

# Pornografie: Der blinde Fleck unserer Gesellschaft<sup>1</sup>

## Sexuelle Gewalt, Missbrauch, Sexismus, Rassismus – Warum wird in frei zugänglicher Pornografie toleriert und normalisiert, was wir sonst ächten?

Autorin: Tabea Freitag



**Zusammenfassung** Pornografiekonsum ist im Zeitalter der Digitalisierung zu einem Massenphänomen geworden. Sie wird in unserer Gesellschaft vielfach als selbstverständliches Konsummittel und eine legitime Form des individuellen sexuellen Lustgewinns betrachtet. Gleichwohl lohnt sich ein genauerer Blick auf das Wesen pornografischer Sexualität, auf die Dynamik und die Folgen, die ein regelmäßiger Konsum nach sich ziehen kann. Die starke Zunahme von Kinder-, Jugend- und Gewaltpornografie, verbunden mit der Normalisierung von sexueller Ausbeutung und Gewalt im Netz, und das Ausbleiben eines wirksamen Kinder- und Jugendschutzes wirft Fragen nach den Gründen dieses blinden Flecks auf sowie nach Ansätzen zur Prävention.

»Schaut er auch Pornos mit Kindern?«, fragte ich die junge, fast wie ein Mädchen wirkende Frau, als mich hellhörig machte, dass ihr 25 Jahre älterer Freund nun ein Kind von ihr wollte. Gerade jetzt, wo sie ihre Ausbildung begonnen hatte und ohnehin nervlich am Ende war, nicht zuletzt wegen seiner Pornosucht und dem narzisstisch-missbräuchlichen Umgang mit ihr. »Ja, schon. Aber mehr was mit Jungs.« So beiläufig fallen die Antworten zunehmend aus, wenn ich junge Frauen danach frage, ob ihr Freund neben dem Konsum von hartem, vielfach brutalem Sex an Frauen und Teenagern, also »normaler« Mainstream-Pornografie, auch Kinderpornografie schaut. »Weiß nicht. Wohl schon auch mal, aber mehr was mit jungen Frauen und Tieren« bekam ich von einer zur Antwort. »Was soll ich denn machen?« von einer anderen. »Das machen doch fast alle. Und er ist ein total netter Kerl.«

Umfragen bestätigen die neue Normalität: Mehr als 70% der männlichen und 10% der weiblichen Jugendlichen und Erwachsenen zwischen 14 und 50 Jahren konsumieren täglich bis mehrmals wöchentlich Pornografie (WDR Quarks-Studie 2017). Und tatsächlich ist auch sexuelle Gewalt an Frauen und harter Sex an »Teens«, deren Alter

mangels vorgeschriebener Altersverifikation offenbar nicht von Interesse ist, in der Mainstream-Pornografie normal und toleriert. Diese Tatsache wird von Politik und Gesellschaft, anachronistisch zur öffentlichen Ächtung von Sexismus, sexualisierter Gewalt und Kindesmissbrauch, schweigend akzeptiert. Schon auf den für jedes Kind frei und kostenlos zugänglichen Startseiten beliebter Pornoanbieter suggerieren »alltägliche« Inzestszenen wie »Er hat seine Schwester erwischt und sie in den A\*\*\*\* gefickt« und unzählige Videos mit Titeln wie »Junges Tittelnuder«, »Versaute Göre verdient es ...«, »Kleine Stute«, »Hardcore Fuck In Tight Thai Teen«, »Young Thai Hottie picked up and destroyed by white cock« ..., dass Brachialsex an Teenagern o.k. sei, einschließlich jeder Form der Erniedrigung, Gewaltverherrlichung, Frauenhass, Rassismus und Hassrede scheinen *hier* keine Empörung und Zensur auszulösen.

Solche Filme realer sexueller Ausbeutung finden sich nicht nur auf Millionen von Smartphones und Laptops, im Büro, im Kinderzimmer, in der Schule, sondern auch in den Köpfen von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen wieder. Aus Fantasien werden nicht selten Wünsche und schließlich Taten. Das belegen nicht nur Studien (s.u.),

sondern dies wird auch von Praktikern aus Schulsozialarbeit, Therapie und Forensik geschildert. Doch wieso scheint das niemanden zu interessieren?

Köln, Münster, Lügde, Bergisch Gladbach – Berichte über die steil angestiegene Zahl<sup>2</sup> von Delikten im Zusammenhang mit der Herstellung und Verbreitung von Kinderpornografie sind inzwischen an der Tagesordnung. Ende Oktober 2019 ging erstmals durch die Presse: Laut BKA häufen sich seit mehr als zwei Jahren die Fälle massiv, in denen Kinder und Jugendliche selbst Kinderpornofilme verbreiten, zum Teil untermalt mit Musik, Witzen oder lachenden Emojis. In manchen Fällen stellen sie solche Filme sogar her. 2019 waren 41% der Tatverdächtigen im Bereich Kinderpornografie unter 21 Jahren (2018: 26%), 23% zwischen 14 und 18 Jahren (2018: 13%).<sup>3</sup>

