

Internetsex: Die neue



Heimlichkeit

Von Dr. Gerti Senger

40.000 Österreicher sind Internetsexsüchtig. Doppelt so viele haben den Umgang mit dem Sex im Netz nicht wirklich im Griff. Und immer mehr sind damit überfordert, von dem Überangebot an sexuellen Inhalten kontrolliert Gebrauch zu machen . . .

Es ist knapp vor Mitternacht. Lukas B., 39, sitzt vor seinem Laptop. Seine Frau ist schon im Bett. „Kommst du endlich?“, fragt sie gereizt. „Bin gleich da“, sagt er beruhigend. Sie weiß, dass er nicht gleich da sein wird. Er weiß, dass er jetzt Porno-Seiten im Internet öffnen und sich dabei befriedigen wird.

Amüsiert sich Lukas B. nur ein bisschen? Sucht er nach elf Jahren Ehe einen kleinen Nervenkitzel? Ist er einer der 40.000 internetsexsüchtigen Österreicher? Oder gehört er zu den rund 80.000 bis 100.000 Usern, die gefährdet sind, dem Sex im Netz ins Netz zu gehen?

Internetsex befriedigt schnell geheime Wünsche. Die Suchtgefahr ist sehr groß

„Internetsexsucht“ war das Thema der Fachtagung, die gestern von der Sigmund Freud Universität Wien veranstaltet wurde. Bei der Alkoholsucht ist Alkohol das Suchtmittel, Internet-Sexsucht ist wie auch das Glücksspiel eine nicht-stoffliche Verhaltenssucht, die durch hormonelle Einwirkungen das „Belohnungszentrum“ im Gehirn aktiviert. Ich war eine der ReferentInnen, die sich mit einem historisch neuen Phänomen auseinandersetzten: Wie groß ist die Gefahr, die das World Wide Web mit etwa einer Milliarde Sexseiten darstellt? Auf den Punkt gebracht: sehr groß.

Pornographie im Internet ist ein grenzenloser Markt. Es gibt ständig

neues „Material“, immer gewagtere Bilder. Anonymität und Zensurfreiheit machten das Internet zu einem Spiegel geheimer Begierden. 90 Millionen Seiten mit Hardcore-, 50 Millionen mit Sadomaso- und Bondage-Inhalten sprechen eine deutliche Sprache: Hier geht es nicht vorrangig um Kuschelsex, sondern um Gewalt, Macht und um all jene sexuellen Spielarten, die im Alltag tabuisiert werden.

Der Sex im Netz bietet jedem etwas. Pornografie zum Masturbieren, Chatten zum Flirten und zur Orgasmus-Kommunikation, sexuelle Selbstdarstellung durch Webcams und Partnersuche. Eine amerikanische Online-Studie mit 15.000 Befragten zeigt, dass Homosexuelle und bisexuelle User vom „schnellen Date“ öfter Gebrauch machen als Heterosexuelle.

In Österreich gibt es circa 2 Millionen Internet-User. Ein Drittel davon praktiziert Cybersex. 80% sind Männer, 20% Frauen. Die US-Untersuchung nennt sogar 41% Frauen. Erwiesen ist, dass Männer Pornografie und Frauen – typisch für das „Sprachwesen“ der Frau – Chatten bevorzugen.

Beim Chatten zählt das getippte Wort. „Es ist sehr aufregend, sich wechselseitig zum Orgasmus zu tippen“ sagt Anna B., 39. Sie chattet unter einem „Nickname“, einem Spitznamen. Ein Chatpartner, der ihr in seiner Ausdrucksweise nicht passt, wird einfach weggeklickt. Auch ihr passierte das schon: „Aber es ist

nicht so kränkend wie eine echte Zurückweisung.“ Marie Therese K., 43, verheiratet, flirtete drei Jahre lang mit verschiedenen Männern im Chat. Seit kurzem hat sie eine heimliche, innige „Cyber-Affäre“ mit einem Mann, von

Für die Mehrzahl der Frauen ist ständiger Internetsex wie realer Betrug

dem sie nicht weiß, ob er überhaupt ein Mann ist und so aussieht, wie er sich beschreibt. „Ich will ihn gar nicht persönlich kennenlernen“, erklärt sie. „Aber wir sind uns sehr nahe.“ Marie Therese chattet durchschnittlich 10 bis 15 Minuten am Tag mit ihrem Seelen-Freund. „Er weiß mehr von mir als mein Mann“, bekennt sie.

