

# Wer über Sex redet...

## Sexuelle Kommunikation, die Zufriedenheit mit dem Sexleben und ihr Zusammenhang mit Alter und Geschlecht

Bachelorarbeit  
zum Erwerb des akademischen Grades Bachelor of Science

Vorgelegt von Hannah Vehse

Humboldt-Universität zu Berlin  
Lebenswissenschaftliche Fakultät  
Institut für Psychologie  
Betreuerin: M. Sc. Iris Wahrung  
Erstgutachter: Prof. Dr. Denis Gerstorf  
Zweitgutachter: Prof. Dr. Matthias Ziegler

Einreichung: 17.08.2023  
<https://doi.org/10.18452/27268>

# Inhaltsverzeichnis

Titelseite .....	S. i
Inhaltsverzeichnis .....	S. ii
Abstract .....	S. iv
1. Hintergrund .....	S. 1
1.1 Der gesellschaftliche Rahmen der Sexualität .....	S. 1
1.2 Sexuelle Kommunikation .....	S. 4
1.2.1. Sexuelle Kommunikation und Geschlecht .....	S. 5
1.2.2 Sexuelle Kommunikation und Alter .....	S. 7
1.3 Zufriedenheit mit dem Sexleben .....	S. 8
1.3.1 Zufriedenheit mit dem Sexleben und Geschlecht .....	S. 9
1.3.2 Zufriedenheit mit dem Sexleben und Alter .....	S. 10
1.4 Fragestellung .....	S. 12
2. Methodik .....	S. 12
2.1 Hypothesen .....	S. 12
2.2 Daten und Messinstrumente .....	S. 13
2.3 Stichprobe .....	S. 14
2.4 Statistische Analyse .....	S. 16
3. Ergebnisse .....	S. 17
3.1 Fähigkeit, sexuelle Wünsche zu äußern .....	S. 17
3.1.1 Fähigkeit, sexuelle Wünsche zu äußern und Geschlecht .....	S. 17
3.1.2 Fähigkeit, sexuelle Wünsche zu äußern und Alter .....	S. 18
3.1.3 Fähigkeit, sexuelle Wünsche zu äußern: Kontrolle und Interaktion ...	S. 18

3.2 Zufriedenheit mit dem Sexleben .....	S. 20
3.2.1 Zufriedenheit mit dem Sexleben und Geschlecht .....	S. 21
3.2.2 Zufriedenheit mit dem Sexleben und Alter .....	S. 21
3.2.3 Zufriedenheit mit dem Sexleben: Kontrolle und Interaktion .....	S. 22
4. Diskussion .....	S. 24
4.1 Einordnung der Ergebnisse .....	S. 24
4.2 Limitationen der Studie .....	S. 25
4.3 Implikationen für zukünftige Forschung .....	S. 27
4.4 Fazit .....	S. 28
Bibliografie .....	S. I
Eigenständigkeitserklärung .....	S. V

## Abstract

Für eine grobe Nachzeichnung der Sexualpolitik in Deutschland über die letzten Jahrzehnte hinweg, werden in dieser Studie die Fähigkeit, die eigenen sexuellen Wünsche zu äußern, und die Zufriedenheit mit dem eigenen Sexleben als möglicherweise stark von der sexuellen Sozialisierung einer Person beeinflussten Variablen untersucht. Da Personen verschiedenen Alters und Geschlechts unterschiedlich sozialisiert werden, lautet die Fragestellung: Inwieweit werden die Fähigkeit, sexuelle Wünsche äußern zu können, und die Zufriedenheit mit dem eigenen Sexleben vom Alter (nach Geburtskohorte) und Geschlecht einer Person beeinflusst? Für diese Untersuchung wird auf Panel-Daten aus dem *Panel Analysis of Intimate Relationships and Family Dynamics* zurückgegriffen, wodurch die Stichprobe 6290 Proband\*innen im Alter von 15 bis 48 Jahren umfasst. In einer hierarchischen multiplen linearen Regression zeigt sich, dass das Alter einer Person einen zuverlässigen Prädiktor für ihre sexuelle Kommunikation und Zufriedenheit darstellt. Sowohl die Fähigkeit, die eigenen sexuellen Wünsche zu äußern, als auch die Zufriedenheit mit dem eigenen Sexleben nehmen im Durchschnitt mit zunehmendem Alter ab. Der Zusammenhang zwischen dem Geschlecht und diesen beiden Faktoren ist weniger eindeutig. Männer können ihre sexuellen Wünsche durchschnittlich besser äußern als Frauen. Die Hypothese, dass daher auch die sexuelle Zufriedenheit von Männern tendenziell höher ist als die von Frauen, muss jedoch klar zurückgewiesen werden: Frauen beschreiben sich im Durchschnitt als zufriedener mit dem eigenen Sexleben als Männer. All diese Ergebnisse bestärken die Vermutung, dass die Sexualmoral einer Zeit sich in der Wahrnehmung und Umsetzung der Sexualität jedes und jeder Einzelnen niederschlägt, jedoch bedarf es für eine Konkretisierung dieser Aussage weiterer Forschung.

# 1. Hintergrund

„Wir können von Sexualmoral oder Sexualpolitik sprechen: In beiden spiegeln sich Ideen, die über einzelne Individuen hinausgehen und die wir als Teil der Gesellschaft in uns tragen.“, schreibt Margarete Stokowski (2016, S.122) im Versuch, den gesellschaftlichen Rahmen der Sexualität zu beschreiben. Wenn man aber die Erwartungen der Sexualmoral und Forderungen der Sexualpolitik ständig in sich trägt, beeinflussen sie dann nicht unumgänglich den Blick auf die eigene Sexualität und vielleicht sogar ihre Umsetzung? Seit Jahrzehnten wird von diversen Autor\*innen<sup>1</sup> immer wider die These aufgestellt, dass die persönliche Sexualität unmittelbar mit der Sexualpolitik verknüpft ist (Angel, 2022; Emcke, 2019; Millett, 1970; Penny, 2015). Dieser Zusammenhang soll in dieser Studie deskriptiv untersucht werden, indem die Zufriedenheit mit dem Sexleben ebenso wie die Fähigkeit, die eigenen sexuellen Wünsche zu äußern, in Abhängigkeit der sexualpolitischen Sozialisierung einer Person betrachtet werden.

## 1.1 Der gesellschaftliche Rahmen der Sexualität.

Sexualität ist nicht neutral. Sie ist nicht einmal rein persönlich (Dabhoiwala, 2014), denn als Teil einer Gesellschaft kann man sich nicht frei machen von deren Werten und Normen (Angel, 2022; Herzog, 2006; Illouz, 2018; Millett, 1970). Sie beeinflussen, was man tut und warum man es tut, wie man denkt und warum man so bewertet, wie man es tut. Insbesondere die Sexualität ist in großem Ausmaß mit Normen belegt, die in jeder Gesellschaft darstellen, was jeweils als gewöhnlich und toleriert angesehen wird und was nicht (Angel, 2022; Barker, Gill, & Harvey, 2018; Dabhoiwala, 2014; Hänel, 2021; Harrington & Maxwell, 2023; Illouz, 2018; Millett, 1970; Stokowski, 2016; Twenge, Sherman, & Wells, 2015). Bei der Untersuchung von Sexualität reicht es daher nicht aus, die Menschen als von jedem Kontext unabhängige Individuen zu betrachten. Jede\*r ist Teil einer gesellschaftlichen Syntax und tief eingebunden in deren Grammatik, auch die sexuelle (Emcke, 2019). Sie äußert sich in Konventionen, welche die individuelle Sexualität beeinflussen. Wie alle Bereiche der Kultur werden diese Konventionen aber auch selbst von den Mitgliedern der Gesellschaft geformt und befinden sich

---

<sup>1</sup> *Hinweis zur geschlechtergerechten Sprache:* Im vorliegenden Text wird zur Beschreibung verschiedener Geschlechter das Gender-Sternchen genutzt, welches meist verdeutlichen soll, dass alle Geschlechtsidentitäten, auch nicht binäre und transsexueller Personen, in einen Ausdruck inkludiert sind. Dies kann in diesem Text nicht gelten, da aufgrund methodischer Limitationen teilweise oder gänzlich nur „cis-gendered“ Männer und Frauen in die bisherigen Studien wie auch die vorliegende Studie einbezogen wurden. Das Gender-Sternchen wird dennoch aufgrund der guten Lesbarkeit und seiner allgemeinen Bekanntheit für eine geschlechtergerechte Sprache verwendet.

in ständiger moralischer und politischer Prüfung (Hänel, 2021; Illouz, 2018; Twenge et al., 2015). So kommt es, dass sich die Sexualpolitik der westlichen Kulturen in den letzten Jahrzehnten stark wandelte, auch im heutigen Deutschland, wo die dieser Studie zugrunde liegenden Daten erhoben wurden.

Im Jahr 1968 entwickelte sich die erste sog. „sexuelle Revolution“, im Zuge derer die Sexualität in Deutschland und vielen weiteren westlichen Ländern stetig liberalisiert wurde (Herzog, 2006; Twenge et al., 2015). Viele sexuelle Wünsche und Einstellungen, die vorher tabuisiert oder pathologisiert wurden, waren nun von den meisten Menschen akzeptiert und ein Gespräch über die eigene Sexualität musste nicht mehr zwingend unter der Last gesellschaftlicher Missbilligung stattfinden (Herzog, 2006; Sigusch, 2001; Twenge et al., 2015). Dennoch betraf diese Liberalisierung nicht alle Menschen gleichermaßen: Welches sexuelle Verhalten und Wissen gebilligt wurde, hing seit mehreren Jahrhunderten und hängt weiterhin stark vom Geschlecht einer Person ab (Dabhoiwala, 2014; Endendijk et al., 2022; Hänel, 2021). Für Männer und Frauen galten schon damals gegensätzliche stereotype Standards zur Beurteilung des sexuellen Verhaltens, sog. sexuelle Doppelstandards (SDS), welche das Bild von „männlicher“ und „weiblicher“ Sexualität bestimmten und es noch immer tun (Conley & Klein, 2022; Endendijk et al., 2022; Greene & Faulkner, 2005; Lewina, 2020, 2021). Demnach wurde Männern eine aktive und fordernde Rolle bei sexuellen Handlungen zugewiesen, wohingegen Unwissenheit und Reaktivität als wichtige Elemente weiblicher Sexualität betrachtet wurden und man Frauen für sexuelle Aktivität eher missbilligte als Männer (Barker et al., 2018; Dabhoiwala, 2014; Endendijk et al., 2022; Hänel, 2021; Lewina, 2020, 2021). Diese Bewertungen waren ein Abbild der traditionellen Rollenbilder, nach denen Männer tatkräftig sind, Macht besitzen und ihre Bedürfnisse einfordern, wohingegen Frauen sich vermehrt um andere kümmern, verträglich sind und passiv (Endendijk et al., 2022; Hänel, 2021; Harrington & Maxwell, 2023; Millett, 1970; Penny, 2015). Der ab den 1980ern immer öffentlichkeitswirksamere Feminismus spielte daher eine wichtige Rolle in sexualpolitischen Fragen (Angel, 2022; Lynott & McCandless, 2000) und der Liberalisierungsprozess der „sexuellen Revolution“ setzte sich fort. „Männliche“ und „weibliche“ Sexualität wurden neu zu definieren versucht (Sigusch, 2001). Frauen haben die Freiheit gefordert, ihre sexuellen Wünsche selbstbestimmt zu äußern und vor allem auszuleben (Angel, 2022) und wurden nun tatsächlich medial ermutigt, ihre Sexualität aktiv zu entwickeln - allerdings stets mit dem

Hintergrund, so ihren Partner besser befriedigen zu können (Barker et al., 2018). Auch in den achtziger Jahren wurde Frauen somit weiterhin gesellschaftlich beigebracht, die Bedürfnisse und Wünsche ihrer Sexualpartner über ihre eigenen zu stellen (Angel, 2022; Hänel, 2021; Lentz & Zaikman, 2021). Im Verlauf der 1990er manifestierte sich diese Sichtweise in einem neuen Frauenbild: Frauen seien gute Sexualpartnerinnen, lustvoll, sexuell verfügbar und sprächen selbstbewusst über ihr Begehren (Angel, 2022; Barker et al., 2018). Die sexuelle Objektivierung von Frauen nahm in diesem sog. Postfeminismus kein Ende, sondern wurde einvernehmlich (Angel, 2022; Barker et al., 2018). Weiterhin galten unterschiedliche moralische Standards für das Sexualverhalten von Männern und Frauen, die weiblichen Stereotype waren im Zuge des Emanzipationsbestrebens nur sexpositiver geworden (Angel, 2022; Barker et al., 2018). Diese Entwicklung setzt sich bis heute fort. Stetig wird die öffentliche Sexualmoral liberaler und die Geschlechterrollen selbstbestimmter, werden Frauen zu ermutigen versucht ihre sexuellen Absichten klar zu kommunizieren (Angel, 2022; Barker et al., 2018; Dabhoiwala, 2014; Goldstein, 2008; Lynott & McCandless, 2000). Die heutige sexuelle Kultur wird daher als Konsenskultur bezeichnet, in der sexuelle Kommunikation geschlechtsunabhängig unabdingbar ist (Angel, 2022). Emanzipation wird immer mehr auf Ebene der Sexualität ausgelebt - der gesellschaftliche Wandel trägt sich im Privaten aus (Angel, 2022; Barker et al., 2018; Penny, 2015; Stokowski, 2016). Und doch halten einige sexuelle Konventionen wie der noch immer existierende SDS (Endendijk et al., 2022) dem stetig prüfenden Auge des Zeitgeistes stand und beeinflussen unverändert Generation um Generation in ihrem Aufwachsen, ihrer sexuellen Sozialisierung.

