

Die Ontologie der sexuellen Begegnung

von Bernhard Buchhas

Die menschliche Sexualität stellt sich in der wissenschaftlichen Betrachtung als ein hochkomplexes Phänomen dar, das weit über die rein biologische Funktion der Prokreation hinausreicht und tief in die Strukturen der Identität, der Intersubjektivität und der sozialen Ordnung eingebettet ist. Während die klassische Biologie Sexualität primär als Mechanismus zur Weitergabe genetischen Materials begreift, eröffnet die phänomenologische und psychologische Untersuchung Perspektiven, welche die sexuelle Begegnung als eine fundamentale Weise des In-der-Welt-seins und als konstitutives Element stabiler Paarbeziehungen identifizieren. Die Relevanz der sexuellen Intimität lässt sich dabei nicht auf eine einzelne Ursache reduzieren; sie fungiert vielmehr als ein multidimensionaler Prozess, der neurobiologische Belohnungssysteme aktiviert, psychologische Grundbedürfnisse nach Bindung und Anerkennung befriedigt und philosophisch als Raum der radikalen Begegnung mit dem Anderen fungiert.

Leiblichkeit und der intentionale Bogen

In der Phänomenologie von Maurice Merleau-Ponty wird der Leib nicht als ein Objekt unter Objekten (Körperhaben), sondern als die Bedingung der Möglichkeit von Welterfahrung (Leibsein) verstanden. Diese Unterscheidung ist für das Verständnis der sexuellen Begegnung von zentraler Bedeutung, da Sexualität hier nicht als ein bloßer Reflex oder ein Gemisch aus Vorstellungen begriffen wird, sondern als eine spezifische Form der Intentionalität. Merleau-Ponty postuliert, dass das Subjekt

durch einen „intentionalen Bogen“ mit der Welt verbunden ist, der die aktuelle Wahrnehmung mit der Vergangenheit und der Zukunft verknüpft und der Umgebung eine vitale Bedeutung verleiht.

Innerhalb dieses intentionalen Bogens spielt das „sexuelle Schema“ eine entscheidende Rolle. Es handelt sich dabei um eine präreflexive, leibliche Disposition, die es dem Individuum ermöglicht, eine Situation als erotisch wahrzunehmen und darauf mit entsprechendem Verhalten zu reagieren. Dieses Schema ist keine intellektuelle Konstruktion, sondern eine „blinde“ Form des Verstehens, bei der ein Leib den anderen unmittelbar als lebendiges und anziehendes Gegenüber erfasst. Die Sexualität wird somit zu einer existenziellen Dimension, die das gesamte Handeln und Empfinden des Subjekts durchdringt, ohne jedoch auf eine rein organische Funktion reduzierbar zu sein.

Die Bedeutung dieses Schemas wird besonders deutlich, wenn man pathologische Fälle betrachtet, in denen die sexuelle Intentionalität gestört ist. Merleau-Ponty analysiert den Fall des Patienten Schneider, der aufgrund einer Hirnverletzung die Fähigkeit verlor, eine „erotische Atmosphäre“ wahrzunehmen. Für Schneider blieben zwar die mechanischen Funktionen der Sexualität – wie Erektion oder Ejakulation – erhalten, und er konnte über andere Menschen in einem moralischen oder intellektuellen Sinne nachdenken, doch fehlte ihm die vitale, leibliche Anziehung. Er suchte keine sexuellen Begegnungen von sich aus, da die Welt für ihn ihre erotische Signifikanz verloren hatte. Dies illustriert, dass die sexuelle Begegnung für das „normale“ Subjekt eine Weise ist, sich der Welt und dem Anderen zu öffnen, indem sie eine Brücke zwischen dem eigenen Leib und dem Leib des Anderen schlägt.

Die sexuelle Begegnung konstituiert einen Raum der „Zwischenleiblichkeit“, in dem die Grenzen zwischen dem Ich und dem Anderen fließend werden. In der Intimität fungiert der Leib nicht mehr als Medium, mit dem man zu Dingen gelangt, sondern als Organ des unmittelbaren gegenseitigen Verständnisses. Merleau-Ponty beschreibt diesen Prozess als eine „wechselseitige

Inkorporation“: In der Begegnung bewohnen die Intentionen des einen den Leib des anderen, und umgekehrt. Diese Form der Intersubjektivität benötigt keine kognitive Vermittlung durch eine „Theory of Mind“, sondern basiert auf leiblicher Resonanz und Interaffektivität. Diese phänomenologische Fundierung verdeutlicht, warum sexuelle Begegnungen so intensiv erlebt werden: Sie rühren an die Kernstrukturen unseres Zur-Welt-Seins und ermöglichen eine Form der Gemeinschaft, die rein intellektuell nicht erreichbar ist. In der sexuellen Vereinigung erfährt der Mensch seine eigene Verletzlichkeit und die des Anderen als eine geteilte Realität, was die Grundlage für tiefes Vertrauen und Bindung schafft.

Der dialogische Ansatz: Das Ich am Du

Martin Bubers Philosophie des Dialogischen bietet einen komplementären Zugang zur Untersuchung der sexuellen Begegnung. Sein zentrales Werk „Ich und Du“ postuliert, dass es keine isolierte Subjektivität gibt, sondern dass der Mensch erst in der Begegnung mit einem Gegenüber zum Ich wird. Buber unterscheidet zwei grundlegende Haltungen des Menschen zur Welt: das Ich-Du-Verhältnis und das Ich-Es-Verhältnis.

In einem Ich-Du-Verhältnis tritt der Mensch seinem Partner als ganzer Person gegenüber. In der Sexualität bedeutet dies, dass der Andere nicht als Objekt der Lust oder als Mittel zur Triebbefriedigung instrumentalisiert wird (was einem Ich-Es-Verhältnis entspräche), sondern in seiner einzigartigen Alterität anerkannt wird. Wahre Begegnung ereignet sich laut Buber im „Hier und Jetzt“, in einer Gegenwärtigkeit, die über die bloße Abfolge von Momenten hinausgeht und eine zeitlose Qualität besitzt.

Die Bedeutung der sexuellen Begegnung liegt für Buber darin, dass sie ein „Dazwischen“ stiftet – eine Dimension, die weder im Ich noch im Du allein existiert, sondern sich erst im Raum der Beziehung manifestiert. In der Erotik zeigt sich dies als eine Kraft,

die das Ich aus seiner Selbstbezogenheit herausreißt. Buber warnt jedoch vor einer Erotik des reinen Genusses, in der man im Anderen nur sich selbst sucht. Eine solche Haltung bleibt im „Es“ verhaftet und führt zu einer „Vergegnung“, einem Verfehlen des eigentlichen personalen Kontakts.

