Zeitschrift: Emanzipation : feministische Zeitschrift für kritische Frauen

Herausgeber: Emanzipation

Band: 7 (1981)

Heft: 8

Artikel: Eine Verhaltensorientierte Therapie für Frauen mit Orgasmusstörungen : Preorgasmic groups

Autor: Caminati, Maria

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-359588

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 15.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

EINE VERHALTENSORIENTIERTE THERAPIE FÜR FRAUEN MIT ORGASMUSSTÖRUNGEN

Preorgasmic groups

In unserer frauenärztlichen Praxis in Binningen stossen wir auf eine grosse Zahl von meist jüngeren Frauen zwischen 20 und 40 Jahren, deren Orgasmusstörung ein einschneidendes Problem bedeutet. Die Orgasmusstörung kann verschiedenartig sein; sei es, dass weder durch orale noch manuelle Stimulation der Klitoris ein Orgasmus erlangt werden kann, sei es, dass dieser während sexueller Beziehungen mit Penetration ausbleibt. Die Zahl orgasmusgestörter Frauen ist in unserer Praxis vielleicht darum grösser, weil darüber geredet wird. Jede Patientin füllt vor der Konsultation einen Fragebogen aus, in dem sie das Thema Sexualität aufgreifen kann, falls sie dies wünscht. Selbstverständlich schildern auch viele orgasmusfähige Frauen sexuelle Probleme.

Die in den USA entwickelte Therapie der preorgasmic groups ("vor dem Orgasmus" stellt sich grundsätzlich zur Aufgabe, durch Übungen, Beobachtungen und Gespräche zu erreichen, dass sich die betroffenen Frauen selbstverantwortlich fühlen für ihren Orgasmus.

Viele Frauen haben ein passives Verhältnis zu ihrem Orgasmus. Entweder ein Märchenprinz erfasst ihre tiefsten und geheimsten Wünsche oder, so fühlen sie, haben sie eben Pech gehabt und dabei bleibt's. Es ist dies, scheint mir, Ausdruck eines Schicksals-Bewusstseins. Eine glückliche Sexualität zu haben wird nicht erwartet im Sinne eines natürlichen Rechts und Anspruchs, sondern als ein eventuell zufällig von aussen kommender Glücksfall. Dass eine erfüllte Sexualität auch eine technische Seite hat, wird bei uns kulturell in keiner Weise vermittelt, während wir von anderen Kulturen eigens zur Einführung in die Sexualität geschaffene Riten und Institutionen kennen. Vielen Frauen mit Orgasmusstörung erscheint es als unromantisch und unpassend für die intime Situation, dem Partner technische Hinweise zu geben, die eventuell zu einem Orgasmus führen könnten. Weitverbreitet bei vielen Frauen ist eine grosse Unsicherheit über ihre eigene Anatomie, deren Wurzeln ohne Zweifel in der frühen Kindheit liegen. In der patriarchalischen Gesellschaft ist es üblich, das weibliche Genitale ungenau zu benennen. Sehr häufig werden im Sprachgebrauch Vulva (Schamlippen) und Scheide verwechselt, die Klitoris oft gar nicht erwähnt. Der kleine Knabe hat ein Glied, dies wird auch so benannt, demgegenüber wird das kleine Mädchen oft im unklaren darüber gelassen, welches seine Geschlechtsorgane sind, nämlich Klitoris und Scheide (die Ungenauigkeit mag auch damit zusammenhängen, dass der Klitoris und der Scheide in der frühen Kindheit noch keine notwendige Funktion zukommt, wie dies beim Penis mit der Ausscheidung der Fall ist).

Ob bestimmte Frauen mit Orgasmusstörung sich für preorgasmic groups eignen, wird in einem Vorgespräch eruiert. Dabei wird in Erfahrung gebracht, ob die beiden erwähnten Faktoren, passives Verhalten zum eigenen Orgasmus und ein relativ undefiniertes Verhältnis zu den eigenen Geschlechtsorganen massgebend für die Orgasmusstörung sind. Stehen chronische Depressionen oder andere neurotische Konflikte wie z.B. tiefe Beziehungsängste im Vordergrund, eigenen sich die Frauen im allgemeinen nicht für eine focusierte Sexualtherapie.