Um dieser nachzuspüren, werden in der vorliegenden Studie die auch von Kotiuga et al. (2022) als Determinanten der Sexualität genannten Variablen Geschlecht und Alter (nach Geburtskohorten) der Versuchspersonen als Prädiktoren erhoben.

Die Studie betrachtet Altersunterschiede also weniger, weil Unterschiede im Entwicklungsstand der Personen interessieren, sondern vorrangig als Stellvertretervariable für die unterschiedliche Sozialisierung in verschiedenen Geburtskohorten (Kohorteneffekt). Ebenso betrachtet sie Geschlechtsunterschiede nicht wegen biologischer Unterschiede (*engl.*: sex), sondern aufgrund der unterschiedlichen sozialen Rollen von männlichem und weiblichem Erziehungsgeschlecht bzw. unterschiedlicher Geschlechtsidentität (*engl.*: gender), die sich ebenfalls in unterschiedlichen Verhaltenskodizes, in unterschiedlicher Sozialisierung, äußern. Auf diese

Weise soll untersucht werden, inwiefern sich die unterschiedliche sexuelle Sozialisierung verschiedener Personen in der Umsetzung und Wahrnehmung ihrer eigenen Sexualität widerspiegelt.

## 1.2 Sexuelle Kommunikation.

Die Sexualmoral einer Zeit nimmt einen großen Einfluss darauf, wie über Sexualität gesprochen wird, wie sexuelle Begriffe konnotiert sind und welche sexuellen Themen angesprochen werden (Dabhoiwala, 2014; Herzog, 2006; Lewina, 2020, 2021). Die Sozialisierung einer Person beeinflusst also, wie sie sexuell kommuniziert - und ebenso formt die Art, wie in der Gesellschaft über Sexualität gesprochen wird, wie eine Person sexuell sozialisiert wird (Endendijk et al., 2022). So äußern sich beispielsweise Geschlechtsstereotype, indem Eltern mit ihren Töchtern eher über die Risiken sexueller Handlungen reden als mit ihren Söhnen, mit welchen sie tendenziell mehr sex-positive Themen besprechen (Conley & Klein, 2022; Twenge et al., 2015). Männer werden oft mit einem Mangel an Sexualität beschimpft, wenn ihnen nachgerufen wird, sie seien *Schlappschwänze*, wohingegen Frauen eher mit einem zu aktiven Sexuellen beleidigt werden, wenn man sie als *Hure* beschimpft (Lewina, 2020). Der SDS manifestiert sich in der Sprache und die Sexualmoral scheint selbst in der alltäglichen Kommunikation mehr oder weniger subtil durch das Gesagte hindurch. So liegt es nahe, dass gerade in der persönlichen sexuellen Kommunikation die Sexualmoral den Menschen stets mitschwingt. Wer über Sex redet und wie über Sex gesprochen wird, wird also wahrscheinlich in besonderem Maße von sexualpolitischen Schwankungen beeinflusst (Angel, 2022; Hänel, 2021; Lewina, 2021).

In der vorliegenden Arbeit wird daher die sexuelle Kommunikation betrachtet, um die Spiegelung der Sexualmoral im privaten sexuellen Verhalten zu untersuchen. Sexuelle Kommunikation bezeichnet im weitesten Sinne den interpersonellen Austausch über alle Themen rund um Sexualität, deren Wahrnehmung und Umsetzung, und ist damit ein sehr breit definiertes Konstrukt. Es umfasst sexuelle Aufklärung durch Eltern oder an Schulen, die Darstellung von Sexualität in den Medien, therapeutische Gespräche über sexuelle Belange und auch die verbale oder nonverbale Kommunikation vor und während des Geschlechtsverkehrs (Byers, 2011). Letztere kann sich beziehen auf die Zustimmung zum Geschlechtsverkehr (Konsens), das Nachfragen, ob eine Handlung für alle beteiligten Personen als angenehm

empfunden wird, das Äußern der eigenen sexuellen Wünsche oder es kann all die Worte meinen, die gesagt werden, um einander zu erregen (Hänel, 2021). Um diese Vielzahl an Verhaltensweisen einzugrenzen, wird in dieser Arbeit nur eine Form der sexuellen Kommunikation betrachtet: die Fähigkeit, die eigenen sexuellen Wünsche zu äußern - laut bisherigen Studien halten sowohl Männer als auch Frauen jene sexuellen Begierden, von denen sie annehmen, dass alle Männer oder Frauen sie hätten, meist auch für die spezifischen Wünsche ihres Partners oder ihrer Partnerin (Byers, 2011; Miller & Byers, 2004). Ebenso wie die Wahrnehmung sexueller Wünsche zum Teil von Geschlechterstereotypen abhängt, kann also vermutet werden, dass auch die ihre Kommunikation gesellschaftlich beeinflusst wird.

**1.2.1 Sexuelle Kommunikation und Geschlecht.** Geschlechterstereotype bilden in der Regel die traditionellen Geschlechterrollen ab, nach denen Männer beim Geschlechtsverkehr die aktive, dominante Person sind (Angel, 2022; Greene & Faulkner, 2005; Harrington & Maxwell, 2023). Dominant kann man jedoch nur sein, wenn man weiß, was man will und wie man es durchsetzt - und aktiv ist man nur, wenn man es durchsetzt. Frauen wird im Rahmen traditioneller Geschlechterrollen zugeschrieben, kaum sexuelle Bedürfnisse und einen geringen sexuellen Antrieb zu haben, sodass von ihnen beim Geschlechtsverkehr erwartet wird, passiv zu sein und eher nachgiebig (Angel, 2022; Harrington & Maxwell, 2023). Ein aktives Äußern von Veränderungswünschen steht diesem Rollenbild direkt entgegen, da es ein mündiges Interesse an der eigenen Sexualität voraussetzt.

Sowohl Männer als auch Frauen werden beeinflusst durch dieses sexuelle Skript, bewegen sich also im konkreten Rahmen dessen, was in einer Kultur als angemessenes Sexualverhalten betrachtet wird (Greene & Faulkner, 2005). Was die Einhaltung dieses Skripts für Auswirkungen hat, unterscheidet sich allerdings zwischen den Geschlechtern: Männer kommen deutlich häufiger als Frauen zum Orgasmus und berichten über weniger Schmerz beim Geschlechtsverkehr (Conley & Klein, 2022). Angesichts dessen kann vermutet werden, dass sie einen geringeren Bedarf an sexueller Kommunikation haben als Frauen, welche sich durch das Aussprechen ihrer sexuellen Wünsche tendenziell einen großen Unterschied darin versprechen können, wie angenehm und befriedigend der Geschlechtsverkehr für sie ist. Ein weiterer Grund für ein Ungleichgewicht im Bedarf an sexueller Kommunikation ist ebenfalls auf Geschlechterstereotype zurückzuführen: Das Ziel von Männern ist es im Allgemeinen eher, ihren Geschlechtsverkehr für sich selbst angenehm zu gestalten, wofür sie ihre Wünsche

kommunizieren müssen - das Ziel von Frauen ist es tendenziell, eine gute Sexualpartnerin zu sein, wofür es vorteilhaft ist, sich anzupassen und zu gefallen, die eigenen Wünsche also zurückzuhalten. (Angel, 2022; Barker et al., 2018; Conley & Klein, 2022).

Eben diese Strategien werden Frauen auch in Sex-Ratgebern vermittelt, welche ihren Leserinnen im Durchschnitt von sexueller Kommunikation abraten, um die erotische Stimmung nicht zu zerstören (Barker et al., 2018). Wenn sie aber doch vor oder während des Geschlechtsverkehrs mit ihrem Partner kommunizieren wollen, wird den Frauen geraten, sich mit den Worten auf das Verführen des Mannes zu beschränken und damit ebenfalls Sexualität um die Interessen des dominanten Mannes herum aufzubauen (Barker et al., 2018). Im heterosexuellen Skript wird Frauen also tendenziell davon abgeraten, ihre sexuellen Wünsche aktiv zu äußern. Wenn sie dennoch entgegen der Norm ihr Interesse an Sexualität zum Ausdruck bringen und sich Männern aktiv annähern, kann dies unter Umständen negative Konsequenzen für sie haben. In einer Studie von Fagen und Anderson (2012) fühlen sich manche heterosexuelle Männer auf weibliche Avancen in ihrer proaktiven Rolle - und damit in ihrer Männlichkeit - eingeschränkt und reagieren auf diese abweisend oder durch das Beschränken der Annäherung der Frauen. Es ist allerdings nicht ohne Unschärfen zu definieren, ab wann eine Frau von der Norm ihrer Geschlechterrolle abweicht, da im Rahmen des SDS sehr widersprüchliche Ansprüche an Frauen gestellt werden: Sie sollen zwar zurückhaltend und nachgiebig sein, aber auch auf ihr Aussehen achten, sexy sein und sexuell zur Verfügung stehen (Angel, 2022; Barker et al., 2018; Endendijk et al., 2022). Durch diesen gesellschaftlichen Anspruch an Frauen, ihren Körper zu pflegen und zu formen, um sexuell attraktiv zu sein, liegt die weibliche Aufmerksamkeit verstärkt auf dem eigenen Körper - eine schamvolle Beziehung mit ihm ist nicht selten und führt zu einer verminderten sexuellen Selbstbehauptung (Barker et al., 2018; Lentz & Zaikman, 2021; Penny, 2015).

Obwohl insgesamt sowohl Männer als auch Frauen Schwierigkeiten mit dem Artikulieren ihrer sexuellen Wünsche berichten (Byers, 2011), scheint die Position, von der aus Frauen ihre Begierde äußern, benachteiligt zu liegen. Dies spiegelt sich auch in Befunden wieder, nach welchen es Frauen durchschnittlich unangenehmer ist, nach Befriedigung ihrer Lust zu fragen, als Männern, und nach denen sie auch bei Schmerzen während des Geschlechtsverkehrs schweigend mit diesem fortfahren, ohne ihren Partnern davon zu berichten (Conley & Klein, 2022). Junge Frauen geben an, mit ihren partnerschaftlichen Fähigkeiten sehr zufrieden zu sein, haben jedoch ein geringeres sexuelles Selbstwirksamkeitsgefühl als junge Männer (Kotiuga,

Yampolsky, & Martin, 2022). Und schließlich lassen sie im Namen dieser beziehungsförderlichen Fähigkeiten ungewollten Geschlechtsverkehr zu, um ihren Partner nicht zu enttäuschen - von dem sie entsprechend der männlichen Geschlechtsstereotype erwarten, ständig Lust auf Sex zu haben (Byers, 2011) - oder in seiner Männlichkeit zu untergraben (Harrington & Maxwell, 2023). Die hohe Prävalenz sexueller Nötigung gegenüber Frauen durch männliche Täter manifestiert dieses kommunikative Ungleichgewicht (Hänel, 2021; Müller & Schröttle, 2013).