Für Buber ist jede Ich-Du-Beziehung letztlich ein Hinweis auf das „ewige Du“ (Gott). In der Tiefe der zwischenmenschlichen Intimität wird der „Saum des ewigen Du“ sichtbar. Dies verleiht der sexuellen Begegnung eine metaphysische Dimension: Sie ist nicht nur ein Akt der biologischen oder emotionalen Befriedigung, sondern ein Vollzug des menschlichen Wesens in seiner Ausrichtung auf Transzendenz und Gemeinschaft. Die Fähigkeit, sich im sexuellen Kontakt ganz auf das Gegenüber einzulassen, ist somit ein Training in jener Offenheit und Wahrhaftigkeit, die Buber als Voraussetzung für ein gelingendes Leben ansieht.

In der modernen Psychotherapie wird Bubers Konzept der Ich-Du-Begegnung genutzt, um Paaren zu helfen, aus der funktionalen Entfremdung herauszufinden und wieder eine echte emotionale und körperliche Resonanz zu entwickeln. Die sexuelle Begegnung fungiert hierbei als Barometer für die Fähigkeit der Partner, sich gegenseitig als Subjekte zu validieren.

Anerkennungstheorie und die Sphäre der Liebe

Axel Honneth hat in seinem Werk „Kampf um Anerkennung“ die Bedeutung der Intimität für die Entwicklung der individuellen Identität und Autonomie herausgearbeitet. Er identifiziert die „Sphäre der Liebe“ als die erste und grundlegendste Stufe der Anerkennung. Hierzu zählt er alle Primärbeziehungen, die auf starken emotionalen Bindungen basieren, wobei die erotische Zweierbeziehung das strukturelle Muster für diese Sphäre liefert.

Honneth stützt seine Theorie auf die Objektbeziehungstheorie von Donald W. Winnicott. Die Bedeutung der sexuellen Begegnung liegt aus dieser Sicht in der Ermöglichung einer produktiven Spannung zwischen Verschmelzung und Abgrenzung. In der sexuellen Intimität erfahren die Partner eine Form der emotionalen Entgrenzung und Verschmelzung, die an früheste kindliche Erfahrungen der Geborgenheit erinnert. Gleichzeitig erfordert eine reife Liebesbeziehung jedoch die Anerkennung des Anderen als ein autonomes Wesen, das sich der eigenen Kontrolle entzieht.

Erst durch die Erfahrung, dass man vom Anderen geliebt und in seiner körperlichen wie seelischen Bedürftigkeit anerkannt wird, kann das Individuum jenes Maß an „Selbstvertrauen“ entwickeln, das notwendig ist, um sich sicher in der Welt zu bewegen. Die sexuelle Begegnung ist somit ein kontinuierlicher Prozess der Rückversicherung: Die Bestätigung durch den Partner in der Intimität stärkt das praktische Selbstverhältnis und bildet das Fundament für die Teilnahme an weiteren Anerkennungssphären wie dem Recht (Selbstachtung) und der sozialen Wertschätzung (Selbstschätzung).

Sexualität ist bei Honneth nicht bloß ein biologisches Zusatzphänomen, sondern ein Medium, in dem sich die Anerkennung der Einzigartigkeit des Partners manifestiert. Ein „Vorschuss an Anerkennung“, der rein kognitiv nicht zu begründen ist, wird in der Liebe gewährt; er äußert sich in der emotionalen Öffnung und der Identifikation mit den Bedürfnissen des Anderen. Wenn diese Anerkennung ausbleibt oder durch Gewalt und Erniedrigung ersetzt wird, führt dies zu einer tiefgreifenden Verletzung der psychischen Integrität. Die sexuelle Begegnung ist daher von existenzieller Wichtigkeit, da sie das primäre Feld darstellt, in dem Menschen sich als bedingungslos bejaht erfahren können.

Sternbergs Dreieckstheorie

In der psychologischen Forschung hat sich Robert Sternbergs „Triangular Theory of Love“ als eines der einflussreichsten Modelle zur Untersuchung von Partnerschaften etabliert. Er postuliert, dass Liebe aus drei interagierenden Komponenten besteht: Intimität, Leidenschaft und Entscheidung/Commitment.

Die Leidenschaft wird in diesem Modell als der „heiße“ Pol der Beziehung definiert. Sie umfasst das Verlangen nach Romantik, physischer Attraktivität und sexueller Vollziehung. Während die Intimität eher die „warme“ Komponente (emotionale Nähe, Verbundenheit) und das Commitment die „kalte“ Komponente (rationale Entscheidung zur Treue) darstellt, liefert die Leidenschaft die motivierende Energie und die psychophysiologische Erregung.

Die Bedeutung der sexuellen Begegnung im Rahmen dieser Theorie liegt darin, dass sie die Komponente der Leidenschaft materialisiert und vertieft. Ohne diese Komponente droht eine Beziehung in den Zustand der „kameradschaftlichen Liebe“ (Intimität + Commitment) abzugleiten, die zwar stabil sein kann, der es aber an vitaler Anziehung und erotischer Spannung mangelt. Umgekehrt kann Leidenschaft allein (Infatuation) zwar intensive sexuelle Begegnungen erzeugen, führt aber ohne die Entwicklung von Intimität und Commitment oft nicht zu dauerhaften Bindungen.

Die psychologische Untersuchung zeigt, dass die Leidenschaft tendenziell die instabilste Komponente ist. In Langzeitbeziehungen nimmt die sexuelle Häufigkeit oft ab, doch bleibt die sexuelle Zufriedenheit ein signifikanter Prädiktor für die allgemeine Beziehungsqualität. Paare, die es schaffen, die Leidenschaft durch regelmäßige und befriedigende sexuelle Begegnungen lebendig zu halten, weisen eine höhere Resilienz gegenüber alltäglichen Konflikten auf.

Neurobiologische Grundlagen der Paarbindung

Die moderne Neurowissenschaft liefert faszinierende Einblicke in die chemischen Prozesse, welche die Bedeutung der sexuellen Begegnung für die menschliche Bindung untermauern. Romantische Liebe und sexuelle Anziehung werden dabei als ein Motivationssystem verstanden, das auf spezifischen neuronalen Schaltkreisen und Neurotransmittern basiert.

