

VIELFÄLTIG. Sexuelle Bedürfnisse und Lust kommen in den unterschiedlichsten Formen daher, so individuell wie jede/r von uns. Wir werfen einen Blick hinter Tabus, klären auf und lassen Raum, um sich selbst besser kennenzulernen.

TEXT *Sandra Gloning*

LUST IST FÜR ALLE DA

WIENERIN DOSSIER

FOTOS *Max Manavi-Huber*
 PRODUKTION *Natalie Paloma
 Maierhofer, Alice Sowa*
 MODELS *Lukas Aschenreiter,
 Christina Maria Sutter*
 HAARE UND MAKE-UP *Sarah Bzoch*
 STYLING *Barbara Zach*
 FOTOASSISTENZ *Matthew Gerges*
 OUTFITS *Kleid von Obid Moulham,
 Boxershorts von Skiny, Sakko von
 Zegna über Peek & Cloppenburg*

Wann hatten Sie das letzte Mal richtig guten Sex? Und wie hat der ausgesehen? Was würden Sie sich für das nächste Mal wünschen? Würden wir 10.000 LeserInnen fragen, würden wir vermutlich 10.000 unterschiedliche Antworten bekommen – denn so unterschiedlich wir sind, so unterschiedlich sind unsere Bedürfnisse und Vorlieben. Das ist in der Theorie eigentlich logisch, in der Praxis aber oft gar nicht so einfach zu verstehen. Denn viele von uns denken bei dem Wort Sex vor allem an Penetration zwischen Mann und Frau. Dabei kann und ist guter Sex so viel mehr. Durch besagte enge Definition bleiben Gruppen wie queere Personen, Menschen mit Behinderungen oder häufig Frauen auf der Strecke.

ERSCHWERTER ZUGANG. Genau dieser Gruppen nahm sich die 25-jährige Véronique Rebetez an und startete während ihres Studiums ein Projekt, um den Sexspielzeugmarkt zu revolutionieren. Denn sie erkannte bei den angebotenen Produkten einen Fehler: Der Großteil davon ist auf die Genitalien ausgelegt. Was ist aber mit Menschen, die etwa durch eine Querschnittslähmung in dieser Körperhälfte nichts fühlen? Ist Sex für die kein Thema mehr? Die junge Frau machte sich daran, dies zu ändern und entwickelte mit *Gosio* ein Sextoy-Set, das auch für Menschen mit Querschnittslähmung funktioniert: „Es beschäftigt mich schon lange, dass viele Menschen aus unterschiedlichen Gründen einen erschwerten Zugang zu Sexualität haben. Die Produkte entwickelte ich im Austausch mit der potenziellen Zielgruppe; das war mir wichtig. Ich bin nicht querschnittsgelähmt, ich habe auch niemanden in meinem Umfeld, also ist es umso wichtiger, dass die Zielgruppe im Fokus steht.“ Der Hauptunterschied ihrer

Produkte liegt darin, dass diese nicht genital ausgerichtet sind, stattdessen binden sie alle fünf Sinne mit ein: Riechen, Fühlen, Schmecken, Sehen und Hören. Während Rebetez noch daran arbeitet, ihre Produkte auf den Markt zu bringen, wünscht sie sich vom Sextoy-Markt, dass dieser inklusiver wird: „Sexualität muss nicht zwingend über die Genitalien stattfinden. Der gesamte Körper ist erogen, alle Sinneseindrücke spielen bei Masturbation und Sex eine enorme Rolle.“ Das bestätigt auch Sexologin Magdalena Heinzl und erklärt: „Die Neurobiologie sagt, je häufiger wir ein Körperteil nutzen, umso größer ist es in unserem Gehirn repräsentiert und umso besser nehmen wir es wahr. Unsere Hände, Ohren und Augen sind demnach relativ groß vertreten; unsere Haut, aber auch unsere Vagina ist zum Beispiel relativ klein, weil wir sie nicht oft genug bewusst verwenden und stimulieren. Je mehr wir diese Körperteile aktiv mit einbeziehen, berühren und damit spielen, desto feinfühlicher werden diese und desto mehr Empfindungen nehmen wir wahr. Das heißt auch, desto mehr Lust bereitet es uns. Das kann man

also einfach trainieren.“ Die Expertin weist darauf hin, dass man nie aufhören sollte zu lernen, wenn es um Sex geht – denn es gibt immer Neues zu entdecken.

BEGEGNUNGEN. Neues entdeckt auch Sexualbegleiterin Lialin mit ihren KlientInnen und erlebt mit diesen häufigeren erste sexuelle Erfahrungen. Sie arbeitet mit Menschen mit Behinderungen oder mit altersbedingten Einschränkungen und bietet eine gemeinsame Erkundung der Sexualität an. Ausgenommen ist dabei Geschlechtsverkehr und Oralkontakt: „Der Unterschied zwischen der Arbeit, die ich mache, und klassischer Sexarbeit ist, dass nicht für eine bestimmte Handlung bezahlt wird, sondern



