bestimmte Themen nicht mit allen Befragten gleich ausführlich besprochen wurden, was die Vergleichbarkeit der Antworten einschränkt. Es wurden daher quantitative Aussagen gemieden.

Die erhobenen Daten von zwei Interviews unterlagen bereits vor der inhaltlichen Auswertung einer leichten sprachlichen Veränderung – und damit einer möglichen Interpretation – aufgrund der Übersetzung ins Hochdeutsche bei der Transkription.

Die erhobenen Daten wurden ausschliesslich von der Verfasserin ausgewertet, was die Reliabilität der Ergebnisse potenziell einschränkt. Kuckartz und Rädiker (2022, S. 136) empfehlen zu Beginn des Codierprozesses das konsensuelle Codieren nach Hopf und Schmidt (Hopf & Schmidt, 1993, S. 61–63). Die Codierung durch mehrere Personen hätte die Reliabilität erhöhen können, war jedoch im Rahmen der vorliegenden Masterarbeit nicht umsetzbar. Um diesen Umstand abzumildern, hat eine themenfremde, aber forschungserfahrene Person das Codiersystem auf seine Stringenz überprüft.

Folglich muss von einem Forscher:innenbias ausgegangen werden, der die Ergebnisse prägt. Die vorgängige ausführliche Literaturrecherche und theoretische Vertiefung der Verfasserin haben mit grosser Wahrscheinlichkeit die Auswertung der gewonnenen Daten beeinflusst, auch wenn dieser Umstand mit Sorgfalt und Bewusstsein berücksichtigt wurde. Die ausschliessliche Verwendung qualitativer Methoden könnte weiter zu einer subjektiven Interpretation der Daten geführt haben.

Inhaltliche Limitationen resultieren aus der Eingrenzung der Thematik auf die Zielgruppe im Alter von 30–45 Jahren sowie dem Kriterium der heterosexuellen Orientierung. Zudem wurde die Thematik ausschliesslich aus Praxis- und Expert:innenperspektive exploriert.

Aufgrund der vorangegangenen Literaturrecherche wurde der Fokus der Untersuchung auf Verunsicherung gelegt, die durch aktuelle Männlichkeitskonstruktionen im Kontext des emanzipatorischen Diskurses entstehen. Es wurde vorausgesetzt, dass diese Thematik in der sexualtherapeutischen Praxis präsent ist. Dies führte zu stark fokussierten Interviews. Es liesse sich kritisieren, dass diese gerichtete Vorgehensweise die Objektivität der Ergebnisse beeinflusst haben könnte. Die Fragestellungen wurden gleichzeitig weitgefasst formuliert, um den explorativen Erkenntnisgewinn zu erhöhen.

7.4 Implikationen für Forschung, Theorie, Praxis und Gesellschaft

Forschung: Aus der Literatur und dem empirischen Teil dieser Arbeit resultiert die Notwendigkeit nach weiteren Studien, die das Erleben männlicher Sexualität und die sexuelle Zufriedenheit im Kontext von Paarbeziehung und gesellschaftlicher Dynamik stärker in den Fokus nehmen. Insbesondere wäre es wünschenswert, diese Untersuchungen durch eine salutogenetische Perspektive zu ergänzen. Derzeit ist es nicht möglich, differenzierte Aussagen darüber zu treffen, inwieweit gesellschaftliche Emanzipationsdiskurse und dynamiken und damit verbundene Männlichkeitskonstruktionen die individuelle Paarsexualität prägen. Obwohl diese Erhebung wertvolle Anstösse liefert, müssen die gewonnenen Erkenntnisse in weiteren Studien validiert werden.

Theorie: Es besteht Potenzial für eine theoretische Differenzierung, um Verunsicherung in ihren verschiedenen Qualitäten zu beschreiben. Insbesondere rollenbezogene Verunsicherung, die sich als Orientierungslosigkeit zeigt, könnte möglicherweise durch eine stärkere Integration des Modells Sexocorporel in den soziokulturellen Kontext und den gesellschaftlichen Diskurs theoretisch eindeutiger erfasst werden. Abb. 3 visualisiert die Evaluation des eigenen Gefühls der Zugehörigkeit zur eigenen Gendergruppe (vgl. Kap. 2.3.2). Das Modell Sexocorporel spricht dann von einer Verunsicherung der Männlichkeit (GdG), wenn das Gefühl der Zugehörigkeit zum sexuellen Körper (GsK) und/oder das Gefühl der Zugehörigkeit zur eigenen Gendergruppe (GGg) negativ betroffen ist. Verunsicherung mit soziokultureller Implikation steht mit einer fehlenden Kongruenz mit der eigenen Gendergruppe im Zusammenhang. Jemand kann sich als kongruent zur eigenen Gendergruppe erleben, aber dennoch durch Unschärfen oder Widersprüchlichkeiten in der gesellschaftlichen Wahrnehmung der eigenen Gendergruppe verunsichert sein. Kongruenz suggeriert Klarheit über die

Norm, mit der jemand sich identifiziert. Wenn eine Person unsicher ist, welche Merkmale sie überhaupt als kongruent empfinden soll, könnte sich dies ebenfalls auf ihre individuelle Selbstwahrnehmung, auf ihr Gefühl vom eigenen sexuellen Körper und auf ihre sexuelle Selbstsicherheit auswirken. Es resultiert daraus folgender Vorschlag: Das Gefühl der Zugehörigkeit zur Gendergruppe könnte um die Erfassung soziokultureller Dynamik ergänzt werden, um den Umgang mit fehlenden Ressourcen und widersprüchlichen Männlichkeitskonstruktionen besser evaluieren zu können (Abb. 7).

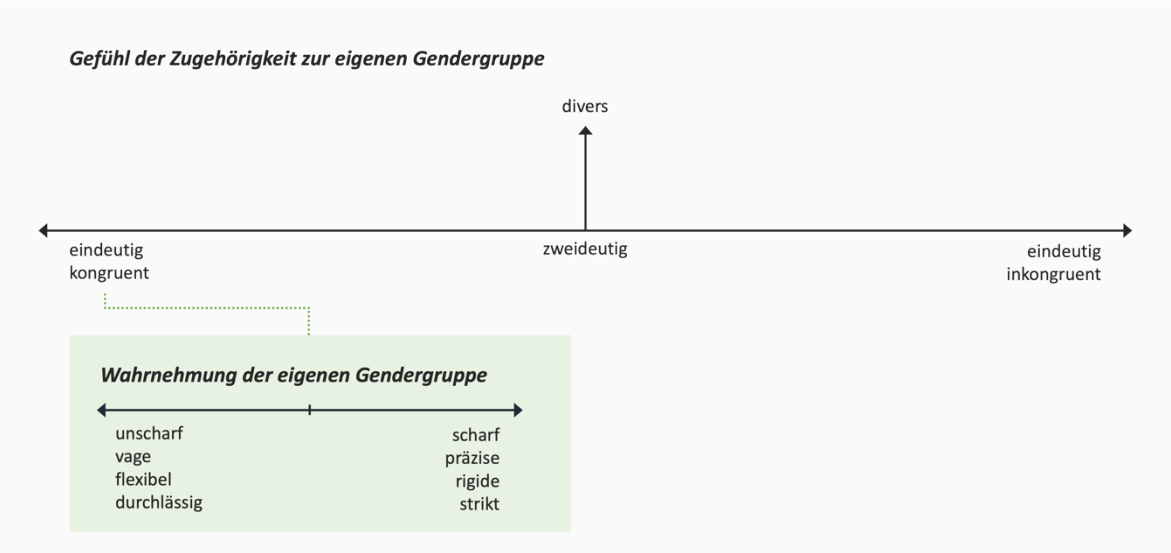

Abb. 7: Vorschlag Erweiterung Evaluation Gefühl der Zugehörigkeit zur eigenen Gendergruppe, eigene Darstellung

Sexualtherapeutische Praxis: Die Ergebnisse der Erhebung verdeutlichen die Wichtigkeit, Betroffene darin zu begleiten, eine individuelle Männlichkeit jenseits von Leitbildern zu explorieren und zu besetzen. Der Umstand, dass kaum Vorbilder der «neuen Männlichkeit» im Bereich der Sexualität existieren, sowie die übersteigerte Orientierung im Aussen tragen massgeblich zur Problematik bei. Eine sexualtherapeutische Begleitung kann dem erfolgreich begegnen, indem sie die Verbindung zum eigenen Körper fördert, sodass Betroffene fähig werden, individuelle Antworten und damit Sicherheit in sich finden. Der Ansatz Sexocorporel bringt jene individuumszentrierte, körperorientierte Sichtweise sowie Interventionsebene mit, die sich für die Bearbeitung von Verunsicherung^{DEF} als zielführend erweist. Gleichzeitig kann die therapeutische Praxis davon profitieren, wenn Verunsicherung^{DEF} differenzierter betrachtet und folglich mit methodischer Achtsamkeit und Sensibilität bearbeitet wird.

Gesellschaft: Die Förderung eines unterstützenden Rahmens für die Entwicklung männlicher Identitäten ist insbesondere auch eine gesellschaftliche Aufgabe. Es ist wichtig, die Vielfalt und Pluralität von Männlichkeitsbildern anzuerkennen und den offenen Diskurs

zu fördern, ähnlich wie es im emanzipatorischen Diskurs mit weiblichen Lebensentwürfen geschah und laufend geschieht. Sowohl gesellschaftliche Debatten als auch umfassende sexuelle Bildung spielen hierbei eine zentrale Rolle, um ein breites Spektrum an Männeridentitäten positiv zu besetzen. Die Sexologie kann in diesem Sinne ausserhalb des Wirkungsfeldes der Therapie und Beratung von Einzelpersonen oder Paaren einen wesentlichen Beitrag leisten. Männerkreise und Workshops bieten Räume für Austausch und Reflexion. Politische Massnahmen und Gesetze sollten Gleichstellung und Vielfalt fördern; sie setzen aber eine Gesellschaft voraus, die an entsprechender Entwicklung interessiert ist. Ein interdisziplinärer Ansatz, der Soziologie, Psychologie, Pädagogik, Politik und auch vermehrt Sexologie einbezieht, ist erforderlich, um die Entwicklung männlicher Identitäten in einer offenen Gesellschaft zu unterstützen. Insbesondere die Sexologie kann hier durch Bildungs- und Sensibilisierungsarbeit einen wesentlichen Beitrag leisten.

7.5 Schlussfolgerungen, Fazit

Es lässt sich festhalten, dass überlagernde Männlichkeitsanforderungen auch die Sexualität beeinflussen. Es kann bestätigt werden, dass aktuelle Männlichkeitskonstruktionen im erweiterten Kontext des emanzipatorischen Diskurses bei Männern mit fehlenden persönlichen Ressourcen zu Verunsicherung im Erleben und Gestalten der Paarsexualität führen. (Arbeitsthese 1). Die vorliegende Erhebung hilft, diese spezifische Qualität von Verunsicherung der Männlichkeit im sexuellen Erleben besser zu verstehen. Sie gibt Hinweise, warum gewisse Männer im Gegensatz zu andern betroffen sind, was mögliche Ursachen, folglich Effekte (Konflikte und Ängste) und individuelle Lösungsversuche sind. Daraus lassen sich Entwicklungsbereiche ableiten und für eine nachhaltige Therapiebegleitung besonders hilfreiche Methoden und Therapiehaltungen beschreiben oder bestätigen.

Verunsicherung^{DEF} im sexuellen Erleben von Männern erfordert eine differenzierte Betrachtung und Begleitung seitens sexualtherapeutischer Fachpersonen, um nachhaltige Veränderungen in der individuellen sexuellen Zufriedenheit und in der sexuellen Identität zu fördern (Arbeitsthese 2). Es kann lohnend sein, Verunsicherung innerhalb ihres allgemeinen Charakters aufzuschlüsseln und ein therapeutisches Feingefühl für Nuancen zu entwickeln. Gerade weil Anpassung, Leistungsdruck und eine starke Orientierung im Aussen bei Verunsicherung^{DEF} von grosser Bedeutung sind, liegt weiteres Potenzial darin, die therapeutische Begleitung zu reflektieren. Zudem ermöglicht erst das Verständnis der Wirkmacht soziokultureller Einflüsse im Rahmen des emanzipatorischen Diskurses, den Klienten in seinen Herausforderungen ernst zu nehmen, ihn gleichzeitig angemessen in seiner Selbstwirksamkeit und in der individuellen Verantwortung zu fordern, ohne dass er geltende Debatten

um Männlichkeitskonstruktionen als Erklärung und damit begrenzendes Argumentationsangebot für seine Verunsicherung benutzt. Im Sinne einer salutogenetischen Perspektive legt das Wissen darüber die Basis, Klienten dazu zu befähigen, sich davon zu lösen und Sicherheit in der eigenen Individualität zu entdecken.

Diese Untersuchung stellt einen ambitionierten Versuch dar, eine spezifische Qualität von Verunsicherung besser zu verstehen. Dies insbesondere angesichts der Tatsache, dass sich entsprechende Dynamiken nicht trennscharf abgrenzen lassen. Mit dem Wissen, dass keine sexologische Thematik sich in ein simples Ursache-Wirkung-Denken einordnen lässt, muss auch diese Erhebung mit der notwendigen methodischen Vorsicht interpretiert werden. Sie verdeutlicht weiter, dass Sexualität, trotz ihrer Bedeutung als integraler Bestandteil der individuellen Identität im aktuellen Diskurs um Männlichkeit bislang zu wenig und wenn dann vor allem pathogenetische Aufmerksamkeit erhält.