Während der sexuellen Interaktion, insbesondere beim Orgasmus, werden im Gehirn große Mengen an **Oxytocin** und **Dopamin** freigesetzt. Oxytocin, oft als „Kuschelhormon“ bezeichnet, spielt eine zentrale Rolle bei der Reduktion von Angstzuständen und der Förderung von Vertrauen. Es moduliert die soziale Wahrnehmung dahingehend, dass der Partner als besonders attraktiv und vertrauenswürdig eingestuft wird.

Dopamin hingegen aktiviert das Belohnungssystem, insbesondere das ventrale tegmentale Areal (VTA) und den Nucleus accumbens (NAc). Dieser „Dopamin-Flash“ wirkt als starker Verstärker, der die Anwesenheit des Partners mit intensivem Vergnügen verknüpft. In Studien an Präriewühhmäusen, die als Tiermodell für menschliche Monogamie dienen, wurde nachgewiesen, dass sexuelle Aktivität zur Bildung von „neuronalen Engrammen“ führt, welche die Identität des Partners dauerhaft mit dem Belohnungssystem verknüpfen. Ohne die sexuelle Begegnung (oder eine sehr lange Kohabitation) findet diese feste neurochemische Verschaltung oft nicht im selben Maße statt.

Ein weiterer wichtiger Botenstoff ist **Arginin-Vasopressin (AVP)**, das insbesondere bei Männern mit territoriellem Verhalten und „Mate-Guarding“ (Partnerbeschützung) assoziiert ist. Die Freisetzung von Vasopressin während sexueller Aktivitäten trägt dazu bei, die Exklusivität der Bindung zu festigen und aggressive Reaktionen gegenüber potenziellen Rivalen zu regulieren.

Diese biochemische Architektur verdeutlicht, dass sexuelle Begegnungen eine Art „biologischen Klebstoff“ darstellen. Sie sorgen dafür, dass die Partner nicht nur aus rationalen Gründen zusammenbleiben, sondern durch tiefliegende, unbewusste Motivationssysteme aneinander gebunden werden.

Evolutionspsychologie: Selektion und soziale Kohäsion

Aus evolutionspsychologischer Sicht dient die sexuelle Begegnung nicht nur der Reproduktion, sondern erfüllt eine Vielzahl adaptiver Funktionen, die das Überleben der Spezies sichern.

Ein zentraler Erklärungsansatz ist die Theorie des elterlichen Investments von Robert Trivers. Da Frauen ein höheres biologisches Investment in die Nachkommen leisten (Schwangerschaft, Stillzeit), haben sie evolutionär eine höhere Selektivität bei der Partnerwahl entwickelt. Die sexuelle Begegnung fungiert hierbei oft als Mittel zur Prüfung der Bindungsbereitschaft und der genetischen Qualität des Mannes. Männer hingegen neigen evolutionär eher zu einer Strategie der Quantität, obwohl auch sie von stabilen Partnerschaften profitieren, da dies die Überlebenschancen der Nachkommen durch „Paternal Provisioning“ (väterliche Versorgung) signifikant erhöht.

Ein besonderes Merkmal der menschlichen Sexualität ist, dass sie weit häufiger praktiziert wird, als es für die reine Fortpflanzung notwendig wäre. Dies deutet auf wichtige soziale Funktionen hin. Sexuelle Begegnungen dienen der Konfliktminderung, der Stärkung von Allianzen und der Bindung von Partnern aneinander, auch wenn keine Empfängnis möglich ist (z. B. während der Schwangerschaft oder nach der Menopause).

Darüber hinaus wird diskutiert, dass die „verborgene Ovulation“ beim Menschen dazu geführt hat, dass Männer kontinuierlich

sexuelles Interesse zeigen müssen, um ihre Vaterschaft sicherzustellen, was wiederum die Häufigkeit sexueller Begegnungen und damit die Stabilität der Paarbindung fördert.

Sexual Afterglow und Lebensqualität

Die psychologische Forschung hat in den letzten Jahren das Phänomen des „Sexual Afterglow“ (sexuelles Nachglühen) detailliert untersucht. Diese Studien zeigen, dass die positiven Auswirkungen einer sexuellen Begegnung weit über den Akt selbst hinausgehen.

Untersuchungen an frisch verheirateten Paaren haben ergeben, dass die sexuelle Zufriedenheit nach einem Akt für durchschnittlich 48 Stunden erhöht bleibt. Dieser Afterglow ist ein entscheidender Mechanismus für die Aufrechterhaltung der Paarbindung zwischen den einzelnen sexuellen Episoden. Paare, die einen stärkeren Afterglow erleben, berichten über eine höhere allgemeine Ehezufriedenheit und zeigen über Zeiträume von mehreren Monaten einen geringeren Rückgang der Beziehungsqualität.

Interessanterweise ist die Stärke des Afterglows nicht von der Häufigkeit des Sexes abhängig, sondern von der Qualität der Begegnung. Ein partner-initiiertes oder einvernehmlich beschlossener Sex führt tendenziell zu einem längeren und intensiveren Nachhall als ein rein selbst-initiiertes Akt. Umgekehrt hat sexuelle Ablehnung durch den Partner einen negativen Effekt, der bis zu drei Tage anhalten kann und die Bindungszufriedenheit signifikant mindert.

Die Berner „SeBeGe“-Studie unterstreicht den Zusammenhang zwischen sexueller Kommunikation und psychischer Gesundheit. Paare, die offen über ihre sexuellen Bedürfnisse sprechen können, weisen eine höhere sexuelle Zufriedenheit und einen geringeren sexuellen Leidensdruck auf. Zudem korreliert sexuelle

Zufriedenheit negativ mit Stress, Angstzuständen und Depressionen.

Besonders bei Frauen wurde festgestellt, dass eine erfüllte Sexualität, die durch Achtsamkeit und tiefe Atmung unterstützt wird, das allgemeine Wohlbefinden steigert und die emotionale Belastbarkeit erhöht. Bei Männern führt eine befriedigende Sexualität zu weniger Erektionsproblemen und einem positiveren Selbstbild. Die sexuelle Begegnung fungiert somit als eine Art „psychohygienische Maßnahme“, die zur ganzheitlichen Gesundheit beiträgt.

Sexualität in der „Flüssigen Moderne“

In einem scharfen Kontrast zu den stabilisierenden Funktionen der Sexualität stehen die Analysen von Zygmunt Bauman über die „Liquid Love“ (flüssige Liebe). Bauman beschreibt eine gesellschaftliche Entwicklung, in der menschliche Bindungen zunehmend fragil und unverbindlich werden.

