

Let's talk about sex - Reden über Sex lohnt sich

Zwei von drei Deutschen sprechen selbst mit guten Freunden kaum über Sex, da ihnen die Materie zu privat ist, so die Ergebnisse der Erhebung "Gesprächskultur in Deutschland". Doch das ist schade, findet Dr. Michael Berner, Vorstand des Informationszentrums für Sexualität und Gesundheit (ISG) e.V.

„Reden über Sexualität lohnt sich, wenn etwas nicht stimmt“, sagt der Psychiater und Psychotherapeut Dr. Berner, der vor fast 10 Jahren mit anderen Ärzten das ISG gegründet hat. *„Unsere Erfahrungen und Untersuchungen zeigen: wenn Sie mit dem Partner oder vielleicht auch mit guten Freunden darüber sprechen, die Chance auf Verbesserung steigt dadurch!“*. Zum Beispiel, ob andere Männer nicht auch Erektionsstörungen haben, andere Frauen auch über ein gestörtes sexuelles Verlangen klagen oder ob andere Paare auch nur einmal pro Woche oder einmal im Monat Sex haben. „Viele Mythen über Sexualität sind weit verbreitet. Wer seine Vorstellungen nicht an der Realität überprüft, wird vielleicht immer grundlos unglücklich bleiben.“ Über Sex zu sprechen, gilt jedoch offensichtlich in unserer Gesellschaft immer noch als Tabu, wie eine repräsentative Umfrage des Instituts für Demoskopie Allensbach mit über 1800 Teilnehmern beweist. Dort hatten 64% der Befragten angegeben, das Thema lieber zu meiden.

Aber wenn auch das Gespräch mit dem Partner oder dem besten Freund, der besten Freundin nicht gewagt wird, was dann? *„In diesem Fall empfiehlt sich ein Anruf bei den medizinisch und gesprächstherapeutisch ausgebildeten Mitarbeitern bei der Infoline des ISG“*, so Dr. Michael Berner. Fast 50.000 Anrufer haben sich genau aus diesen Gründen in den letzten Jahren an das ISG gewandt. Das seriöse und auf Wunsch auch anonyme Informationsangebot half ihnen, ihre Sprachlosigkeit zu überwinden und hat ihnen Hilfestellungen gegeben, wie sie in ihrer Partnerschaft das heikle Thema nun angehen können.

Schon 1972 widmete sich Woody Allen mit einem Film dem Tabuthema: „Was Sie schon immer über Sex wissen wollten, aber bisher nicht zu fragen wagten“. Daran hat sich bis heute nicht viel geändert, scheint es. Sehr viele der Fragen, die beim ISG an der Infoline gestellt werden, drehen sich um die durchschnittliche Penislänge, die normale Häufigkeit von Geschlechtsverkehr, aber auch insbesondere um Auswirkungen von bestehenden Krankheiten auf das Sexualleben. Viele Anrufer sind durchaus überrascht, dass beispielsweise Erektionsstörungen durch Diabetes, Übergewicht, Bluthochdruck und auch Stress ausgelöst werden können. *„Davon sind in unserer Gesellschaft ja viele Männer betroffen. Es hilft zu wissen, dass man nicht alleine mit diesem Problem ist und was die Ursachen sind“*, meint Dr. Berner. *„Und natürlich gibt es für sexuelle Störungen - ob beim Mann oder bei der Frau – auch Behandlungsmöglichkeiten, über die das ISG im Gespräch oder mit schriftlichem Infomaterial aufklären kann.“*

Darum: überwinden Sie Ihre Sprachlosigkeit – Reden über Sex lohnt sich!

Broschüren und weitere Informationen erhalten Interessierte an der ISG Infoline Montags bis Freitags 10-12 und 15 bis 18 Uhr unter 0180 555 84 84 (14 ct/min).