**1.2.2 Sexuelle Kommunikation und Alter.** Lange Zeit schrieb die westliche Sexualmoral den Menschen vor, über Sexualität zu schweigen und nicht die sexuelle Enthaltung, sondern das allzu aktive Ausleben der eigenen Sexualität, beispielsweise durch Selbstbefriedigung, war stark verpönt, insbesondere bei Frauen (Goldstein, 2008; Herzog, 2006; Twenge et al., 2015). Unter einem solchen Mantel aus Scham ist es schwer, seinen Körper positiv zu erkunden, seine sexuellen Wünsche zu entdecken und in Worte zu fassen (Angel, 2022; Goldstein, 2008). Selbsterkenntnis bildet jedoch das Fundament selbstbestimmter Sexualität und sexuelles Selbstvertrauen ist eine Voraussetzung für das Äußern der eigenen Begierden (Angel, 2022; Kotiuga et al., 2022), weshalb man annehmen könnte, dass die beschriebenen gesellschaftlichen Veränderungen dazu führen, dass jüngere Menschen ihre sexuellen Wünsche besser artikulieren können als ältere. In Reaktion auf eine Vielzahl an Sexualstraftaten wandelte sich beispielsweise in den 1990er Jahren der gesellschaftliche Diskurs um sexuelle Kommunikation und als Grundlage einvernehmlichen Geschlechtsverkehrs wurde deutlich artikulierter Konsens festgehalten (Angel, 2022). Bis heute wird Frauen beigebracht, auf sexuelle Avancen eine klare Ablehnung zu formulieren oder aktiv zuzustimmen (Angel, 2022). Es bleibt dabei die Idee enthalten, dass ein Mann eine sexuelle Handlung initiiert, während die Frau nur reagiert, und doch kommt der Kommunikation von Frauen in der aktuellen Konsensmoral eine große Bedeutung zu: Sie tragen selbst die Verantwortung für ihre eigene Sicherheit und Lust (Angel, 2022; Hänel, 2021). Es wird aktiv von Frauen gefordert, ihre sexuellen Absichten, Grenzen und auch Wünsche zu äußern, sexuelle Unsicherheit oder Zurückhaltung hingegen werden geschlechtsübergreifend verspottet (Angel, 2022; Barker et al., 2018). Vor wenigen Jahrzehnten war dies noch gänzlich anders. Studien zeigen jedoch auch, dass das sexuelle Selbstvertrauen mit dem Alter und der sexuellen Erfahrung zunimmt (Kotiuga et al., 2022). Ältere Menschen leben außerdem mit einer höheren Wahrscheinlichkeit bereits in

längeren Beziehungen als jüngere Personen, in denen gegenseitiges Vertrauen besteht und es einem leichter fallen könnte, sich zu öffnen. Gerade in langjährigen und glücklichen Ehen gibt es möglicherweise weniger Gründe, sich mit dem Äußern der eigenen sexuellen Wünsche zurückzuhalten, da die Angst vor Zurückweisung weniger Nährboden hat. Nach Byers (2011) lässt sich diese theoretische Überlegung allerdings nur bedingt auf die Praxis übertragen, da die meisten Proband\*innen ihrer Studie angaben, auch in 14-jährig bestehenden Beziehungen ihrem Partner oder ihrer Partnerin noch nicht all ihre sexuellen Wünsche offenbart zu haben. Gleichzeitig wird Sexualität im höheren Alter in den Medien nahezu unsichtbar gemacht und damit denormalisiert, dass ältere Menschen sexuell selbstbewusst auftreten und ihre Wünsche klar äußern (Barker et al., 2018). Auch kommt es bei Männern mit zunehmendem Alter häufiger zu erektiler Dysfunktion, was das sexuelle Selbstvertrauen mindern könnte (Köhler, 2020). Und schließlich berichten Männer nach der Behandlung eines Prostata-Karzinoms, dessen Prävalenz ebenfalls positiv mit dem Alter einer Person korreliert, von einem Gefühl verringerter Männlichkeit und damit einhergehend einem niedrigeren sexuellen Selbstwörterleben (Köhler, 2020; Tsang, Skead, Wassersug, & Palmer-Hague, 2019). Da, wie von Kotiuga et al. (2022) gezeigt wird, eine solche sexuelle Selbstwerteinschätzung mit einer niedrigeren Durchsetzungskraft assoziiert ist, wird durch die beschriebenen Krankheiten die Fähigkeit, die eigenen sexuellen Wünsche zu äußern, mit zunehmendem Alter möglicherweise weiter gemindert. Zusammenfassend kann festgehalten werden, dass junge Erwachsene ihre Wünsche beim Geschlechtsverkehr auf einer Grundlage äußern können, die durch weniger Hindernisse gekennzeichnet ist als die der sexuellen Kommunikation älterer Menschen.

### **1.3 Zufriedenheit mit dem Sexleben.**

Wenn Sexualität als ein Miteinander verstanden wird, an dem man gemeinsam arbeiten kann - indem man die eigenen Wünsche äußert und auf die seines Partners oder seiner Partnerin eingeht - steigt laut Maxwell et al. (2017) die Zufriedenheit mit dem Sexleben. Und auch McNeil und Byers (2009), sowie Lentz und Zaikman (2021) stellten fest, dass Personen, die ihre sexuellen Vorlieben und Abneigungen zum Ausdruck bringen können, eine höhere sexuelle Zufriedenheit berichten. Bei den oben beschriebenen Unterschieden bezüglich der sexuellen Kommunikation müsste also auch das eigene Sexleben von Personen verschiedenen Geschlechts und Alters unterschiedlich bewertet werden.

Studien zeigen, dass die meisten Menschen „Sex haben“ ausschließlich so verstehen, dass zu zweit oder mehreren vaginal-penetrativer Geschlechtsverkehr stattfindet (Barker et al., 2018; Sanders et al., 2010; Sanders & Reinisch, 1999; Willis, Jozkowski, Lo, & Sanders, 2018). Es ist also davon auszugehen, dass auch das in der Erhebung genutzte Wort *Sexualleben* im Verständnis der meisten heterosexuellen Proband\*innen hauptsächlich oder ausschließlich solchen penetrativen Geschlechtsverkehr beinhaltet. Allerdings sind nicht alle der Befragten heterosexuell und es muss angenommen werden, dass sich unter ihnen auch Menschen befinden, deren sexuelle Erfahrungen beispielsweise ausschließlich aus gemeinsame Masturbation besteht, die dies aber dennoch bei der Erhebung als Geschlechtsverkehr angaben, weil sie dies als ihr Sexleben betrachten. Da die Bedeutung des Wortes *Sexualleben* im Rahmen der Erhebung nicht eingegrenzt wurde, habe ich für diese Studie eine möglichst allumfassende und am Individuum orientierte Definition desselben konzipiert. Nach diesem Verständnis beinhaltet das Sexleben einer Person sämtliche Handlungen der Person, die sie selbst als sexuell betrachtet. Darunter fallen sämtliche Handlungen, die sie geplant hat, um bei sich selbst oder anderen sexuelle Erregung zu erzeugen, ebenso wie sämtliche weiteren Handlungen, Gedanken und Empfindungen, welche sie im Moment oder im Nachhinein für sich selbst als sexuelle Erfahrung definiert.

**1.3.1 Zufriedenheit mit dem Sexleben und Geschlecht.** In dem Patriarchat, welches in Deutschland seit Jahrhunderten herrscht, wird Sex im Allgemeinen so definiert, dass die beschriebenen traditionellen Geschlechterrollen gefestigt und Männer systematisch bevorzugt werden: als vaginal-penetrativer Geschlechtsverkehr (Conley & Klein, 2022; Willis et al., 2018). Die meisten Menschen haben dieses Geschlechterverhältnis internalisiert und tolerieren es und seine Auswirkungen auch dann, wenn es für sie selbst von Nachteil ist (Harrington & Maxwell, 2023). In heterosexuellen Beziehungen wird daher meist vaginal-penetrativer Sex praktiziert, was laut bisheriger Studien ein Ungleichgewicht der sexuellen Zufriedenheit zu Lasten der Frauen mit sich bringt (Angel, 2022; Conley & Klein, 2022). So stellen Conley und Klein (2022) fest, dass Frauen traditionell häufig weniger angenehmem Geschlechtsverkehr begegnen als Männer. Katherine Angel (2022) geht noch weiter und beschreibt traditionelle Geschlechterrollen als die Ursache von schlechtem Sex. Frauen mit konservativen Ansichten in Bezug auf Sexualität - Ansichten, die ein direktes Spiegelbild des sexuellen Doppelstandards (SDS) darstellen - empfinden außerdem häufiger Schuldgefühle für sexuelle Gedanken und

Handlungen, welche assoziiert sind mit einem geringeren Begehren und niedriger sexueller Erregung (Lentz & Zaikman, 2021; Woo, Brotto, & Gorzalka, 2011). Männer und Frauen machen also häufig stark verschiedene sexuelle Erfahrungen von unterschiedlicher Qualität (Angel, 2022; Conley & Klein, 2022; Millett, 1970).

Sex-Ratgeber reagieren auf diesen Umstand, indem sie Frauen tendenziell empfehlen, innerhalb ihrer Beziehung auch ungewollten Geschlechtsverkehr einzugehen, um die Trennung nicht zu riskieren (Barker et al., 2018). Außerdem wird Frauen von den Medien durchschnittlich vermittelt, dass Sex anfangs für sie unvermeidlich schmerzhaft ist, sie sich aber mit der Zeit daran gewöhnen würden (Barker et al., 2018; Conley & Klein, 2022). Dass Frauen sexuell weniger befriedigt werden als Männer wird auf diese Art als Normalsituation dargestellt, mit der es einen persönlichen Umgang zu finden gilt. Laut Papp, Goeke-Morey und Cummings (2013) ist sexuelle Erfüllung allerdings für Männer und Frauen gleichbedeutend zentral in einer romantischen Beziehung, sodass Frauen aufgrund dieser Überlegungen verstärkt Unzufriedenheit mit ihrem Sexleben berichten müssten. Was man möchte und wie man das, was man hat, bewertet, ist jedoch nicht unabhängig von sozialem Lernen - es wird geformt durch das, was man kennt und das, was einem täglich durch die Medien, Gleichaltrige und die eigene Familie vorgelebt wird (Angel, 2022; Endendijk et al., 2022; Penny, 2015; Stokowski, 2016). So kommt es, dass einige Frauen berichten, während ihres ganzen Lebens nur niedrige sexuelle Befriedigung erlebt zu haben und ihr Sexualleben doch als zufriedenstellend einschätzen (Angel, 2022). Frauen beschreiben guten Sex tendenziell als welchen, der schmerzfrei und sicher ist, ihre Partner zufriedenstellt und ohne Erniedrigung abläuft (Angel, 2022; Conley & Klein, 2022). Männer hingegen schätzen ihre sexuelle Zufriedenheit als hoch ein, wenn der Geschlechtsverkehr für sie besonders lustvoll war und sie zum Orgasmus brachte, wohingegen eine niedrige Zufriedenheit mit dem eigenen Sexleben bei ihnen tendenziell durch ein Gefühl von zu wenigen Sexualkontakten gekennzeichnet ist (Angel, 2022; Conley & Klein, 2022). Es ist also fraglich, inwieweit sich die Einschätzungen von Männern und Frauen zu ihrer subjektiven sexuellen Zufriedenheit vergleichen lassen. Objektiv scheint jedoch der Geschlechtsverkehr von Männern insgesamt mehr Potential zur persönlichen Befriedigung zu haben als der von Frauen.

**1.3.2 Zufriedenheit mit dem Sexleben und Alter.** Studien zeigen, dass die eigene Sexualität und insbesondere die eigene Lust mit zunehmendem Alter in positiverem Licht

betrachtet werden, wohingegen Jugendliche ihrem Sexleben öfter mit Ängsten begegnen als sexuell erfahrene Erwachsene (Kotiuga et al., 2022). Und doch geben junge Frauen im Durchschnitt eine höhere Zufriedenheit innerhalb ihrer sexuellen Beziehungen an als ältere Frauen (Lentz & Zaikman, 2021). Ein möglicher Grund dafür ist, dass sexueller Erfüllung auch im hohen Alter noch eine große Wichtigkeit beigemessen wird, ältere Erwachsene gleichzeitig jedoch zunehmend weniger sexuelle Aktivität berichten (Kolodziejczak et al., 2019). Dies kann auf Änderungen des sozialen Gefüges einer Person oder auch auf altersbedingte Krankheiten wie den erwähnten Prostatakrebs oder hormonelle Veränderungen zurückgeführt werden (Kolodziejczak et al., 2019; Tsang et al., 2019). So nehmen bei Frauen beispielsweise sexuelle Funktionsstörungen wie verminderte Lubrikation, Orgasmus- oder Appetenzstörungen, welche mit niedrigerer sexueller Zufriedenheit einhergehen, durchschnittlich mit dem Alter zu (Deeks & McCabe, 2001; Köhler, 2020). Und schließlich fördert auch die bereits erwähnte mediale Darstellung von Sexualität das sexuelle Selbstvertrauen im zunehmenden Alter nicht: Ältere Menschen weichen immer stärker von dem Idealkörper ab, der in unserer Gesellschaft als sexuell aktiv und anziehend präsentiert wird und bleiben in Ratgebern und sonstigen Büchern zum Thema Sexualität weitestgehend unsichtbar (Barker et al., 2018). Sobald Bilder älterer Paare in Sex-Ratgebern zu finden sind, sind die Personen darin angezogen abgebildet, wohingegen jüngere Paare meist nackt dargestellt werden (Barker et al., 2018). Ein solches Narrativ befördert mit zunehmendem Alter vermehrt durch Scham gekennzeichnete Körperbilder, was das sexuelle Selbstbild und damit auch die sexuelle Zufriedenheit negativ beeinflusst (Lentz & Zaikman, 2021). Jüngere Menschen hingegen werden in den Medien oft sexuell aktiv und begehrenswert gezeigt und haben entsprechend ein tendenziell positiveres sexuelles Selbst- und Körperbild als ältere Menschen und auch weniger Schuldgefühle gegenüber ihrer eigenen Sexualität (Lentz & Zaikman, 2021). Das sexuelle Ungleichgewicht zwischen Männern und Frauen findet außerdem in westlichen Kulturen über die letzten Jahre immer größere Anerkennung und die Aufmerksamkeit der öffentlichen Debatte gibt weiblicher Lust und Befriedigung zunehmend einen Raum, der noch vor wenigen Jahrzehnten undenkbar gewesen wäre (Angel, 2022; Dabhoiwala, 2014; Kotiuga et al., 2022; Sigusch, 2015). Auch dient das in der heutigen Konsenskultur geschlechtsunabhängig geschätzte Durchsetzungsvermögen in der Regel als zuverlässiger Prädiktor für sexuelle Zufriedenheit (Lentz & Zaikman, 2021; MacNeil & Byers, 2009). Junge Menschen lernen somit vermehrt, durch sensible, aber selbstbewusste Kommunikation ihre sexuelle Befriedigung selbstbestimmt

