

Handbuch Sexualität

Herausgegeben von
Siegfried Rudolf Dunde

Deutscher Studien Verlag · Weinheim 1992

Nacktheit und Scham

Da wurden ihrer beider Augen aufgetan, und sie wurden gewahr, daß sie nackt waren, und flochten Feigenblätter zusammen und machten sich Schürzen (Genesis, 3.7).

1. Ein Wort aus der Bibel

Die Scham vor der Nacktheit steht in der christlichen Mythologie am Anfang der Schöpfungsgeschichte, in der Jahwe als der Erschaffer der Welt zum strafenden Gott wird und der Mensch zum Träger von Schuld, zu deren Symbol die Nacktheit erhoben wird. Ausgelöst wird dieses biblische Drama durch die Neugierde Evas und ihren fehlenden Respekt vor der Autorität Gottes. Sie erliegt den Einflüsterungen der Schlange, sich nicht an die *Tabu*-Regelungen im Garten Eden zu halten, und will die Früchte von allen Bäumen essen. Der Preis für diesen Frevel ist die Vertreibung aus dem »Paradies« der Scham- und Arbeitslosigkeit in ein Leben voller Entbehrungen und Schmerzens. Das bringt Adam die Mühen eines arbeitsamen Lebens, Eva die Schmerzen der Geburt und beiden zusammen die Geschlechterfeindschaft und die Sterblichkeit (→Theologie der Sexualität).

Gleichzeitig jedoch erwirbt Adam das Wissen um Gut und Böse, d.h. die moralische Urteilsfähigkeit, die ihn zum Träger von Kultur macht. Die körperliche Scham ist ein Teil des Preises, der dafür gezahlt werden muß. So wird in dem gemeinsamen Schicksal von Adam und Eva nicht nur die patriarchalische Herrschaft Gottes abgesichert, sondern auch die Herrschaft des Mannes über die Frau und die geschlechtsspezifische Arbeitsteilung (→Patriarchat/Matriarchat; Geschlechterverhältnis und Sexualität). Der Mann kann aus der Situation seinen Nutzen ziehen, er wird durch sie immerhin zukünftiger »Kulturträger«. Der Frau wird dies verwehrt. Vielmehr wird die Bedeckung ihrer Nacktheit zum Symbol für die Barriere vor einer zu bändigen Sexualität.

Das biblische Gleichnis vom Sündenfall macht deutlich, mit welcher Vielfalt von Problemen die Scham vor der Nacktheit in Verbindung gesetzt wird. Sie ist Ausdruck der

Verwandlung des Menschen, genauer gesagt des Mannes, durch Kultur. Dies wiederum verweist auf ihre Bedeutung für geschlechtsspezifische Rollenvorstellungen. Sie ist die Kontrollinstanz, die sich zwischen die Menschen und ihren so vielseitigen und unterschiedlichen Umgang mit Körperlichkeit (→Körper) und Sexualität stellt. Ihre Wirksamkeit entfaltet die Scham vor der Nacktheit in der Bibel als ein Gefühl von Machtlosigkeit vor Gott. Sie ist primär eine Scham-Angst, die den Menschen als Ganzes erfaßt, berührt sie doch das Zentrum seiner Existenz, seine geschlechtliche Identität. Die Nacktheit ist aber auch Symbol für die paradiesische Unschuld, die es wiederzuerlangen gilt. So steht die christliche Überlieferung sowohl für eine restriktive →Sexualmoral wie auch für die Utopie eines »natürlichen« Zustandes.

Nun, so könnte man einwenden, dann müssen wir heute wohl wieder völlig verroht sein oder im Paradies leben, denn die Nacktheit ist in den letzten 20 Jahren geradezu zu einem »Kulturgut« geworden. Wer redet heute schon noch von Scham? Die Bilderwelt der Werbung, von Film und Photographie wird von Nackten geradezu überschwemmt und in den Sommermonaten ziehen in bald jeder westdeutschen Großstadt die Nackten völlig unverfroren in Parks und Grünanlagen ein. Die Skandale, die in den 50er und 60er Jahren um die kleinsten Stücke nackter Haut entbrannten, scheinen aus heutiger Sicht in grauer Vorzeit zu liegen. Was ist passiert, daß sich in nur einer Generation ein Verhaltensmaßstab so radikal verändern konnte, und das bei einem »Gegenstand«, der so hochgradig emotional besetzt ist, wie die Nacktheit?