Bauman argumentiert, dass die sexuelle Begegnung in der Postmoderne der Logik des Konsums unterworfen wird. Erotik wird von tiefergehender Liebe und moralischer Verpflichtung entkoppelt. An ihre Stelle tritt die Suche nach dem „perfekten Orgasmus“ als Selbstzweck. Dieser Prozess der „Adiaphorisierung“ führt dazu, dass sexuelle Handlungen moralisch indifferent werden; der Partner wird zu einem austauschbaren Gut, das bei Nichtgefallen oder dem Wunsch nach Neuem „gelöscht“ werden kann, ähnlich wie bei einer Computerdatei.

Die digitale Dating-Kultur verstärkt diesen Trend. Durch die ständige Verfügbarkeit potenzieller Alternativen sinkt die Bereitschaft, in die mühsame Arbeit einer dauerhaften Beziehung und die damit verbundenen tiefen sexuellen Begegnungen zu investieren. Sexuelle Intimität wird so zu einer kurzfristigen „Entladung“, die zwar unmittelbare Befriedigung bietet, aber keine bindungstiftende Kraft mehr entfaltet.

Trotz dieser Tendenzen zeigen soziologische Studien, dass die Mehrheit der Menschen sich nach wie vor nach stabilen, langfristigen Beziehungen sehnt. Die „flüssige Sexualität“ wird oft als unbefriedigend erlebt, da sie jenes Bedürfnis nach Anerkennung und leiblicher Ganzheit nicht erfüllen kann, das Honneth und Merleau-Ponty als zentral beschreiben. Die Bedeutung der sexuellen Begegnung liegt heute vielleicht mehr denn je darin, ein Gegenentwurf zur Beschleunigung und Oberflächlichkeit der Moderne zu sein – ein Raum, in dem Zeitlichkeit, Geduld und echte Zuwendung erfahren werden können.

Fazit: Die Unverzichtbarkeit der sexuellen Begegnung

Die interdisziplinäre Untersuchung verdeutlicht, dass die sexuelle Begegnung weit mehr ist als eine angenehme Freizeitbeschäftigung oder ein biologisches Programm. Sie ist ein fundamentaler Ankerpunkt der menschlichen Existenz und Paarbeziehung.

1. **Philosophisch** stiftet sie ein Feld der Intersubjektivität, in dem der Mensch seinen Leib als Medium der Weltbeziehung erfährt und durch die Anerkennung des Anderen als autonomes Du zu einer stabilen Identität findet.
2. **Psychologisch** aktiviert sie Leidenschaft und stärkt die emotionale Intimität, wobei neurobiologische Prozesse wie der „Sexual Afterglow“ und die Ausschüttung von Oxytocin und Dopamin die Partner chemisch und emotional aneinander binden.
3. **Soziologisch und Evolutionsbiologisch** fungiert sie als sozialer Klebstoff, der Kooperation sichert, Stress puffert und die Grundlage für stabile Familienstrukturen bildet, die für das Überleben und Gedeihen der Nachkommen essenziell sind.

In einer Welt, die zunehmend durch digitale Distanz und funktionale Kälte geprägt ist, bleibt die physische, leibliche Begegnung die wohl intensivste Form der menschlichen Kommunikation. Sie erlaubt es uns, die Einsamkeit des individuellen Bewusstseins für Momente zu überwinden und in einer gemeinsamen Resonanz aufzugehen. Die Wichtigkeit der sexuellen Begegnung in Beziehungen liegt somit in ihrer einzigartigen Fähigkeit, biologische Triebe, psychische Bedürfnisse und metaphysische Sehnsüchte in einem einzigen, kraftvollen Akt zu vereinen.

Die ontologische und diskursive Fragilität der Sexualität

Das Scheitern zwischenmenschlicher Beziehungen im Kontext der Sexualität stellt eines der komplexesten Phänomene der modernen Existenz dar. Während die Alltagssprache oft von Inkompatibilität oder dem Erlöschen der Leidenschaft spricht, offenbart eine philosophische Untersuchung tiefere, strukturelle Brüche, die in der Natur des menschlichen Bewusstseins, der Metaphysik des Triebes und den Machtstrukturen der Gesellschaft verwurzelt sind. Die vorliegende Analyse untersucht die Mechanismen dieses Scheiterns durch die Prismen des Pessimismus, des Existenzialismus, des Poststrukturalismus und der zeitgenössischen Sozialphilosophie, um zu verstehen, warum das sexuelle Begehren oft nicht als bindendes Element, sondern als Sprengkraft innerhalb von Partnerschaften wirkt.

Ein fundamentales Verständnis für das Scheitern von Beziehungen an der Sexualität liefert die Willensmetaphysik

Arthur Schopenhauers. In seinem Hauptwerk und den Ergänzungen zur Geschlechtsliebe postuliert Schopenhauer, dass der „Wille zum Leben“ als blinde, irrationale Urkraft die Geschicke der Individuen lenkt, wobei die Sexualität sein mächtigstes Instrument ist. Das Individuum unterliegt hierbei einer kolossalen Täuschung: Es glaubt, im sexuellen Begehren sein eigenes Glück zu suchen, während es in Wahrheit lediglich der „Genius der Gattung“ ist, der eine optimale Kombination von Erbanlagen für die nächste Generation anstrebt.

Diese metaphysische Überformung führt zwangsläufig zum Scheitern der individuellen Beziehungshoffnungen. Sobald der biologische Zweck – die Zeugung oder die Sicherung der Arterhaltung – erreicht oder die akute Triebspannung gelöst ist, verschwindet die vom Willen projizierte Illusion. Das Individuum erwacht aus einem Zustand metaphysischer Berausung und sieht sich einem Partner gegenüber, der nun nicht mehr als das transzendente Ziel aller Sehnsüchte erscheint, sondern in seiner profanen Faktizität und Unzulänglichkeit erkennbar wird.

Schopenhauer beschreibt diese post-koitale Ernüchterung als einen Moment der Wahrheit, in dem das Subjekt erkennt, dass es lediglich ein Werkzeug eines blinden Prozesses war.