zu erwirken. Gerade jungen Frauen wird beigebracht, sich in einer sexuellen Beziehung verstärkt auf das Kommunizieren zu fokussieren - und weniger auf die Entwicklung eines positiven sexuellen Selbstkonzepts (Kotiuga et al., 2022), welches jedoch, wie erwähnt, mit erhöhter sexueller Zufriedenheit assoziiert wird (Lentz & Zaikman, 2021). Zusammenfassend kann dennoch angenommen werden, dass Menschen insgesamt mit zunehmendem Alter eher unzufriedener auf ihr Sexleben blicken, wie auch Chao et al. (2011) berichten.

#### **1.4 Fragestellung.**

In Anlehnung an Kate Millett (1970), welche in dem persönlichen Geschlechtsverkehr ein Abbild der Sexualpolitik sieht, geht es in der vorliegenden Studie ebenso um die Einschätzung und Umsetzung des eigenen, persönlichen Sexlebens wie um die grobe Nachzeichnung der Sexualpolitik und deren Auswirkungen über die letzten Jahrzehnte hinweg. Die Fragestellung für dieses Vorhaben lautet: Inwieweit werden die Fähigkeit, sexuelle Wünsche äußern zu können, und die Zufriedenheit mit dem eigenen Sexleben vom Alter (nach Geburtskohorte) und Geschlecht einer Person beeinflusst?

## **2. Methodik**

### **2.1 Hypothesen.**

Anknüpfend an die theoretischen Überlegungen und Ergebnisse der genannten bisherigen Studien werden die folgenden Hypothesen getestet. Die jeweiligen Nullhypothesen nehmen keinen linearen Zusammenhang zwischen den abhängigen und unabhängigen Variablen an.

H1: Männer können ihre sexuellen Wünsche durchschnittlich besser äußern als Frauen.

H2: Die Fähigkeit, die eigenen sexuellen Wünsche zu äußern, nimmt im Durchschnitt mit zunehmendem Alter ab.

H3: Männer sind durchschnittlich zufriedener mit dem eigenen Sexleben als Frauen.

H4: Die Zufriedenheit mit dem eigenen Sexleben nimmt im Durchschnitt mit zunehmendem Alter ab.

Außerdem werden explorativ mögliche Interaktionseffekte der Prädiktoren für deren gemeinsamen Einfluss auf die Kriteriumsvariablen untersucht.

## 2.2 Daten und Messinstrumente.

Die Daten zur Testung dieser Hypothesen wurden nicht speziell für diese Studie erhoben, sondern aus dem *Panel Analysis of Intimate Relationships and Family Dynamics* (Pairfam), Release 11.0 (Brüderl et al., 2020), entnommen. Dabei handelt es sich um eine jährlich wiederholte längsschnittliche Befragung von jungen und mittelalten Erwachsenen in Deutschland zu Themen wie Partnerschaften, Sexualität und Wohnsituation, deren Daten für Forschungszwecke zur freien Verfügung gestellt werden. Eine ausführliche Darstellung der Studie findet sich in Huinink et al. (2011).

Die Erhebung erfolgt als Zufallsstichprobe, wobei 24000 zufällige Menschen aus dem Personenregister zufällig ausgewählter deutscher Gemeinden angeschrieben wurden, von denen 24% respondierte (Brüderl et al., 2020). Die Daten wurden im Pairfam mittels eines computergestützten persönlichen Interviews erhoben. Insgesamt wurden den Proband\*innen in der hier betrachteten Erhebungswelle 586 Fragen zu ihrer Demografie, ihrem Familienleben, ihren intimen Beziehungen, ihrer allgemeinen Gesundheit und auch zur Bewertung der Interviewsituation gestellt. Fragen mit besonders sensiblem Inhalt wurden von den Proband\*innen selbstständig am Computer beantwortet. Darunter fallen sämtliche in dieser Studie verwendeten Items. Insgesamt dauerte die Befragung durchschnittlich etwa 60 Minuten, jedoch variierte dies stark zwischen Personen. Nach Abschluss des Interviews erhielten sie eine Kompensation von 10€ (Huinink et al., 2011).

Die Stichprobe für diese Arbeit stammt aus der Erhebungswelle 11 von 2018/19, obwohl auch die Daten neuerer Erhebungswellen zur Verfügung stehen, da Welle 11 unter allen letzten Erhebungen mit 9435 Personen die meisten Proband\*innen umfasst (Brüderl et al., 2020). Außerdem wurde der Erhebung in diesem Jahr eine Aufstockungsstichprobe der Geburtskohorte 2001-2003 hinzugefügt, welche für die vorliegende Studie zur Untersuchung von Alters- und Kohorteneffekten der letzten Jahrzehnte von großem Interesse ist.

Die abhängigen Variablen „Fähigkeit, sexuelle Wünsche zu äußern“ und „Zufriedenheit mit dem Sexleben“ werden mit allen geeigneten Items gemessen, die aus der Pairfam-Erhebung zur Verfügung stehen:

*Kommunikation sexueller Wünsche.* Zur Erhebung der Fähigkeit, sexuelle Wünsche zu äußern, wurden die Proband\*innen gebeten, folgende Aussagen auf einer fünfstufigen Likert-Skala zu bewerten (1 = „Trifft überhaupt nicht zu“, 5 = „Trifft voll und ganz zu“): „Wenn ich beim

sexuellen Kontakt etwas anders möchte, sage oder zeige ich das.“ und „Im Großen und Ganzen kann ich meine sexuellen Wünsche und Bedürfnisse gut ausdrücken.“.

*Zufriedenheit mit dem Sexualleben.* Die sexuelle Zufriedenheit wird mit der Frage erhoben: „Wie zufrieden sind Sie insgesamt mit Ihrem Sexualleben?“, auf welche die Proband\*innen auf einer elfstufigen Likert-Skala von 0 = „Sehr unzufrieden“ bis 10 = „Sehr zufrieden“ antworten konnten.

In Brüderl et al. (2020) wird die externe Validität der Erhebungswelle 11 im Vergleich mit etablierten Datensätzen der Familienforschung wie dem *German Family Survey* angegeben. Demnach sind die Pairfam-Daten mit diesen vergleichbar und gehen teils in ihrer Repräsentativität der tatsächlichen Lebensumstände noch darüber hinaus, beispielsweise aufgrund einer im Vergleich zu älteren Datensätzen weniger restriktiven Definition von Partnerschaft. Weitere Angaben zur Reliabilität der Items wurden jedoch nicht gemacht. Es wurde daher für diese Studie (soweit es möglich ist) eine eigene Reliabilitätsschätzung unternommen. Die interne Konsistenz der Skala zur Erhebung der Fähigkeit, sexuelle Wünsche zu äußern, wurde mit Cronbach's Alpha ( $\alpha = .84$ ) geschätzt und kann in Anlehnung an Streiner (2003) als sehr gut angesehen werden.

### **2.3 Stichprobe.**

Nach Ausschluss aller Personen mit Missings in den für die Regression relevanten Variablen umfasst die Stichprobe 6290 Proband\*innen im Alter von 15 bis 48 Jahren, welche vier von Pairfam festgelegten Geburtskohorten entstammen: 2001-03 (Kohorte 1), 1991-93 (Kohorte 2), 1981-83 (Kohorte 3) und 1971-73 (Kohorte 4). Die Stichprobe umfasst also mit Kohorte 1 eine Kohorte von Jugendlichen, Kohorte 2 besteht aus jungen Erwachsenen und die Kohorten 3 und 4 enthalten mittelalte Erwachsene verschiedenen Alters (Brüderl et al., 2020). Der Mittelwert des Alters liegt insgesamt bei 33.09 Jahren (SD = 9.00).

Von allen an der Pairfam-Erhebung teilnehmenden Personen werden in die vorliegende Studie 2918 Männer im Alter von 15 bis 48 (Mittelwert = 32.76 Jahre, SD = 9.08) einbezogen, die damit 46.39% der Gesamtstichprobe ausmachen. Die 3372 berücksichtigten Frauen sind ebenfalls zwischen 15 und 48 Jahre alt (Mittelwert = 33,38 Jahre, SD = 8,92) und machen 53.61% der Gesamtstichprobe aus.

1416 Proband\*innen (22.51%) gaben an, sich zum Zeitpunkt der Erhebung in keiner festen Beziehung zu befinden, davon 807 Männer und 609 Frauen. Unter allen 4874 teilnehmenden Personen mit fester Partnerin oder festem Partner lebten zum Erhebungszeitpunkt 4788 Personen (98.24%) in gegengeschlechtlichen und 86 Personen (1.76%) in gleichgeschlechtlichen Beziehungen. Letztere werden nicht aus den Berechnungen ausgeschlossen, um keinen strikt einseitigen Blick auf sexuelle Kommunikation und Zufriedenheit zu erhalten, obwohl die im ersten Teil dieser Arbeit beschriebene Literatur, welche die Grundlage der Hypothesen bildet, hauptsächlich gegengeschlechtliche Beziehungen untersucht hat. Dies wird aufgrund des sehr geringen Anteils von Proband\*innen in gleichgeschlechtlichen Beziehungen vernachlässigt.

3839 Studienteilnehmer\*innen lebten während der Erhebung mit ihrem Partner oder ihrer Partnerin zusammen, 2480 Proband\*innen waren verheiratet und 3072 Proband\*innen hatten bis zum Zeitpunkt des Interviews mindestens ein Kind zur Welt gebracht. Innerhalb der drei Monate vor der Erhebung gaben die Teilnehmenden auf einer 8-stufigen Skala an, im

**Tabelle 1**

*Stichprobenbeschreibung anhand der Geburtskohorten*

	Kohorte 1		Kohorte 2		Kohorte 3		Kohorte 4	
	m.	w.	m.	w.	m.	w.	m.	w.
Anzahl Personen insgesamt	305	291	973	1088	1057	1264	583	729
Durchschnittl. Alter in Jahren	16.68	16.61	26.12	26.14	36.13	36.15	46.13	46.05
In fester Beziehung	132	190	633	847	841	1105	505	621
Gegengeschlechtliche Beziehung	131	183	621	831	832	1083	496	611
Gleichgeschlechtliche Beziehung	1	7	12	16	9	22	9	10
Verheiratet	0	1	79	195	547	787	407	464
Durchschnittl. Anzahl Kinder	0.00	0.00	0.16	0.29	1.11	1.55	1.78	1.82
Durchschnittl. Menge Sex in den letzten 3 Monaten, s. Text für Interpretation	3.14	3.72	3.55	3.58	3.08	3.18	2.94	2.95
Durchschnittl. Ausbildungsjahre	2.47	1.88	13.55	14.11	14.00	14.32	13.95	13.85

*Anmerkung.* Alle Angaben als absolute Häufigkeit außer die vorletzte Zeile, „Durchschnittl.“ = Mittelwert  
Kohorte 1: 2001-03, Kohorte 2: 1991-93, Kohorte 3: 1981-83, Kohorte 4: 1971-73

Durchschnitt zwei- oder dreimal im Monat Geschlechtsverkehr zu haben (Mittelwert = 3.26, SD = 1.53, wobei 0 = „Ich hatte noch nie Geschlechtsverkehr“, 1 = „Nicht in den letzten drei Monaten“, 2 = „Einmal im Monat oder weniger“, 3 = „Zwei- oder dreimal im Monat“, 4 = „Einmal in der Woche“, 5 = „Zwei- bis dreimal in der Woche“, 6 = „Mehr als dreimal in der Woche“ und 7 = „Täglich“). Alle Personen, die angaben, während der letzten drei Monate keine Sexualekontakte gehabt zu haben, wurden aus der Studie ausgeschlossen, da sie durch diese Angabe automatisch Missings in den für die Regression relevanten Items zu sexueller Kommunikation aufwiesen.

