

Für Sie da:

**Beatrice  
Wagner**  
Sexual-  
therapeutin



**DR. BEATRICE WAGNER (59)**

Die Paar- und Sexualtherapeutin mit Praxis in München beantwortet gern Ihre intimen Fragen

”

## Ich finde Sex eklig UND ANIMALISCH

Mein Mann und ich führen seit Langem eine gute Ehe, friedlich und harmonisch. Aber ich will und muss keinen Sex mehr mit ihm haben. Ich finde Sex, mit Ausnahme der Masturbation, animalisch und eklig. Ich finde auch, dass mein Mann immer viel zu schnell und ohne Zärtlichkeit zur Sache kommt. Mein Mann wünscht sich, wieder begehrt zu werden, und sagt, ich solle was tun.

Jana (52)

“

### Liebe Jana,

was Sie ansprechen, ist wirklich eine verwickelte Angelegenheit. Sie führen eine harmonische Ehe, aber ohne Sexualität. Die aber gehört für die meisten Menschen dazu Ihr Mann sieht es auch so, während Sie dem Thema Sexualität gespalten gegenüberstehen. Sie mögen zwar die Masturbation, woraus ich schließe, dass es Ihnen nicht an sexueller Lust fehlt. Sie haben Lust, aber möchten diese nicht in der Partnerschaft ausleben. Daher ist es wohl die partnerschaftliche Sexualität, die Sie als animalisch und eklig empfinden.

Sex aus Ekel zu meiden ist ja etwas anderes, als einfach keine Lust zu haben. Das Wort Ekel ist in meiner Praxis schon häufig in Bezug auf Sexualität gefallen. Es kam fast immer von Frauen oder Männern, die schon als Kind die Sexualität ihrer Eltern oder eines ihrer Elternteile miterleben mussten, ohne sich davon abgrenzen zu können. Einige erinnern sich an Anzüglichkeiten, die die Eltern in ihrem Beisein geäußert haben. Andere sollten gar den sexuellen Ratgeber für die Mutter oder den Vater spielen, als Kind! Die natürliche Reaktion darauf ist der Ekel, denn mit dem gewinnen Sie Abstand zu dem Thema. „Das muss ich nicht haben“, sagten Sie zu Ihrem Mann. Die Ausdrucksweise ist ungewöhnlich. Das klingt für mich so, als ob eine Erwartung mitschwingt, die Sie nicht erfüllen wollen. Ja, Sie meinen, dass Ihr Mann von Ihnen verlangt, trotz Ihres Ekels Sex mit ihm haben zu müssen. Was für eine Selbstüberwindung muss Sie das gekostet haben.

Aber da Sie sich an mich gewandt haben, stellt sich die Frage, ob es die einzige Lösung ist, dass Sie endgültig mit dem gemeinsamen Sex aufhören, oder ob es nicht einen anderen Weg gibt. Nun geht es darum, sich den Zusammenhang zwischen Ihren frühesten Erinnerungen an Sex und Ihrem Ekel bewusst zu machen. Ihr Ekel kommt aus einer anderen Zeit und nicht aus Ihrer Ehe! Und dann überlegen Sie sich, was Sex denn noch alles bedeuten könnte. Sex ist nämlich auch Klebstoff und Kitt für Ihre Beziehung. Mit erfüllendem gemeinsamem Sex können Sie für eine kurze Zeit in ein wunderschönes Gemeinsamkeitsgefühl eintauchen, Sie und Ihr Mann können sich nahe fühlen und sich Ihre tiefe Liebe zeigen. Allerdings sehe ich eine Schwierigkeit, wenn Sie den Sex weiter so praktizieren wie zuvor. Wenn Ihr Mann ohne Zärtlichkeit direkt zur Sache kommt, ist das ein mechanischer, liebloser, seelenloser Sex, der ja wirklich nur zur Triebbefriedigung dient.

Ich höre aber aus Ihren Worten und der Art, wie Sie schreiben, dass Sie einer Sexualität, die liebevoller ist, nicht abgeneigt sind. Sie möchten vielleicht mehr Zärtlichkeit und Ihr Mann mehr Leidenschaft, aber beides gehört zu einer gelungenen Sexualität dazu. Haben Sie mit Ihrem Mann darüber geredet? Haben Sie ihm gesagt und gezeigt, was Sie sich unter gutem Sex vorstellen? Bitte überlegen Sie gemeinsam, was Sie ändern könnten. Es gibt übrigens erotische Podcasts speziell für Frauen, die auf weibliche Weise die Lust anregen.

Sie beide, Ihr Mann und Sie, sind gefragt, sich zu öffnen, sich zu trauen und sich etwas einfallen zu lassen.

**Liebe Grüße sendet Ihnen  
Ihre Dr. Beatrice Wagner**