Es besteht Potenzial darin, sexologisches Wissen breiter zugänglich zu machen, um gesellschaftliche und soziokulturelle Entwicklungen damit zu ergänzen, besonders beim Versuch, der problematisierenden Dynamik rund um männliche Sexualität entgegenzuwirken. Auf individueller und auf gesellschaftlicher Ebene können so Entwicklungsprozesse und damit männliche Emanzipationsprozesse in einem ressourcenorientierten Sinne angeregt und unterstützt werden. Verunsicherung der eigenen Männlichkeit aufgrund von aktuellen Männlichkeitskonstruktionen im erweiterten Kontext des emanzipatorischen Diskurses darf positiver bewertet werden, als dies aktuell gesamtgesellschaftlich der Fall ist. Verunsicherung stellt einen wichtigen Bestandteil des integrativen Prozesses hin zu einer authentisch erlebten, individuellen männlichen sexuellen Identität dar.

«Wer nicht in die Welt passt, der ist immer nahe daran, sich selber zu finden.»
(Hermann Hesse)

Nachwort und Dank

Den Entscheid, mich so grundsätzlich mit dem Thema Männlichkeit zu beschäftigen, habe ich zeitweise hinterfragt. Nicht, weil mich nicht jedes Detail und alle Feinheiten davon interessierten, sondern weil es herausfordernd war, mich immer wieder in einem so weiten Themenfeld zurechtzufinden, trotz meiner sehr spezifischen Eingrenzung.

Ich machte die intensive Erfahrung, Druck zu empfinden, das Thema in seiner Vielschichtigkeit zu erfassen. Ich spürte Ambivalenzen, die historische Besetzung, grosse Vielfalt unterschiedlicher Deutungen und Skizzen, welches ein soziologisch, politisch, kulturell, psychologisch, ökonomisch, beziehungsrelevantes Thema wie dieses mit sich bringt. Ich musste feststellen, dass die Thematisierung von Männlichkeit polarisiert. In gewissen Momenten fühlte ich mich orientierungslos. Ich fand Zuversicht darin, darauf zu vertrauen, dass meine Darstellung dieser Auseinandersetzung genügt oder im besten Fall bereichernd sein kann – ähnlich einer der Haupterkenntnisse dieser Arbeit: Sicherheit in der eigenen Individualität zu finden. Ich habe enorm viel für meine zukünftige Therapietätigkeit als Sexologin lernen und mitnehmen dürfen.

Im Prozess dieser Arbeit motivierten mich die interessierten Nachfragen aus meinem Umfeld und auch die positiven Rückmeldungen von Fachpersonen insbesondere im Rahmen der Interviews. Die wiederkehrende Bestätigung, dass das Thema Männlichkeit, Verunsicherung und Sexualität im Kontext gesellschaftlicher Einflüsse im emanzipatorischen Wirkungsfeld nicht nur äusserst aktuell, sondern auch mit grossem Entwicklungsbedarf und -potenzial wahrgenommen wird, bestärkte mich zusätzlich.

Ich wünsche mir eine Gesellschaft, in der es zunehmend möglich wird, sich von einschränkenden Stereotypen, vermeintlichen Erwartungen und festgefahrenen Geschlechtskonstruktionen von Männlichkeit und Weiblichkeit zu befreien, um sich entfalten zu können. Ich hoffe, mit dieser Arbeit einen kleinen Beitrag dazu zu leisten.

Ein grosser Dank gilt …

allen Expert:innen, die an den Interviews teilgenommen und ihr wertvolles Fachwissen zu diesem spezifischen Thema geteilt haben. Ihre Grosszügigkeit, Offenheit und Unterstützung haben den empirischen Teil dieser Arbeit erst ermöglicht.

meinen Gutachter:innen Dr. Stefanie Gonin-Spahni und Prof. Dr. Heinz-Jürgen Voss für die sorgfältige Prüfung und Bewertung meiner Arbeit.

Ein besonderer Dank gilt …

meinem Partner Sascha, der mich die letzten dreieinhalb Jahre durch seine wunderbare Art in seinen Rollen als Mann, Partner und Vater unterstützt, motiviert und inspiriert hat.

meiner Tochter Bobbie für die erfrischend schonungslose Ablenkung und die Rückbesinnung auf das Bedeutsame im Leben.

meinen Eltern, die mir durch ihre Unterstützung viele zusätzliche Schreibstunden ermöglichten und von denen ich gelernt habe, was Engagement bedeutet.

meinem Bruder Emi fürs Dasein und Dableiben – und für sein formatierendes Handwerk.

Stephanie für die unzähligen Stunden Parallelarbeit, unseren Flow und unsere Freundschaft.

Flo für seine Verlässlichkeit als Freund und seine wortwörtliche Unterstützung.

Anna für ihre motivierenden Rückmeldungen mit wissenschaftlichem Gehalt.

und allen guten Menschen um mich herum für ihr Interesse, ihre Unterstützung und ihre Nachsicht in dieser intensiven Zeit.

Literaturverzeichnis

Anderson, E. (2009). *Inclusive masculinity: The changing nature of masculinities*. Routledge.

Ashe, F. (2007). *The New Politics of Masculinity: Men, Power and Resistance*. Routledge.

Baader, M. S., Bilstein, J., & Tholen, T. (2012). Vorwort. In M. S. Baader, J. Bilstein, & T. Tholen (Hrsg.), *Erziehung, Bildung und Geschlecht: Männlichkeiten im Fokus der Gender-Studies* (S. 9–19). VS Verlag für Sozialwissenschaften. https://doi.org/10.1007/978-3-531-19112-6

Baier, D., Kamenowski, M., Manzoni, P., & Haymoz, S. (2019). „Toxische Männlichkeit": Die Folgen gewaltlegitimierender Männlichkeitsnormen für Einstellungen und Verhaltensweisen. *Kriminalistik-Heidelberg: CF Müller GmbH, Kriminalistik, 1949*, *73*(7), 465–471.

Bänziger, P., Beljan, M., Eder, F., & Eitler, P. (Hrsg.). (2013). *Sexuelle Revolution? Zur Geschichte der Sexualität im deutschsprachigen Raum seit den 1960er Jahren*. Transcript.

Baugher, A. R., & Gazmararian, J. A. (2015). Masculine gender role stress and violence: A literature review and future directions. *Aggression and Violent Behavior*, *24*, 107–112. https://doi.org/10.1016/j.avb.2015.04.002

Baumgarten, D. (2019). „Wann ist man ein Mann?" Wandel männlicher Lebenslagen und Transformation von Männlichkeit. *blog interdisziplinäre geschlechterforschung*. https://doi.org/10.17185/GENDER/20190910

Baumgarten, D., Wehner, N., Maihofer, A., & Schwiter, K. (2017). „Wenn Vater, dann will ich Teilzeit arbeiten". Die Verknüpfung von Berufs- und Familienvorstellungen bei 30-jährigen Männern aus der deutschsprachigen Schweiz. *GENDER – Zeitschrift für Geschlecht, Kultur und Gesellschaft*, *Sonderheft 4*, 76–91.

Baur, N., & Luedtke, J. (2008). Konstruktionsbereiche von Männlichkeit. Zum Stand der Männerforschung. In N. Baur & J. Luedtke (Hrsg.), *Die soziale Konstruktion von Männlichkeit. Hegemoniale und marginalisierte Männlichkeiten in Deutschland* (S. 7–29). Verlag Barbara Budrich.

Behnke, C., & Meuser, M. (1997). Zwischen aufgeklärter Doppelmoral und partnerschaftlicher Orientierung. Frauenbilder junger Männer. *Zeitschrift für Sexualforschung*, *10*, 1–18.

Bischof, K. (2012). Sexocorporel in the promotion of sexual pleasure. *Pleasure and Health - Proceedings of the Nordic Association for Clinical Sexology NACS*, 60–68.

Bischof-Campbell, A., Hilpert, P., Burri, A., & Bischof, K. (2019). Body movement is

associated with orgasm during vaginal intercourse in women. *The Journal of Sex Research*, *56*(3), 356–366.

Böhnisch, L. (2004). *Männliche Sozialisation. Eine Einführung.* Juventa.

Bravo-Dr.-Sommer-Studie. (2009). *Studie 2009. Liebe! Körper! Sexualität!* Bauer Media Group.

Bridges, A. J., Sun, C. F., Ezzell, M. B., & Johnson, J. (2016). Sexual Scripts and the Sexual Behavior of Men and Women Who Use Pornography. *Sexualization, Media, & Society*, *2*(4), 1–14. https://doi.org/10.1177/2374623816668275

Brochmann, N., & Støkken Dahl, E. (2018). *Viva la Vagina. Alles über das weibliche Geschlecht*. Fischer.

Bundesamt für Statistik. (2023a). *Bildungsstand der Bevölkerung nach Geschlecht und Alter*. https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/bildung-wissenschaft/bildungsindikatoren/themen/wirkung/bildungsstand.html

Bundesamt für Statistik. (2023b). *Erwerbssituation nach Geschlecht und Familiensituation*. https://www.bfs.admin.ch/asset/de/17685895

Buschmeyer, A. (2008). Männlichkeitskonstruktionen Teilzeit arbeitender Väter. In N. Baur & J. Luedtke (Hrsg.), *Die soziale Konstruktion von Männlichkeit. Hegemoniale und marginalisierte Männlichkeiten in Deutschland* (S. 123–140). Verlag Barbara Budrich.

Byers, E., & Rehman, U. (2014). Sexual well-being. In D. Tolman & L. Diamond (Hrsg.), *APA Handbook of Sexuality and Psychology: Vol. 1 Person-Based Approaches* (S. 317–337). APA.

Chatton, D., Desjardins, J.-Y., Desjardins, L., & Tremblay, M. (2005). La sexologie clinique basée sur un modèle de santé sexuelle. *Psychothérapies*, *25*(1), 3–19. https://doi.org/10.3917/psys.051.0003

Connell, R. (2013). *Gender* (I. Lenz & M. Meuser, Hrsg.; Bd. 53). Springer Fachmedien Wiesbaden. https://doi.org/10.1007/978-3-531-19414-1

Connell, R. (2015). *Der gemachte Mann: Konstruktion und Krise von Männlichkeiten* (M. Meuser & U. Müller, Hrsg.; 4. Aufl., Bd. 8). Springer VS. https://doi.org/10.1007/978-3-531-19973-3

Connor, S., Edvardsson, K., Fisher, C., & Spelten, E. (2021). Perceptions and Interpretation of Contemporary Masculinities in Western Culture: A Systematic Review. *American Journal of Men's Health*, *15*(6). https://doi.org/10.1177/15579883211061009

Courtenay, W. (2000). Constructions of masculinity and their influence on men's well being: A theory of gender and health. *Soc Sci Med*, *50*, 1385–1401.

de Beauvoir, S. (1968). *Das andere Geschlecht. Sitte und Sexus der Frau*. Rowohlt.

Dekker, A. (2013). Was heißt: Sexualität ist »bio-psychosozial«? Über die erkenntnistheoretischen Grundlagen interdisziplinärer Sexualforschung. *Zeitschrift für Sexualforschung*, *26*(1), 34–43.

Dekker, A., & Matthiesen, S. (2015). Studentische Sexualität im Wandel: 1966–1981–1996–2012. *Zeitschrift für Sexualforschung*, *23*(3), 245–271.

Dekker, A., Matthiesen, S., Carwenka, S., Otten, M., & Briken, P. (2020). Gesundheit, sexuelle Aktivität und sexuelle Zufriedenheit. *Deutsches Ärzteblatt*, *117*, 645–652.

Delisle, B. (2015). Jugendsexualität zwischen medialer Darstellung und individuellem Erleben. *Korasion - Fachzeitschrift für Kinder- und Jugendgynäkologie – Mitteilungsblatt der Arbeitsgemeinschaft Kinder- und Jugendgynäkologie e.V*, *29*(2), 25–30.

Demirović, A., & Maihofer, A. (2013). Vielfachkrise und die Krise der Geschlechterverhältnisse. In M. Hildegard & A. Heilmann (Hrsg.), *Krise, Kritik, Allianzen: Arbeits- und geschlechtersoziologische Perspektiven* (S. 30–48). Beltz Juventa.

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* (S. 63–102). De Boeck Supérieur. https://doi.org/10.3917/dbu.elfek.2011.01.0063

Dienberg, M.-F., Oschatz, T., Piemonte, J. L., & Klein, V. (2023). Women's Orgasm and Its Relationship with Sexual Satisfaction and Well-being. *Current Sexual Health Reports*, *15*(3), 223–230. https://doi.org/10.1007/s11930-023-00371-0

Döring, N. (2015). Medien und Sexualität. In F. von Gross, D. Meister, & U. Sander (Hrsg.), *Medienpädagogik – ein Überblick* (S. 323–364). Beltz Juventa.

Döring, N. (2017). Männliche Sexualität im Digitalzeitalter: Aktuelle Diskurse, Trends und Daten. In Stiftung Männergesundheit (Hrsg.), *Sexualität von Männern: Dritter Deutscher Männergesundheitsbericht* (S. 39–75). Psychosozial-Verlag. https://doi.org/10.30820/9783837973037

Eagly, A. (1987). *Sex differences in social behavior: A social-role interpretation*. Erlbaum.

Eagly, A., & Wood, W. (1999). The origins of sex differences in human behavior: Evolved dispositions versus social roles. *American Psychologist*, *54*, 408–423.