Die Spannung zwischen dem „Kopfhirn“, das nach rationaler Liebe, Beständigkeit und intellektuellem Austausch strebt, und dem „Bauchhirn“ oder „Darmhirn“, das als animalischer Herrscher die biologischen Imperative diktiert, erzeugt eine fundamentale Instabilität. Da das Bauchhirn das Kopfhirn oft kontrolliert und steuert, ohne dass das Subjekt dies im Sinne eines freien Willens beeinflussen könnte, scheitern Beziehungen häufig an der Unfähigkeit, diese zwei Ebenen zu harmonisieren. Der Wille ist nicht frei von seinen biologischen Bestimmungen, und die romantische Liebe (amor) erweist sich im Vergleich zur Mitleidsethik (caritas) als ein hinfälliges Konstrukt, das auf einer Täuschung basiert.

Die Agonie des Eros in der spätmodernen Leistungsgesellschaft

In der zeitgenössischen Philosophie liefert Byung-Chul Han eine düstere Diagnose für das Verschwinden des erotischen Begehrens. In „Agonie des Eros“ argumentiert er, dass der Eros an der totalen Transparenz und dem extremen Narzissmus der heutigen Gesellschaft zugrunde geht. Sexualität scheitert in Beziehungen heute oft nicht an Repression, sondern an ihrer „Pornographisierung“ und Kommerzialisierung.

Der Eros setzt die radikale Andersheit des Gegenübers voraus – das, was Han das „Atopische“ nennt. In der „Hölle des Gleichen“, in der alles konsumierbar und vergleichbar gemacht wird, verschwindet der Andere als Singularität. Beziehungen werden zu Projekten der Selbstverwirklichung und des Narzissmus degradiert, in denen der Partner lediglich als Sexualobjekt fungiert, das bei mangelnder Effizienz ausgetauscht wird. Das neoliberale Subjekt sieht sich als Unternehmer seiner selbst, der auch sein Liebesleben nach Kriterien der Optimierung gestaltet.

Dieses Versinken im Ich führt zu einer „Müdigkeitsgesellschaft“, in der die Individuen erschöpft von sich selbst sind und nicht mehr die Kraft zur „Entäußerung“ an den Anderen aufbringen. Ohne Eros verliert das Denken seine Vitalität und das Leben seinen Sinn. Das Scheitern am Sex ist somit ein Symptom einer tieferen Krise der Intersubjektivität, in der die Fähigkeit zur echten Erfahrung des Anderen durch die Allgegenwart des Digitalen und die Transparenz des Marktes erstickt wird.

Die Dekonstruktion der Romantik: Alain de Bottons realistische Ethik

Alain de Botton nähert sich der Problematik durch eine Kritik des romantischen Ideals, das die moderne Vorstellung von Ehe und

Langzeitbeziehung dominiert. Die Romantik verlangt eine unmögliche Fusion von Liebe, Sex und familiärer Organisation in einer einzigen Person. Dieses Ideal führt dazu, dass jede Abweichung – etwa eine Affäre oder sexuelle Unlust – als Katastrophe und Zeichen des Scheiterns wahrgenommen wird.

Ein zentraler Grund für das Erkalten der Sexualität ist laut de Botton der Wechsel vom Bereich der Erotik in den Bereich des Alltags. Eine Ehe ähnelt in ihrer täglichen Praxis oft der Leitung eines KMU (kleinen oder mittelständischen Unternehmens), was Disziplin, Planung und Kontrolle erfordert. Diese Qualitäten sind jedoch diametral entgegengesetzt zu den Voraussetzungen für guten Sex: Kontrollverlust, Verspieltheit und Risiko. Die „Eiszeit“ im Schlafzimmer ist oft die Konsequenz einer zu erfolgreichen Alltagsorganisation.

De Botton schlägt vor, die „Seltsamkeit“ der Sexualität mutig zu akzeptieren und sich von den neurotischen Normalitätsdefinitionen zu lösen. Er plädiert für eine Erziehung in Sachen Zufriedenheit und Liebe, da diese Fähigkeiten nicht naturgegeben sind, sondern gelernt werden müssen. Das Scheitern an der Sexualität ist demnach oft ein Scheitern an unrealistischen Erwartungen, die durch die Populärkultur und das Konzept des „Seelenverwandten“ genährt werden.

Das Spannungsverhältnis zwischen Eros, Philia und Agape

Ein weiterer Erklärungsansatz für das Scheitern von Beziehungen liegt in der Unvereinbarkeit der verschiedenen Liebesformen, die bereits in der griechischen Antike unterschieden wurden. Der Konflikt zwischen Eros (begehrende Liebe) und Philia (freundschaftliche Liebe) ist hierbei von zentraler Bedeutung.

Eros strebt nach physischer und spiritueller Einheit, nach Exklusivität und intensiver Intimität. Er ist impulsiv und wechselhaft. Philia hingegen basiert auf Wohlwollen,

gemeinsamen Werten und Zielen sowie auf einer Form der Gleichheit. Ein wesentliches Problem besteht darin, dass Philia oft den Eros „zähmt“ oder sogar verdrängt. Wenn eine Beziehung zu freundschaftlich, zu vorhersehbar und zu sicher wird, verschwindet die erotische Spannung, die von Distanz und Sehnsucht lebt.

Das Scheitern resultiert oft daraus, dass Paare entweder versuchen, den flüchtigen Eros künstlich zu konservieren, oder dass sie die Abwesenheit von Eros als Scheitern der gesamten Liebe missverstehen. Einige Modelle schlagen Agape (altruistische Liebe) als stabilisierenden Faktor vor, der durch Krisen navigieren kann, wenn die Anziehungskraft von Eros und Philia schwindet. Doch auch Agape kann problematisch werden, wenn sie in toxische Selbstaufgabe umschlägt. Ein gesundes Gleichgewicht zwischen diesen Kräften ist ein seltener und fragiler Zustand, dessen Störung oft zum Ende der Partnerschaft führt.

Objektifizierung und die Entfremdung des sexuellen Körpers

Die philosophische Debatte um Objektifizierung verdeutlicht, wie asymmetrische Machtverhältnisse und die Reduzierung auf den Körper die Qualität von Beziehungen untergraben. Objektifizierung liegt vor, wenn ein Partner als Instrument für die Zwecke des anderen behandelt wird, seine Autonomie verleugnet wird oder er auf Körperteile reduziert wird.

In der Tradition von Kant wird argumentiert, dass der Geschlechtsakt seinem Wesen nach zur Verdinglichung des Menschen führt, da man sich gegenseitig als Sache benutzt. Martha Nussbaum erweitert diese Sichtweise, indem sie betont, dass die Verneinung der Subjektivität und der Gefühle des Partners die eigentliche ethische Verletzung darstellt. In kapitalistischen Gesellschaften wird Sexualität zunehmend

verdinglicht und wie eine Ware behandelt, was zu einer tiefen Entfremdung führt.