Die Bildungshintergründe der Proband\*innen sind heterogen: 450 (7.15%) von ihnen gaben an, gar kein Jahr in einer Ausbildung verbracht zu haben, 104 (1.65%) gaben 20 Ausbildungsjahre an. Der Mittelwert der mit Bildung verbrachten Jahre liegt bei 12.92 Jahren (SD = 4.58).

## 2.4 Statistische Analyse.

Zur Testung der gerichteten Hypothesen wird eine multiple lineare Regressionsanalyse verwendet, wobei Regressionen von den Kriteriumsvariablen *Fähigkeit, sexuelle Wünsche zu äußern* und *Zufriedenheit mit dem Sexualleben* jeweils auf die Prädiktoren Kohorte und Geschlecht gerechnet werden. Es wird sowohl der Einfluss des jeweils anderen Prädiktors statistisch kontrolliert, um die Zusammenhänge der einzelnen Prädiktoren mit den Kriteriumsvariablen herauszufinden, als auch der Interaktionseffekt der Prädiktoren explorativ für deren gemeinsamen Einfluss auf die Kriteriumsvariablen berechnet. Dabei wird hierarchisch vorgegangen, sodass sich die folgenden Regressionsmodelle ergeben:

Modell 1a: Regression von *Fähigkeit, sexuelle Wünsche zu äußern* auf Geschlecht

Modell 1b: Regression von *Fähigkeit, sexuelle Wünsche zu äußern* auf Kohorte

Modell 1c: Regression von *Fähigkeit, sexuelle Wünsche zu äußern* auf Geschlecht & Kohorte & deren Interaktion Geschlecht:Kohorte

Modell 2a: Regression von *Zufriedenheit mit dem Sexleben* auf Geschlecht

Modell 2b: Regression von *Zufriedenheit mit dem Sexleben* auf Kohorte

Modell 2c: Regression von *Zufriedenheit mit dem Sexleben* auf Geschlecht & Kohorte & deren Interaktion Geschlecht:Kohorte

Für alle Rechnungen wird das gängige Signifikanzniveau  $\alpha = .05$  genutzt. Da die Voraussetzung der Homoskedastizität der Residuen in keinem der Regressionsmodelle gegeben ist, werden separat robuste Standardfehler SE berechnet, um eine mögliche Verzerrung der Inferenzen möglichst gering zu halten.

### 3. Ergebnisse

In diversen bisherigen Studien wurde erwähnt, dass eine bessere sexuelle Kommunikation mit höherer Zufriedenheit mit dem eigenen Sexleben assoziiert ist (Byers, 2011; Maxwell et al., 2017). Auch in der vorliegenden Stichprobe besteht zwischen diesen beiden Variablen ein positiver Zusammenhang von  $r = .3564$ , was das theoretische Modell, das den Hypothesen dieser Arbeit zugrunde liegt, bestärkt.

#### 3.1 Fähigkeit, sexuelle Wünsche zu äußern.

Die Proband\*innen stimmten den Items zur Beurteilung der eigenen Kommunikation sexueller Wünsche im Durchschnitt tendenziell leicht zu, mit einem Mittelwert von 3.67 auf einer fünfstufigen Skala ( $SD = .91$ ). Spezifisch liegt dabei der Mittelwert der Aussage „Wenn ich beim sexuellen Kontakt etwas anders möchte, sage oder zeige ich das.“ bei 3.71 ( $SD = 1.00$ ) und der des Items „Im Großen und Ganzen kann ich meine sexuellen Wünsche und Bedürfnisse gut ausdrücken.“ bei 3.63 ( $SD = .96$ ). Männer und Frauen beurteilten ihre sexuelle Kommunikation etwa gleich, wobei der Mittelwert der Frauen mit 3,68 ( $SD = 0,94$ ) leicht über dem der Männer mit 3.65 ( $SD = .87$ ) liegt. Mitglieder verschiedener Kohorten hingegen schätzten sich mit zunehmendem Alter weniger gut im Äußern ihrer sexuellen Wünsche ein. In der jüngsten Kohorte 1 liegt der Mittelwert bei 4.01 ( $SD = .83$ ), in der etwas älteren Kohorte 2 bei 3.74 ( $SD = .89$ ), in Kohorte 3 bei 3.62 ( $SD = .91$ ) und in Kohorte 4 mit den ältesten Mitgliedern bei 3.48 ( $SD = .91$ ).

##### 3.1.1 Fähigkeit, sexuelle Wünsche zu äußern und Geschlecht. Mit dem

Regressionsmodell 1a wurde der Einfluss vom Geschlecht einer Person auf ihre sexuelle Kommunikation weiterführend untersucht. Dieses liegt mit einem  $p = .169$  jedoch über dem gewählten Signifikanzniveau und leistet daher keinen signifikanten Erklärungsbeitrag zur

Varianz in der Fähigkeit, sexuelle Wünsche zu äußern. Die Menge der durch Modell 1a aufgeklärten Varianz wäre mit 0.03% ohnehin sehr gering ( $R^2 = .0003011$ ,  $R^2_{\text{kor}} = .0001421$ , Intercept = 3.61880).

Der gefundene lineare Zusammenhang zwischen der Fähigkeit, sexuelle Wünsche zu äußern und dem Geschlecht einer Person (Männer = 1, Frauen = 2) beträgt deskriptiv .03164 (SE = .02299). Da dieser jedoch nicht signifikant ist, scheinen sich Männer und Frauen in der Fähigkeit, ihre sexuellen Wünsche zu äußern, nicht zu unterscheiden.

**3.1.2 Fähigkeit, sexuelle Wünsche zu äußern und Alter.** Mit dem Regressionsmodell 1b wurde der Einfluss vom Alter (nach Kohorte) einer Person auf ihre sexuelle Kommunikation weiterführend untersucht. Dieses leistet mit  $p < .001$  einen signifikanten Beitrag zur Erklärung der Varianz in der Fähigkeit, sexuelle Wünsche zu äußern. Der Erklärungsbeitrag liegt bei 2.39% ( $R^2 = .02391$ ,  $R^2_{\text{kor}} = .02376$ , Intercept = 4.08539).

Der gefundene Zusammenhang zwischen der Fähigkeit, die eigenen sexuellen Wünsche zu äußern, und der Kohortenzugehörigkeit einer Person ist mit  $-.15530$  (SE = .01251) negativ. Je älter die Proband\*innen also waren, desto schlechter haben sie ihre Fähigkeiten zur sexuellen Kommunikation eingeschätzt. Anders formuliert: Die Fähigkeit, die eigenen sexuellen Wünsche zu äußern, nimmt im Durchschnitt dem Alter ab (H2).

**3.1.3 Fähigkeit, sexuelle Wünsche zu äußern: Kontrolle und Interaktion.** Im Regressionsmodell 1c wurden die Einflüsse vom Geschlecht und Alter (nach Kohorte) einer Person auf ihre sexuelle Kommunikation um den gegenseitigen Einfluss bereinigt. Ebenso wurde in diesem Modell der Interaktionseffekt von *Kohorte* und *Geschlecht* berücksichtigt, um explorativ zu untersuchen, ob die Beziehung zwischen den Kriteriums- und Prädiktorvariablen von der spezifische Ausprägung des jeweils anderen Prädiktors abhängt.

Das Modell liefert mit  $p < .001$  einen signifikanten Beitrag zur Aufklärung der Varianz in der Fähigkeit, die eigenen sexuellen Wünsche zu äußern, von welcher es insgesamt 2.69% erklären kann. Dies übersteigt die kumulierte Varianzaufklärung der einzelnen Prädiktoren (2.42%). Das Vorhersagepotential beider Prädiktoren und deren Interaktion geht also über das der einzelnen Prädiktoren hinaus. Der relative Einfluss der Kohortenzugehörigkeit auf die sexuelle Kommunikation ist dabei deutlich größer als der des Geschlechts oder deren Interaktion.

**Tabelle 2***Regressionsmodell 1c: Einflüsse auf die Fähigkeit, die eigenen sexuellen Wünsche zu äußern, mit Interaktion*

	unstandardisiert	z - standardisiert	SE	t
Intercept	4.43361***	-.001744	.114	38.8913
Geschlecht	-.22780**	.023022	.0710	-3.2085
Kohortenzugehörigkeit	-.30924***	-.154601	.0403	-7.6734
Geschlecht:Kohorte	.10024***	.049779	.0250	4.0096
R <sup>2</sup>	.02691			
R <sup>2</sup> <sub>korr</sub>	.02645			
F (df = 6286)	57.95***			

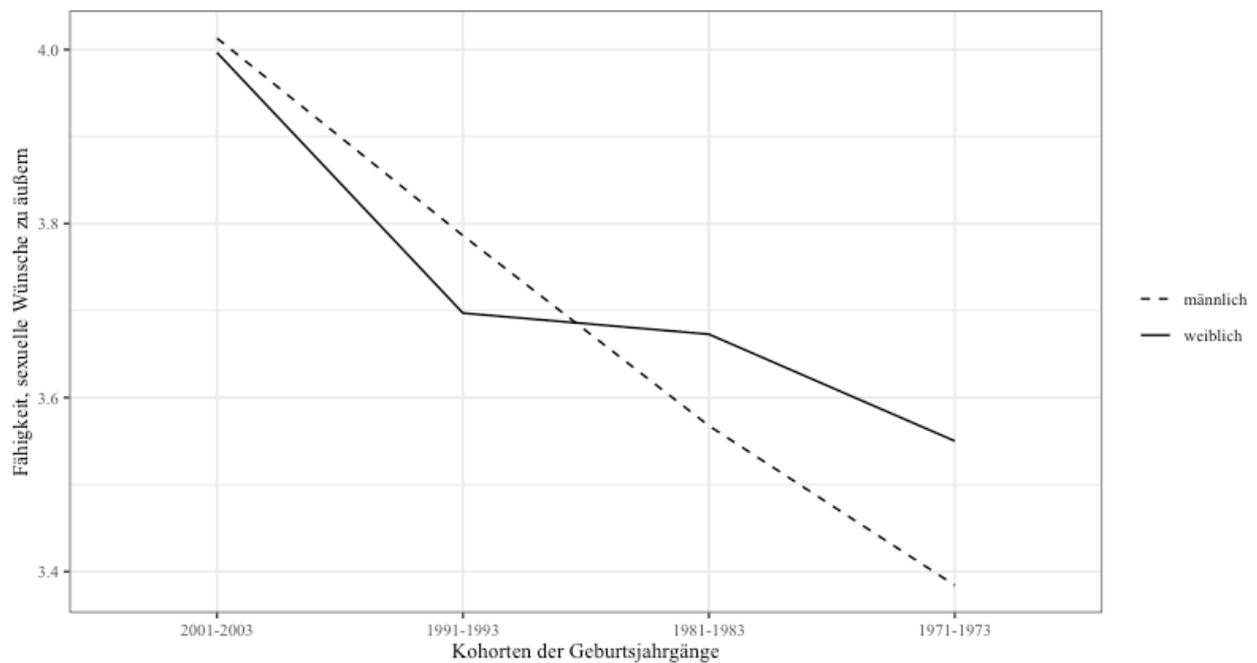
*Anmerkung.* N = 6290; RSE = .8974; .p < .1; \*p < .05; \*\*p < .01; \*\*\*p < .001

Entgegen der Ergebnisse aus Modell 1a ist der Zusammenhang zwischen Geschlecht und der Fähigkeit, sexuelle Wünsche zu äußern, in diesem Modell negativ linear. Wenn man das Alter unbeachtet lässt, kommunizieren Frauen also ihre Wünsche durchschnittlich etwas besser als Männer, unter statistischer Kontrolle des Einflusses der Kohortenzugehörigkeit geben jedoch tendenziell Männer eine bessere Kommunikation ihrer sexuellen Wünsche an. Der Haupteffekt des Geschlechts ist dadurch allein schwer interpretierbar, dennoch lässt sich in Abbildung 1 ein Trend erkennen: Männer aus den Kohorten 1 und 2 (Jugendliche und junge Erwachsene) kommunizieren ihre Wünsche im Mittel besser als Frauen aus der selben Kohorte, Männer aus den älteren beiden Kohorten hingegen kommunizieren vergleichsweise schlechter als Frauen aus der selben Kohorte. Die Mittelwerte der Frauen in den beiden mittleren Kohorten 2 und 3 sind dabei auffallend ähnlich und der Unterschied zwischen den jüngeren Kohorten 1 und 2 auffallend groß im Vergleich zu den anderen Mittelwertsunterschieden.

