

Schenken Sie ihr zum Valentinstag drei Rosen statt einen Orgasmus

LIEBESRATGEBER Der Orgasmus der Frau ist ein komplexes und für Männer nur schwer zu ergründendes Gebiet. Die Frage sei deshalb erlaubt, ob denn tatsächlich der Mann für den Orgasmus der Frau zuständig ist.

Esther Elisabeth Schütz

Ein neustes Werbeplakat fordert Männer auf, ihr am Valentinstag einen Orgasmus zu schenken. Sind Männer tatsächlich für die Orgasmen der Frau zuständig? Oder bestätigt es den Mann in seiner Männlichkeit, wenn er ihr einen Orgasmus beschert? Wer schenkt da wem was? Wieviele Frauen kommen beim Geschlechtsverkehr zum Orgasmus? Und was wünschen sich Frauen tatsächlich zum Valentinstag?

Männer kommen einfacher

Frauen sind für die Orgasmen der Männer nicht zuständig. Männer schaffen das in der Regel oft und sehr gut für sich al-

lein, und auch beim Geschlechtsverkehr müssen Frauen selten nachhelfen. Diesbezüglich funktioniert das männliche Geschlecht in jungen Jahren, in der mittleren Hälfte des Lebens und zum Teil im Alter sehr eigenständig. Testosteron unterstützt diese Fähigkeit ebenso wie visuelle und andere Reize.

Das weibliche Geschlecht funktioniert anders. Die Vagina befindet sich im Innern des Körpers. Bis eine Frau den Zugang zu ihrem Innenraum und dessen Reichtum an Sinnesempfindungen entdeckt, braucht es viele Lernschritte. Der Scheidenraum ist nicht automatisch gekoppelt an die sexuelle Erregung. Die Klitoris und deren Schenkel werden von vielen Frauen häufi-

ger stimuliert. Dies führt dazu, dass etwa 60 Prozent beim Geschlechtsverkehr keinen Orgasmus erleben.

Frauen sind eigenwilliger

Stimuliert der Mann die Klitoris, findet er oft den Punkt nicht, so dass die Frau ohne eigene Berührung nicht entladen kann. Die Art der Stimulanz hat die Frau sich selbst angeeignet. Druck, Art der Reibung sowie der Ort werden über die Sinneszellen im Hirn programmiert und mit der Zeit mit der Fähigkeit der sexuellen Erregung verknüpft. Frauen, welche ihre Klitoris grossflächig, mit wenig Druck berühren, den Scheideneingang und den Innenraum der Vagina stimulieren, mit dem Beckenboden und der Atmung spielen, können lernen, einen vaginalen Orgasmus zu erleben. Diese Fähigkeit kann ihr der Mann nicht schenken. Das weib-

liche Geschlecht ist zu eigenwillig.

Was wünschen sich denn Frauen, wenn sie für ihren Orgasmus selbst zuständig sind? Die grosse Liebe, welche Botschaft der Rosen ist. Und sie träumen, dass der Mann sie am Valentinstag und im Alltag überrascht. Sie mit Lust, Humor und Kreativität verführt, um mit ihr im erotischen Liebesspiel zu tanzen.

Die Autorin



Esther Elisabeth Schütz ist klinische Sexologin. Sie leitet das Institut für Sexualpädagogik und Sexualtherapie in Uster.

www.sexualtherapie.ch