Eisler, R. M., & Blalock, J. A. (1991). Masculine gender role stress: Implications for the assessment of men. *Clinical Psychology Review*, *11*(1), 45–60. https://doi.org/10.1016/0272-7358(91)90137-J

Eitler, P. (2010). Der »Neue Mann« des »New Age«. Emotion und Religion in der Bundesrepublik Deutschland 1970–1990. In M. Boruta & N. Verheyen (Hrsg.), *Die*

Präsenz der Gefühle. Männlichkeit und Emotion in der Moderne (S. 279–304). Transcript.

Elliott, K. (2016). Caring Masculinities: Theorizing an Emerging Concept. *Men and Masculinities*, *19*, 240–259.

Elmerstig, E., Wijma, B., Sandell, K., & Berterö, 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 & Reproductive Healthcare*, *5*(3), 149–155. https://doi.org/10.1016/j.srhc.2014.06.001

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 & Gynecology*, *34*(2), 82–89. https://doi.org/10.3109/0167482X.2013.793665

Farvid, P., & Braun, V. (2006). 'Most of Us Guys are Raring to Go Anytime, Anyplace, Anywhere': Male and Female Sexuality in Cleo and Cosmo. *Sex Roles*, *55*(5–6), 295–310. https://doi.org/10.1007/s11199-006-9084-1

Feldmann, D., & Habermann, I. (2002). Geschlechterrollen. In R. Kroll (Hrsg.), *Metzler Lexikon Gender Studies / Geschlechterforschung. Ansätze—Personen—Grundbegriffe* (S. 158–159). Weimar.

Fenske, U. (2012). Männlichkeiten im Fokus der Geschlechterforschung. Ein Überblick. In U. Fenske & G. Schuhen (Hrsg.), *Ambivalente Männlichkeit(en)—Maskulinitätsdiskurse aus interdisziplinärer Perspektive* (S. 11–26). Verlag Barbara Budrich.

Flick, U. (2014). *Sozialforschung: Methoden und Anwendungen. Ein Überblick für die BA-Studiengänge* (2. Aufl.). Rowohlt Taschenbuch Verlag.

Flick, U. (2016). *Qualitative Sozialforschung. Eine Einführung* (7. Aufl.). Rowohlt Taschenbuch Verlag.

Frey, M., Kriszio, M., & Jähnert, G. (2014). Männlichkeiten: Kontinuität und Umbruch. In M. Frey, M. Kriszio, & G. Jähnert (Hrsg.), *Bulletin Texte* (Bd. 41).

Früchtel, F., & Stahl, C. (1996). Ohne Titel. In A. Haase, N. Jösting, D. Vetter, & K. Mücke (Hrsg.), *Auf und nieder—Aspekte männlicher Sexualität und Gesundheit* (S. 61–88). Dgvt-Verlag.

Gehrig, P. (2010). Erektionsstörung – erektile Dysfunktion – ED. Sexualtherapie und Sexualberatung. In P. Gehrig & K. Bischof (Hrsg.), *Leitfaden Sexualberatung für die ärztliche Praxis* (S. 1–66). Pfizer AG.

Gehrig, P. (2013). *Grundlagen des Modell Sexocorporel*. Zürcher Institut für klinische Sexologie ZISS.

Gehrig, P. (o.J.). *Der vorzeitige Samenerguss und andere Probleme mit der Ejakulation beim Mann*. Zürcher Institut für klinische Sexologie ZISS.

Gernert, J. (2010). *Generation Porno. Jugend, Sex, Internet*. Fackelträger.

Geuter, U. (1999). *Körperpsychotherapie. Grundriss einer Theorie für die klinische Praxis.* Springer.

Gläser, J., & Laudel, G. (2010). *Experteninterviews und qualitative Inhaltsanalyse* (4. Aufl.). VS Verlag.

Goffmann, E. (2001). *Interaktion und Geschlecht* (2. Aufl.). Campus Verlag.

Gorden, R. (1975). *Interviewing. Strategies, techniques and tactics.* The Dorsey Press.

Grimm, P., Rhein, S., & Müller, M. (2010). *Porno im Web 2.0. Die Bedeutung sexualisierter Web-Inhalte in der Lebenswelt von Jugendlichen*. Vistas.

Haenfler, R. (2015). Transitioning to a New Manhood: Subcultures as Sites of Inclusive Masculinity. In D. Woodman & A. Bennett (Hrsg.), *Youth Cultures, Transitions, and Generations* (S. 127–141). Palgrave Macmillan UK. https://doi.org/10.1057/9781137377234_10

Haider, S. (2016). The Shooting in Orlando, Terrorism or Toxic Masculinity (or Both?). *Men and Masculinities*, *19*, 555–565.

Hauch, M. (2020). Wie wird behandelt; Funktionen der Verhaltensanleitungen im Wandel. In M. Hauch (Hrsg.), *Paartherapie bei sexuellen Störungen: Das Hamburger Modell—Konzept und Technik* (S. 74–76). Georg Thieme.

Hearn, J. (1987). *The Gender of Oppression: Men, Masculinity and the Critique of Marxism*. Wheatsheaf.

Helfferich, C. (2009). *Qualität qualitativer Daten. Manual zur Durchführung qualitativer Einzelinterviews* (3. überarb. Auflage). VS Verlag.

Henning, A. (2019). *Sex verändert alles. Aufklärung für Fortgeschrittene*. Rowohlt.

Hopf, C., & Schmidt, C. (Hrsg.). (1993). *Zum Verhältnis von innerfamilialen sozialen Erfahrungen, Persönlichkeitsentwicklung und politischen Orientierungen: Dokumentation und Erörterung des methodischen Vorgehens in einer Studie zu diesem Thema*. Institut für Sozialwissenschaften der Universität Hildesheim.

Hotz, S. (2021). *Lustbewusst. Gute Frauen kommen in den Himmel, sich selbst liebende Frauen kommen*. Komplett Media.

Hussy, W., Schreier, M., & Echterhoff, G. (2010). *Forschungsmethoden in Psychologie und Sozialwissenschaften: Für Bachelor*. Springer.

Kassner, K. (2008). Männlichkeitskonstruktionen von „neuen" Vätern. In N. Baur & J. Luedtke (Hrsg.), *Die soziale Konstruktion von Männlichkeit. Hegemoniale und*

marginalisierte Männlichkeiten in Deutschland (S. 141–163). Verlag Barbara Budrich.

Kay, M. (2009). Pornofilme für Frauen. *pro familia magazin*, *37*, 19–21.

Kiefer, A., & Sanchez, D. T. (2007). Scripting sexual passivity: A gender role perspective. *Personal Relationships*, *14*, 269–290.

Kimmel, M. (2000). *The gendered society*. Oxford University Press USA.

Klotz, T. (2017). Erektile Dysfunktion und Ejaculatio praecox. In Stiftung Männergesundheit (Hrsg.), *Sexualität von Männern: Dritter Deutscher Männergesundheitsbericht* (S. 311–319). Psychosozial-Verlag. https://doi.org/10.30820/9783837973037

Kringelbach, M., & Berridge, K. (2009). Towards a functional neuroanatomy of pleasure and happiness. *Trends in cognitive sciences*, *13*(11), 479–487.

Kruse, J. (2015). *Qualitative Interviewforschung. Ein integrativer Ansatz* (2. Aufl.). Beltz Juventa.

Kuckartz, U., & Rädiker, S. (2022). *Qualitative Inhaltsanalyse. Methoden, Praxis, Computerunterstützung* (5. Aufl.). Beltz Juventa.

Kunkel, D., Eyal, K., Biely, E., Cope-Farrar, K., Donnerstein, E., & Fandrich, R. (2003). *Sex on TV 3: A biennial report to the Kaiser Family Foundation*. Kaiser Family Foundation.

Kupers, T. (2005). Toxic masculinity as a barrier to mental health treatment in prison. *Journal of Clinical Psychology*, *61*, 713-724.

Lengersdorf, D., & Meuser, M. (2022). Männlichkeiten zwischen Neujustierung und Wandel? Persistenzen hegemonialer Männlichkeit. *GENDER – Zeitschrift für Geschlecht, Kultur und Gesellschaft*, *14*(1), 102–118. https://doi.org/10.3224/gender.v14i1.08

Levant, R. F. (2011). Research in the psychology of men and masculinity using the gender role strain paradigm as a framework. *American Psychologist*, *66*(8), 765–776. https://doi.org/10.1037/a0025034

Lewina, K. (2021). *Sie hat Bock*. DuMont.

Luterbach, M. (2021). Geschlechterforschung: Grundlagen einer geschlechterreflektierten Praxis der Männerarbeit. In M. Theunert & M. Luterbach (Hrsg.), *Mann sein...!? Geschlechterreflektiert mit Jungen, Männern und Vätern arbeiten. Ein Orientierungsrahmen für Fachleute* (1. Aufl., S. 26–52). Beltz Juventa.

Maihofer, A. (2007). Gender in Motion: Gesellschaftliche Transformationsprozesse—Umbrüche in den Geschlechterverhältnissen? Eine Problemskizze. In D. Grisard, J. Häberlein, A. Kaiser, & S. Saxer (Hrsg.), *Gender in Motion: Die Konstruktion von*

Geschlecht in Raum und Erzählung (Bd. 34, S. 281–315). Campus Verlag.

Maihofer, A. (2015). Sozialisation und Geschlecht. In K. Hurrelmann, U. Bauer, M. Grundmann, & S. Walper (Hrsg.), *Handbuch Sozialisationsforschung* (8. Aufl., S. 630–658). Beltz.

Maihofer, A. (2021). Wandel und Persistenz hegemonialer Männlichkeit. In AG Transformation von Männlichkeiten (Hrsg.), *Zeitdiagnose Männlichkeiten Schweiz* (S. 31–54). Seismo Verlag AG. https://doi.org/10.33058/seismo.30778

Maihofer, A., & Schutzbach, F. (2015). Vom Antifeminismus zum „Anti-Genderismus“: Eine zeitdiagnostische Betrachtung am Beispiel Schweiz. In S. Hark & P.-I. Villa (Hrsg.), *Gender Studies* (2. Aufl., S. 201–218). transcript Verlag. https://doi.org/10.14361/9783839431443-012

Martenstein, H. (2013). Schlecht, schlechter, Geschlecht. *Die Zeit Magazin*, *24*.

Martin, B. (2022). Lust auf Lust – Frauen und Sexualität. *Zeitschrift für Sexualforschung*, *35*(02), 111–115. https://doi.org/10.1055/a-1800-6528

Martschukat, J., & Stieglitz, O. (2005). *„Es ist ein Junge!“—Einführung in die Geschichte der Männlichkeiten in der Neuzeit*. edition diskord.

Martschukat, J., & Stieglitz, O. (2018). *Geschichte der Männlichkeiten* (2., aktualisierte Auflage). Campus Verlag.

McDermott, R., Pietrantonio, K., Browning, B., McKelvey, D., Jones, Z., Booth, N., & Sevig, T. (2019). In search of positive masculine role norms: Testing the positive psychology positive masculinity paradigm. *Psychology of Men & Masculinities*, *20*(1), 12–22. https://doi.org/10.1037/men0000160

Meier Magistretti, C. (2019). Einleitung. In C. Meier Magistretti (Hrsg.), *Salutogenese kennen und verstehen: Konzept, Stellenwert, Forschung und praktische Anwendung* (S. 17–21). Hogrefe.

Meuser, M. (2001). Männerwelten. Zur kollektiven Konstruktion hegemonialer Männlichkeit. *Schriften des Essener Kollegs für Geschlechterforschung*, *1*(2).

Meuser, M. (2005). Herausgeforderte Männlichkeit: Neue Zwänge oder neue Optionen. *SoWi*, *34*(3), 50–60.

Meuser, M. (2006). *Geschlecht und Männlichkeit. Soziologische Theorie und kulturelle Deutungsmuster* (2. überarbeitete und aktualisierte). VS Verlag für Sozialwissenschaften.

Meuser, M. (2012). Männlichkeiten in Bewegung. Zur Aktualität des Konzepts der hegemonialen Männlichkeit angesichts des Wandels von Erwerbsarbeit. In U. Fenske & G. Schuhen (Hrsg.), *Ambivalente Männlichkeit(en)—Maskulinitätsdiskurse aus interdisziplinärer Perspektive* (S. 147–163). Verlag

Barbara Budrich.

Meuser, M. (2022). Männlichkeitsforschung. Entwicklung, Befunde, Perspektiven. In K. Nowacki, K. Sabisch, & S. Remiorz (Hrsg.), *Junge Männer in Deutschland: Einstellungen junger Männer mit und ohne Zuwanderungsgeschichte zu Gender und LSBTI* (S. 3–20). Springer Fachmedien Wiesbaden. https://doi.org/10.1007/978-3-658-39235-2

Meuser, M., & Nagel, U. (2010). ExpertInneninterview: Zur Rekonstruktion spezialisierten Sonderwissens. In R. Becker & B. Kortendiek (Hrsg.), *Handbuch Frauen- und Geschlechterforschung: Theorie, Methoden, Empirie* (3. Aufl., S. 376–379). VS Verlag für Sozialwissenschaften.