2. Der Prozeß der Zivilisation

Wir sind heute so selbstbeherrscht und »zivilisiert«, daß wir diese restriktiven Regelungen nicht mehr benötigen, so würde es – etwas salopp gesagt – der Soziologe Norbert Elias ausdrücken. Seine Untersuchungen zum »Prozeß der Zivilisation« haben wie kaum ein anderes wissenschaftliches Werk dieses Jahrhunderts im deutschsprachigen Raum die Diskussion um Nacktheit und Scham geprägt. In einer materialreichen Stu-

die beschreibt Elias die Wandlungen im Umgang der Menschen miteinander vom Mittelalter bis in die frühe Neuzeit, ihr Verhalten beim Essen, im Schlafzimmer, beim Schneiden und Spucken, beim Baden. Er entwirft ein Bild des Mittelalters, nach dem die Menschen noch relativ unbefangen mit ihrem Körper und seinen Funktionen umgingen. Gefühle und körperliche Gelüste wurden direkt und unvermittelt zum Ausdruck gebracht und in ihrer ganzen Widersprüchlichkeit im Alltag ausgelebt.

Dies betrifft auch den Umgang mit Scham und Nacktheit. So zeigen Bilder aus dem 14. und 15. Jahrhundert die Menschen im Bade gänzlich nackt oder nur mit einem Lendenschurz bekleidet. In zeitgenössischen Berichten finden sich entsprechende Schilderungen des Alltags in den damals weitverbreiteten öffentlichen Badestuben und Kurbädern. Und abhängig von dem moralischen Standpunkt, den die Berichterstatter vertraten, schwärmen die einen vom ungezwungenen Verhalten, die anderen vom sittenlosen Treiben der Badegäste. Doch allmählich verändert sich das Bild. Vor allem in den wachsenden Städten, und dort wiederum in den aufstrebenden bürgerlichen Schichten, setzt sich ein zunehmend restriktiverer Umgang mit Nacktheit durch. Die öffentlichen Bäder verschwinden, und selbst im eigenen Haus und bald auch im eigenen Schlafzimmer wird der Körper verhüllt.

Elias versucht, diese Wandlungen im alltäglichen Verhalten mit den gleichzeitig stattfindenden Veränderungen im politischen und staatlichen Gefüge der Länder Europas in Verbindung zu setzen. So will er aufzeigen, daß mit der zunehmenden Vernetzung der gesellschaftlichen Beziehungen im Zuge der Herausbildung von zentralistischen Nationalstaaten und der Ausweitung der Ketten wechselseitiger Abhängigkeiten, in denen der einzelne eingebettet ist, die Notwendigkeit entsteht, sein Verhalten verstärkt an den Erwartungen der Umgebung auszurichten. An die Stelle äußerer Zwänge und Regelungen setzt sich in zunehmendem Maße die *„Selbstzwang-Apparatur“* im Einzelnen, ohne die das Leben in den neuen komplexeren Bezügen nicht möglich wäre.

Während sich nach Elias nach außen hin eine zunehmende Rationalisierung des Verhaltens feststellen läßt, führt dies nach innen

zu einer gleichfalls zunehmenden Psychologisierung. Sie äußert sich in verstärkten Scham- und Peinlichkeitsgefühlen, die sich auf die Lebensbereiche beziehen, die der Rationalisierung entgegenstehen. Dies sind an erster Stelle die verschiedenen Körperfunktionen, die nun in einen sich ausweitenden privaten Lebensbereich verwiesen werden und mit Schamgefühlen in allen anderen Situationen belegt werden.