Das Scheitern von Beziehungen an der Sexualität manifestiert sich hier als ein Scheitern der gegenseitigen Anerkennung. Wenn Sexualität nicht mehr Ausdruck einer freien Beziehung zwischen zwei Subjekten ist, sondern zu einer entfremdeten Form des Konsums oder der Pflichtübung wird, verliert sie ihre verbindende Kraft. Die Abwesenheit von Respekt und Kommunikation macht sexuelle Interaktionen moralisch problematisch und führt langfristig zur emotionalen Erosion der Partnerschaft.

Fazit: Die ontologische Unruhe als Motor und Hindernis

Die philosophische Untersuchung verdeutlicht, dass das Scheitern von Beziehungen an der Sexualität kein bloßes technisches oder psychologisches Problem ist, sondern eine existenzielle Dimension besitzt. Ob es die metaphysische Enttäuschung nach Schopenhauer, der ontologische Konflikt der Freiheiten nach Sartre, die diskursive Disziplinierung nach Foucault oder die narzisstische Erosion des Anderen nach Han ist – die Sexualität bleibt ein Feld radikaler Instabilität.

Das Scheitern resultiert oft aus dem Versuch, das Inkommensurable zu vereinen: die biologische Wucht des Triebes mit der ethischen Forderung nach Anerkennung, die Sehnsucht nach Verschmelzung mit der Notwendigkeit der Freiheit, und die Alltäglichkeit der Lebensführung mit der Transzendenz des Begehrens. Eine Lösung scheint nicht in der Eliminierung des Scheiterns zu liegen, sondern in einer philosophisch geschulten Haltung, die die Fragilität der sexuellen Begegnung akzeptiert.

Beziehungen scheitern am Sex, wenn dieser mit Erwartungen überfrachtet wird, die weder die Biologie noch die Ontologie erfüllen können. Eine „Ästhetik der Existenz“ oder eine „Kunst des Liebens“ erfordert daher nicht die Perfektionierung der

Sexualität, sondern die Kultivierung einer Reflexivität, die um die Abgründe des Begehrens weiß und den Anderen jenseits seiner Funktion als Lustobjekt oder Bestätigungsinstanz stehen lässt. In der Akzeptanz der notwendigen Distanz und der Unverfügbarkeit des Anderen liegt vielleicht die einzige Möglichkeit, das sexuelle Scheitern in eine dauerhafte, wenn auch stets gefährdete Form des Mitseins zu transformieren.

Die tiefenpsychologische Architektur sexueller Unbefriedigtheit

Die menschliche Sexualität fungiert innerhalb der tiefenpsychologischen Theoriebildung als ein hochsensibler Indikator für die psychische Integrität des Individuums und die strukturelle Gesundheit einer Paarbeziehung. Weit über die bloße biologische Funktionalität hinaus stellt das sexuelle Erleben ein komplexes Geflecht aus bewussten Wünschen und unbewussten Konflikten dar, in dem sich frühe Bindungserfahrungen, die Qualität der Objektrepräsentanzen und die Architektur des Ich-Ideals manifestieren. Sexuelle Unzufriedenheit ist in diesem Kontext selten ein isoliertes Phänomen, sondern vielmehr das Endprodukt einer Kette von psychodynamischen Prozessen, die ihre Wurzeln oft in der frühkindlichen Entwicklung haben und im Erwachsenenalter durch spezifische Interaktionsmuster in der Partnerschaft aktualisiert werden. Wenn die sexuelle Interaktion als unbefriedigend erlebt wird oder gänzlich erlischt, gerät die psychische Ökonomie beider Partner unter erheblichen Druck, da die Sexualität eine zentrale Rolle für die Selbstwertregulation, die Affektsteuerung und die Aufrechterhaltung der dyadischen Stabilität einnimmt.

Die Matrix der infantilen Sexualität und ihre lebenslange Wirksamkeit

Die Grundlage für das Verständnis sexueller Unbefriedigtheit im Erwachsenenalter bildet die psychoanalytische Theorie der psychosexuellen Entwicklung. Nach Sigmund Freud ist die Sexualität des Erwachsenen nicht vom Himmel gefallen, sondern das Resultat einer komplexen Transformationsgeschichte, die bereits in der frühesten Kindheit beginnt. Jede Phase dieser Entwicklung – von der oralen über die anale bis zur phallisch-ödipalen Phase – hinterlässt Spuren in der psychischen Struktur.

Der ödipale Konflikt stellt den zentralen Wendepunkt in der menschlichen Psychodynamik dar. Hierbei muss das Kind lernen, auf seine exklusiven libidinösen Wünsche gegenüber den Primärobjekten zu verzichten und die Realität des elterlichen Geschlechtsverkehrs anzuerkennen, von dem es ausgeschlossen bleibt. Gelingt diese Ablösung nicht hinreichend, bleibt die Libido unbewusst an die inzestuösen Objekte fixiert. In einer späteren Paarbeziehung kann dies dazu führen, dass der Partner unbewusst als Stellvertreter des verbotenen ödipalen Objekts wahrgenommen wird. Die Folge ist eine massive Hemmung des Begehrens, da jede sexuelle Annäherung unbewusste Schuldgefühle und Kastrationsängste aktiviert. Die sexuelle Unbefriedigtheit resultiert hier also aus einer innerpsychischen Abwehrleistung: Das Ich schützt sich vor der Angst, die mit dem verbotenen Wunsch verbunden ist, indem es die Lust unterdrückt.

Neuere klinisch-psychoanalytische Forschungen heben zudem die maßgebliche Bedeutung der Geschwistererfahrung für die spätere Beziehungsgestaltung hervor. Die Geschwisterkonstellation beeinflusst die Art und Weise, wie Rivalität, Neid und die Fähigkeit zur libidinösen Besetzung eines Objekts erlebt werden. So macht es einen signifikanten Unterschied für die ödipale Entwicklung eines Mädchens, ob ein älterer Bruder als ödipaler Objektersatz fungieren kann oder ein jüngerer Bruder als „Babyersatz“ wahrgenommen wird.