Meyer-Hinrichs, K. (2024). *Art. Emanzipation, emanzipieren (Emanze, emanzipiert), Version 02/2024, zuerst 06/2023.* Wortgeschichte digital – ZDL. https://www.zdl.org/wb/wortgeschichten/Emanzipation

Münker-Kramer, E. (2014). EMDR in der Traumatherapie. *Psychopraxis. Neuropraxis*, *17*, 13–16. https://doi.org/10.1007/s00739-013-0136-3

Neuhof, C., & Hartmann, U. (2022). Männliche Luststörungen. In *Sexualmedizin für die Praxis: Sexualberatung und Kurzinterventionen bei sexuellen Störungen* (S. 233–250). Springer Berlin Heidelberg.

Nowacki, K., Sabisch, K., & Remiorz, S. (Hrsg.). (2022). *Junge Männer in Deutschland: Einstellungen junger Männer mit und ohne Zuwanderungsgeschichte zu Gender und LSBTI*. Springer Fachmedien Wiesbaden. https://doi.org/10.1007/978-3-658-39235-2

O'Hara, S. (2012). Monsters, playboys, virgins and whores: Rape myths in the news media's coverage of sexual violence. *Language and Literature*, *21*(3), 247–259.

Opitz-Belakhal, C. (2008). „Krise der Männlichkeit" – ein nützliches Konzept der Geschlechtergeschichte? *L'Homme*, *19*(2). https://doi.org/10.7767/lhomme.2008.19.2.31

Parent, M., Gobble, T., & Rochlen, A. (2019). Social media behavior, toxic masculinity, and depression. *Psychology of Men & Masculinities*, *20*(3), 277–287. https://doi.org/10.1037/men0000156

Pascoe, C., & Bridges, T. (2014). Hybrid Masculinities: New Directions in the Sociology of Men and Masculinities. *Sociology Compass*, *8*, 246–258.

Peplau, L. (2003). Human sexuality: How do men and women differ? *Current Directions in Psychological Science*, *12*(2), 37–40.

Petersen, J. L., & Hyde, J. S. (2011). Gender Differences in Sexual Attitudes and Behaviors: A Review of Meta-Analytic Results and Large Datasets. *The Journal of*

Sex Research, *48*(2–3), 149–165. https://doi.org/10.1080/00224499.2011.551851

Pohl, R. (2012). Männer – das benachteiligte Geschlecht? Weiblichkeitsabwehr und Antifeminismus im Diskurs über die Krise der Männlichkeit. *Gruppenpsychotherapie und Gruppendynamik*, *48*(3), 296–324.

Possinger, J. (2013). *Vaterschaft im Spannungsfeld von Erwerbs- und Familienleben: Neuen Vätern auf der Spur*. Springer Fachmedien. https://doi.org/10.1007/978-3-658-00709-6

Riek, S., & Salm, R. (2015). *Lustvoll Mann Sein. Expeditionen ins Reich männlicher Sexualität*. Kamphausen.

Sabo, A. (2007). Vision of New Porn – How Women Are Revising Porn to Match a Time of Greater Gender Equality. In S. Knudsen, L. Löfgren-Mårtenson, & S. Månsson (Hrsg.), *Youth, Gender and Pornography* (S. 221–237).

Sanchez, D. T., Crocker, J., & Boike, K. R. (2005). Doing Gender in the Bedroom: Investing in Gender Norms and the Sexual Experience. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *31*(10), 1445–1455. https://doi.org/10.1177/0146167205277333

Sanchez, D. T., Phelan, J. E., Moss-Racusin, C. A., & Good, J. J. (2012). The Gender Role Motivation Model of Women's Sexually Submissive Behavior and Satisfaction in Heterosexual Couples. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *38*(4), 528–539. https://doi.org/10.1177/0146167211430088

Schiftan, D. (2018). *Coming Soon. Orgasmus ist Übungssache – In 10 Schritten zum vaginalen Höhepunkt.* Piper.

Schubert, K., & Klein, M. (2020). Emanzipation. In *Das Politiklexikon* (7., aktual. u. erw. Aufl.). Dietz. https://www.bpb.de/kurz-knapp/lexika/politiklexikon/17396/emanzipation/

Schuppe, H.-C., Wolfgang Harth, & Elmar Brähler. (2020). *Praxishandbuch Männergesundheit: Interdisziplinärer Beratungs- und Behandlungsleitfaden*. Verlag Karl Alber GmbH.

Schutzbach, F. (2018). Dominante Männlichkeit und neoreaktionäre Weltanschauungen in der Pick-Up-Artist-Szene. *Feministische Studien*, *36*(2), 305–321. https://doi.org/10.1515/fs-2018-0034

Sigusch, V. (2000). Vom König Sex zum Selfsex. Über gegenwärtige Transformationen der kulturellen Geschlechts- und Sexualformen. In C. Schmerl, S. Soine, M. Stein-Hilbers, & B. Wrede (Hrsg.), *Sexuelle Szenen. Inszenierungen von Geschlecht und Sexualität in modernen Gesellschaften* (S. 229–249). Leske&Budrich.

Sørensen, A., & Kjørholt, V. (2007). How Do Nordic Adolescents Relate to Pornography?

In S. Knudsen, L. Löfgren-Mårtenson, & S. Månsson (Hrsg.), *Generation P. Youth, Gender and Pornography* (S. 87–102). Danish School of Education Press.

Spangenberg, L., & Brähler, E. (2020). Mannsein als Risikofaktor. In H.-C. Schuppe, W. Harth, & E. Brähler (Hrsg.), *Praxishandbuch Männergesundheit: Interdisziplinärer Beratungs- und Behandlungsleitfaden* (S. 3–10). Verlag Karl Alber GmbH.

Stein-Hilbers, M. (2000). *Sexuell werden*. VS Verlag für Sozialwissenschaften. https://doi.org/10.1007/978-3-663-11356-0

Stiftung Männergesundheit (Hrsg.). (2017). *Sexualität von Männern: Dritter Deutscher Männergesundheitsbericht*. Psychosozial-Verlag. https://doi.org/10.30820/9783837973037

Stuve, O., & Debus, K. (2012). Männlichkeitsanforderungen—Impulse kritischer Männlichkeitstheorie für eine geschlechterreflektierte Pädagogik mit Jungen. In Dissens e.V, K. Debus, B. Könneke, K. Schwerma, & O. Stuve (Hrsg.), *Geschlechterreflektierte Arbeit mit Jungen an der Schule: Texte zu Pädagogik und Fortbildung rund um Jungenarbeit, Geschlecht und Bildung* (S. 43–60). Dissens e.V.

Sztenc, M. (2020). *Embodimentorientierte Sexualtherapie: Grundlagen und Anwendung des Sexocorporel*. Klett-Cotta.

Sztenc, M. (2022). *Klappt's? Vom Leistungssex zum Liebesspiel—Ein Übungsbuch* (4. Aufl.). Hirzel.

Tervooren, A. (2006). *Im Spielraum von Geschlecht und Begehren. Ethnographie der ausgehenden Kindheit*. Juventa.

Theunert, M. (2023). *Jungs, wir schaffen das. Ein Kompass für Männer von heute.* Kohlhammer.

Theunert, M., & Luterbach, M. (2021). *Mann sein...!? Geschlechterreflektiert mit Jungen, Männern und Vätern arbeiten. Ein Orientierungsrahmen für Fachleute*. Beltz Juventa.

Thym, A., & Luterbach, M. (2021). Männer* und Feminismus. Plädoyer für einen emanzipatorischen Dialog. In AG Transformation von Männlichkeiten (Hrsg.), *Zeitdiagnose Männlichkeiten Schweiz* (S. 241–273). Seismo Verlag AG. https://doi.org/10.33058/seismo.30778

Thym, A., Luterbach, M., Baumgarten, D., & Peitz, M. (2021). Einleitung: Männer*, Männlichkeiten und die Schweiz. In AG Transformation von Männlichkeiten (Hrsg.), *Zeitdiagnose Männlichkeiten Schweiz* (S. 9–28). Seismo Verlag AG. https://doi.org/10.33058/seismo.30778

Tolman, D., & Diamond, L. (2014). Sexuality Theory: A Review, a Revision, and a

Recommendation. In D. Tolman & L. Diamond (Hrsg.), *APA Handbook of Sexuality and Psychology: Vol 1. Person-Based Approaches* (S. 3–27). APA.

Tschacher, W., & Storch, M. (1999). *Vom Embodiment-Konzept zur körperzentrierten Psychotherapie. Forschungsberichte der Abteilung für Psychiatrie.* Universitäre Psychiatrische Dienste Bern.

Valero Heredia, A. (2022). Feminism and Pornography: From mainstream pornography (hetero-patriarchal) to post-porn (non binary). *The Age of Human Rights Journal*, *18*, 221–238. https://doi.org/10.17561/tahrj.v18.7025

Velten, J., & Özdemir, U. (2023). *Sexuelle Funktionsstörungen bei Männern* (Bd. 87). Hogrefe.

Villa, P.-I. (2018). Die #metoo-Debatte. *POP*, *7*(1), 79–85. https://doi.org/10.14361/pop-2018-0109

Voss, H.-J. (2010). *Making Sex Revisited: Dekonstruktion des Geschlechts aus biologisch-medizinischer Perspektive*. transcript Verlag. https://doi.org/10.1515/9783839413296

West, C., & Zimmerman, D. (1991). Doing gender. In J. Lorber & S. Farell (Hrsg.), *The Social Construction of Gender* (S. 13–37). Sage.

WHO-Regionalbüro für Europa. (2015). *Definition »Sexuelle Gesundheit«*. https://www.who.int/health-topics/sexual-health#tab=tab_2

Williams, D., Thomas, J., Prior, E., & Walters, W. (2015). Introducing a Multidisciplinary Framework of Positive Sexuality. *Journal of Positive Sexuality*, 6–11.

Winter, R. (2022). *Porno, Sex und Männlichkeit: Wie junge Männer ihre Sexualität schaffen*. Beltz Juventa.

Winter, R., & Neubauer, G. (2001). *Dies und Das! Das Variablenmodell „balanciertes Junge und Mannsein" als Grundlage für die pädagogische Arbeit mit Jungen und Männern*. Neuling.

Wippermann, C. (2014). *Jungen und Männer im Spagat: Zwischen Rollenbildern und Alltagspraxis: Eine sozialwissenschaftliche Untersuchung zu Einstellungen und Verhalten*. Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend. https://www.bmfsfj.de/bmfsfj/service/publikationen/jungen-und-maenner-im-spagat-zwischen-rollenbildern-und-alltagspraxis-82866

Wippermann, C., Calmbach, M., & Wippermann, K. (2009). *Männer: Rolle vorwärts, Rolle rückwärts: Identitäten und Verhalten von traditionellen, modernen und postmodernen Männern*. Verlag Barbara Budrich. https://doi.org/10.2307/j.ctvdf0206

Wrede, B. (2000). Was ist Sexualität? Sexualität als Natur, Kultur und als Diskurprodukt.

In C. Schmerl, S. Soine, M. Stein-Hilbers, & B. Wrede (Hrsg.), *Sexuelle Szenen: Inszenierungen von Geschlecht und Sexualität in modernen Gesellschaften* (S. 25–43). VS Verlag für Sozialwissenschaften.

Zettl, S., & Hartlapp, J. (1997). *Sexualstörungen durch Krankheit und Therapie*. Springer Berlin Heidelberg. https://doi.org/10.1007/978-3-642-60809-4

Zillich, N. (2011). Pornografiekonsum unter Jugendlichen und die Flexibilisierung der Geschlechterrollen. *Zeitschrift für Sexualforschung*, *24*(04), 312–325. https://doi.org/10.1055/s-0031-1283843

Zurstiege, G. (2008). Fit und flott – und ein wenig sexy in schwarz-weiß: Die strukturelle Ambivalenz werblicher Medienangebote. In C. Holtz-Bacha (Hrsg.), *Stereotype? Frauen und Männer in der Werbung* (S. 107–123). VS Verlag für Sozialwissenschaften.

Abbildungs- und Tabellenverzeichnis

Abb. 1: Modell Sexocorporel, eigene Darstellung (angelehnt an Sztenc, 2020, S. 58).....29
Abb. 2: Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit (Visualisierung angelehnt an Sztenc, 2020, S.64).....31
Abb. 3: Gefühl der Zugehörigkeit zur eigenen Gendergruppe (Visualisierung angelehnt an Sztenc 2020, S.85ff) 32
Abb. 4: Auswertungsprozess inhaltlich strukturierender Inhaltsanalysen (eigene Darstellung nach Kuckartz und Rädiker, 2022, S. 132).....45
Abb. 5: Übersicht Codiersystem.....47
Abb. 6: Wordcloud Charakteristika Typenbeschreibung Betroffene (eigene Darstellung).....52
Abb. 7: Vorschlag Erweiterung Evaluation Gefühl der Zugehörigkeit zur eigenen Gendergruppe, eigene Darstellung.....82

Tab. 1: Übersicht Forschungs- und Leitfragen der Erhebung.....39
Tab. 2: Übersicht Expert:innen und ihre Tätigkeitsfelder / Bezeichnungen 43
Tab. 3: Tabellarische Zusammenstellung der thematisierten «Entwicklungsbereiche».....65
Tab. 4: Tabellarische Zusammenstellung von «Methodik auf Interventionsebene».....67
Tab. 5: Forschungsfrage 1 und entsprechende Leitfragen 73
Tab. 6: Forschungsfrage 2 und entsprechende Leitfragen 76
Tab. 7: SPSS Verfahren Quelle: Helfferich, 2009, zitiert nach Kruse, 2015, S. 227 100

Anhangsverzeichnis

Anhang a. Ausführungen zu Männlichkeitskonstruktionen und emanzipatorischer Diskurs

Anhang b. SPSS Verfahren nach Helfferich

Anhang c. Interviewleitfaden

Anhang d. Thematische Vorabinformationen für Interview-Teilnehmende

Anhang e. Codierleitfaden alle Kategorien; mit Ankerbeispielen

Anhang f. Einverständniserklärung Interview Teilnahme

Anhang g. Selbstständigkeitserklärung

erweiterter Anhang USB Datenträger

- Elektronische Version der Arbeit
- Transkripte Interviews
- MAXQDA Übersichten Codierte Segmente je Kategorie

Anhang

Anhang a.