Da ich mit solchen oder ähnlichen Vorfällen als Traumatherapeutin und bei Elterngesprächen im Rahmen unserer Präventions- und Aufklärungsarbeit zum Thema Pornografie (Fachstelle Mediensucht return) häufiger konfrontiert bin, war ich nicht überrascht, sondern hoffte, dass nun, endlich, nach vielen Jahren der Verdrängung, nach Jahren dickbrettbohrender Aufklärungsar-

beit und unzähliger vergeblicher Versuche, Politiker zu sensibilisieren, durch dieses Medienecho ein öffentliches Bewusstsein für die Risiken von Pornografie für Kinder und Jugendliche geweckt würde. Denn hier wurde doch deutlich, so dachte ich, wohin die Reise gehen kann, wenn Heranwachsende tagtäglich Material in die Hände bzw. vor den Screen bekommen, das sie abstumpfen lässt. Kein Kind fängt normalerweise mit dem Konsum von Kinderpornografie an, sondern es stößt in der Regel zunächst auf Mainstream-Pornos im Netz. Und ein (gesunder) Mensch findet so etwas auch nicht witzig. Diesem Verhalten geht i. d. R. ein längerer Prozess der Desensibilisierung voraus.

Zahlreiche Studien belegen zudem seit Langem, dass es bei häufigem Pornografiekonsum zu einer Steigerung hinsichtlich der Härte und Gewalt der Inhalte kommt und zu einer deutlich erhöhten Bereitschaft, das Gesehene in die Tat umzusetzen.<sup>4</sup>

Doch ich hatte mich getäuscht. Ich hörte erneut keinen Hinweis auf die Gefahr durch Pornografie für Kinder und Jugendliche und die Notwendigkeit, sie hinsichtlich der leichten Zugänglichkeit wirksam zu schützen. Stattdessen Appelle an die Moral der Kinder, solche Inhalte (Kinderpornografie) mit Empathie und Menschlichkeit zu bewerten sowie Appelle von und an die Bildungspolitik, die Digitalisierung – Heilsversprechen für alle Probleme – weiter voranzutreiben. So erklärte auch der Missbrauchsbeauftragte der Bundesregierung J.W. Rörig<sup>5</sup>: »Was wir brauchen, ist beides: eine vernünftige Einführung in die Chancen und Möglichkeiten digitaler Medien – und zugleich eine altersgerechte und wiederholte Aufklärung über die Risiken und zwar jenseits von Katastrophenszenarios. Bundesweit sollte entweder ein intelligentes neues Schulfach »Medienkompetenz« endlich als intelligentes Schulfach von der ersten bis zur zehnten Klasse eingeführt, oder querschnittlich in allen relevanten Fächern vermittelt werden, dass grundlegende Werte wie Menschlichkeit und Respekt auch in der digitalen Welt gelten.« Gewarnt wurde, auch hier anachronistisch zu anderen Themen, vor Panikmache: Man solle auf keinen Fall irgendetwas dramatisieren.

Natürlich ist Medienkompetenz wichtig. Doch die notwendige psychosoziale Reife, um emotional hochwirksame Inhalte kritisch prüfen zu können, kann angesichts der Präsenz von Pornografie und des jungen Alters beim Erstkontakt in keiner Weise vo-

rausgesetzt werden. Anstelle eines überfälligen Aufrufs, Kinder vor grenzverletzenden brutalen Inhalten zu schützen, wurde und wird also die Verantwortung einseitig auf ihre schmalen Schultern gelegt: Sie sollen die Inhalte richtig beurteilen und Empathie mit den Opfern empfinden. Doch sie sind zugleich selbst Opfer: Kinder mit pornografischen Inhalten zu konfrontieren, ist eine Form von sexuellem Missbrauch (StGB § 176, [4] 4.). Unter 18-Jährigen Pornografie zugänglich zu machen oder zu überlassen, ist eine Straftat (§ 184). Täter nutzen häufig Pornografie, um die psychischen Grenzen von Kindern zu brechen. Mit den Bildern wird Entblößung, Missbrauch und Gewalt normalisiert: »Schau mal, das machen andere auch. Das ist doch nur Sex. Kennst du noch nicht? Kein Problem, wir zeigen dir, wie Sex funktioniert ...« Tun wir als Gesellschaft nicht beinahe das Gleiche, wenn wir Kinder ungeschützt ins freie Internet schicken, wohlwissend, auf was sie dort stoßen? Die Missbrauchsskandale, über die sich alle so schockiert zeigen, werden durch Verhaltensweisen der gesamten Gesellschaft begünstigt: Kinder werden grenzverletzenden Situationen zunächst ausgesetzt, dann damit alleingelassen und die seelischen Folgen werden ausgeblendet, verharmlost oder verschwiegen. Wegschauen ist wesentlicher Bestandteil jedes Missbrauchsskandals.

Mehr als die Hälfte der elf- bis dreizehnjährigen Kinder haben bereits pornografische Bilder oder Filme gesehen,<sup>6</sup> 50% der 14- bis 17-jährigen Jungen konsumieren mehrmals wöchentlich, weitere 21% täglich (Mädchen 10% wöchentlich bis täglich) (WDR Quarks-Studie 2017). Mehr als ein Viertel (27%) der Hochkonsumenten wird zu Tätern sexueller Übergriffe an Minderjährigen. Männliche Jugendliche, die zur Gruppe der täglichen Konsumenten gehören, schauen dreimal so häufig Gewalt- und sechsmal so häufig Kinderpornografie als seltene Konsumenten und sind dreimal so häufig Täter von sexuellem Missbrauch (Baltic Sea Study, Priebe u. a. 2007).