Eine besondere Rolle kommt hierbei der Erziehung zu. Sie sorgt dafür, daß die *„Scham-Angst“* nicht mehr als eine Reaktion auf eine gesellschaftliche Norm erlebt wird, sondern eine des eigenen *„Seelenhaushaltes“* wird. Je mehr Fremdwänge sich in Selbstzwänge verwandeln, um so stärker erhält die Angst vor der Übertretung gesellschaftlicher Verbote den Charakter von Schamgefühlen. Sie erscheinen uns dann als *„natürliche“* Reaktionen. Ihr Entstehungshintergrund bleibt uns verborgen und ist, dem Zugriff des Bewußtseins entzogen, zu einem Teil des *„Über-Ichs“* geworden. Diese Formulierung macht deutlich, wie stark Elias mit seiner Arbeit an Gedanken von Sigmund Freud anknüpft. Für Freud erfüllte das Schamgefühl die Funktion einer Sexualhemmung, die als Mittel der Sublimierung den Menschen kulturfähig mache. Er schwankte dabei dazwischen, das Schamgefühl einmal als Teil des Triebhaushaltes, ein anderes Mal als kulturelles Produkt aufzufassen. Am Ende entschied er sich für seine Triebtheorie und maß den kulturellen Einflüssen und ihren historischen Veränderungen nur noch eine untergeordnete Rolle zu.

Elias versuchte nun, diesen ahistorischen Standpunkt der *→Psychoanalyse* durch seine soziologisch-historische Analyse zu ergänzen. Seine Untersuchungen zeigten, wie sich der Umgang mit Scham und Nacktheit aus den gesellschaftlichen Beziehungen der Menschen miteinander ergibt. Das Vorrücken der Schamschranken vom Mittelalter an ist Ausdruck der Veränderung dieser Beziehungen im *„Prozeß der Zivilisation“*.

Dieser Vorstellung ist jüngst vehement widersprochen worden. Der Ethnologe (*→Völkerkunde*) Hans Peter Duerr zeigte in einer materialreichen Studie auf, wie sehr auch das Verhalten der Menschen des Mittelalters *Schamregeln* unterlag. Von einer größeren *„Natürlichkeit“* bzw. *„Unbefangenheit“* ließe

sich hier ebensowenig reden wie bei den sogenannten »Naturvölkern«. Eine Gleichstellung der beiden, wie sie auch von Elias vorgenommen wird, sei zudem zurückzuweisen. Diese Vorstellung sei noch Ausdruck der im 19. Jahrhundert geborenen Kolonialideologie der westlichen Kulturen, die behauptete, einer zivilisatorischen Evolution voranzuschreiten, die für alle zum Vorbild gereiche, um auf diese Weise einen Herrschaftsanspruch über die »primitiven« und »unzivilisierten« Völker der »Dritten« Welt zu rechtfertigen.

Duerr zeigt auf, daß auch bei den Naturvölkern, die gemessen an unseren Vorstellungen »freizügig« mit Nacktheit umgehen, sehr dezidierte Schamregelungen zu finden sind. Er spricht von den »unsichtbaren Wänden« in Form von Blickregelungen und Interaktionsregeln, hinter denen sich die Nacktheit gleichsam auch ohne Kleider verberge. Auf diese Formen der »Schamhaftigkeit« haben Ethnologen schon seit der Jahrhundertwende immer wieder hingewiesen. Die vielfältigen Formen des schambesetzten Schauens finden sich auch heute in Kulturen, die nach unseren Maßstäben als »primitiv« gelten. Sie stehen damit in deutlichem Kontrast zum Verhalten von europäischen Touristen in

diesen Ländern, die sich gedanken- und damit auch »schamlos« z.B. am Badestrand über diese informellen Regelungen hinwegsetzen. In den kleinen traditionellen Gesellschaften, so zeigt Duerr auf, sind die Menschen im Gegensatz zu den verbreiteten Vorstellungen von »Natürlichkeit« und »Ursprünglichkeit« einer sehr viel stärkeren und unmittelbaren sozialen Kontrolle ausgesetzt als die Menschen in unserer heutigen ausdifferenzierten und anonymen Massengesellschaft.