für eine Zeit. Wir sprechen darüber, was der Kunde sich wünscht und was möglich ist. Es kann sein, dass diese Person gerne mal eine nackte Frau sehen würde, gestreichelt oder geküsst werden möchte, oder ich auch Tipps und Techniken zeige, wie sich diese Person selbst befriedigen kann.“ Für sie ist es wichtig, dass die Personen sich wohlfühlen. Gerade bei Menschen, die Schwierigkeiten haben, ihre Bedürfnisse verbal zu formulieren, achtet sie stark auf Körpersprache und nonverbale Zeichen ihrer KundInnen. Diese sind zu 90 Prozent männlich, was aber nicht daran liegt, dass Männer stärkere sexuelle Bedürfnisse haben. Sie erklärt: „Meistens kommen Betreuerinnen und Betreuer im Alters- oder Pflegeheim oder Verwandte auf mich zu und fragen meine Dienste an. Grund dafür ist, dass eine Erektion im Gruppenraum einfach stört und Männer auch öfter aggressiv werden. Eine Frau hat vielleicht ähnliche sexuelle Bedürfnisse, diese sind aber nicht sichtbar.“ In der Stunde verdient Lialin 120 Euro, die sie sich gerne von den KundInnen in bar geben lässt: „Es ist für die Männer wichtig, zu wissen, dass wir uns nicht in einer Liebesbeziehung befinden oder ich aus Mitleid komme, sondern das mein Beruf ist, für den er bezahlt. Ich sehe sie als ernst zu nehmende Männer, mit denen ich Geschäfte mache. Natürlich passiert es manchmal, dass sich jemand in mich verliebt, aber dann gibt es ein Abschlussgespräch und ich komme nicht wieder. Ich erkläre ihnen, dass ich nicht ihre Freundin sein kann. Die-

se Personen haben dann halt Liebeskummer, aber das gehört dazu und ist auch eine ganz normale Erfahrung.“

LEBENSLANGES LERNEN. Aber was ist eigentlich normal beim Sex? Und was kann Sex alles sein? Mehr als Penetration? Warum verbinden wir mit Sex so oft nur bestimmte Praktiken? Damit man erkennt, was alles Intimität und Erotik sein kann, muss man sich auch als Erwachsene/r weiterbilden und erweitern, was man durch Pornos, Filme, Serien und den Schulunterricht gelernt hat. Davon ist Sexualpädagogin Magdalena Heinzl überzeugt. Sie hat sich vor allem der Aufklärung von Erwachsenen verschrieben – das macht sie in ihrem Podcast *Sexologisch*, auf dem gleichnamigen *Instagram*-Account oder in Einzel- oder Gruppenstunden. „Gerade wenn es um Sexualität geht, gibt es extrem viele Wissenslücken, aber auch toxische Glaubenssätze, zum Beispiel, dass Schmerzen beim Sex normal sind

oder man immer Lust haben sollte. Viel davon setzt Menschen nur unter Druck“, so die Expertin. Sie ruft dazu auf, entspannter mit dem Thema Sex umzugehen und zu lernen, wie man seine sexuellen Bedürfnisse kommuniziert: „Es gibt viele Gründe, Sex zu haben. Manchmal möchte man nur Stress und Druck abbauen, manchmal will man sich nahe sein, manchmal möchte man das Gefühl genießen und sich selbst wahrnehmen. All das macht einen Unterschied, wie Sex aussieht, und all diese Gründe sind in Ordnung. Sex darf sehr divers und unterschiedlich sein.“

„Eine Erektion im Gruppenraum stört einfach. Dann werde oft ich angefragt.“

SEXUALASSISTENZ

„MIR GEHT ES UMS BERÜHRTWERDEN“

Roman ist 37 Jahre alt und sitzt aufgrund einer angeborenen spastischen Tetraplegie im E-Rollstuhl. Er wohnt in der Nähe von Graz und arbeitet in einer Werkstätte für Menschen mit Behinderung. Trotz seiner Krankheit kann er am ganzen Körper spüren und nimmt Sexualassistenz in Anspruch. Dabei geht es vor allem um Nähe.

Das Ganze hat vor etwa drei Jahren begonnen. Ich wohne in einem Wohnhaus von *alpha nova* (gemeinnütziges Unternehmen, das Menschen mit Behinderung betreut und begleitet, Anm.), da wurde uns Sexualassistenz vorgestellt und angeboten. Lialin habe ich damals das erste Mal gesehen, sie hat mir gefallen und dann hat das alles seinen Lauf genommen. Seitdem kommt sie ungefähr alle zwei Monate – je nachdem, wie ich es mir leisten kann – zu mir nach Hause, für zwei Stunden. Zuerst tratschen wir immer

ein bisschen und dann legt sie sich im Bett neben mich hin. Und dann beginnen wir, uns zu streicheln. Ich habe auch einige Spielzeuge, die wir verwenden. Das mag ich sehr gerne. Zum echten Sex kommt es aber nicht, das macht Lialin nicht, auch keine orale Befriedigung. Aber sie befriedigt mich am Schluss noch mit der Hand. Mir geht es aber ehrlich gesagt gar nicht nur um die sexuelle Befriedigung, sondern darum, dass ich mal jemanden zum Reden und Kuseln habe – und ums Berührtwerden, wie in einer echten Beziehung. Eine Freundin habe ich

nämlich mit meinen 37 Jahren noch nicht gehabt, was mich sehr traurig macht. Wenn ich normalen Sex will, dann muss ich viel mehr zahlen – und zwar an eine Prostituierte. Das ist dann halt nur Rein und Raus und da fehlt mir das Zwischenmenschliche. Aber das ist das Schwierige, wenn man im Rollstuhl sitzt: Jemanden kennenzulernen ist nicht so einfach. Vielen geht es nur ums Geld. Deshalb bin ich sehr vorsichtig geworden. Mit Lialin fühle ich die Vertrautheit und mir geht's nachher richtig gut. Die Berührungen sind so angenehm.