Wundert es dann, wenn die Zahl der Kinder und Jugendlichen, die selbst zu Tätern werden, indem sie pornografische Szenen an anderen Kindern nachspielen oder die gefilmte Missbrauchsszenen weiterschicken, weiter zunimmt? In der Therapie mit Opfern sexueller Traumatisierung wurde ich in vielen Fällen Zeugin von Missbrauchserfahrungen, wo Pornografie zum Vorbild sexueller Grenzverletzungen oder sexueller Gewalt wurde: Unter Kindern und Jugendlichen (Geschwis-

Jetzt informieren  
und aufklären!

## Materialien zum Thema: Pornografie



### Materialien für:

- Multiplikatoren
- Betroffene
- Angehörige
- Pädagogen
- Lehrkräfte
- Jugendliche

Bestellung/  
Download:  
[www.return-mediensucht.de](http://www.return-mediensucht.de)

**return**  
Fachstelle  
Mediensucht

ter, Nachbarn, Mitschüler ...), aber auch in jungen Partnerschaften. Dort hat der Druck insbesondere auf Mädchen und junge Frauen stark zugenommen, pornotypische Praktiken mitzumachen, auch wenn sie dies ablehnen und als sehr schmerzhaft, eklig oder entwürdigend erleben. Die drastische Zunahme von analsex bei 18- bis 24-jährigen Frauen, obwohl der größte Teil dies als schmerzhaft erlebt, ist nur ein Beispiel dafür, wie Pornostandards in Beziehungen eindringen. Auch nicht einvernehmliche und gewalttätige (Schlagen, Würgen u. v.m.)<sup>7</sup> Praktiken haben zugenommen.

Warum hüten wir hier so beharrlich einen riesigen blinden Fleck? Wie kommt es, dass wir mit #MeToo und anderen Kampagnen gegen Sexismus aufstehen oder zu Tausenden gegen Rassismus demonstrieren, während gleichzeitig frei zugängliche harte Mainstream-Pornografie, die ein Großteil unserer Bevölkerung regelmäßig konsumiert, den menschenverachtendsten Rassismus<sup>8</sup>, Sexismus und Frauenverachtung in Wort und Tat zeigen und verherrlichen kann, ohne einen Aufschrei, Empörung, Petitionen oder gar Demonstrationen auszulösen?

Es kann nicht daran liegen, dass die Präsenz von Sexismus und Gewalt in Pornos nicht bekannt wäre, denn nur 2% der erwachsenen Männer und 28% der Frauen konsumieren nach eigenen Angaben nie Pornografie (WDR Quarks-Studie 2017). Gewalt, Misshandlung und Demütigungen von Frauen sind zum normalen Bestandteil der Mainstream-Pornografie geworden. Nach Analyse von 304 Szenen der gefragtesten und meistverkauften Pornofilme durch Bridges u. a. (2010) zeigen 88% der Sexszenen körperliche Gewalt, fast ausschließlich an Frauen (94%): Schlagen, Würgen, Knebeln, an den Haaren reißen, sadistische Praktiken u. v.m., meist verbunden mit ihrer Erniedrigung durch verbale Aggression, Fäkalien, Ejakulation ins Gesicht. Auch Beiträge in Foren, in denen Männer »ihre« Prostituierten und Pornodarstellerinnen wie Waren bewerten, können an Menschenverachtung vermutlich kaum überboten werden.

Der blinde Fleck kann auch nicht darin begründet liegen, dass die Schädlichkeit von Pornografie nicht erwiesen wäre. Nimmt man die Vielzahl internationaler Studien wie auch die klinische und forensische Empirie ernst, kann daran kein begründeter Zweifel mehr bestehen. Es stimmt nachdenklich, wenn besonders deutsche SexualwissenschaftlerInnen und Sexualpä-

dagogInnen immer wieder große Teile der Befundlage zur internationalen Wirkungsforschung ignorieren, leugnen oder mit einer beeindruckenden Deutungsakrobatik als unplausibel zurückzuweisen versuchen.<sup>9</sup>

Immer wieder, so auch im Herbst 2019 auf der Tagung des Bundesministeriums für Bildung und Forschung zu sexueller Gewalt und digitalen Risiken, haben einflussreiche Experten eindringlich vor Panikmache hinsichtlich Cybersex und Pornografiekonsum gewarnt und betont, dass Heranwachsende selbstbestimmt und kompetent entscheiden könnten, was ihnen guttäte und was nicht.