Der im Mittelalter stattfindende Wandel läßt sich daher auch als ein Indiz für das Zusammenbrechen solcher informellen Regelungen ansehen. In Gang gebracht wird diese Entwicklung durch die zunehmende Auflösung verwandtschaftlicher Bindungen und der durch sie ausgeübten Kontrolle des einzelnen. Bislang implizite Regelungen müssen nun durch explizite Anordnungen ersetzt werden. Zeugnis davon legen die vielfältigen städtischen Verordnungen und moralischen Pamphlete ab, die den Umgang mit Nacktheit und Scham zu regeln versuchen.

Daß eine zunehmende soziale Vernetzung der Menschen Zurückhaltung und Triebverzicht (→Trieb) begünstige, streitet Duerr zwar nicht ab, aber die heutige Entwicklung mache deutlich, daß die damit einhergehende Unverbindlichkeit und Anonymität eine Verhaltensfreiheit ermögliche, wie sie sich in der derzeitigen Senkung von Scham-schranken bemerkbar mache.

3. Arbeit und Tugend – Mann und Frau

Weder Elias noch Duerr beschäftigen sich eingehender mit den Konsequenzen, die eine Veränderung der Scham-schranken für das Verhältnis der Geschlechter hat (→Geschlechterverhältnis und Sexualität). Dies erstaunt, denn die zunehmend restriktiver werdenden Schamregelungen sind vorrangig auf die Einschränkung des Kontaktes der Geschlechter gemünzt, nicht zuletzt des sexuellen Kontaktes. Das Klagen über die Sittenlosigkeit der mittelalterlichen Bäder bezieht sich nicht nur auf die Nacktheit der Gäste, sondern immer auch auf das gemeinsame Baden der Geschlechter. Die Sorge der Sittenwächter gilt zudem vor allem der Schamhaftigkeit der Frauen. Für diese geschlechtsspe-



Szene im Badehaus

zifische Einengung spricht auch die Tatsache, daß der Begriff der Scham die weiblichen Geschlechtsteile bezeichnet.

Das *Vorrücken von Schamschranken*, bzw. die durch die Politik von kirchlichen und weltlichen Kräften durchgesetzten restriktiven Sittengesetze, werden von einem allmählich immer stärkeren Auseinanderfallen von weiblichen und männlichen Lebenswelten begleitet, und dies durch entsprechende ideologische Behauptungen abgesichert. In der Vorstellungswelt des Bürgertums verwirklicht sich der Mann in der öffentlichen Welt von Arbeit und Politik, während die Frau ihre Bestimmung in der Privatheit des Haushaltes und in den Pflichten der Mutterschaft findet. Folgerichtig erklärt im 18. Jahrhundert der französische Philosoph Jean-Jacques Rousseau die Scham zur Sache der Frau, während er dem Mann den Bereich der Vernunft zuordnet.

Das *Verschwinden des Körpers* hinter den Barrieren der Schamhaftigkeit und diese Identifikation der *Frau* mit Privatheit und Intimität gehen nun eine Verbindung ein, die zu einer in dieser Ausschließlichkeit bislang unbekannten *erotischen Aufladung der Nacktheit* führt. Deutlich wird dies an der Entwicklung der Aktmalerei. In der spätmittelalterlichen Malerei taucht die Nacktheit in Alltagsszenen oder in religiösen Bildern auf. Dort symbolisiert sie die Ohnmacht vor Gott und die Vergänglichkeit des menschlichen Lebens. Mit der Ablösung der Kunstproduktion von der kirchlichen Bevormundung wird der Akt zu einem beliebten Genre, das zuerst in den Fürstenhäusern, später auch im bürgerlichen Ambiente seine Liebhaber findet. Während im Alltag der Umgang mit Nacktheit immer stärker von Schamregeln eingeschränkt wird, erlangt sie in der Phantasieproduktion der Kunst immer stärkere Repräsentanz. Wurden zudem bislang eher Männerakte bevorzugt, so setzt sich im Laufe des 17. Jahrhunderts der erotische Frauenakt durch. Die Vorstellung von der größeren Schamhaftigkeit der Frau geht einher mit der *Erotisierung des Frauenkörpers*. In Kontrast dazu entsteht das Bild vom *selbstbeherrschten Mann*, dessen körperliche Repräsentanz sich völlig in den »Tugenden« von Arbeit und öffentlichem Handeln auflöst.