Jugendliche sind oft rund um die Uhr online. Online-Sucht und Sexsucht können sich verhängnisvoll mischen. „Aufwachen und mich melden

Fortsetzung von Seite 33

„...gesteht der 19-jährige Thommy. „Und wenn ich nach Hause komme, klick ich auch sofort jemanden an.“ Es ist ein schönes Gefühl für Thommy, „dass immer einer wartet“. Das Netz ist sein Zuhause. Geborgenheit in Zeiten des Internets.

Christian K., 31, sucht im Internet nur Pornographie. Schon 1993, kurz nachdem das WWW im April zur allgemeinen Nutzung freigegeben worden war, hing Christian K. im Netz. 14 Jahre war er damals. Heute verbringt er pro Woche 19 bis 30 Stunden vor dem Computer und „zieht sich immer längere Hardcore-Pornos rein“.

Sobald vier von zehn international

gültigen Suchtkriterien zutreffen zum Beispiel zeitliche und inhaltliche „Dosissteigerung“, Gefährdung von Beziehungen und Arbeit, Rückzug, mehrfach gescheiterte Abstinenzversuche), ist von Sucht die Rede. Auch Christian K. kann sich noch nicht aus der destruktiven Suchtschraube befreien. Nachdem er den

Laptop auch in den Urlaub mitgenommen, sich Pornos heimlich auf dem WC angeschaut hatte und mit seiner Freundin Tanja gar keinen oder nur bizarren Sex haben wollte, trennte sie sich von ihm. Kurz darauf verlor er seinen Job, weil er am Arbeitsplatz beim Masturbieren vor dem Computer erwischt wurde. Erst jetzt konnte er eine mögliche neue Partnerin zu seiner Therapie bewegen.

Frauen Internetsex-abhängiger Männer leiden unter der verstärkten

Körperkritik des Partners, seinem sexuellen Desinteresse an Realsex und unter dem Druck, ungewollte Sexpraktiken bieten zu müssen. „Erst wollte er mich rasieren, dann hat er an meinen Schamlippen herumgenörgelt“, erzählt die 53-jährige Katharina B. „Seit kurzem schläft er im Bügelzimmer. Da verbringt er die halbe Nacht vor dem Computer.“

Die Gefahr, den Internetsex-Konsum nicht kontrollieren zu können, besteht vor allem bei Menschen mit einer „Click-and-Go-Mentalität“. Sie haben Angst vor Ablehnung, flüchten vor der Realität, wehren Unlustgefühle durch Sexualisierung ab und können mit eigenen Sehnsüchten und Ängsten nicht in Kontakt kommen.