Doch nehmen wir einmal an, es gäbe hierzu tatsächlich keine valide Forschung. Wer würde ernsthaft behaupten, die mediale Verbreitung rechtsradikaler, eindeutig diskriminierender, rassistischer Bilder und Botschaften, die Gewalt verherrlichen und in entmenslichender Weise eine Minderheit beschimpfen und entwürdigen, hätte keinerlei negative Wirkung, nicht einmal auf Minderjährige, die solche Inhalte fast täglich konsumieren? Ganz im Gegenteil warnen immer mehr Politiker vor einer Sprache der Gewalt, der Taten folgen. Warum wird hier Pornografie ausgenommen – der nicht nur beworbenen und verherrlichten Gewalt an Frauen, sondern zugleich ja auch schon deren realer Umsetzung vor der Kamera, mit realen Verletzungen realer Mädchen/Frauen, viele davon Opfer moderner Sklaverei? In allen anderen Themen (Migration, Minderheiten, Cybermobbing etc.) setzen wir also mit Recht voraus: Wer immer mit gesundem Menschenverstand und einer einigermaßen humanen Gesinnung ausgestattet ist, würde die Schädlichkeit gewaltverherrlichender und menschenverachtender medialer Botschaften und Bilder aus zwei Gründen für gesichert halten:

1. Gewalt (verbal, körperlich oder sexuell) und die Entwürdigung von Menschen sind destruktiv.
2. Medien wirken.

Über Letzteres, die Wirksamkeit medialer Botschaften, besteht im Allgemeinen kein Zweifel, sie wird in Werbung, Pädagogik, Aufklärungskampagnen, Politik u. v.m. selbstverständlich vorausgesetzt. Viel eher legen neurobiologische und lernpsychologische Wirkfaktoren nahe, von einer gesteigerten Wirkung der Pornografie gegenüber anderen Medieninhalten auszugehen:

- Die starken Gefühle (Erregung, Lust, Ekel, Schock etc.) und Belohnung (Orgasmus)

wirken als emotionale Verstärkung. Dadurch prägen sich die Bilder nicht nur sehr viel stärker und nachhaltiger ins Gedächtnis ein, sondern führen auch zu einem Wiederholungsdrang.

- Sexuell erregende Bilder, verbunden mit Gewalt, führen durch klassische Konditionierung zur Kopplung von sexueller Erregung mit Gewaltfantasien. Gewalt wird sexy.
- Jugendliche schauen Pornografie nicht nur aufgrund des Wunsches nach Unterhaltung oder sexueller Lust, sondern auch aus Neugierde, etwas über Sexualität zu lernen.<sup>10</sup> Lernen am Modell führt, insbesondere bei attraktiven Vorbildern, zur Verinnerlichung vermittelter Werte und Normen. Die Veränderung von Einstellungen, u. a. zu unverbindlicher, promiskuer Sexualität oder zu Vergewaltigungsmythen (Frauen wollen/provozieren/genießen das) durch regelmäßigen Pornografiekonsum wurde in zahlreichen Studien nachgewiesen.

Es ist also nicht die Frage nach der Medienwirkung, sondern die Frage nach der Bewertung von Pornografie, die den Ausschlag gibt. Ist Pornografie, mit oder (seltener) ohne Gewalt positiv oder negativ zu bewerten? Um diese Frage zu klären, müssen wir zunächst fragen, was Pornografie und das Wesen pornografischer Sexualität ausmacht.

### Das Wesen pornografischer Sexualität

#### Sex als Produkt und der Körper als Konsumgut

Nach Layden (2016) sieht Pornografie bzw. die pornifizierte Sicht Sex als Produkt und den Körper als Konsumgut. Ein Käufer oder Konsument sieht sich im Recht, sein Konsumgut zu bewerten, seinen Bedürfnissen entsprechend zu benutzen, zu verwerten und damit zu entwerten. Die körperliche oder seelische Unversehrtheit des verwerteten Menschen hat hier also keinen Wert, es sei denn für den Gewinn, der von Dauer und Intensität der sexuellen Ausbeutung abhängig ist. Der Pornoproduzent Lars Rutschmann gibt zu, dass Pornostars nach zwei Jahren Abnutzung nicht mehr brauchbar sind: »Der Verschleiß ist zu groß – psychisch und physisch.« (In Gernert 2010, S. 106) Ob eine prostituierte Person (dies schließt Pornostars ein) 60% oder 10% des Gewinns an ihrer Ausbeutung bekommt oder als SklavIn verkauft wird, bestimmt lediglich über den Grad der Ausbeutung. Folgerichtig konstatiert Steve Hirsch, Gründer des erfolgreichen

Pornostudios Vivid Entertainment: »Das ist ein Geschäft, und wir behandeln es wie ein Geschäft.«<sup>11</sup> Eine Ware, die man (ver)kaufen kann, kann man auch stehlen. Nach Layden bedeutet Verkauf des Produkts (Sex/Körper) sexuelle Ausbeutung, sein Stehlen bedeutet sexuelle Gewalt. Darum gebe es ein untrennbar verzahntes Kontinuum zwischen sexueller Ausbeutung und sexueller Gewalt bzw. ein fließendes Kontinuum zwischen Pornografie, Prostitution, Vergewaltigung, Kindesmissbrauch und Kinderpornografie sowie Menschenhandel.

Pornografie ist nicht nur Fiktion. Dies zu glauben trägt zum blinden Fleck unserer Gesellschaft bei: Prominente Vertreter der Harmlosigkeitshypothese behaupten regelmäßig, Jugendliche könnten beim Pornokonsum Realität und Fiktion i. d. R. problemlos unterscheiden.

### Nur virtuell? Sexualität im imaginären Zwischenraum

Ist Pornografiekonsum als eine Form erlebter Sexualität nur »virtuell« im Sinne von »nur als Option, nicht in Wirklichkeit vorhanden«? Bilder und Filme, produziert mit real handelnden Pornodarstellerinnen und -darstellern ermöglichen unendliche Variationen digital erzeugter oder verstärkter sexueller Fantasien beim Zuschauer. Zur Steigerung der Intensität des sexuellen Erlebnisses wird vor dem Bildschirm zeitgleich vielfach Masturbation als analoge Form von Sexualität praktiziert. Pornografie im Internet findet als real wirksames Erlebnis in einem Erfahrungsraum statt, in dem sich digitale und analoge Welt überlagern und durchdringen.

