

DAS  
FEST  
DER  
LIEBE





Sternzeichen  
Jungfrau: Weih-  
nachten werden  
die meisten  
Babys gezeugt

Laut Geburtenstatistik  
haben wir nie so viel SEX wie  
an WEIHNACHTEN.

Wie passt das zusammen?

FOTO: ZOE GHERINER

Sollten Sie zwischen dem 24. August und 23. September Geburtstag haben, gehören Sie zu den Babyboomern. Denn jedes Jahr gibt es im Sternzeichen der Jungfrau die meisten Neugeborenen. Und das hat einen feierlichen Grund: Weihnachten. Denn während der Feiertage haben wir offenbar tatsächlich mehr Sex als sonst. Trotz Foodkoma durch Braten, Gans und Co. und trotz vorweihnachtlicher Hektik und Familienstress. Wie passt das zusammen?

#### STILLE NACHT

Das wollten auch Forscher der Universität Bloomington (Indiana, USA) wissen. Sie fanden heraus, dass die Google-Suchanfragen nach dem Wort „Sex“ über Weihnachten besonders hoch waren. Außerdem analysierten sie die Sprache von Twitter-Beiträgen und siehe da, auch hier stach die Weihnachtszeit durch besonders liebevoll formulierte Beiträge hervor. Damit ist klar, zu Weihnachten interessieren wir uns vermehrt für Sex. Die Forscher konnten auch einen Anstieg der Geburtenzahlen neun Monate nach den Feiertagen dokumentieren. Was für christlich geprägte Länder gilt, trifft übrigens auch auf andere Regionen und Religionen zu. Neun Monate nach dem Ramadan kommen auch in Ländern mit vorwiegend muslimischen Einwohnern mehr Babys zur Welt, haben die Wissenschaftler herausgefunden.

#### GELEGENHEIT MACHT LIEBE

Kalte, lange und dunkle Nächte – sind jedoch nicht allein der Grund für vermehrte Zweisamkeit. Auch in Australien, wo zu dieser Zeit Hochsommer ist, haben die Menschen

mehr Sex. Der Grund ist, da sind sich die Forscher sicher, tatsächlich das Fest der Liebe. Denn trotz des Familien-Zirkus sind wir in diesen Tagen und Wochen glücklicher, beseelter, heiterer – ja, man sollte es nicht meinen –, sogar entspannter! Wir nehmen uns Zeit für unseren Partner und die Familie. Also ist es kein Zufall, dass in dieser Zeit viele Paare an Familienzuwachs denken.

#### ZEIT IST EIGENTLICH NIE

Kann denn nicht jeden Tag Weihnachten sein? Warum eigentlich nicht? Wir könnten uns selbst ein Geschenk machen. Ein Geschenk, das „Zeit“ heißt. Zeit für Sex. Denn während wir im Alltag von Termin zu Termin jagen, wird der Sex einfach vergessen. Ist so. Das bestätigt auch eine Frau, von der man denken könnte, sie hätte ständig Sex – jeden Tag und überall, und das quasi ganz nebenbei: Charlotte Roche. In ihrem Podcast „Paardiologie“, der beim Musikstreamingdienst Spotify zu hören ist, spricht sie mit ihrem Ehemann Martin jede Woche eine Stunde lang über ihre Beziehung. Und natürlich über Sex. Sie sagt: „Wir machen den ganzen Tag irgendwelche Sachen und denken, das sei das Wichtigste. Jeden Tag ist kein Platz für Sex.“ Die beiden sind seit 15 Jahren zusammen, und im Podcast erfährt man, dass sie einen Weg gefunden haben, die fehlenden Gelegenheiten zu schaffen. Sie verabreden sich.

#### BESSER VERABREDET ALS NIE

Wollen wir uns heute treffen? Charlotte Roche und ihr Mann schicken sich per WhatsApp Einladungen zum Date. Die Autorin sagt: „Ich glaube, wenn man zum Beispiel Kinder hat und sich nicht verabredet, geht der Sex flöten. Bei uns ist das jedenfalls so. Deswegen verabreden wir uns zum Sex.“ Klar, es ist toll, wenn sich Sex spontan entwickelt, wenn der Funke überspringt und uns die Leidenschaft überwältigt. Was aber, wenn das alles nicht geschieht? „Wir müssen uns von der Vorstellung verabschieden, dass Sex nur gut ist, wenn man geil aufeinander ist und gierig übereinander herfällt, am besten

spontan. Das sind Hollywood-Mythen, die mit sexueller Beziehungsführung in langfristigen Partnerschaften nichts zu tun haben“, sagt Sexualtherapeut Christoph J. Ahlers im Interview mit der „Süddeutschen Zeitung“.

#### JEDEN MITTWOCH 20 UHR: SEX

So also kann die Lösung aussehen. Ein fester Termin, dem wir mit freudiger Erregung entgegenfiebern. Vielleicht nicht ganz so hitzig wie vor ein paar Jahren, aber immerhin. Ein Rendezvous, vor dem wir uns aber auf keinen Fall unter Druck setzen à la „heute Abend muss ich mindestens zweimal kommen“. Sondern das wir als das sehen, was es ist: Zeit. Zeit für Berührung. Zeit für Zärtlichkeit, ohne Ablenkung. Zeit nur für uns – als Paar. Martin, der Mann von Charlotte Roche, sagt: „Wenn man darauf wartet, dass es wieder so wird, wie es am Anfang war, dann passiert halt nichts. Wir verabreden uns, so wie wir uns zum Essen verabreden oder zum Sport. So verabreden wir uns auch zum Sex. Ich finde das super.“ Das sieht Sexualtherapeut Ahlers ähnlich. Indem Sex zum festen Bestandteil des Beziehungsalltags wird, nimmt er einen so natürlichen und regelmäßigen



WENN  
MAN

*darauf WARTET,*

*dass es wieder so*

*wird, wie es am*

ANFANG war,

*dann passiert*

*halt NICHTS*

Platz ein wie das gemeinsame Abendessen. „Ohne jedes Mal einen Bärenhunger haben zu müssen“, sagt der Therapeut. Er nennt das „Instandhaltungssex“, der verhindert, dass Vertrautheit, Intimität und Nähe einfach so verschwinden. „Das ist genauso wenig langweilig oder eintönig, wie regelmäßige gemeinsame Mahlzeiten uns die Lust am Essen verderben.“ Wir sollten uns also mal wieder verabreden – zum Essen, zum Sex oder zu beidem. Weihnachten wäre eine tolle Gelegenheit dafür. NEELE KEHRER