Wippermann stellt fest, dass 74 % der Männer angeben, dass sie sich sowohl beruflich als auch privat für eine konsequente Gleichstellung einsetzen möchten. Während des gemeinsamen Lebens führen allerdings Ereignisse wie die Geburt eines Kindes oder ein Karrieresprung des Mannes häufig dazu, dass die zuvor angestrebte gleichgestellte Partnerschaft plötzlich in ein traditionelles Rollenmodell kippt. Trotz der ursprünglichen Absichten praktizieren 84 % der Männer in der Rushhour des Lebens zwischen 30 und 45 Jahren eine (teilweise) traditionelle Rollenteilung, während weitere 13 % eine konsequent traditionelle Rollenteilung leben. Dies geschieht entgegen ursprünglichen Vorstellungen und aus rein rationalen, ökonomischen Gründen (Wippermann, 2014, S. 10). Aktuelle wissenschaftliche Untersuchungen des Bundesamts für Statistik zeigen ähnliche Resultate für die Schweiz. Es sind in erster Linie die Frauen, die nach Familiengründung zuhause bleiben oder in Teilzeit arbeiten, während nur etwa 20% der Väter von kleinen Kindern ihr Arbeitspensum auf weniger als 100% reduzieren (Bundesamt für Statistik, 2023b). Diese Tendenz besteht, obwohl Frauen im Alter von 35 bis 44 Jahren mittlerweile genauso oft über einen Hochschulabschluss verfügen wie Männer. Unter den 25- bis 34-Jährigen verzeichnen Frauen sogar ein höheres Bildungsniveau als Männer (Bundesamt für Statistik, 2023a).

Anhang b.

S	**S**ammeln: Durch ein Brainstorming sollen möglichst viele Fragen gesammelt werden.
P	Über**p**rüfen: Vorliegende Fragen werden auf ihre Geeignetheit überprüft. Ungeeignete Fragen werden gestrichen.
S	**S**ortierung: Übriggeblieben Fragen werden inhaltlich sowie strukturell sortiert.
S	**S**ubsumieren: Geprüfte Fragen werden schliesslich in den Leitfaden eingeordnet, resp. subsumiert.

Tab. 7: SPSS Verfahren Quelle: Helfferich, 2009, zitiert nach Kruse, 2015, S. 227

Anhang c.: Interviewleitfaden

Anmerkungen für die Interviewführende in KURSIV

Schwerpunkt des Interviews
Verunsicherte Männlichkeit aufgrund aktueller Männlichkeitskonstruktionen mitunter im Kontext des emanzipatorischen Diskurses – Einfluss auf das Erleben und Gestalten der Paarsexualität aus Perspektive des Mannes

F1 Wie wirkt sich Verunsicherung aufgrund aktueller Männlichkeitskonstruktionen im erweiterten Kontext des emanzipatorischen Diskurses auf das Gestalten und Erleben der Paarsexualität aus Perspektive des Mannes aus?
Leitfrage 1: Wie häufig zeigen sich Anliegen im sexualtherapeutischen Praxisalltag, die sich auf eine Verunsicherung oder Auseinandersetzung mit der individuellen Männlichkeit und Rolle zurückführen lassen?
Leitfrage 2: In welcher Form zeigen sich entsprechende Anliegen (Verunsicherung) im sexualtherapeutischen Praxisalltag?

F2 Wie wird genannte Verunsicherung aus Sicht des Ansatzes Sexocorporel sexualtherapeutisch wahrgenommen und bearbeitet?
Leitfrage 3: Welche Entwicklungsbereiche lassen sich feststellen und in welchen Komponenten des Modells Sexocorporel sind entsprechende Schwerpunkte zu beobachten? (*allenfalls mit L2 beantwortet, dann nur zusammenfassen, überprüfen)*
Leitfrage 4: Was ist aus Sicht der Sexualtherapeut:innen zentral, um Auseinandersetzungen mit der eigenen Männlichkeit durch den gleichstellungsorientierten, reflektierten Mann zielführend zu begleiten?

Die aufgeführten Fragen dienen als Orientierung.
Einverständniserklärung erhalten; Aufnahme starten

Einstieg - 3 Min

- Vielen Dank für deine Bereitschaft für dieses Interview.
- Alles Formale haben wir vorab geklärt; Dauer: 60min, Ich starte jetzt die Screen-Aufnahme (Basis Transkript).
- Vorstellung: mich selbst (*SA / drum grosses Interesse an gesellschaftlichen Zusammenhängen/Einflüssen)*
  Meine Rolle: von Neugier geprägt, Versuch, ein breit verhandeltes Phänomen die verunsicherte Männlichkeit in seiner Qualität zu verstehen und Umgang damit weiterentwickeln. Möchte besser einschätzen, wo die sexualtherapeutische Praxis diesbezüglich steht. (Es gibt keine falschen Antworten.)
- Ich möchte mit dir über deine sexualtherapeutische Arbeit Männern sprechen – konkret über deine Erfahrung mit männlichen Klienten, die in der Paarsexualität verunsichert sind. Verunsichert aufgrund aktueller Männlichkeitskonstruktionen mitunter im Rahmen des emanzipatorischen Diskurses. In

einem zweiten Teil interessiert es mich, wie du anhand des Modells Sexocorporel sexologisch mit ihnen arbeitest und allenfalls besondere Herausforderungen siehst. Im Vordergrund stehen also Fragen zu deiner Erfahrung mit der Thematik.
Hast du bisher Fragen?

Bereich 1: Expert:in - 4 Min

Ziel	Konkrete Fragen	Ergänzende Fragen
Fachlicher Hintergrund Expert:in, Kennenlernen	1. Kannst du dich und deine Arbeit kurz vorstellen? 2. Seit wann arbeitest du als Sexualttherapeut:in? 3. Wie viele Jahre praktische Erfahrung hast du mit SC?	1. Arbeitest du mit einer spez. Zielgruppe häufig zusammen? 2. In welchem(n) Setting(s) / Pensum arbeitest du?

Klärung Zielgruppe / Erkenntnisinteresse / inhaltlicher Einstieg - 8 Min

Verunsicherung ist kein neues sexologisches Thema. Ich interessiere mich für eine spezifische Qualität davon / Quelle. Eine Herausforderung liegt darin diese so trennscharf wie möglich einzugrenzen. Deswegen wurde ein zweiseitiges Dokument mit thematischen Vorinformationen vorab versandt, mit Bitte um Vorablektüre (nach Möglichkeit).
Konntest du die thematischen Vorinformationen lesen / hast du sie präsent? Soll ich sie wiederholen?
Falls Antwort nein > ausführlich
Falls Antwort ja > Kurzfassung
Erwähnen, dass ich nun kurz etwas länger am Stück rede, danach aber nur noch Fragen stelle.

Ziel	Thematische Eingrenzung	Definitorische Eingrenzung «neuer Mann» (Chiffre)
Gegenstandsbereich definieren **Input «lang»**	Männlichkeit erhält medial, populärwissenschaftlich aktuell viel Aufmerksamkeit. Stichworte: «Neue Männlichkeit», angemessen Mannsein, toxische Männlichkeit, Gleichstellungsdebatte, verunsicherte Männlichkeit ***Männlichkeit**:* Aus Literatur lässt sich festhalten: Die Überlagerung von Männlichkeitsanforderungen, die	Mich interessieren Betroffene à la **«ganzheitlicher, reflektierter, konsequent gleichstellungsorientierter Mann»** Zu dieser Definition gelange ich auf Grundlage einer Studie, die dominante Selbstbilder zur Männlichkeit erhob. Weit verbreiteten Idealbild ist das des «neuen Mannes» (über 60%) (vgl. Wippermann, 2014)

	Gleichzeitigkeit und Widersprüchlichkeit von Erwartungen fordert Männer heraus. Das Nebeneinander von tradierten und modernen Narrativen bzgl. Rolle kann zu Herausforderung und auch Verunsicherung in der Männlichkeit führen. Männlichkeit wird durch verschiedene Einflussfaktoren beeinflusst: - Flexibilisierung der Arbeitsverhältnisse / Strukturwandel der Erwerbsarbeit (Haupternährer vs. Familienpräsenz) - Pluralisierung von Familienentwürfen - veränderte Fürsorgeansprüche - veränderte Partnerschaftsdynamiken / widersprüchliche Partnerinnenerwartungen - gesellschaftlicher Diskurs / Problematisierung des Mannes - herausgeforderte Selbstwahrnehmung (z.b Umgang mit Emotionen, Erwartungen Soft skills) - fehlende Vorbilder - Verschiebungen in unterschiedlichen Bereichen aufgrund emanzipatorischer Bestrebungen zur Gleichstellung u.v.m. ***Sexualität:*** Männliche Sexualität wird immer noch in erster Linie problematisiert, glorifiziert oder stereotypisiert. Vorstellungen männlicher Sexualität sind tendenziell nach wie vor hegemonial (dominant) geprägt, können bspw. durch Mainstream-Pornografie (nicht nur, aber auch) so vermittelt werden. Es gibt auch Studien die zeigen, dass sich sexuelle Interaktion oftmals an tradierten Erwartungen der Geschlechterrolle orientiert. Ein Wandel diesbezüglich ist anzunehmen, analog der sexuellen Emanzipation der Frau. Es fehlt Forschung dazu.	Dieser Typ Mann distanziert sich vom klassischen Mann, integriert «weiche» Qualitäten, Zugang zu Gefühlen, Zärtlichkeit, gleichzeitig bewahrt er männliche Qualitäten. Er hinterfragt Alltagsstrukturen, grenzt sich von patriarchalischen Werten ab, ist sehr an Gleichstellung interessiert, selbstreflektiert und in Aufbruch. Das ist ein Leitbild. Spannungsfeld ist u.U. gross dies in die Sexualität zu übersetzen (vor dem Hintergrund erwähnter Widersprüchlichkeiten und Prägung durch Gesellschaft) **Alter:** 30-45 Jahre, in der «Rushhour des Lebens», evtl. Vater, aber nicht zwingend. **Emanzipatorische Diskurs** verstehe ich mit doppelter Bedeutung: - Geschlechtergleichstellung (Emanzipation der Frau) - Emanzipation des Mannes (Befreiung aus widersprüchlichen/begrenzenden Erwartungen) **Fokus:** aus der Perspektive des Mannes **// nur evtl. //** **Nach Sexocorporel**: in der Zugehörigkeit zur Gendergruppe kongruent. Betroffener wird durch die Widersprüchlichkeiten in der gesellschaftlichen Wahrnehmung seiner Gendergruppe verunsichert. Er weiss nicht mehr, womit er eigentlich kongruent ist oder sein soll, was sich auf seine individuelle Selbstwahrnehmung sprich Gsk und sexuelle Selbstsicherheit niederschlägt. //

	Ziel der Erhebung: Mein Fokus liegt auf Verunsicherung, die im Zusammenhang mit aktuellen Männlichkeitskonstruktionen im erweiterten Kontext des emanzipatorischen Diskurses steht. **Ich möchte besser verstehen, wie sich diese Auseinandersetzung mit Männlichkeit auf das Erleben in der Paarsexualität niederschlägt.**	
Nachfrage / Klärung	Ich bitte dich die Fragen vor diesem Hintergrund meines kurzen Inputs zu beantworten. Ich spreche ab jetzt von «Verunsicherung» und meine damit «Verunsicherung in der eigenen Männlichkeit aufgrund aktueller Männlichkeitskonstruktionen im erweiterten Kontext des emanzipatorischen Diskurses». Hast du Fragen bevor wir weiterfahren?	

Kurzversion Input

Mich interessieren Betroffene mit den Attributen: **«ganzheitlich, reflektiert, konsequent gleichstellungsorientierter Mann»;** der «neue Mann» per Definition des Leitbildes, Alter 30-45, evtl. Vater, Perspektive des Mannes

Spannungsfeld spürbar, die überlagernden/widersprüchlichen Männlichkeitsanforderungen in die Sexualität zu übersetzen, da männliche Sexualität doch oft noch an tradierten Vorstellungen orientiert ist.

Der Fokus der Erhebung liegt auf Verunsicherung, die im Zusammenhang mit aktuellen Männlichkeitskonstruktionen im erweiterten Kontext des emanzipatorischen Diskurses steht.

Ich möchte besser verstehen, wie sich diese Auseinandersetzung mit Männlichkeit auf das Erleben der Männlichkeit in der Paarsexualität niederschlägt.

Ich bitte dich die Fragen vor diesem Hintergrund meines kurzen Inputs zu beantworten.

Ich spreche ab jetzt von «Verunsicherung» und meine damit «Verunsicherung in der eigenen Männlichkeit aufgrund aktueller Männlichkeitskonstruktionen im erweiterten Kontext des emanzipatorischen Diskurses».

Hast du Fragen bevor wir weiterfahren?