### Smarte Belohnung und digitale Entfremdung

Die Emojis und Witze, mit denen Missbrauchsbilder untermalt wurden, offenbaren das Problem bei digitaler Sexualität: Der Touchscreen des Smartphones ist so glatt, so smart, ohne Schmerz und ohne Tiefe. Man spürt nicht leibhaftig, was auf der anderen Seite des Bildschirms vor der Kamera passiert. Man spürt die realen Schmerzen der Menschen dort nicht. Die digitale Distanz entfremdet, baut Empathie und Hemmschwellen ab. Gleichzeitig ist aber die eigene körperliche und emotionale Erregung, die erfahrene Belohnung, ganz real und spürbar. Sie ist ohne Widerstände, ohne eigenes

Bemühen, Kommunizieren oder Warten einfach und sofort verfügbar.

Diese Gleichzeitigkeit von unmittelbarer eigener Belohnung und digitaler Entfremdung fördert m. E. die ichzentrierte Ethik: Gut ist, was mir guttut. Cui bono? Der blinde Fleck hat – kurzfristig – viele Profiteure. Die starke Belohnungswirkung von Pornografie immunisiert gegen ihre kritische Bewertung. Studien<sup>12</sup> offenbaren, dass gerade die häufigen/täglichen Konsumenten, also insbesondere jene, die besonders brutale und frauenverachtende Pornografie konsumieren, diejenigen sind, die Pornografie kaum für schädlich hinsichtlich Frauenbild und Gewalt halten. Zudem halten Konsumenten andere für gefährdeter als sich selbst<sup>13</sup> (Third-Person-Effekt).

### Eindimensionale Befriedigung

»Wer will sich schon sein Leben lang nur von Erbsensuppe ernähren?« Dies gab ein Chefarzt dem wegen langjähriger Pornosucht und akuter Depression hilfesuchenden Patienten zu verstehen. Dessen Ehe und Familie war gerade am Zerbrechen, allerdings gerade nicht wegen »Erbsensuppe« – als langweilig unterstelltem Sex mit der immer nur selben Frau; sondern an seiner heimlichen Gier nach Bildern, die ihn nie satt machte.

Die Frage, wie wir Pornografie bewerten, hängt unmittelbar davon ab, wie wir menschliche Sexualität verstehen und begreifen. Dies ist eine grundlegende Haltung, die jeder einnimmt, ob reflektiert oder auch nicht. Viele denken, Pornos seien harmlos – nur Bilder – oder sogar nützlich, weil sie sexuelle Erregung und Befriedigung ermöglichen – schnell, einfach, jederzeit verfügbar. Diese Haltung beruht auf der Annahme, dass Sexualität nicht mehr als ein körperlicher Trieb wie Hunger und Durst ist, bei dem es nur um die Befriedigung körperlicher Lust geht. Sex wird so in letzter Konsequenz zu einer reinen Selbstbefriedigung mit austauschbaren Objekten: Mit Pornos, Prostituierten, Affären oder auch an der Partnerin/dem Partner. Diese funktionelle bzw. instrumentelle, auf den eigenen Nutzen fokussierte Sicht und Handhabung von Sexualität spüren vielfach die Partner/innen am eigenen Leibe: »Es ist, wie wenn er eine Schablone auf mich legt und sein Fantasiekino an mir abspult. Ich bin gar nicht gemeint.«

Viele Frauen leiden darunter, dass partnerchaftlicher Sex gar nicht mehr stattfindet,

weil er sich nur noch einseitig im Internet bedient. »Ihre Frau ist ja auch nicht mehr die Jüngste«, sagte ein älterer, gesetzter Paartherapeut dem ebenfalls in die Jahre gekommenen Mann, dessen – recht attraktive – Frau daneben saß. Und machte darauf aufmerksam, dass die Bordelle (nach dem Corona-Lockdown) nun wieder geöffnet hätten.

Diese eindimensionale und instrumentelle Sicht auf Sexualität liegt der sogenannten »sex-positiven«, d. h. allein auf den Lustaspekt fokussierenden Befürwortung von Pornografiekonsum, Prostitution und Promiskuität zugrunde. Wenn Sexualität im Wesentlichen nur ein körperlich lustvolles Geschehen ist, das ohne Bindungs- und Verantwortungszusammenhang auskommt, dann ist Pornografiekonsum konsequenterweise harmlos und sogar nützlich, weil dadurch (zumindest kurzfristig) die eigene körperliche Lust und Befriedigung bedient wird.