4. Die zwiespältige »Rückkehr« des Körpers

Ihren Höhepunkt erreicht diese unterschiedliche Klassifizierung der Geschlechter im bürgerlichen Zeitalter des 19. Jahrhunderts. Zugleich entstehen hier die ersten *Gegenbewegungen* in Ideologie, Wissenschaft und Alltag. Die verschiedenen Lebensreformbewegungen des späten 19. und frühen 20. Jahrhunderts leiten eine »Rückkehr« des Körpers ein, die von einer allgemeinen Zivilisationskritik begleitet ist und von Anfang an zentral mit der Rolle der Frau und ihrer »Einschnürung« in die Fesseln der Zivilisation, d.h. Korsett und Anstandsregeln, in Verbindung gesetzt wird.

Die nun beginnende »Freisetzung« der Nacktheit und die Veränderung von Schamregeln in Richtung auf mehr »Freizügigkeit« gehen jedoch mit dem Erbe des bürgerlichen Zeitalters eine zwiespältige Mischung ein. Zum einen entsteht eine neue Vielfalt an Möglichkeiten des Körpererlebens und Ausdrucks in Alltag und Kunst gleichermaßen. Dies fängt während der Weimarer Republik mit der FKK-Bewegung und z. B. dem Ausdruckstanz oder der »künstlerischen« Aktphotographie an und lebt heute weiter in der Buntheit der zeitgenössischen Körperkulturen. Zum anderen wird in unserer modernen »Freizeit«-Gesellschaft diese »Rückkehr« des Körpers durch die Mechanismen von Arbeit und →Konsum vereinnahmt; Arbeit am freigesetzten Körper und Konsum des dergestalt modellierten eigenen Körpers. Die sexualisierte Nacktheit der Frau in den Massenmedien und der *Werbung* ist zudem zu einem zentralen Warensymbol der Industriegesellschaft geworden. Die Produktion von erotischen Bildern, bzw. der Darstellung sexueller Handlungen hat die unterschiedliche Stilisierung von Mann und Frau in die extremsten Ausformungen weitergetrieben, wie es die jüngsten Auseinandersetzungen um die →Pornographie gezeigt haben.

5. Die alltägliche Nacktheit

Trotz dieser Zwiespältigkeit hat der Wandel der letzten Jahrzehnte den Umgang mit Scham und Nacktheit in doppelter Hinsicht von einem guten Teil des bislang auf ihm la-



Bilder aus der FKK-(Freikörperkultur-)Bewegung
Fotos: Kurt Reichert/Grawunder/Julius Gross



stenden Drucks befreit. Zum einen ermöglicht dies vielen Menschen zumindest in Urlaub und Freizeit einen weniger angstbesetzten Umgang mit dem eigenen und dem fremden Körper und eröffnet dadurch einen neuen Erfahrungsspielraum. Zum anderen wird deutlich, daß Schamranken und der Umgang mit Nacktheit keine Kriterien für ›Zivilisiertheit‹ oder ›Naturnähe‹ darstellen, sondern es sich um einen kulturell hochgradig flexiblen Bereich der Verhaltensregulierung handelt, der allerdings ungleich stärker als andere Phänomene des Alltagslebens, wie z.B. das Verhalten beim Essen, den innersten Kern der Person berührt.