Unverarbeitete Geschwisterkonflikte können im Erwachsenenalter dazu führen, dass sexuelle Unzufriedenheit als eine Wiederholung der kindlichen Kränkung erlebt wird, wenn man sich gegenüber dem Partner – oder dessen anderen Interessen – zurückgesetzt fühlt. Die sexuelle Verweigerung wird dann oft unbewusst als Waffe in einem reinszenierten Geschwisterkampf eingesetzt.

Bindungstheoretische Perspektiven auf die sexuelle Interaktion

Die Qualität der sexuellen Beziehung ist untrennbar mit dem Bindungssystem verknüpft, das als angeborenes psychobiologisches System die Suche nach Nähe zu signifikanten Anderen in Zeiten von Not motiviert. Die frühen Interaktionen mit den Bezugspersonen formen „innere Arbeitsmodelle“, die im Erwachsenenalter die Erwartungen an Intimität und sexuelle Responsivität steuern.

Die verschiedenen Bindungsstile prägen nicht nur die emotionale Kommunikation, sondern auch die „sexuellen Prototypen“ eines Menschen. In stabilen Langzeitbeziehungen werden die Partner zu den primären Bindungsfiguren, wodurch das Bindungssystem in sexuellen Situationen hochgradig aktiviert wird.

Individuen mit einem ängstlichen Bindungsstil interpretieren sexuelle Unzufriedenheit oder die Unlust des Partners als katastrophales Zeichen mangelnder Liebe. Dies führt zu einer Hyperaktivierung des Bindungssystems, die sich in Klammern, Forderungen und emotionaler Instabilität äußert. Umgekehrt neigen vermeidende Personen dazu, bei sexuellen Konflikten ihre „Deaktivierungsstrategien“ zu nutzen: Sie ziehen sich emotional und körperlich zurück, werten die Bedeutung von Sexualität ab und verstärken so die Frustration des Partners.

Kollusion und neurotische Interaktionszirkel

Ein Meilenstein für das Verständnis der tiefenpsychologischen Auswirkungen sexueller Unzufriedenheit ist das von Jürg Willi entwickelte Konzept der Kollusion. Eine Kollusion beschreibt ein unbewusstes Einvernehmen zwischen Partnern, die aufgrund ihrer komplementären neurotischen Dispositionen wie „Schlüssel und Schloss“ zusammenpassen. In einer kollusiven Beziehung tragen beide Partner denselben unbewussten Grundkonflikt in sich, bearbeiten diesen jedoch mit entgegengesetzten „Lösungsvarianten“.³ Einer übernimmt den progressiven Part (der Überlegene, Versorgende, Kontrollierende), während der andere den regressiven Part einnimmt (der Abhängige, Bedürftige, Unterlegene).

Die narzisstische Kollusion

Hier kreist das Paar um das Thema der Selbstwertbestätigung. Ein Partner sucht im anderen die ideale Ergänzung seines eigenen Größenselbst, während der andere sich durch die Identifikation mit dem „großartigen“ Partner aufwertet. Sexuelle Unzufriedenheit entsteht in dieser Dynamik oft, wenn der Partner die Funktion als „narzisstischer Spiegel“ verweigert. Die sexuelle Unlust des einen wird vom anderen als vernichtende Entwertung der eigenen Attraktivität und Existenz erlebt, was zu massiven narzisstischen Wutausbrüchen führen kann.

Die orale Kollusion

Das zentrale Thema ist hier das Sorgen und Versorgtwerden. Einer spielt den „unerschöpflichen Geber“, der andere den „ewig bedürftigen Nehmer“. In der Sexualität führt dies häufig zu einer Schiefelage, in der die Befriedigung des einen auf Kosten der Erschöpfung des anderen geht. Die Unzufriedenheit äußert sich hier oft in einer schleichenden Appetenzstörung des Gebers, der sich unbewusst gegen die „Aussaugung“ durch den Partner wehrt.

Die anal-sadistische Kollusion

Diese Dynamik ist geprägt von Macht und Unterwerfung. Sexualität wird zum Kampfplatz, auf dem um Kontrolle gerungen wird. Sexuelle Verweigerung ist hier das mächtigste Instrument, um den Partner zu dominieren und dessen Ohnmacht herbeizuführen. Die Auswirkungen sind eine vergiftete Atmosphäre aus Groll und passiv-aggressivem Verhalten, die jede echte Intimität im Keim erstickt.

Der Zwangsprozess und die Polarisierung

Während die Kollusion die Beziehung anfangs stabilisiert, führt sie im Verlauf oft zu einer zunehmenden Polarisierung. Die Partner fixieren sich gegenseitig in ihren Rollen, was eine Weiterentwicklung (Koevolution) verhindert. Die sexuelle Unzufriedenheit wird zum chronischen Symptom dieses Stillstands. Es entsteht ein neurotischer Interaktionszirkel, in dem Vorwürfe und Rückzug sich gegenseitig verstärken und der Partner zunehmend als „Stressquelle“ oder „Feind“ statt als „sicherer Hafen“ wahrgenommen wird.

Der Grundkonflikt in der OPD und die sexuelle Symptombildung

Die Operationalisierte Psychodynamische Diagnostik (OPD) bietet einen strukturierten Rahmen, um die unbewussten Konflikte zu identifizieren, die hinter sexuellen Funktions- und Befriedigungsstörungen stehen. Sexuelle Unzufriedenheit ist demnach oft ein Ausdruck unzureichend bewältigter Grundkonflikte.

Abhängigkeit versus Individuation

Menschen, die in diesem Konflikt gefangen sind, erleben sexuelle Intimität oft als bedrohliche Verschmelzung. Die körperliche Nähe aktiviert die Angst vor dem Verlust der eigenen Identität. Als Abwehr entwickeln sie eine sexuelle Kälte oder Distanz, um ihre Autonomie zu wahren. Die Unzufriedenheit des Partners ist dann der notwendige Preis für den Schutz des eigenen Selbst.

Selbstwert versus Objektwert

Bei diesem Konflikt wird die Sexualität fast ausschließlich zur Regulation des fragilen Selbstwertgefühls genutzt. Das Ausbleiben von sexueller Resonanz wird als Beweis der eigenen Minderwertigkeit interpretiert. Dies führt zu einer permanenten Suche nach Bestätigung, die den Partner überfordert und schließlich in die sexuelle Flucht treibt.