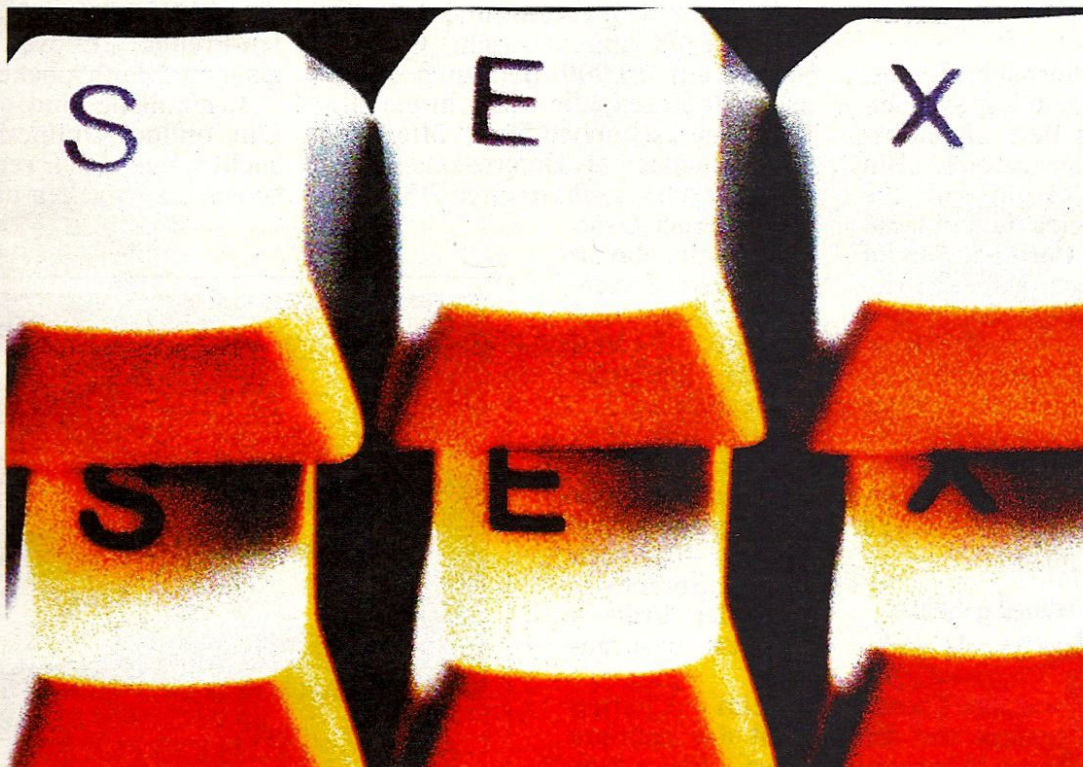
Abgesehen von den Paaren, die sich beim Sex mit Hilfe von Videokameras zuschauen lassen, wird Internet-Sex selten gemeinsam konsumiert. Christa G., 44, entdeckte zufällig, dass sich ihr Mann Sexvideos anschaute, und machte es ihm heimlich nach. „Mich erregen diese Filme auch“, sagt Christa G. „Er weiß, dass ich dasselbe mache wie er. Aber wir schämen uns, es miteinander zu tun.“

Die Verführungsmacht des Cybersex ist groß: Die eigene Lust wird gespiegelt, man konzentriert sich ohne Rücksicht auf die Bedürfnisse eines Gegenübers auf seinen bevorzugten Reiz, spürt unbewusste Wünsche auf, fühlt sich sicher, enthemmt, mächtig und gelangt bequem und sofort zur ge-

wünschten Befriedigung. Danach kommt allerdings der emotionale Absturz: Scham, Depression, Leere, Ekel und Selbstverachtung, wenn der Kontrollverlust bewusst wird. Scham ist ein Schlüsselwort der Internetsex-Problemik.

Aus Scham wird der zwanghafte Umgang mit dem Cybersex geleugnet und damit der Sog der Sucht verstärkt. Um Internetsexsucht zu beenden, sind Einsicht, Abstinenz und meist auch

therapeutische Unterstützung notwendig. Eine Internetflatrate oder Arbeit am Computer sind für einen Süchtigen so, als hätte ein Alkoholiker eine Weinzuleitung in der Küche installiert. Wenn eventuelle Begleitstörungen – Selbstunsicherheit, Depression, Kommunikations- oder Problemlöseschwächen und vor allem Beziehungsprobleme – therapeutisch bearbeitet werden, ist die Internetsexsucht zu überwinden. Die beste Droge ist immer noch der Mensch...



Hilfsangebote

SFU Wien, Psychoth. Amb.: Tel.: 01/79 89 400

RPP. Institut Tel: 0650/36 88 495
www.rpp-institut.org

Selbsthilfegruppe Pornographieabhängigkeit:
www.shg-pornographieabhaengigkeit.at

Verein Nacktetatsachen:
www.nacketatsachen.at
www.internetsexsucht.at