Sexualtherapien haben in den USA eine längere Tradition. Masters und Johnson, zwei Sexualforscher, entwickelten ein Programm für Paare, ebenso Helen Kaplan, eine analytisch orientierte Therapeutin. Kalifornische Feministinnen übertrugen das Muster der Selbsterfahrungsgruppen auf die Sexualtherapie: viele Frauen haben keine oder zur Kooperation ungeeignete Partner(innen). Mehrere Frauen zusammen würden ihre Erfahrungen relativieren können. Dass viele Frauen sich allein und einzigartig in ihrer Störung vorkommen, trägt zur Fixierung bei. Die Gruppe ist zeitlich beschränkt auf 10 Sitzungen zu 1 1/2 Stunden, sie umfasst 5–8 einander unbekannte Frauen, 2 Therapeutinnen. Die therapeutische Technik ist stark verhaltensorientiert und besteht in genauen Anweisungen, sogenannten Hausaufgaben, über deren Realisierung resp. Nicht-Realisierung in den Sitzungen ausführlich diskutiert wird. Anfangs wird erklärt, dass ein mögliches Resultat dieser Sitzungen die Orgasmusfähigkeit sein kann, dass diese aber nicht garantiert werden kann. Die Übungen stellen ein in bestimmter Reihenfolge zusammengesetztes Programm dar, das Körperbeobachtungen, Beobachtung der Geschlechtsorgane, Stimulation des Körpers und der Geschlechtsorgane, mit und ohne Hilfsmittel, Auseinandersetzung mit Pornographie und sexuellen Phantasien und schliesslich verschiedene Partnerübungen beinhaltet.

Die Frauen werden angewiesen, sich jeden zweiten Tag eine volle Stunde Zeit zu nehmen für diese Übungen und sich dabei allein in einen abgeschlossenen Raum zurückzuziehen. Vielen Frauen bereitet es unerwartete Schwierigkeiten, sich diese Zeit zu nehmen, sei es wegen ihrer Kinder, sei es, dass ihr Tagesablauf anderweitig so rigid geregelt ist (und dies meist in einem Netz von Bedürfnissen anderer), dass angeblich keine Zeit für sie allein mehr bleibt. Nehmen die Frauen aber die geforderte Zeit für sich in Anspruch, machen viele von ihnen unerwartet positive Entdeckungen über ihren Körper, ihre Geschlechtsorgane, ihre Sensibilität und Erlebnisintensität. Viele Frauen erleben im Verlauf dieses Prozesses ihren ersten Orgasmus. Sie sind oft erstaunt, wie leicht herbeiführbar dieses Unding ihrer Phantasie, der Orgasmus ist, diese "fliegenden Schmetterlinge im Bauch" und was der Metaphern mehr sind. Dieses Herbeiführenkönnen des Orgasmus bedeutet nun nicht das sexuelle Glück schlechthin, vielmehr fühlen sich die Frauen um ein Instrument bereichert, das ihnen eine freiere Entfaltung ihrer Sexualität ermöglicht. Der neuartige Einbezug des Partners dynamisiert viele Beziehungen, vor allem, weil die meisten Partner positiver als erwartet auf die neuartigen Forderungen reagieren.

Kritik an solch verhaltenstherapeutisch orientierter Therapie ist nicht ausgeblieben. Sie darzustellen, könnte Inhalt eines eigenen Artikels sein. Ich streife nur zwei Aspekte.

Einige analytisch orientierte Therapeuten befürchten, dass das Herauslösen technischer Aspekte aus der Komplexität weiblicher Sexualität inadäquat sei. Gerade dieses Festhalten an der Komplexität kann, meine ich, auch blockierend wirken. Preorgasmis groups verheissen "nur" einen Orgasmus, dieses Versprechen wird aber mehrheitlich eingelöst. Eine Sexualtherapie kann niemals eine umfassende Psychotherapie ersetzen, möglicherweise aber sinnvoll ergänzen.

Gewisse Feministinnen wiederum lehnen Sexualtherapie ab, weil sie befürchten, in der Quintessenz würden solche Therapien die Frauen lediglich zu besseren Sexualobjekten abrichten. Wer preorgasmic groups miterlebt, kann deutlich sehen, dass hier Frauen nicht etwas für jemand anders tun, sondern durchaus im Sinn eines Buchtitels handeln, der solche Therapie beschreibt und heisst: "for yourself".

Maria Caminati