ÜBERLEITUNG:
Meine Gesprächsstruktur gliedert sich in zwei Teile:
1. geht es um eine allgemeine Annäherung. Mich Interessiert die **Verbreitung/Präsenz der Thematik** und der **konkreten Ausgestaltung / Form** möglicher Anliegen, mit denen Betroffene Therapie/Beratung aufsuchen.
2. geht es um die **Einordnung nach SC**, der **Wahrnehmung und Bewältigung auf Interventions- und Prozessebene** durch die sexologische Fachperson.

Bereich 2: Einfluss auf Gestaltung / Erleben der Paarsexualität: Häufigkeit - 5 Min

Wie häufig zeigen sich Anliegen, die mit einer Verunsicherung / Auseinandersetzung mit der individuellen Männlichkeit und Rolle im Zusammenhang stehen?

Ziel	Konkrete Fragen	Ergänzende Fragen
F1, L1 Trend / Präsenz / Barometer	**1.** Wie häufig begegnen dir Anliegen im Praxisalltag, mit einer Verunsicherung durch die Auseinandersetzung mit der individuellen Rolle im Zusammenhang stehen?	1. Beobachtest du Veränderungen in den letzten Jahren? 2. Widerspiegelt sich die präsente gesellschaftliche Thematisierung in der Praxis?

Bereich 3: Einfluss auf Gestaltung / Erleben der Paarsexualität: Form - 10 Min

In welcher Form zeigen sich entsprechende Anliegen (Verunsicherung) im sexualtherapeutischen Praxisalltag?

Ziel	Konkrete Fragen	Ergänzende Fragen
F1, L2 Form	1. Welche Erstanliegen stehen im Vordergrund? 2. Wie häufig verbalisieren Klienten selbst Verunsicherung als Thema? 3. Was sind Auseinandersetzungen oder Konflikte oder Ängste - von Klienten selbst benannt? - aus fachlicher Einschätzung? - Aus spez. Paartherapeutischer Sicht? 4. **Worin** fühlen sich Männer verunsichert – konkret. 5. **Wodurch** fühlen sich Männer verunsichert – konkret.	1. Inwiefern lassen sich sexuelle Funktionsprobleme mit der Verunsicherung in Relation bringen viceversa? 2. Welche sexuellen Funktionsproblemen sind das (häufig)? 3. Inwiefern ordnest du diese Verunsicherung als … ein? - direkter Effekt - indirekter Effekt (über die veränderte Wahrnehmung der Partnerin)

	6. Welche Erwartungen haben sie selbst an sich als sexueller Mann in der Paarsexualität / Idealbild Liebhaber/Sexualpartner? 7. Was sind Kompensationsmuster / Lösungsversuche (gelingend oder nicht) die Verunsicherung zu regulieren / abzubauen?	

Bereich 4: Wahrnehmung und Intervention nach Sexocorporel - 10 Min

Wie wird Verunsicherung aus Sicht des Ansatzes Sexocorporel sexualtherapeutisch wahrgenommen und bearbeitet?

Ziel	Konkrete Fragen	Ergänzende Fragen
F2, L3 Einordnung Komponenten SC	1. In welchen Bereichen / Komponenten des Modell Sexocorporel sind die Anliegen, Themen, Entwicklungsbereiche einzuordnen? - Schutzfaktoren / Belastungsfaktoren 2. Ich nehme Tendenzen wahr, in welchen Komponenten nach SC sich Verunsicherung niederschlägt – steht etwas für dich klar im Vordergrund? 3. Welche Entwicklungsbereiche lassen sich feststellen?	*(allenfalls mit L2 beantwortet oder daraus abzuleiten, dann zusammenfassen, überprüfen)* Physiologie, Beziehung, Kognition, Sexodynamik

Bereich 5: Wahrnehmung und Intervention nach Sexocorporel - 15 Min

Wie wird Verunsicherung aus Sicht des Ansatzes Sexocorporel sexualtherapeutisch wahrgenommen und bearbeitet?

Ziel	Konkrete Fragen	Ergänzende Fragen
F2, L4	1. Was ist aus Sicht der Sexualtherapeut:innen zentral, um Auseinandersetzungen mit der eigenen Männlichkeit durch den gleichstellungsorientierten, reflektierten Mann zielführend zu begleiten? (offen)	(Ansprache eines Themas ist auch schon eine Intervention)

	2. **Interventionsebene**: Was sind Methoden die dir besonders geläufig, zielführend erscheinen, in welchen Komponenten? Wie arbeitest du an: - begrenzenden Normen? - Wie unterstützt du die Differenzierung von GsK und Ggg (Archetyp vs. Stereotyp) - Erotisierung des Gsk (Gefühl der Verb. Zu sex. K) - Sexueller Exhibitionismus und Narzissmus fördern (sex. Selbstsicherheit) - Begehren: emotional / genital; Differenzierung/Zugang 3. **Interventionsebene**: wie zielführend erlebst du die Interventionen nach SC? 4. **Prozessgestaltung**: Erlebst du besondere Herausforderungen? Was als besonders hilfreich (Sprache, Haltung, …) / motiviert im Prozess halten 5. **Präventionsebene** **Individuell:** Wo siehst du Schutzfaktoren? *(evtl schon beantwortet)* **Gesellschaftlich**: Wie sollten Männer von Morgen sozialisiert werden, damit die Integration von Emotionalität und Genitalität in die Sexualität gelingt? Ein wichtiger Beitrag auf gesellschaftlicher Ebene?	*/// **Reserve:*** - *Birgt dieses Veränderung des Verständnisses von Männlichkeit Potential für positive Entwicklung? Inwiefern?* - *Welche Ergänzungen, Weiterentwicklungen braucht es deiner Meinung?* - *Welche Begrenzungen (SC) erlebst du in der Praxis? Herausforderungen?* Sexuelle Bildung?

Abschluss - 5 Min.

Wir nähern uns dem Ende des Gesprächs. Ich habe meine vorbereiteten Fragen gestellt.
Gibt es denn von deiner Seite mit Blick auf das Thema noch etwas, was dich wichtig dünkt? Was nicht ausreichend Platz fand?

Anhang d.: Vorabinformationen für Interview-Teilnehmende

Schwerpunkt des Interviews

Verunsicherte Männlichkeit aufgrund aktueller Männlichkeitskonstruktionen mitunter im Kontext des emanzipatorischen Diskurses – Einfluss auf das Erleben und Gestalten der Paarsexualität aus Perspektive des Mannes

Thematische Eingrenzung und Ziel der Erhebung

Männlichkeit erhält medial, populärwissenschaftlich aktuell viel Aufmerksamkeit. Stichworte: «Neue Männlichkeit», angemessen Mannsein, toxische Männlichkeit, Gleichstellungsdebatte, verunsicherte Männlichkeit etc.

***Männlichkeit**:* Aus der Literatur lässt sich festhalten: Überlagerung von Männlichkeitsanforderungen, Gleichzeitigkeit und Widersprüchlichkeit von Erwartungen fordert Männer heraus. Das Nebeneinander von tradierten und modernen Narrativen bzgl. Rolle kann zu Herausforderung und auch Verunsicherung in der Männlichkeit führen.
Männlichkeit wird durch verschiedene Einflussfaktoren beeinflusst (beispielhafte Auflistung):

- Flexibilisierung der Arbeitsverhältnisse / Strukturwandel der Erwerbsarbeit (Haupternährer vs. Familienpräsenz)
- Pluralisierung von Familienentwürfen
- veränderte Fürsorgeansprüche
- veränderte Partnerschaftsdynamiken / widersprüchliche Partnerinnenerwartungen
- gesellschaftlicher Diskurs / Problematisierung des Mannes
- herausgeforderte Selbstwahrnehmung (z.b Umgang mit Emotionen, Erwartungen Soft Skills)
- fehlende Vorbilder
- Verschiebungen in unterschiedlichen Bereichen aufgrund emanzipatorischer Bestrebungen
- u.v.m.

Sexualität: Männliche Sexualität wird immer noch in erster Linie problematisiert, glorifiziert oder stereotypisiert. Vorstellungen männlicher Sexualität sind tendenziell nach wie vor hegemonial (dominant) geprägt, können bspw. durch Mainstream-Pornografie (nicht nur, aber auch) so vermittelt werden. Es gibt Studien, die zeigen, dass sich sexuelle Interaktion oftmals an tradierten Erwartungen der Geschlechterrolle orientiert. Ein Wandel diesbezüglich ist anzunehmen, analog der sexuellen Emanzipation der Frau. Es fehlt Forschung dazu.

Ziel der Erhebung:

Der Fokus der Erhebung liegt auf Verunsicherung, die im Zusammenhang mit aktuellen Männlichkeitskonstruktionen im erweiterten Kontext des emanzipatorischen Diskurses steht.
Ich möchte besser verstehen, wie sich diese Auseinandersetzung mit Männlichkeit auf das Erleben in der Paarsexualität niederschlägt.

Definitorische Eingrenzung «neuer Mann»

Mich interessieren Betroffene die folgende Beschreibung erfüllen: **«ganzheitlicher, reflektierter, konsequent gleichstellungsorientierter Mann»**

Zu dieser Definition gelange ich auf Grundlage einer Studie, die dominante Selbstbilder zur Männlichkeit erhob. Weit verbreiteten Idealbild ist das des «neuen Mannes» (über 60%) (vgl. Wippermann, 2014).

Dieser Typ Mann distanziert sich vom klassischen Mann, integriert «weiche» Qualitäten, Zugang zu Gefühlen, Zärtlichkeit, gleichzeitig bewahrt er männliche Qualitäten. Er hinterfragt Alltagsstrukturen, grenzt sich von patriarchalischen Werten ab, ist sehr an Gleichstellung interessiert, selbstreflektiert und in Aufbruch.

Spannungsfeld ist u.U. gross dies in die Sexualität zu übersetzen (vor dem Hintergrund erwähnter Widersprüchlichkeiten und Prägung durch Gesellschaft)

Alter: 30-45 Jahre, in der «Rushhour des Lebens», evtl. Vater, aber nicht zwingend.

Emanzipatorische Diskurs verstehe ich mit doppelter Bedeutung:

- Geschlechtergleichstellung (Emanzipation der Frau)
- Emanzipation des Mannes (Befreiung aus widersprüchlichen/begrenzenden Erwartungen)

Fokus: Perspektive des Mannes

Ablauf Gespräch

Im ersten Teil des Gesprächs geht es um eine allgemeine Annäherung. Mich interessiert die **Verbreitung/Präsenz der Thematik** und der **konkreten Ausgestaltung / Form** möglicher Anliegen, mit denen Betroffene Therapie/Beratung aufsuchen.

Im zweiten Teil geht es um die **Einordnung nach Sexocorporel**, der **Wahrnehmung und Bewältigung auf Interventions- und Prozessebene**.

Forschungsfragen und Leitfragen zur Übersicht:

F1 Wie wirkt sich Verunsicherung aufgrund aktueller Männlichkeitskonstruktionen im erweiterten Kontext des emanzipatorischen Diskurses auf das Gestalten und Erleben der Paarsexualität aus Perspektive des Mannes aus?

Leitfrage 1: Wie häufig zeigen sich Anliegen im sexualtherapeutischen Praxisalltag, die mit einer Verunsicherung durch die Auseinandersetzung mit der individuellen Männlichkeit und Rolle im Zusammenhang stehen?

Leitfrage 2: In welcher Form zeigen sich entsprechende Anliegen (Verunsicherung) im sexualtherapeutischen Praxisalltag?

F2 Wie wird genannte Verunsicherung aus Sicht des Ansatzes Sexocorporel sexualtherapeutisch wahrgenommen und bearbeitet?

Leitfrage 3: Welche Entwicklungsbereiche lassen sich feststellen und in welchen Komponenten des Modells Sexocorporel sind entsprechende Schwerpunkte zu beobachten?

Leitfrage 4: Was ist aus Sicht der Sexualtherapeut:innen zentral, um Auseinandersetzungen mit der eigenen Männlichkeit durch den gleichstellungsorientierten, reflektierten Mann zielführend zu begleiten? Welche Methoden eignen sich?
(Intervention-/Prozess-/ Präventionsebene)

Anhang e.