Aus psychologischer Sicht wird menschliche Sexualität jedoch »bio-psycho-sozial« verstanden: Sie hat eine körperliche, eine seelische und eine Bindungsdimension. Menschliche Sexualität betrifft immer den ganzen Menschen. In der Pornografie,<sup>14</sup> die auch als eine Form »entmenschlichter Sexualität« bezeichnet wird, wird die emotionale und Beziehungsdimension von Sexualität ausgeklammert. Darum erfüllt Pornografie nicht, es bleibt eine Leere zurück, die den Konsum erneut befeuert. Die innere Steigerungslogik erklärt sich aus der Tatsache, dass Pornografiekonsum aufgrund der Fokussierung auf die eigene Befriedigung keine ganzheitliche Erfüllung, keine menschliche Nähe, Wärme, Verbundenheit, d. h. keinerlei Resonanz Erfahrung ermöglicht. Es fehlt ihr die Tiefe und die abenteuerliche Dynamik intimer Begegnung. Betroffene berichten uns regelmäßig, dass sie sich nach dem Konsum leer, einsam und frustriert fühlen. »Satt wurde ich nie«, so drückte es einer aus.

### Risiken und Nebenwirkungen

Die Probleme entstehen nun vor allem gerade dort, wo die emotionale und Bindungsdimension von Sexualität ausgeklammert wird. Genau hier sucht sich die Psyche Prothesen bzw. Ersatzbefriedigungen. Da diese wiederum nicht erfüllen, braucht sie die Steigerung. So tritt auf der psychischen Ebene an die Stelle von Selbstwirksamkeit (Lust beim anderen bewirken und selbst empfangen) ein verstärktes Bedürfnis nach Macht

und Kontrolle, das z. B. im Konsum von Gewaltpornos oder in sexuell aggressivem Verhalten Befriedigung sucht. An die Stelle von sexueller Hingabe, also vertrauensvollem Kontrollverlust in der Partnerschaft, kann Masochismus treten – im Konsum von SM-Pornos oder in entsprechenden Rollenspielen beim Cybersex. Auf der Beziehungsebene dienen Pornografie und interaktiver Cybersex mit Fremden als Ersatz für echte Begegnung und Intimität – und verhindern sie gleichzeitig. Auf der körperlichen Ebene kann die Konditionierung auf extreme audiovisuelle Stimuli nicht nur zu einer Abhängigkeitsentwicklung führen, sondern häufig auch zu sexuellen Funktionsstörungen. Studien<sup>15</sup> zeigen einen signifikanten Zusammenhang zwischen häufiger Masturbation zu Pornografie und partnerbezogener Lustlosigkeit sowie zu erektiler Dysfunktion. Die größte Gruppe von Pornokritikern sind darum nicht Moralthologen oder Feministinnen, sondern junge Männer zwischen 18 und 25, deren »bestes Stück« versagt, sobald sie einer echten Frau (oder einem Mann) nahekommen, sei es in der Partnerschaft oder bei einem Date. In hochfrequentierten Internetforen raten sie sich gegenseitig zur Pornoabstinenz und freuen sich, wenn sie analogen Sex wieder »können«.

### Erfahrungen aus der Praxis

Es sind auch diese drei Folgen von Pornografiekonsum, mit denen ich seit 2006 in meiner psychotherapeutischen Praxis zunehmend konfrontiert bin und die den Ausschlag dafür gaben, mich in Therapie, Prävention und Fortbildungs- bzw. Aufklärungsarbeit diesem Thema zu widmen:

1. *Sexuelle Gewalt*: Als Traumatherapeutin erfuhr ich immer wieder von sexuellem Missbrauch durch minderjährige Täter nach Pornografiekonsum. In den letzten Jahren kamen vermehrt Schilderungen von sexuellen Grenzverletzungen in jungen Partnerschaften hinzu, bei denen der Druck oder Zwang, pornotypische schmerzhaft oder demütigende Praktiken mitzumachen, den Ausschlag gaben.

2. *Beziehungsstörungen und -brüche*: In Einzel- und Gruppentherapie (Gruppe für die Partnerinnen von porno- oder cybersex-süchtigen Männern) begegnet mir die Not so vieler Paare, deren Liebe und Intimität an der Pornosucht eines Partners zerbrochen ist oder zu zerbrechen droht.

3. *Porno- bzw. Internet-Sexsucht*: In den letzten Jahren meldeten sich einige Hundert Menschen in unserer Fachstelle, die sich im

Sog des Online-Sex verstrickt haben und Auswege aus der heimlichen Sucht suchen. Viele haben sich im Lauf der Sucht sozial zurückgezogen und eine Depression entwickelt.

### Wirkungsforschung

Ergebnisse der internationalen Wirkungsforschung<sup>16</sup> bestätigen in zahlreichen experimentellen, Längsschnitt-, Feld- u. a. Studien, dass ein häufiger Pornografiekonsum die Toleranz für und die Bereitschaft zu sexueller Gewalt fördert sowie Vergewaltigungsmymthen glaubhafter erscheinen lässt. Pornografiekonsum befördert sexuellen Missbrauch unter Minderjährigen, den Konsum von Kinderpornografie, Vergewaltigungen und sexuelle Aggression innerhalb wie auch außerhalb von festen Beziehungen.

Auch die Auswirkungen auf Paarbeziehungen wurden vielfach erforscht: Regelmäßiger Pornografiekonsum beeinträchtigt die Fähigkeit zu partnerschaftlicher Intimität und zur Empathie, ebenso die sexuelle Zufriedenheit und das Interesse an partnerschaftlicher Sexualität. Es führt zudem zur Abwertung der Attraktivität der Partnerin.