Die älteren beiden Kohorten umfassen insgesamt mit 3633 Proband\*innen mehr Personen als die jüngeren beiden Kohorten, die insgesamt 2657 Personen beinhalten. Ohne statistische Kontrolle des Alters überwiegt daher der Einfluss der älteren Proband\*innen. Unter Bereinigung der Kohortenzugehörigkeit lässt sich die Hypothese, Männer können ihre sexuellen Wünsche durchschnittlich besser äußern als Frauen (H1), jedoch teilweise signifikant bestätigen.

## Abbildung 1

Fähigkeit, sexuelle Wünsche zu äußern, Mittelwerte nach Alter (Kohorte) und Geschlecht



Der Haupteffekt der Kohortenzugehörigkeit auf die Fähigkeit, die eigenen sexuellen Wünsche zu äußern, ist anhand der Abbildung 1 interpretierbar, da sich die Rangreihe unabhängig vom Geschlecht nicht ändert: Je jünger die Proband\*innen sind, desto besser schätzen sie ihre kommunikative Fähigkeit ein. Dies wird auch im Regressionsmodell 1c bestätigt. Die Fähigkeit, die eigenen sexuellen Wünsche zu äußern, nimmt also im Durchschnitt dem Alter der Kohorte ab (H2), womit diese Hypothese bestätigt werden kann.

Die Interaktion der Prädiktoren hat einen signifikanten Einfluss auf deren Beziehung zur Fähigkeit, sexuelle Wünsche zu äußern. Sie lässt sich insgesamt als hybride Interaktion beschreiben, da nur Haupteffekt der Kohorte eigenständig interpretierbar ist.

### 3.2 Zufriedenheit mit dem Sexleben.

Die Zufriedenheit mit dem Sexleben wurde auf einer elfstufigen Skala erfasst, sodass die Proband\*innen mit einem Mittelwert von 6.21 (SD = 2.60) angaben, tendenziell eher zufrieden zu sein. Männer und Frauen gaben dabei durchschnittlich eine ähnliche Zufriedenheit an, wobei der Mittelwert der Frauen mit 6.38 (SD = 2.56) etwas höher ist als der der Männer mit 6.02 (SD = 2.63). Im Vergleich der Mittelwerte der Kohorten zeigt sich, dass jüngere Proband\*innen

tendenziell eine höhere Zufriedenheit berichteten als ältere. In der jüngsten Kohorte 4 liegt der Mittelwert bei 7.28 (SD = 2.38), in der etwas älteren Kohorte 1 bei 6.49 (SD = 2.55), in Kohorte 2 bei 6.00 (SD = 2.60) und in Kohorte 3, welche die ältesten Personen umfasst, bei 5.71 (SD = 2.58).<sup>2</sup>

**3.2.1 Zufriedenheit mit dem Sexleben und Geschlecht.** Der Einfluss vom Geschlecht einer Person (Männer = 1, Frauen = 2) auf die Zufriedenheit mit dem Sexleben wurde mit dem Regressionsmodell 2a weiterführend untersucht, welches mit  $p < .001$  einen signifikanten Beitrag zur Aufklärung der Varianz in der sexuellen Zufriedenheit leistet. Insgesamt können 0.47% der Varianz durch das Modell erklärt werden ( $R^2 = .004654$ ,  $R^2_{\text{kor}} = .004496$ , Intercept = 5.66712).

Der Zusammenhang zwischen dem Geschlecht einer Person und ihrer sexuellen Zufriedenheit ist mit .35550 positiv linear (SE = .06556). Frauen gaben in der Stichprobe demnach tendenziell eine höhere Zufriedenheit mit ihrem Sexleben an als Männer, was im Gegensatz zur H3 steht, welche eine tendenziell höhere sexuelle Zufriedenheit bei Männern annimmt. Dieser Effekt ist jedoch so klein, dass er allein nicht für eine Schlussfolgerung bezüglich der H3 herangezogen werden sollte.

**3.2.2 Zufriedenheit mit dem Sexleben und Alter.** Der Einfluss vom Alter (nach Kohorten) einer Person auf die Zufriedenheit mit dem Sexleben wurde mit dem Regressionsmodell 2b weiterführend untersucht. Dieses leistet mit  $p < .001$  einen signifikanten Beitrag zur Varianzaufklärung in der sexuellen Zufriedenheit, wobei die Menge der aufgeklärten Varianz bei 2.88% liegt ( $R^2 = .0288$ ,  $R^2_{\text{kor}} = .02865$ , Intercept = 7.52403).

Der Zusammenhang zwischen der Kohortenzugehörigkeit einer Person und ihrer Zufriedenheit mit dem eigenen Sexleben ist nach diesem Modell mit -.48704 negativ linear (SE = .03567). Je jünger die Proband\*innen also waren, desto mehr Zufriedenheit mit ihrem Sexleben gaben sie

---

<sup>2</sup> Für einen umfassenderen Blick auf die Zufriedenheit mit dem Sexleben wurde diese explorativ auch für jene Personen berechnet, die angaben, dass sie während der letzten drei Monate vor der Erhebung keinen Geschlechtsverkehr hatten. Da diese Proband\*innen automatisch Missings in den Items zur Erfassung der Fähigkeit, sexuelle Wünsche zu äußern, aufweisen, wurden sie ursprünglich aus der Stichprobe ausgeschlossen. Für die Berechnung ihrer sexuellen Zufriedenheit ergibt sich daher eine gesonderte Stichprobe, die 109 Personen im Alter von 24 bis 47 Jahren umfasst. Es zeigt sich in dieser, dass weder das Geschlecht einer Person noch ihre Kohortenzugehörigkeit einen signifikanten Einfluss auf deren Zufriedenheit mit ihrem Sexleben haben, sowohl ohne, als auch mit statistischer Kontrolle der jeweils anderen Variable.

an. Anders formuliert: Die Zufriedenheit mit dem eigenen Sexleben nimmt im Durchschnitt mit dem Alter ab (H4), was für diese Hypothese spricht.

### 3.2.3 Zufriedenheit mit dem Sexleben: Kontrolle und Interaktion. Im

Regressionsmodell 2c wurde der gegenseitige Einfluss der unabhängigen Variablen kontrolliert. Ebenso wurde der Interaktionseffekt zwischen *Kohorte* und *Geschlecht* berücksichtigt, um explorativ zu untersuchen, ob die Beziehung zwischen den Kriteriums- und Prädiktorvariablen von der spezifische Ausprägung des jeweils anderen Prädiktors abhängt.

Das Modell liefert mit  $p < .001$  einen signifikanten Beitrag zur Aufklärung der Varianz in der Zufriedenheit mit dem Sexleben, von welcher es insgesamt 3.44% erklären kann. Dies übersteigt die kumulierte Varianzaufklärung der einzelnen Prädiktoren (3.35%). Das Vorhersagepotential beider Prädiktoren und deren Interaktion geht also auch hier über das der einzelnen Prädiktoren hinaus. Dennoch ist die Kohortenzugehörigkeit der einzige signifikante Prädiktor für die Zufriedenheit mit dem Sexleben und hat auch im Vergleich der Prädiktoren und deren Interaktion den größten relativen Einfluss darauf.

Der gefundene lineare Zusammenhang zwischen dem Geschlecht und der sexuellen Zufriedenheit ist, ebenso wie in Modell 2a, positiv linear. Auch unter Bereinigung des Prädiktors geben Frauen also tendenziell eine höhere Zufriedenheit mit ihrem Sexleben an als

**Tabelle 3**

*Regressionsmodell 2c: Einflüsse auf die Zufriedenheit mit dem Sexleben, mit Interaktion*

	unstandardisiert	z - standardisiert	SE	t
Intercept	7.19206***	-.0003609	.323	22.2664
Geschlecht	.22772	.0743045	.202	1.1273
Kohortenzugehörigkeit	-.58504***	-.1721443	.115	-5.0873
Geschlecht:Kohorte	.05926	.0102985	.0713	.8311
R <sup>2</sup>	.03442			
R <sup>2</sup> <sub>korr</sub>	.03396			
F (df = 6286)	74.69***			

*Anmerkung.* N = 6290; RSE = 2.554; .p < .1; \*p < .05; \*\*p < .01; \*\*\*p < .001

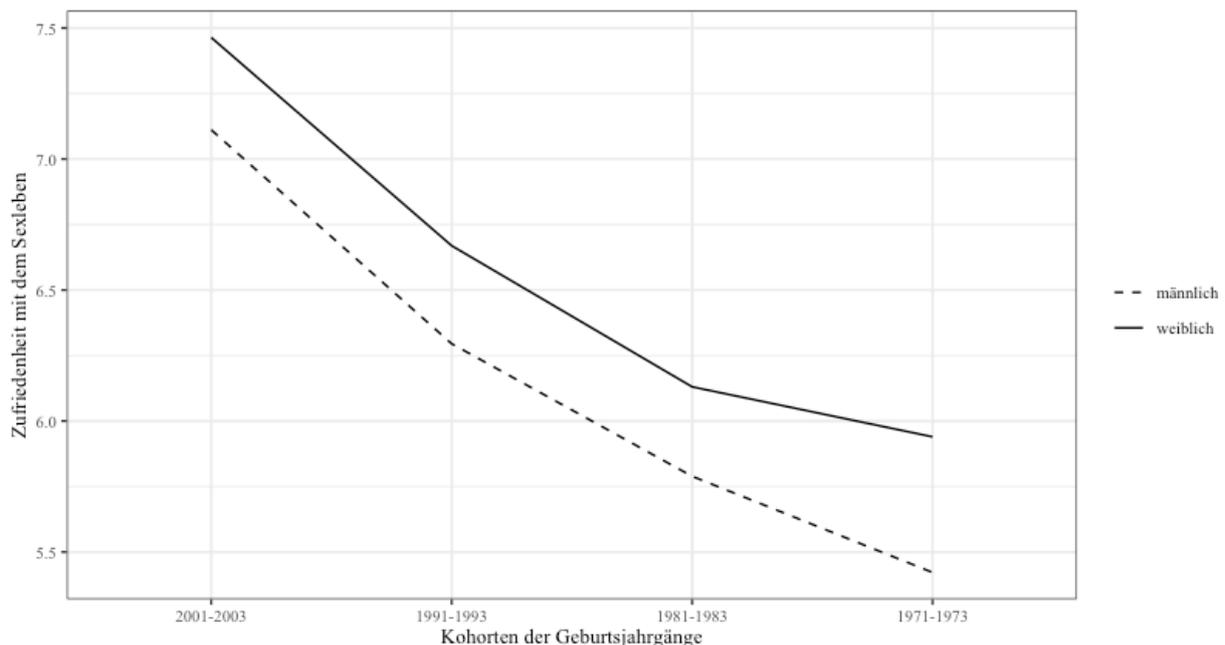
Männer, s. Abbildung 2. Dies steht im genauen Gegensatz zur Hypothese H3, welche eine tendenziell höhere sexuelle Zufriedenheit bei Männern annimmt. Das Geschlecht einer Person ist allerdings unter statistischer Kontrolle des Einflusses der Kohortenzugehörigkeit kein signifikanter Prädiktor für die Zufriedenheit mit dem Sexleben. Männer und Frauen scheinen sich also durchschnittlich nicht in ihrer sexuellen Zufriedenheit zu unterscheiden, weshalb die H3 verworfen werden muss.

Der Einfluss der Kohortenzugehörigkeit auf die sexuelle Zufriedenheit ist in diesem Modell signifikant negativ linear und geht damit mit den Ergebnissen des Modells 2b einher. Je jünger die Proband\*innen also waren, desto höhere Zufriedenheit mit dem Sexleben gaben sie an. Dies zeigt sich auch in Abbildung 2. H4, welche genau diesen Zusammenhang vermutete, kann angenommen werden.

In Bezug auf die sexuelle Zufriedenheit sind beide Haupteffekte zu Lasten der unabhängigen Variablen auch ohne Interaktion eindeutig interpretierbar. Trotz der gleichbleibenden Rangreihe von Geschlecht und Alter (nach Kohorte) lässt sich in Abbildung 2 erkennen, dass eine ordinale Interaktion der unabhängigen Variablen vorliegt. Diese leistet jedoch keinen signifikanten Beitrag zur Aufklärung der Varianz in der Zufriedenheit mit dem Sexleben.