Der ödipal-sexuelle Konflikt

Hier wird die Sexualität entweder gänzlich verleugnet oder sie bestimmt zwanghaft alle Lebensbereiche, ohne dass jemals eine echte Befriedigung eintritt. Es besteht eine tiefe Spaltung zwischen Erotik und Zärtlichkeit. Häufig wird sexuelle Unzufriedenheit in der festen Beziehung durch exzessive Pornographie-Nutzung oder Seitensprünge kompensiert, bei denen das sexuelle Objekt anonym und damit „ungefährlich“ bleibt, da keine tiefere Bindung eingegangen werden muss.

Die Symbolsprache des Körpers

Tiefenpsychologisch betrachtet ist der Körper ein Austragungsort für seelische Konflikte, die nicht mentalisiert werden können. Sexuelle Unzufriedenheit korreliert hochgradig mit einer Vielzahl von psychosomatischen und psychischen Beschwerden.

Sexuelle Funktionsstörungen wie Erektionsprobleme oder Vaginismus können als „Konversionssymptome“ verstanden werden. Sie drücken symbolisch ein Nein aus, das auf verbaler Ebene nicht ausgesprochen werden darf. Der Körper übernimmt die Funktion des Neinsagens, um die Beziehung vor einem offenen Konflikt zu schützen, während er gleichzeitig die Unzufriedenheit manifestiert.

Die Unzufriedenheit in der Sexualität wirkt sich negativ auf die allgemeine Lebensqualität aus und ist ein signifikanter

Risikofaktor für die Entwicklung von Angststörungen und Depressionen. Ein chronischer libidinöser Mangelzustand führt zu einem Zustand der „energetischen Verarmung“ des Ichs. Wenn die sexuelle Entfaltung behindert ist, fehlt eine wesentliche Quelle für die salutogenetische Ressourcenbildung, was die Bewältigung anderer Lebenskrisen erschwert.

Die Dynamik von Scham und Schuld

Scham und Schuld sind die mächtigsten Affekte, die das sexuelle Erleben regulieren und bei Unbefriedigtheit massive psychische Belastungen hervorrufen. Léon Wurmser definiert Scham als den Affekt, der entsteht, wenn wir uns in unseren Schwächen entblößt fühlen. Die Angst vor der Beschämung durch den Partner („Ich genüge nicht“, „Mein Körper ist nicht gut genug“) führt zu einer ständigen Selbstbeobachtung und Kontrolle. Diese „Scham-Angst“ verhindert das notwendige Loslassen für ein befriedigendes sexuelles Erleben. Unzufriedenheit ist dann die Folge einer chronischen Gehemmtheit.

Während Scham das Selbst betrifft, bezieht sich Schuld auf das Übertreten innerer Normen. Viele Menschen tragen unbewusste „Sexualverbote“ aus ihrer Herkunftsfamilie mit sich herum. Sexuelle Lust wird dann als „schmutzig“ oder „verboten“ erlebt. In einer Beziehung führt dies dazu, dass man sich selbst die Befriedigung versagt, um das Über-Ich milde zu stimmen. Die resultierende Unzufriedenheit wird dann oft rationalisiert oder auf den Partner projiziert.

Interessanterweise hat sich die Psychodynamik der Schuld in den letzten Jahrzehnten gewandelt. Heute entstehen Schuldgefühle oft nicht mehr durch den Sex an sich, sondern durch das „Versagen“ gegenüber neuen Leistungsnormen (z.B. die Pflicht zum Orgasmus oder zu häufigem Sex). Die Strenge des Über-Ichs bleibt gleich, nur die Inhalte haben sich von „Du darfst nicht“ zu „Du musst“ verschoben. Diese „neuen Zwänge“ belasten die

Sexualität massiv und führen zu einer tiefen, oft verschwiegenen Unzufriedenheit.

Neosexualitäten und der Verlust des Begehrens

Volkmar Sigusch beschreibt einen radikalen Strukturwandel der Sexualität, den er als „neosexuelle Revolution“ bezeichnet. Diese Veränderungen haben tiefgreifende Auswirkungen auf die psychodynamische Verfassung moderner Paare.

In der neosexuellen Ära werden sexuelle Reaktionen zunehmend vom emotionalen Erleben entkoppelt. Wir beobachten eine Trennung von Libido (Liebestrieb) und Destrudo (Aggressionstrieb), was dazu führt, dass Sexualität oft „lean“ (schlank) und funktional, aber seelisch unbedeutend wird. Die Banalisierung durch Massenmedien und Pornographie führt dazu, dass das Reale – die körperliche Begegnung mit all ihren Unvollkommenheiten – oft als enttäuschend und unbefriedigend erlebt wird.

Anstelle von echter emotionaler Intimität treten oft technische Hilfsmittel oder mediale Ersatzbefriedigungen. Sigusch warnt vor einer zunehmenden „Selbst-Sexualität“, bei der der Partner nur noch als Statist für die eigenen narzisstischen Phantasien dient. Die tiefe Unzufriedenheit vieler Paare rührt daher, dass die Sexualität ihre Funktion als „Medium der Transzendenz“ und der echten Begegnung verloren hat.

Langzeitfolgen durch chronische Unzufriedenheit

Besteht eine sexuelle Unbefriedigtheit über viele Jahre, führt dies zu tiefgreifenden Veränderungen in der Persönlichkeit und der Paardynamik. Ein Seitensprung ist oft nicht einfach nur ein

moralisches Versagen, sondern ein verzweifelter psychodynamischer Versuch, eine erstarrte Kollusion zu durchbrechen. Die statistische Korrelation ist eindeutig:

Geschlecht	Grund für Seitensprung: Sexuelle Defizite	Psychodynamisches Motiv
Männer	76 %	Suche nach Bestätigung der Männlichkeit; Abfuhr von aufgestauter Libido.
Frauen	84 %.	Suche nach emotionaler Resonanz und körperlicher Wertschätzung.

Obwohl der Seitensprung kurzfristig Entlastung bietet, verstärkt er langfristig die Spaltung innerhalb der Person und führt oft zu massiven Schuldkomplexen, die die Sexualität in der Primärbeziehung noch weiter blockieren.

Dies führt zur Erosion des Selbstwerts und Resignation. Chronische sexuelle Ablehnung führt zu einer narzisstischen Kränkung, die kaum zu heilen ist. Der abgewiesene Partner beginnt, sich selbst als defizitär wahrzunehmen, was die Wahrscheinlichkeit erhöht, in eine depressive Episode zu verfallen. In vielen Fällen mündet dies in eine sexuelle Resignation, bei der die Libido gänzlich zurückgezogen wird, was zu einer psychischen Verarmung der gesamten Lebensführung führt.