Weitere Forschungsergebnisse betreffen das hohe Suchtpotenzial von Pornografie sowie sexuelle Funktionsstörungen. Ein früher Pornokonsum fördert zudem eine sexualisierte Selbst- und Fremdwahrnehmung und die Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper wie auch mit dem des Sexualpartners.

Darüber hinaus sind Veränderungen der Einstellung zu Sexualität und Beziehung gut belegt. So nimmt bei Jugendlichen die Akzeptanz von und die Bereitschaft zu bindungsloser Sexualität wie Promiskuität, One-Night-Stands und Prostituiertenbesuchen durch einen regelmäßigen Pornokonsum deutlich zu. Nach einer Studie von Layden<sup>17</sup> gaben fast 25% der 19- bis 21-jährigen jungen Männer an, bereits zu einer Prostituierten gegangen zu sein oder dies zu planen. Je häufiger sie Pornografie nutzten, desto eher äußerten sie diesen Wunsch und waren gewillt, sich auf ungewöhnliche und gewalttätige Sexpraktiken einzulassen.

### Prävention

Der blinde Fleck hat, wie wir gesehen haben, viele kurzfristige Profiteure, aber keine Gewinner. Verlierer sind vor allem Kinder und Jugendliche, die die langfristigen Fol-

gen des Konsums für ihr Leben und ihre Beziehungen nicht erahnen können. Ihrer Sehnsucht nach einer stabilen vertrauensvollen Partnerschaft in der Zukunft<sup>18</sup> steht die Gewöhnung an sexuelle Instantbefriedigungen im Netz gegenüber, die ihre Wahrnehmung und Gefühle verwirrt, ihre Gedanken und Wünsche konditioniert und sie von immer neuen, gesteigerten sexuellen Produkten abhängig macht. Der durch Pornografie konditionierte Wunsch, Sex als Spaßfaktor ohne Bindung und Verantwortung auszuleben, steht häufig neben der Sehnsucht nach der verlässlichen treuen Partnerschaft in der Zukunft.

»Fit for Love?« als eine bindungsorientierte Sexualpädagogik will daher zu vertrauenswürdigen Beziehungen ermutigen, die Fähigkeit zu lieben stärken und das heißt auch, die Person im anderen lieben zu lernen, nicht ihren Nutzen. Die Fähigkeit zu lieben schließt die Fähigkeit, sich selbst zu lieben, voraussetzend mit ein. Dies bedeutet aber zuallererst, die eigene Identität – mit was bin ich stimmig, was will ich selbst – zu entdecken und zu festigen. Nach dem Entwicklungspsychologen Erik Erickson (1966) ist die Entwicklung einer einigermaßen stabilen Identität gegen Ende der Adoleszenz Voraussetzung, um sich auf Intimität einzulassen, da ansonsten die Gefahr der Identitätsdiffusion bestehe. Die Frage: Was will ich selbst? – ist dann kaum von der Frage: Was will und erwartet der andere von mir? zu unterscheiden.

In der Präventionsarbeit mit unserem Programm »Fit for Love?« erleben wir, dass Jugendliche sich in ihren ambivalenten Gefühlen zu Pornografie und in ihren Fragen zu Liebe, Sexualität und Beziehungen Orientierung wünschen und sich nach der Schulstunde häufig bedanken. Sie haben viele Fragen und sie haben ein Recht auf eine fundierte inhaltliche Auseinandersetzung, auf Informationen zu Risiken und Nebenwirkungen von Pornografie und auf gesichtswahrende, nicht schamverletzende Gespräche mit Erwachsenen, die sie in der unglaublich schwierigen Herausforderung ernst nehmen, in die wir sie gebracht haben.

Es geht bei diesem blinden Fleck unserer Gesellschaft nicht einfach um jugendlichen Medienkonsum, sondern es geht um das Kostbarste, was wir Menschen zu verlieren oder zu gewinnen haben: Unsere einzigartige Identität, unsere Empathie für Mitmenschen und unsere Fähigkeit zu lieben – unsere Menschlichkeit.

## Anmerkungen

1 Dieser Artikel wurde in Teilen bereits in zwei anderen Veröffentlichungen publiziert.

2 Laut PKS 2019 (Polizeiliche Kriminalstatistik 2019, veröffentlicht 3/2020) stieg die Verbreitung von Missbrauchsdarstellungen von Kindern um rund 65 Prozent gegenüber dem Vorjahr.

3 Deutsches Ärzteblatt für Psycholog. Psychotherapeuten 6/2020, S. 259 sowie Pressemitteilung des BKA, Holger Münch, 11.05.2020.

4 Z. B. Wright u. a. 2014; Stanley u. a. 2016; Priebe u. a. 2007, Peter und Valkenburg 2016 u. v. m.

5 Pressemitteilung vom 28.10.2019. <https://beauftragter-missbrauch.de/presse/pressemitteilungen/detail/zunehmende-verbreitung-von-missbrauchsabbildungen-unter-kindern-und-jugendlichen>

6 British Board of Film Classification (BBFC), 2019.

7 Wright u. a. 2014, 2016.

8 Verbale Beispiele extrem rassistischer Verachtung von Frauen und Ethnien in der Hardcore-Pornografie vgl. z. B. <https://www.antipornography.org/racism.html>

9 Die häufigsten Argumente vielzitiierter SexualwissenschaftlerInnen, die die Position vertreten, Pornos seien harmlos, werden ausführlich in »Fit for Love?« (3. Aufl. 2015) Kap. 4, S. 46–50 beleuchtet.