## Abbildung 2

*Zufriedenheit mit dem Sexleben, Mittelwerte nach Alter (Kohorte) und Geschlecht*



## 4. Diskussion

### 4.1 Einordnung der Ergebnisse.

Die genutzten Regressionsmodelle bieten unterschiedlich gute und nicht immer signifikante Beiträge zur Varianzaufklärung in der Zufriedenheit mit dem eigenen Sexleben und in der Fähigkeit, die eigenen sexuellen Wünsche zu äußern. Bei letzterer ist der Effekt des Geschlechts einer Person stark von der Interaktion mit ihrer Kohortenzugehörigkeit beeinflusst. Insgesamt kann nur eine geringe Menge der Varianz durch die verwendeten Modelle aufgeklärt werden, wobei die Kohortenzugehörigkeit stets als zuverlässigerer Prädiktor der sexuellen Kommunikation und Zufriedenheit dient als das Geschlecht.

Die Hypothese, dass Männer ihre sexuellen Wünsche durchschnittlich besser äußern können als Frauen (H1), kann beispielsweise nur mit Einschränkungen angenommen werden. Es ist nicht möglich zu sagen, dass Männer in der Stichprobe im Mittel immer bessere Fähigkeiten zur sexuellen Kommunikation angaben als Frauen, da sich in den beiden älteren Kohorten 3 und 4 die Frauen deutlich besser einschätzten als die Männer. Kotiuga et al. stellten 2022 fest, dass das sexuelle Selbstvertrauen mit dem Alter und der sexuellen Erfahrung zunimmt. Aufgrund der Ergebnisse der vorliegenden Studie kann spekuliert werden, dass dies insbesondere auf Frauen zutrifft. Frauen zeigen jedoch auch insgesamt einen weniger linearen Zusammenhang zwischen ihrem Alter und der sexuellen Kommunikation als Männer. Dies ist möglicherweise dadurch zu erklären, dass die sexualmoralischen Ansprüche an weibliche Sexualität sich in den vergangenen Jahrzehnten im Zuge des nachgerade immer öffentlichkeitswirksamer werdenden (Post-) Feminismus stärker wandelten als die an die Sexualität von Männern. So gaben Frauen der Kohorten 2 und 3 eine im Durchschnitt sehr ähnliche Einschätzung ihrer sexuellen Kommunikation, was gegebenenfalls auf eine ähnliche sexuelle Sozialisierung dieser beiden Kohorten zurückzuführen ist, wohingegen Frauen der jüngsten Kohorte die eigenen Fähigkeiten im Mittel stark besser einschätzen als die anderen Kohorten, was auf einen stärkeren Wandel der Sexualmoral in dieser Zeit schließen lassen könnte. Diese Vermutungen können jedoch nur rein hypothetisch aufgestellt werden und bedürfen weiterer Untersuchungen. Es hat sich signifikant gezeigt, dass die Fähigkeit, die eigenen sexuellen Wünsche zu äußern, unabhängig vom Geschlecht einer Person im Durchschnitt mit dem Alter der Kohorte abnimmt (H2). Dieser Befund scheint aufgrund der Erkenntnisse aus bisherigen Studien eher auf die

sexuelle Sozialisierung zurückzuführen zu sein als auf die individuelle Sexualentwicklung einer Person, da letztere eigentlich vermuten lassen würde, dass man mit zunehmendem Alter und zunehmender sexueller Erfahrung besser kommuniziert.

Kohorteneffekte zeigen sich auch in der Beurteilung der Zufriedenheit mit dem eigenen Sexleben, welche, wie vermutet, im Durchschnitt mit zunehmendem Alter der Kohorte abnimmt (H4). In Teil 1.2.3 wurde beschrieben, dass dies sowohl auf die Sozialisierung als auch auf die individuelle Sexualentwicklung einer Person zurückgeführt werden könnte - Ob es sich bei den gefundenen Effekten um Alters- oder Kohorteneffekte handelt, lässt sich bei dem gegebene Studiendesign nicht differenzieren.

Als einzige Hypothese verworfen werden muss H3, welche annimmt, dass Männer durchschnittlich zufriedener mit dem eigenen Sexleben sind als Frauen. Die Befunde dazu sind nicht signifikant, deuten jedoch auf das genaue Gegenteil. Dies ist erstaunlich, angesichts der übereinstimmenden Befunde bisheriger Studien, dass eine bessere Fähigkeit, die eigenen sexuelle Wünsche zu äußern, die sexuelle Zufriedenheit erhöht (Lentz & Zaikman, 2021; MacNeil & Byers, 2009), und der signifikant bestätigten H1. Dennoch ist vorstellbar, dass Männer durch das Stereotyp des ständig lustvollen und sexuell aktiven Mannes weniger bestärkt, sondern vielmehr unter Performance-Druck gesetzt werden und daher im Durchschnitt weniger zufrieden mit ihrem Sexleben sind als angenommen. Diese Überlegung geht einher mit dem Befund, dass Männer tendenziell dann Unzufriedenheit mit ihrem Sexleben berichten, wenn sie empfinden, dass sie zu wenig Geschlechtsverkehr haben (Conley & Klein, 2022). Frauen hingegen bewerten ihr Sexleben im Durchschnitt erst dann als nicht zufriedenstellend, wenn es durch Schmerzen oder sonstige unangenehme Erfahrungen gekennzeichnet ist, s. Tabelle 3. Sie haben also tendenziell einen deutlich gütigeren Blick auf ihre Sexualität als Männer, was das Ergebnis der vorliegenden Studie erklären könnte. Weitere Untersuchungen sind auch hier erforderlich, um sichere Aussagen treffen zu können. Die Untersuchung der sexuellen Zufriedenheit im Geschlechtervergleich ist jedoch mit einigen Limitationen besetzt.

#### **4.2 Limitationen der Studie.**

In der vorliegenden Studie werden unter anderem Aspekte der Sexualität von Männern und Frauen verglichen. In Teil 1 dieser Arbeit wurde jedoch herausgearbeitet, dass Männer und Frauen im Durchschnitt sehr unterschiedliche sexuelle Erfahrungen machen. Es stellt sich daher die Frage, inwieweit männliche und weibliche Sexualität sich sinnvoll vergleichen lassen.

Insbesondere in Bezug auf die Messung der sexuellen Zufriedenheit verschiedener Geschlechter berichten Conley & Klein (2022) von Problemen der Konstruktvalidität aufgrund des gänzlich anderen Verständnisses von sexueller Zufriedenheit, das Männer und Frauen besitzen, s.

**Tabelle 3**

*Messung der sexuellen Zufriedenheit, nach Conley & Klein (2022)*

Skala zur Messung der Zufriedenheit mit dem Sexleben	Verständnis der Skala	
	Frauen	Männer
Sehr zufrieden	Sicherer Geschlechtsverkehr, Partner*innen sind zufrieden	Viel Lust, Orgasmus
Sehr unzufrieden	Schmerz, Erniedrigung	Zu wenig Geschlechtsverkehr

Tabelle 3.

Die Frage nach der sexuellen Zufriedenheit ist überdies aufgrund der ungenauen Formulierung zu kritisieren. Es wird im Pairfam danach gefragt, wie zufrieden man *insgesamt* mit dem eigenen *Sexualleben* ist. Dabei wird weder spezifiziert, um welchen zeitlichen Rahmen es sich handelt, ob beispielsweise nach der Zufriedenheit mit dem aktuellen Partner oder der aktuellen Partnerin oder aber nach der durchschnittlichen Zufriedenheit über das ganze Leben gefragt wird, noch wird das Wort *Sexualleben* definiert. Da verschiedene Arten von Geschlechtsverkehr für Männer und Frauen in der Regel unterschiedlich befriedigend sind, könnte die Definition von Sexualleben jedoch das Bild der sexuellen Zufriedenheit bestimmen und wäre damit sehr bedeutend für eine klare Interpretation der Ergebnisse (Conley & Klein, 2022).

Auch die Fragen nach der Fähigkeit, sexuelle Wünsche zu äußern, sind teilweise ungenau formuliert. Man soll dort einschätzen, wie *gut* man seine sexuellen Wünsche äußern kann. Was ist aber gut und für wen oder was ist es gut? Für die eigene Lust oder ein funktionierendes Zusammenspiel in der Partnerschaft? Es ist fraglich, wie vergleichbar dies bei Männern und Frauen ist, wo doch in Teil 1.2.1 beschrieben wird, dass verschiedene Geschlechter unterschiedliche Grundlagen für das Äußern sexueller Wünsche haben.

Außerdem ist es ungünstig, dass zur Messung der Konstrukte *Fähigkeit, sexuelle Wünsche zu äußern* und *Zufriedenheit mit dem Sexleben* insgesamt nur drei Items verwendet werden. Dies wäre unproblematisch, wenn die Konstrukte unmissverständlich definiert wären - doch das ist hier nicht der Fall (Allen, Iliescu, & Greiff, 2022).

Auch weitere Variablen wie sexuelle Schuldgefühle (Woo et al., 2011) wurden nicht mit erhoben und konnten daher nicht als mögliche Moderatoren in die Regressionsmodelle aufgenommen werden. Die Moderation durch andere Variablen wenigstens einzugrenzen würde

jedoch stark beim Verständnis der heutigen Sexualmoral helfen, da man die Einflüsse der sexuellen Sozialisation auf die private Sexualität dann gezielter vermuten könnte.

Für diese Untersuchung werden in der vorliegenden Studie unter anderem Kohorteneffekte betrachtet. Die Kohorten, anhand derer untersucht wird, sind jedoch relativ willkürlich, da sie durch Pairfam festgelegt worden sind. Eine Einteilung anhand verschiedener sexualpolitischer Phasen wäre für die aktuelle Fragestellung möglicherweise ergiebiger gewesen.

Und zuletzt war auch die Stichprobe durch Pairfam festgelegt und enthält nur einen sehr geringen Anteil homosexuell lebender Proband\*innen. Zwar sind die Hypothesen beinahe ausschließlich auf Literatur gestützt, die nur heterosexuelle Proband\*innen einbezieht, jedoch bildet dieses Verhältnis nicht die Realität ab, sodass trotz der ansonsten repräsentativen Stichprobe und obwohl die Proband\*innen in gleichgeschlechtlichen Beziehungen nicht ausgeschlossen wurden, nicht von einem umfassenden Blick auf die Sexualität gesprochen werden kann.

#### **4.3 Implikationen für zukünftige Forschung.**

Weiterführende Forschung sollte möglichst mehr Geschlechter mit einbeziehen. Denn wie sich die vorliegende Studie auf Geschlecht im sozialen Rahmen bezogen hat, existieren auch nonbinäre oder Trans-Personen nicht im Vakuum - auch für sie ergeben sich aus der Geschlechtsidentität bestimmte soziale Regeln und eine bestimmte Betrachtungsweise durch die Gesellschaft. Der Einbezug weiterer, selbst eingeforderter Geschlechtsidentitäten würde überdies die Möglichkeit eröffnen, reflektierter über die verschiedenen Ebenen der Geschlechtlichkeit zu sprechen: Wie verändert sich beispielsweise der Blick einer Person, die sich selbst eine soziale Rolle zugewiesen hat, im Vergleich zu Menschen, deren Rolle vorgegeben wurde? Auf diese Weise könnten die tatsächlichen Einflüsse der Geschlechterrolle auf Unterschiede zwischen den Geschlechtern klarer untersucht werden.

Außerdem wäre es interessant, verschiedene sexuelle Orientierungen in größerem Umfang in zukünftige Forschung mit einzubeziehen, da viele der theoretischen Überlegungen zu den Unterschieden zwischen Männern und Frauen auf einem konservativ heteronormativem Weltbild beruhen. Auch durch den Einbezug diverser sexueller Orientierungen könnten also die tatsächlichen Einflüsse der Geschlechterrollen auf Unterschiede zwischen den Geschlechtern gezielter erforscht werden.

Für eine Untersuchung, inwieweit die Sexualkultur die eigene sexuelle Kommunikation und Zufriedenheit beeinflusst, wären überdies Studien interessant, die einen internationalen Vergleich - über mehrere Sexualkulturen hinweg - anstellen. Die Ergebnisse der vorliegenden Studie hingegen beziehen sich ausschließlich auf die deutsche Kultur und sind nicht generalisierbar. Zuletzt kann in der vorliegenden Studie nicht differenziert werden, ob es sich bei den gefundenen Ergebnissen um Alters- oder Kohorteneffekte handelt. Dafür wäre es nötig, auch die individuellen Entwicklungsverläufe zu betrachten, wofür eine längsschnittliche Untersuchung oder eine Kombination von quer- und längsschnittlichem Studiendesign geeignet ist. Für zukünftige Forschung wäre dies auch mit dem vorliegenden Datensatz möglich, da die hier genutzten Items aus dem Kernmodul von Pairfam stammen, welches bei jeder Erhebung erfragt wird.