Codierleitfaden

Kategorien			inhaltliche Beschreibung	Ankerbeispiel
Expert:innenprofil und Zielgruppencharakteristik			Alle Nennungen zur fachlichen Expertise, Ausbildungen, besonderer Erfahrung, Tätigkeitsbereichen Alle Nennungen zur Charakterisierung der Klientel bzgl. demografischem Hintergrund; fachliche Erklärungen und Beobachtungen zum eigenen Klientel als Zielgruppe Alle Aussagen zu männlich geprägtem Klientenverhalten, Charakteristika als Zielgruppe	
	Demographischer Hintergrund / Einzugsraum der fachlichen Tätigkeit		Alle Nennungen zur Charakterisierung der Klientel bzgl. demografischem Hintergrund, Erklärungen und Beobachtungen zum eigenen Klientel als Zielgruppe	E: Ich arbeite im Saarland, das ist relativ kleinstädtisch. Ich habe viele Menschen aus dem Umland also das sind einfach, wie soll ich sagen, ohne dass es abwertend oder despektierlich klingt: Es ist ein grosser Unterschied zu Berlin Kreuzberg.
	Fachliches Profil der:des Expert:in		Alle Nennungen zur fachlichen Expertise, Ausbildungen, besonderer Erfahrung, Tätigkeitsbereichen	E: Also Sexocorporel spielt in der Sexualtherapie eine sehr grosse Rolle. Ich arbeite eigentlich vor allem mit Sexocorporel, weil es für mich einfach das Mittel der Wahl ist. Ich arbeite im Paarsetting, allein, Männer - junge Männer bis alte Männer und mit Frauen alleine. Ja eigentlich alle Settings.
	männlich geprägtes Klientenverhalten; Charakteristika		Alle Aussagen zu männlich geprägten Klientenverhalten, Charakteristika als Zielgruppe	E: Andere Männer würden viel länger aussitzen, was sehr klassisch ist. Gar nicht wahrnehmen, dass es ihnen nicht gut geht, sie merken, es geht mir nicht gut, ich nehme das ernst, ich rede mit meiner Frau. Und das gibt Streit - Das ist völlig normal. Sie holen sich Unterstützung.
Wandel Männlichkeit / Weiblichkeit			Alle Aussagen zum Wandel der Perzeption von Männlichkeit in unserer Gesellschaft Beobachtungen, Äusserungen zu weiblicher Sexualität / auch Nennungen zum Wandel diesbezüglich	
	Männlichkeit / Männliche Sexualität		Alle Aussagen zum Wandel der Perzeption von Männlichkeit in unserer Gesellschaft	E: Und damals war das wirklich so, da war ich auch noch ein junger Mann könnte man sagen, es gab einfach eine männliche Figur. Es war, na du musstest einen Waschbrettbauch haben.. du Musstest eine Indianerbrust - das sagt man ja heute nicht mehr - aber so ausgeprägte Brustmuskeln haben, na. Dann gab es auch immer so Leitsätze wie 'da muss die Frau sich anlehnen können' und so und das war wirklich eigentlich etwas Vergleichbares. Die Attribute waren anders. Es war sehr körperbezogen und der leichteste Bauchansatz gab dann schon immer mal auch leichte Kommentare. So nach dem Motto 'hä was ist da mit dir, hast du schon Bauch' und so weiter. Das ist etwas, finde ich - zwar ist eine andere Epoche - aber es ist etwas ähnliches, was jetzt passiert, nur jetzt passiert das auf mentaler Ebene.
	weibliche Sexualität / Wandel		Beobachtungen, Äusserungen zu weiblicher Sexualität / auch Nennunge zum Wandel diesbezüglich	E: Und das ist ja auch richtig. Das ist auch gut, dass die Frauen jetzt dürfen. Das ist ja zum Glück nicht mehr früher. Frauen dürfen ja sagen, 'ich will Sex' und fordern von ihrem Mann 'ja ich will Sex und weisst du was, sonst hole ich mir es woanders'. Es gibt viele Frauen, die ich jetzt so erlebe und das ist gut so
Häufigkeit von Anliegen der Verunsicherung			Trend / Präsenz / Barometer: Alle Nennungen zur Häufigkeit und Präsenz (Zahlen, Prozente aber div. Begriffe über Häufigkeiten) von Anliegen in der Alltagspraxis, die sich klar auf eine Verunsicherung oder Auseinandersetzung mit der individuellen Männlichkeit und Rolle zurückführen lassen	
	Veränderung / Dynamik letzte Jahre		Anworten auf Frage: Wiederspiegelt die Präsenz / Häufigkeit der Thematik in der Praxis den Zeitgeist der vermehrter Thematisierung aktuell? Fokus Dynamik Sind Anliegen häufiger Thema? Lassen sich Beobachtungen festhalten?	I: Merkst du da eine Dynamik? E: Ja, auf jede Fall. Eine Differenzierung, eine Auseinandersetzungsbereitschaft vor allem von jüngeren Männern. E: Hmmm *(denkt nach)* . Es ist auch schwierig zu beantworten, ich würde sagen unter dem Strich. und das gilt nur für Saarland. Und Saarbrücken ist nun mal keine Grossstadt. Da würde ich sagen 'nein'.
	aktuell / heute		Aussagen zur Häufigkeit und Präsenz der Thematik aus aktueller Sicht Aktuelle Situation heute	E: Weil ich finde es so total wichtig und eben interessant ist, es begegnet mir ja eigentlich in allen Therapien. Ich sehe dann, das Thema kommt überall, das kommt immer.
Erscheinungsform von Verunsicherung			Alle Nennungen zu wie diese spezifische Qualität von Verunsicherung in der Paasexualität in Erscheinung tritt / sich beobachten lässt	
	Typenbeschreibung		Alle Aussagen zu Charakteristika, cpersönliche Veranlagung, beruflichen, sozialen Mustern, die Betroffene von Verunsicherung aufweisen	E: Oder gerade Männer, junge 30-Jährige, ehrlich gesagt PH-Studenten / Soz-studenten, coole, schöne, junge Männer, die nicht Grenzen verletzen wollen, aber sagen: 'Shit', die ein Gespür haben für 'Ich kann es aber nie komplett ausschliessen'
	Erstanliegen im Vordergrund (Anlass)		Alle Aussagen zu Erstanliegen, die sich vordergründig zeigen (Anlassanliegen), im Zusammenhang mit VerunsicherungDEF	E: die Anliegen, mit denen die kommen. Das sind in erster Linie sexuelle Funktionsstörungen: Erektionsstörungen, zu früh kommen, eine Mischung davon. Keine Lust mehr auf Sexualität. Oder eben auch Aussenbeziehungen, eigene oder die der Partner:Partnerin - da brauche ich jetzt nicht zu gendern.
		EP	Nennungen zu Ejaculation Praecox	
		Aussenbeziehungen	Erwähnungen zu Bedürfnis / Problematik mit Aussenbeziehungen	
		Unlust	Alle Nennungen zu fehlender Appetenz	
		bezahlter Sex	Nennungen zu Wertekonflikt bzgl. Inanspruchnahme von bezahltem Sex	
		Erektionsprobleme	Alle Aussagen die erektile Dysfunktionen benennen	
		Heterozentrierung	Nennungen zu übermässiger Konzentration auf die Bedürfnisse / Wohlbefinden / Lust / Befriedigung der Partnerin	
		Porno	Problematiken / Wertekonflikte mit Pornokonsum	
		Datingverhalten, sexuelle Motivation	lustorientiertes Daten, genitales Bedürfnis gewichten im Kennenlernen > Wertekonflikt zb. Tinder	
	Vorstellungen / Erwartungen männlicher Sexualität		Aussagen dazu, welche Erwartungen / Vorstellungen Männer selbst von männlicher Sexualität haben	E: Und dann aber ja trotzdem eigentlich quasi fähig sein, immer zu können oder sofort können. Also quasi die Kombination mit dieser Erektion, die dünkt mich schon sehr stark. Und das beisst sich ja sehr. Aber das merken die Männer natürlich, dass sich das so beisst, das checken sie ja nicht. Sie haben das Gefühl, ja aber ein richtiger moderner Mann, der muss das alles gleichzeitig können. Aber das erkläre ich ihnen dann erst anhand vom Sexocorporel, dass sich das eben ein bisschen beisst.
	Funktionsstörungen mit engem Bezug		Alle Aussagen zu Funktionsstörungen, die durch einen enge Verbindung mit Themen der Verunsicheung stehen Schnittmenge mit Erstanliegen nicht zu vermeiden, nicht alle Funktionsstörungen oder Aussagen dazu sind aber zwingend als Anlassanliegen / Erstanliegen abgebildet, weswegen es eine eigene Kategorie bildet.	E: Bei erektiler Dysfunktion dort finde ich es sehr, sehr eindrücklich, wie gehemmt oder eben verunsichert - aber ich würde jetzt in dem Fall fast sagen gehemmt - Männer, junge Männer sind, dass sie zu ihrer Intrusivität stehen. Dass sie auch sagen dürfen, ja doch.. also ich darf ... (sucht nach dem passenden Wort) "aggredere", ich darf intrusiv sein und dies auch begehren oder eine Frau in dieser Art auch quasi von Penis aus mit dieser Erektion auch begehren.

	Verunsicherung selbstgenannt / oder nicht		alle Aussagen dazu ob die Thematik selbstgenannt oder eben nicht selbstgenannt aufkommt	E: Kommt mir kein Patient in den Sinn, der sagt 'ich komme weil, ich bin verunsichert'. Weisst du, einer der das auch so formulieren würde. Da würde ich sagen das gibts nicht. Aber interessanterweise immer sobald man anfängt zu arbeiten, mit was auch immer oder, sobald ich mit Sexocorporel anfangen zu therapieren, dann kommt es.
	Wodurch / Quellen		Alle Aussagen die Hinweise liefern, wodurch VerunsicherungDEF entsteht Wodurch sind diese Männer verunsichert? Was sind relevant Faktoren, die zu Verunsicherung führen	E: Also hohen Leistungsdruck, ja jetzt im Allgemeinen. Da hat sich aber an Männerrollen eben auch Vieles schon modernisiert, aber in der Sexualität trifft es und damit meine ich auch genau diese Männer, die du als moderne Männer beschreibt, da werden sie von dem alten Männerbild wieder eingeholt.
		stark im Kopf / Kognition	Nennungen zu Tendenzen kognitiv; analytisch, stärker in Gedanken, weniger im Körper	
		Orientierung an Leitbilder / soziologisch geprägt / kognitive Identifikation	Aussagen zu: soziale Prägung führt zu Verunsicherung; Leitbilder, Konkurrenz, Vergleich, fehlende Leitbilder, kognitive Identifikation rationale Erklärungen des KL aufgrund der Emanzipation verunsichert zu sein / Verantwortungsabgabe an gesellschaftl. Prozesse Anpassungsthematiken (Überschneidungen mit Leistungsdruck/ Druck neue Leitbilder zu bespielen)	
		Prädisposition	Aussagen zu: Prädispositionen, erzieherische Prägung, Bindungsthematiken / Muster; schon quasi seit immer da (früher entstanden) , (Komplex)traumatisierungen / gelerntes Rollenverhalten Fam.	
	Effekte (Konflikte oder Ängste)		Worin zeigt sich Verunsicherung? Wie kommt Verunsicherung zum Ausdruck? Welche Konflikte lassen sich beobachten? Welche Ängste resultieren? sind zum Teil Aussagen die gleichermassen Teil der Quellen wie auch der Kompensationsmuster sein könnten, nicht trennscharf abgrenzbar, Fliessender Übergang, Frage nach was war zuerst ists unmöglich zu beantworten, weswegen die Kategorien ineinander überfliessen.	E: Und viele Paare sagen dann auch, das ist jetzt total deromantisiert. Das ist nicht mehr.... Dann fragt er, 'ja ist jetzt okay, wollen wir jetzt Sex haben?' Und dann sagt sie, 'ja also...'. Das ist nicht mehr der erotisch. Und darum also diese Verführung scheint mir - also das ist jetzt jetzt gewagte Behauptung und nicht wissenschaftlich unterlegt - aber die Verführung wird sehr sehr schwierig, für die verunsicherten Männer mit der Emanzipation.
		Anpassung	Aussagen zu Tendenzen der Anpassung / Unterordnung / Bedürfnissunterdrückung	
		Bindungsschwierigkeiten	Nennungen zu Bindungsthematiken als Resultat von Verunsicherung	
		starke Abgrenzung vom klassischen Mann	Aussagen zu: bewusstes, explizites Abgrenzen von klassischer Männlichkeit, traditionell normative Männlichkeit	
		Rückzug / Unlust	Aussagen zu Rückzug Unlust	
		Sex wird zerredet	Aussagen zu Kommunikation als negativer Effekt	
		Verführungskompetenzen negativ	Aussagen zu Effekt auf Verführungskompetenzen	
		Heterozentrierung	Aussagen zu Heterozentrierung	
		fehlende Dominanz / Führung	Aussagen zu Veränderungen bzgl. Dynamik auf Paarebene: Führung/Dominanz	
		Hemmung Intrusivität	Aussagen zu Schwierigkeiten bzgl. eindringen wollen / geniessen / zumuten	
		Wertediskrepanzen	Aussagen zu Wertediskrepanzen bsp. Pornokonsum oder Tinderdating	
		Objektivierung der Frau	Aussagen zu wewollt oder nicht gewollter Objektivierung der Frau	
		Leistungsdruck / Druck neue Leitbilder zu bespielen	Aussagen zu Leistungsdruck bzgl. Leitbildern	
		betonte Grenzaffinität / Bedürfnisse der Partnerin erkennen	Aussagen zu Grenzwahrnehmung bei Partnerin	
		Angst Fehler zu machen	Aussagen zu Ängsten, etwas falsch zu machen (Leistungsdruck)	
	Kompensationsmuster / Lösungsversuche		Was sind Kompensationsmuster / Lösungsversuche (gelingend oder nicht) die Verunsicherung zu regulieren / abzubauen? Von Expert:innen ausdrücklich als solche wahrgenommen / benannt	E: Was mir jetzt noch in den Sinn kommt, dass Männer anfangen, mehr untereinander zu reden. Was ja eigentlich noch gut wäre. Weisst, so wie 'kennst du das auch, hast du Gefühl auch, du müsstest da immer, aber eigentlich willst du gar nicht oder findest du es auch so schwierig, irgendwie gleichzeitig die ganze Zeit auf das Baby zu schauen und dann aber am Abend will die Frau dann trotzdem Sex.'
		Anpassung günstig / ungünstig	Aussagen zu Anpassung / Differenzierung günstig / ungünstig	
		Rollenspiel / Fetisch	Aussagen zu Rollenspiel/Fetisch Tendenzen, Hintergrund	
		unverbindliche Beziehungsformate	Aussagen zu Beziehungsformaten	
		mehr reden untereinander	Aussagen zu Austausch unter Männern	
		Heterozentrierung	Aussagen zu verstärkter Fokus auf Partnerin / Heterozentrierung	
Wahrnehmung (inhaltlich) nach Ansatz Sexocorporel			Alle Nennungen die Verunsicherung mit spezifischen Komponenten oder Aspekten des Ansatzes SC in Verbindung bringen	
	Entwicklungsbereiche		Was trägt dazu bei, dass Männer weniger Verunsicherung erleben? Nennungen die Entwicklungspotential mit konkreten Aspekten / Bereiche des Ansatzes verbinden; Lernfelder, welche häufig mit Entwicklungszielen verbunden werden	E: Und am Ende gehe ich immer damit hin, natürlich logischerweise und ich frage dann: 'Fühlen Sie das auch, wollen Sie so sein, ist es das wie Sie sich wohlfühlen mit sich, wenn Sie so sind'. Und dann geht es ganz schnell los, dass das ganz Vieles wieder rausgeschmissen wird von diesen Attributen, weil sie einfach sagen 'nein, das will ich eigentlich nicht'. Und/oder ich arbeite mit den Männern daran, wo können sie denn jetzt nein sagen.
		Sicherheit	Aussagen zu Sicherheit	
		das eigene Mannsein entdecken /	Aussagen zum Entdecken der eigenen Männlichkeit	
		Kommunikation	Aussagen zu Kommunikation	
		im Körper ankommen / sein / Solo Sex	Aussagen zu körperlichem bei sich sein, Solo-Sexualität als Übungsfeld	
		Autozentrierung	Aussagen zur Fähgikeit sich selbst zu gewichten, eigene Bedürfnisse zu spüren, sich als wertig erleben, im Kontakt sein (mit Absicht eine eigene Kat. zu "im Körper sein / Solo-sex)	
		Archetyp (beleben)	Aussagen zu Archetyp nach SC	
		Selbstverstehen	Aussagen zur Relevanz / Ausgestaltung des Selbstverstehen	
		Sexuelle Selbstsicherheit	Aussagen zu sex. Selbstsicherheit SC	
		realistische Leitbilder entwickeln / Auseinandersetzung	Aussagen zu Realitäts-check Leitbilder / Auseinandersetzung	
		Verantwortung teilen / zutrauen	Aussagen zu gemeinamer Verantwortungsübernahme für gemeinsame Sexualität	