10 »Pornos liefern Ideen für den eigenen Sex« geben junge Pornonutzer nach »Sie erregen mich« als zweithäufigstes Konsummotiv an (z. B. Weber, Daschmann 2010).

11 In G. Dines: Pornland, S. 91.

12 U. a. Baltic Sea Study, Priebe u. a. 2007.

13 Bsp.: In der Quarks-Studie (WDR 2017) beantworteten 44% der Männer die Frage »Beeinflusst Pornografie das Frauenbild in der Gesellschaft?« mit »Ja, negativ«. Diese Antwort gaben jedoch nur 10% der Männer auf die Frage: »Beeinflussen Pornos Ihr Frauenbild?«.

14 Pornografie ist per Definition eine entpersönlichte Darstellung von Sexualität, die unter Ausklammerung personaler und sozialer Sinnbezüge alleine dem Ziel dient, den Betrachter sexuell zu erregen (nach einer jurist. Definition von 2003).

15 Vgl. Melzer, H. (2019) sowie [www.yourbrainonporn.com](http://www.yourbrainonporn.com)

16 Eine ausführliche Zusammenfassung internationaler Studien bis 2014 und lernpsychologische Erklärungen für die Wirkungen von Pornografie findet sich in Freitag, T.: Fit for Love? Praxisbuch zur Prävention von Pornografiekonsum, 3. Aufl. 2015, Kap. IV, als Download auch unter [https://www.tabea-freitag.de/fileadmin/tabea-freitag/pdf/Fit4Love\\_IV.pdf](https://www.tabea-freitag.de/fileadmin/tabea-freitag/pdf/Fit4Love_IV.pdf)

17 Zit. in: Dr. Mary Anne Layden, 2016.

18 Laut Shell Jugendstudie 2019 nennen 94% der Jugendlichen eine vertrauensvolle Partnerschaft, 90% ein gutes Familienleben als die wichtigsten Werte. <https://www.shell.de/ueber-uns/shell-jugendstudie.html>

## Literatur

BRIDGES, A.J., WOSNITZER, R., SCHARRER, E., SUN, C., LIBERMAN, R. (2010): Aggression and sexual behavior in best selling pornography videos: A content analysis update. *Violence Against Women*, 16, 1065–1085.

DINES, G. (2014): Pornland. Wie die Pornoindustrie uns unserer Sexualität beraubt. Mainz: VAT.

ERIKSON, E.H. (1966): Identität und Lebenszyklus. Frankfurt a. M.: Suhrkamp Taschenbuch Verlag.

FREITAG, T. (2015): Fit for Love? Praxisbuch zur Prävention von Internet-Pornografiekonsum. Eine bindungsorientierte Sexualpädagogik. 3. Aufl. Hannover: RETURN.

GERNERT, J. (2010): Generation Porno: Jugend, Sex, Internet. Köln: Fackelträger Verlag.

LAYDEN, M.A. (2016): Effects of Porn Use. Vortrag unter <https://vimeo.com/173067497/3192643c78>

MELZER, H. (2019): Auswirkungen der Digitalisierung auf Sexualität und Beziehung. *Nervenheilkunde*, 38: 759–764.

PETER, J., VALKENBURG, P.M. (2016): Adolescents and Pornography: A Review of 20 Years of Research, *The Journal of Sex Research*, DOI: 10.1080/00224499.2016.1143441

PRIEBE, G., ÅKERMAN, I., SVEDIN, C.G. (2007): High-frequency consumers of pornography- A Swedish study. In: Knudsen S.V., Löfgren-Mårtensson L., Månsson S.-A. (Eds.) *Generation P? Youth, Gender and Pornography*. Copenhagen: Danish School of Education Press. S. 133–148.

QUARKS & Co STUDIE (WDR) <http://applications.devbureau.de/Porno-Auswertung-Charts/>

STANLEY, N., BARTER, C., WOOD, M., AGHTAIE, N., LARKINS, C., LANAU, A., ÖVERLIEN, C. (2016): Pornography, Sexual Coercion and Abuse and Sexting in Young People's Intimate Relationships: A European Study. *Journal of Interpersonal Violence*; 10.03.16; S. 1–26.

WEBER, M., DASCHMANN, G. (2010): Zur Nutzung pornografischer und erotischer Videoclips und Filme durch ältere Jugendliche. In: *Medien & Kommunikationswissenschaft* 2/2010, S. 167–189.

WRIGHT, P.J., SUN, C., NICOLA J., TOKUNAGA, R.S. (2014): Pornography, Alcohol, and Male Sexual Dominance, *Communication Monographs*, 19/11/14. DOI:10.1080/03637751.2014.981558

WRIGHT, P.J., TOKUNAGA, R.S., KRAUS A. (2016): A meta-analysis of pornography consumption and actual acts of sexual aggression in general population studies. *Journal of Communication*, 66: 183–205. <https://doi.org/10.1111/jcom.12201>

## Die Autorin

### Tabea Freitag

[www.tabea-freitag.de](http://www.tabea-freitag.de),  
[www.return-mediensucht.de](http://www.return-mediensucht.de)

**HIER GEHT AUCH ANZEIGE 1/3 HOCH**