#### **4.4 Fazit.**

Im neoliberalen Postfeminismus der heutigen Zeit wird Sexualität auf Ebene der Individuen betrachtet, jede\*r ist für sich allein verantwortlich (Barker et al., 2018; Bay-Cheng & Eliseo-Arras, 2008). In diesem Paper wird der Versuch unternommen, das Blickfeld zu erweitern. Es geht um die Zufriedenheit mit dem eigenen Sexleben und um sexuelle Kommunikation - in der Gesellschaft wie im Privaten, im Politischen wie im Emotionalen, im Abstrakten wie im Konkreten. In dieser Studie wird das Fundament gegossen für einen kleinen Raum an Spekulationen, dass die eigene sexuelle Unzufriedenheit nicht zufällig ist und die eigene Unfähigkeit, zu artikulieren, was man will, keine rein persönliche Inkompetenz. Es wurde nach Ähnlichkeiten im Verhalten und in der Wahrnehmung Vieler gesucht, um solche Phänomene als welche der Masse begreifen zu können. Die Datengrundlage dafür ist nicht ideal und die Ergebnisse bieten keine kausalen Erklärungen, aber dennoch konnte gezeigt werden: Wer über Sex redet... wird neben vielen weiteren, bisher unbekanntem Faktoren, bestimmt durch das Geschlecht und das Alter einer Person. Es wird in Teilen dadurch bestimmt, wer in der Gesellschaft über Sex redet und wie über Sex geredet wird. Es wird bestimmt durch die sexuelle Sozialisierung, ebenso wie die private Zufriedenheit mit dem eigenen Sexleben davon beeinflusst wird.

Die Wahrnehmung und Umsetzung von Sexualität geht höchstwahrscheinlich, wie Margarete Stokowski im Anfangszitat meint, über einzelne Individuen hinaus. Sie wird geformt von der Sexualmoral und als Teil der Gesellschaft tragen wir diese stets in uns.

# Bibliografie

- Allen, M. S., Iliescu, D., & Greiff, S. (2022). Single item measures in psychological science: A call to action. *European journal of psychological assessment: official organ of the European Association of Psychological Assessment*, 38(1), 1-5. doi:10.1027/1015-5759/a000699
- Angel, K. (2022). *Morgen wird Sex wieder gut: Frauen und Begehren* (1. Auflage ed.). München: Hanser.
- Barker, M.-J., Gill, R., & Harvey, L. (2018). Mediated intimacy: Sex advice in media culture. *Sexualities*, 21(8), 1337-1345. doi:10.1177/1363460718781342
- Bay-Cheng, L. Y., & Eliseo-Arras, R. K. (2008). The making of unwanted sex: Gendered and neoliberal norms in college women's unwanted sexual experiences. *The Journal of sex research*, 45(4), 386-397. doi:10.1080/00224490802398381
- Brüderl, J., Drobni, S., Hank, K., Neyer, F. J., Walper, S., Alt, P., . . . Wilhelm, B. (2020). Beziehungs- und Familienpanel (pairfam). In: GESIS, Köln. ZA5678 Data file Version 11.0.0, <https://doi.org/10.4232/pairfam.5678.11.0.0>.
- Byers, E. S. (2011). Beyond the birds and the bees and was it good for you?: Thirty years of Research on sexual communication. *Canadian psychology = Psychologie canadienne*, 52(1), 20-28. doi:10.1037/a0022048
- Chao, J.-K., Lin, Y.-C., Ma, M.-C., Lai, C.-J., Ku, Y.-C., Kuo, W.-H., & Chao, I.-C. (2011). Relationship among sexual desire, sexual satisfaction, and quality of life in middle-aged and older adults. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 37(5), 386-403.
- Conley, T. D., & Klein, V. (2022). Women get worse sex: A confound in the explanation of gender differences in sexuality. *Perspectives on psychological science*, 17(4), 960-978. doi:10.1177/17456916211041598
- Dabhoiwala, F. (2014). *Lust und Freiheit: die Geschichte der ersten sexuellen Revolution*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Deeks, A. A., & McCabe, M. P. (2001). Sexual function and the menopausal woman: The importance of age and partner's sexual functioning. *The Journal of sex research*, 38(3), 219-225. doi:10.1080/00224490109552090
- Emcke, C. (2019). *Ja heißt ja, und...* (3. Auflage ed.). Frankfurt am Main: S. FISCHER.

- Endendijk, J., Dekovic, M., Vossen, H., van Baar, A., Reitz, E., Leerstoel, D., . . . Leerstoel, B. (2022). Sexual double standards: Contributions of sexual socialization by parents, peers, and the media. *Archives of sexual behavior*, 51(3), 1721-1740. doi:10.1007/s10508-021-02088-4
- Fagen, J. L., & Anderson, P. B. (2012). Constructing masculinity in response to women's sexual advances. *Archives of sexual behavior*, 41(1), 261-270. doi:10.1007/s10508-011-9851-0
- Goldstein, M. (2008) *Die sexuelle Revolution: Interview mit Martin Goldstein/Interviewer: S. Trinius*. Bundeszentrale für politische Bildung.
- Greene, K., & Faulkner, S. L. (2005). Gender, belief in the sexual double standard, and sexual talk in heterosexual dating relationships. *Sex roles*, 53(3-4), 239-251. doi:10.1007/s11199-005-5682-6
- Hänel, H. C. (2021). *Sex und Moral - passt das zusammen?* (1. Auflage 2021 ed.). Stuttgart: J.B. Metzler.
- Harrington, A. G., & Maxwell, J. A. (2023). It takes two to tango: Links between traditional beliefs about both men's and women's gender roles and comfort initiating sex and comfort refusing sex. *Sex roles*, 1-16. doi:10.1007/s11199-023-01366-w
- Herzog, D. (2006). „Sexy Sixties“?: Die sexuelle Liberalisierung der Bundesrepublik zwischen Säkularisierung und Vergangenheitsbewältigung. In C. v. Hodenberg & D. Siegfried (Eds.), *Wo „1968“ liegt: Reform und Revolte in der Geschichte der Bundesrepublik*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Huinink, J., Brüderl, J., Nauck, B., Walper, S., Castiglioni, L., & Feldhaus, M. (2011). Panel analysis of intimate relationships and family dynamics (pairfam): conceptual framework and design. *Zeitschrift für Familienforschung*, 23, 77-101.
- Illouz, E. (2018). *Warum Liebe endet: eine Soziologie negativer Beziehungen* (3. Auflage 2022 ed.). Berlin: Suhrkamp.
- Köhler, T. (2020). *Medizin für Psychologen und Psychotherapeuten: orientiert an der Approbationsordnung für Psychologische Psychotherapeuten* (4., aktualisierte und erweiterte Auflage ed.). Stuttgart: Schattauer.
- Kolodziejczak, K., Rosada, A., Drewelies, J., Düzel, S., Eibich, P., Tegeler, C., . . . Gerstorff, D. (2019). Sexual activity, sexual thoughts, and intimacy among older adults: Links with physical health and psychosocial resources for successful aging. *Psychology and aging*, 34(3), 389-404. doi:10.1037/pag0000347

- Kotiuga, J., Yampolsky, M. A., & Martin, G. M. (2022). Adolescents' perception of their sexual self, relational capacities, attitudes towards sexual pleasure and sexual practices: a descriptive analysis. *Journal of youth and adolescence*, 51(3), 486-498. doi:10.1007/s10964-021-01543-8
- Lentz, A. M., & Zaikman, Y. (2021). The big "O": Sociocultural influences on orgasm frequency and sexual satisfaction in women. *Sexuality & culture*, 25(3), 1096-1123. doi:10.1007/s12119-020-09811-8
- Lewina, K. (2020). *Sie hat Bock* (4. Auflage 2022 ed.). Köln: Dumont.
- Lewina, K. (2021). *Bock: Männer und Sex* (Oktober 2022 ed.). Köln: Dumont.
- Lynott, P. P., & McCandless, N. J. (2000). The impact of age vs. life experience on the gender role attitudes of women in different cohorts. *Journal of women & aging*, 12(1-2), 5-21. doi:10.1300/J074v12n01\_02
- MacNeil, S., & Byers, E. S. (2009). Role of sexual self-disclosure in the sexual satisfaction of long-term heterosexual couples. *The Journal of sex research*, 46(1), 3-14. doi:10.1080/00224490802398399
- Maxwell, J. A., Muise, A., MacDonald, G., Day, L. C., Rosen, N. O., & Impett, E. A. (2017). How implicit theories of sexuality shape sexual and relationship well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 112(2), 238-279. doi:10.1037/pspi0000078
- Miller, S. A., & Byers, E. S. (2004). Actual and desired duration of foreplay and intercourse: Discordance and misperceptions within heterosexual couples. *The Journal of sex research*, 41(3), 301-309. doi:10.1080/00224490409552237
- Millett, K. (1970). *Sexus und Herrschaft: die Tyrannei des Mannes in unserer Gesellschaft* (Unveränderter Reprint einer älteren Ausgabe 2018 ed.). Köln: Kiepenheuer & Witsch.
- Müller, U., & Schröttle, M. (2013). *Lebenssituation, Sicherheit und Gesundheit von Frauen in Deutschland: Ergebnisse der repräsentativen Untersuchung zu Gewalt gegen Frauen in Deutschland*. Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend. Berlin: Rererat Öffentlichkeitsarbeit
- Papp, L. M., Goeke-Morey, M. C., & Cummings, E. M. (2013). Let's talk about sex: A diary investigation of couples' intimacy conflicts in the home. *Couple and family psychology*, 2(1), 60-72. doi:10.1037/a0031465
- Penny, L. (2015). *Unsagbare Dinge: Sex, Lügen und Revolution* (1. Auflage ed.). Hamburg: Ed. Nautilus.

- Sanders, S. A., Hill, B. J., Yarber, W. L., Graham, C. A., Crosby, R. A., & Milhausen, R. R. (2010). Misclassification bias: Diversity in conceptualisations about having 'had sex'. *Sexual Health*, 7(1), 31-34.
- Sanders, S. A., & Reinisch, J. M. (1999). Would you say you "had sex" if . . . ? *JAMA*, 281(3), 275-277. doi:10.1001/jama.281.3.275
- Sigusch, V. (2001). Lean sexuality: On cultural transformations of sexuality and gender in recent decades. *Sexuality & culture*, 5(2), 23-56. doi:10.1007/s12119-001-1017-0
- Sigusch, V. (2015) »Ich bin in Rage angesichts unserer Sexualkultur«/Interviewer: T. Haberl. (Vol 21/2015), Süddeutsche Zeitung Magazin.
- Stokowski, M. (2016). *Untenrum frei* (14. Auflage 2020 ed.). Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Verlag GmbH.
- Streiner, D. L. (2003). Starting at the beginning: An introduction to coefficient alpha and internal consistency. *Journal of personality assessment*, 80(1), 99-103. doi:10.1207/S15327752JPA8001\_18
- Tsang, V. W. L., Skead, C., Wassersug, R. J., & Palmer-Hague, J. L. (2019). Impact of prostate cancer treatments on men's understanding of their masculinity. *Psychology of men & masculinity*, 20(2), 214-225. doi:10.1037/men0000184
- Twenge, J. M., Sherman, R. A., & Wells, B. E. (2015). Changes in american adults' sexual behavior and attitudes, 1972–2012. *Archives of sexual behavior*, 44(8), 2273-2285. doi:10.1007/s10508-015-0540-2
- Willis, M., Jozkowski, K. N., Lo, W.-J., & Sanders, S. A. (2018). Are women's orgasms hindered by phallogocentric imperatives? *Archives of sexual behavior*, 47, 1565-1576.
- Woo, J. S. T., Brotto, L. A., & Gorzalka, B. B. (2011). The role of sex guilt in the relationship between culture and women's sexual desire. *Archives of sexual behavior*, 40(2), 385-394. doi:10.1007/s10508-010-9609-0

# Eigenständigkeitserklärung

Hiermit erkläre ich, dass ich die vorliegende Arbeit selbständig verfasst habe und sämtliche Quellen, einschließlich Internetquellen, die unverändert oder abgewandelt wiedergegeben werden, insbesondere Quellen für Texte, Grafiken, Tabellen und Bilder, als solche kenntlich gemacht habe.

Ich versichere, dass ich die vorliegende Abschlussarbeit noch nicht für andere Prüfungen eingereicht habe.

Mir ist bekannt, dass bei Verstößen gegen diese Grundsätze ein Verfahren wegen Täuschungsversuchs bzw. Täuschung gemäß der fachspezifischen Prüfungsordnung und/oder der Fächerübergreifenden Satzung zur Regelung von Zulassung, Studium und Prüfung der Humboldt-Universität zu Berlin (ZSP-HU) eingeleitet wird.

Berlin, den 17.08.2023