	erwähnte Bereiche Sexocorporel		In welchen Bereichen / Komponenten des Modell Sexocorporel sind die Anliegen, Themen, Entwicklungsbereiche einzuordnen?	E: das Konzept vom Sexocorporel, das Gefühl der Geschlechterzugehörigkeit finde ich an der Stelle einfach super hilfreich. Weil es eben guckt, wie ist es in der Sexualität, wie ich es diese Zugehörigkeit zum sexuellen Körper? Wie wird - auf Deutsch gesagt -Geilheit verkörpert. Lust, ja, gibt es eine emotionale Intensität? Dazu gehört zum Beispiel auch das Erleben und der Ausdruck von Aggression.
	Bearbeitung nach Ansatz Sexocorporel / Prozessgestaltung		Alle Nennungen zu wie nach SC mit Klienten gearbeitet wird. Was ist zentral, um Auseinandersetzungen mit der eigenen Männlichkeit durch den gleichstellungsorien:erten, reflektierten Mann zielführend zu begleiten?	
	Interventionsebene Methodisch		Welche Methoden erweisen sich gemäss Erfarhung der Expert:innen als besonders zielführend? Was heben Expert:innen hervor?	E: Und das mit dem Gespräch, das würde ich sagen, das passiert eher so in in den ersten Sitzungen. Oder was ich vorher gesagt habe, wo man so bisschen probiert, anzustossen, Inputs geben. 'Ja wie ist denn das für sie' und 'wie finden sie das' und so. Und dann eben nachher auch bisschen Sex-Edukation mit dem Sexocorporel. 'Das beisst sich, aha' - 'warum beisst es sich'. Und so weiter aber nachher dann schon ganz fest über den Körper, ja.
		Rollenspiel/Gespräch/ Analogien	Aussagen zu Rollenspiel, Gepräch, Analogie in der Begleitung	
		Körperübungen / Körpererinnerungen	Aussagen zu Körperübungen	
		Edukation / Normalisieren / neue	Aussagen zu Edukation / Normalisieren	
		wertfreie individuelle Exploration	Aussagen zu indiv. Exploration, wertfrei	
		Anleitung Körperübung: ins Extreme /	Aussagen zu im Extremen / Übertreiben üben	
	therapeutische Haltung		Nennungen zu zielführender / hindernden Dynamiken innerhalb therapeutischen Haltung bzw. Kliente-Therapeut:innen Beziehung	E: Genau. Weil ich das mache, ist es schon die erste Intervention, sein Selbstbewusstsein stärker zu machen, weil er in der Klienten-Therapeuten-Beziehung versteht: 'Ah, ich (betont) bin wichtig. Es geht auch nach dem was ich (betont) will.' Das ist eigentlich der Fokus.
	Limitationen ja / nein		Nennungen zu Begrenzungen des Ansatzen SC	E: Also was ich auf jeden Fall relevant finde, ist, dass es natürlich, wenn es um traumatische Introjektionen geht und die sind leider Gottes sehr weit verbreitet bei fast allen Menschen. Das sage ich jetzt nicht, weil ich Traumatherapeut bin, sondern es ist einfach so. Dass diese traumatischen Introjektionen, die auch eben bindungstraumatisch sein können und das sind dann Komplextraumatisierungen, die müssen nicht immer so Post-traumatische Effekte haben. Aber sie haben Effekte von Fernsteuerung. Das heisst die Menschen sagen 'ich hab hier das, aber ich kann nicht anders und eigentlich weiss ich dass das blöd ist, aber ich muss es trotzdem machen'. Also man hat dann sozusagen so ein Reiz-Organismus Reaktionsmuster im Sinne von eines Triggers, der verstandesgemäss eigentlich auch kritisiert wird im Verhalten auf diesen Trigger. Und wenn man das hat, dann kann ich nur sagen, das ist auch neuronal und hirnorganisch so, dass man das nicht mit verhaltenstherapeutischen beziehungsweise auch nicht mit Körperarbeit aus dem Sexocorporel behandeln kann. Weil diese Introjektionen hängen in der Amygdala fest und die werden nicht weiter transportiert in die Grosshirnrinde und sind dann kognitiv nicht verarbeitbar. Und das muss man halt wirklich aus meiner Sicht dann auch mit EMDR behandeln und um eine Veränderung zu haben.
	Unterstützungsspielraum		Alle Nennungen, die Aspekte ausserhalb des Wirkungsfeldes der:des Therapeut:in aufzeigen.	
	Gesellschaftliche Ebene		Aussagen zu Entwicklungspotential / bereiche auf Gesell. Ebene	E: Dass wir jetzt-Eltern oder die Väter oder auch wir Mütter von unseren Söhnen, dass wir sie in dem begleiten. Und eben nicht nur stärken, sondern eben begleiten, auch in der Diskussion auch herausfordern und begleiten. Also da sehe ich jetzt ganz fest auch mich als Mutter. Das wäre das, was ich dir als Antwort geben möchte. Die, die jetzt ihre Kinder begleiten und eben nicht nur im Bildungsumfeld, dort auf jeden Fall, dort auch, ja und auch nicht nur im Therapeutischen, weil wie du sagst, die landen ja dann noch nicht gerade in einer Therapie. Sondern das sind ja alle Männer, die das betrifft und das fängt ja ganz ganz ganz ganz früh an und zwar bei den Eltern. Sie begleiten in dem. Ich denke, das ist eigentlich das wäre so das passende Wort. Begleiten, ja.
	Angebot Sexologie ausserhalb Indiviualtherapie		Alle Aussagen zu Möglichkeiten die Entwicklung präventiv und / oder ergänzend positiv zu unterstützen	E: Es bräuchte sexuelle Bildung für alle Geschlechter. Und es bräuchte relationale Bildung.
	Persönliche Einschätzung; Potential Entwicklung		Nennungen zu wie die der Wandel der Männlichkeit und damit verbundenen Herausforderungen persönlich eingeschätzt werden.	E: Liebe es! Ich finde das super! Ich finde das doch so wichtig. Wir konnten das nicht vor 30 Jahren planen. Es ist ja nicht möglich gewesen, wir wussten ja nicht, dass die ganze emanzipatorische Bewegung, dies zur Konsequenz hat. Und ich finde das super. Ich sehe das überhaupt nicht problembehaftet. Ich sehe das als sehr tolle Herausforderung für unsere Gesellschaft.
	Sonstiges		Alle Nennungen, die in keine der Kategorien passen, aber dennoch eine gewisse Wichtigkeit besitzen könnten.	E: Sexualität ist so etwas Beziehungsprägendes. Bei keinem Thema sind Menschen so allein, wie beim Thema Sexualität. Dort war es mein Anliegen, ein Angebot zu schaffen.

Abkürzungen E: Expert:in I: Interviewerin

Anhang f.

isp zürich
Institut für Sexualpädagogik
und Sexualtherapie

HOME
HOCHSCHULE
MERSEBURG
University of
Applied Sciences

FACHBEREICH
SOZIALE ARBEIT.
MEDIEN.KULTUR

Einverständniserklärung für ein Interview mit Expert:innen

Informationen

Durchführung eines qualitativen Interviews für die Masterarbeit von Eleanor Büchler im Rahmen des «Master of Arts in Sexologie» am Institut für Sexualpädagogik und Sexualtherapie Zürich.

Forschungsprojekt
«Neue Männlichkeit» als sexuelle Herausforderung
Verunsicherte Männlichkeit im Kontext aktueller Männlichkeitskonstruktionen – eine Betrachtung aus sexualtherapeutischer Praxisperspektive

Zweck des Interviews
Datenerhebung und Datenauswertung

Durchführende Institution
Institut für Sexualpädagogik und Sexualtherapie ISP Zürich / Hochschule Merseburg

Durchführung des Interviews
Interviewerin: Eleanor Büchler – Studentin
[redacted]

Interviewpartner:in _____

Interviewdatum: _____

Datenerhebung / Datenverwendung
Das Interview dauert ca. 60min und findet online statt. Die Datenerhebung erfolgt durch Audio- und Videoaufnahme (Zoom), die anschliessend transkribiert und für wissenschaftliche Analysen im Rahmen der Masterarbeit verwendet werden.
Die Daten der Expert:innen werden nach individueller Rücksprache und Wunsch aller Beteiligten **nicht** anonymisiert. Die Expert:innen leisten einen wichtigen Beitrag zur Weiterentwicklung der sexualtherapeutischen Arbeit nach dem Modell Sexocorporel.

Einwilligungserklärung

Hiermit willige ich ein, dass im Rahmen der oben beschriebenen Forschungsprojektes, von mir zur Verfügung gestellte Daten erhoben und ausgewertet werden. Die Erhebung erfolgt mittels Audio- und Videoaufnahme, die in der Folge transkribiert und für wissenschaftliche Analysen und daraus hervorgehende mögliche Veröffentlichung der Masterarbeit verwendet werden. Die Aufnahmen werden nach abgeschlossener Beurteilung der Masterarbeit (voraussichtlich 14. September 2024) gelöscht.

Über Art und Umfang der Erhebung wurde ich vorab informiert.
Meine Einwilligung beruht auf Informationen, die mir Eleanor Büchler vor meiner Einwilligung übermittelt hat. Ich kann meine Einwilligung ohne Angabe von Gründen jederzeit widerrufen. Meine Informationen werden dann unverzüglich gelöscht und nicht mehr weiterverarbeitet. Es entstehen mir durch einen solchen Widerruf keine Nachteile.

Mit meiner Unterschrift bestätige ich, dass ich ausreichend zum Gegenstand der Masterarbeit informiert wurde. Meine Teilnahme an der Erhebung erfolgt **nicht** anonymisiert. Ich erkläre mich einverstanden, dass das Interview aufgezeichnet und für die Datenerhebung sowie Datenauswertung verwendet wird.

Expert:in

Vorname, Nachname: _____

Ort, Datum: _____

Unterschrift: _____

Projektleitung

Vorname, Nachname: Eleanor Büchler

Ort, Datum: _____

Unterschrift: _____

Anhang g. Selbständigkeitserklärung

Hiermit erkläre ich, dass ich die vorliegende Arbeit selbstständig und ohne fremde Hilfe verfasst und keine anderen Hilfsmittel als die angegebenen verwendet habe. Sämtliche Textstellen der Arbeit, alle Formulierungen, Ideen, Untersuchungen, Gedankengänge, Analysen und sonstigen schöpferischen Leistungen, Grafiken, Tabellen und Abbildungen, die benutzten Werke oder Quellen aus dem Internet eins zu eins oder dem Sinn nach entnommen sind, habe ich durch Quellenangaben korrekt kenntlich gemacht.

Die Eigenständigkeit der Arbeit erstreckt sich über alle Phasen der Erstellung, von der Konzeption über die Durchführung bis hin zur Dokumentation. Diese Erklärung gilt als verbindliche Zusicherung meinerseits über die Authentizität und Selbstständigkeit meiner wissenschaftlichen Leistung.

Die Arbeit wurde bisher keiner anderen Prüfungsbehörde vorgelegt und auch nicht veröffentlicht. Die vorliegende schriftliche Fassung entspricht der eingereichten elektronischen Version.

Vorname, Name Eleanor Büchler

[redacted]

Ort, Datum _____

Unterschrift _____