Für die meisten Menschen stellt die erste Erfahrung mit Nacktheit in einer öffentlichen Situation, z.B. am Strand, eine sehr komplexe Erfahrung dar, die sich erst nach und nach in ihren einzelnen Facetten bewußt nachvollziehen läßt. Es ist ein Gemisch von sexuellen Ängsten und Erwartungen, exhibitionistischen und voyeuristischen Möglichkeiten, einer starken und zumeist bislang so nicht wahrgenommenen *Hauterotik*, verbunden mit Gefühlen von Entspannung und Naturverbundenheit. Nicht nur die FKK-Ideo-

logen haben diese Erfahrung in manchmal kitschigen Tönen besungen, auch in Literatur und Dichtung finden sich zahlreiche Beispiele dafür. Dem englischen Psychoanalytiker John Flugel zufolge basiert dieses Erleben auf autoerotischen und narzißtischen Elementen. Die narzißtische Tendenz, »seinen eigenen Körper zu bewundern und ihn anderen zu zeigen«, verbindet sich mit einer als autoerotisch bezeichneten Haut- und Muskelerotik, und dies vor allem im Erleben der Nacktheit, der Berührung durch Wind, Wasser und Sonne. Diese Erlebnisqualitäten sind nicht vorrangig sexuell geprägt, müssen aber anfangs zumeist erst hinter den noch stark sexuell besetzten Erfahrungserwartungen entdeckt werden. Den Umgang mit Nacktheit und Körperpräsentation sah Flugel durch eine als ambivalent bezeichnete Opposition der Motive von Zurschaustellen und Verdecken, mit anderen Worten von Narzißmus und Scham geprägt. Mit der allmählichen Veränderung von Schamschranken in Richtung größerer Freizügigkeit treten daher die narzißtischen Anteile im Umgang mit Nacktheit deutlicher zu Tage.

Neben der schon angedeuteten Tendenz der Indienstnahme dieser narzißtischen Möglichkeiten durch die Kultur- und Freizeitindustrie, ewiges Klagelied von Feuilleton und Kulturkritik, signalisiert diese Entwicklung aber auch ein sich veränderndes Verhältnis der Geschlechter. Adam und Eva stehen sich hier neu gegenüber und können, wenn sie es zulassen, auch ungewohnte Erfahrungen machen.

Der Umgang mit Nacktheit, die »*nudistische Erfahrung*«, relativiert die in unserer Kultur vorherrschende genitale Fixierung, wie sie z. B. am Strand ihren Ausdruck in der Bademode findet, und damit auch die zwanghafte Sexualisierung der Nacktheit. Deutlich wird dies bei den ersten Erfahrungen, die zumeist noch stark von Schamängsten begleitet werden. Bei Männern überwiegt hier die Angst vor einer Erektion, von der phantasiert wird, sie müsse sich beim Anblick einer unbedeckten Frau quasi automatisch einstellen. Stellt sich diese Angst als unbegründet heraus, so entdecken Männer schnell das Vergnügen an den voyeuristischen Möglichkeiten. Erst dann wird ein Rückzug der Aufmerksamkeit auf den eigenen Körper als ganzen möglich. Und hieraus entwickelt sich

allmählich auch das für die männliche Rolle ungewohnte Bewußtsein des Angeschautwerdens (→Exhibitionismus).

Bei Frauen herrscht eher eine umgekehrte Reihenfolge der Erlebnisqualitäten vor. Anfangs läßt die Angst, bzw. die Erwartung, angeschaut zu werden, wenig Raum für die Wahrnehmung der Umgebung und führt zu komplizierten Ausziehritualen, die die befürchtete Aufmerksamkeit geradezu provozieren. Der exhibitionistische Charakter der Situation steht für Frauen daher stärker im Vordergrund, was in den voyeuristischen Verhaltenstendenzen der Männer seine Entsprechung findet. Der eigene Voyeurismus kommt anfangs stärker im Vergleich mit anderen Frauenkörpern zum Tragen. Erst danach geraten die Männer ins Blickfeld, auch im Hinblick auf das »Eigentliche« beim anderen Geschlecht, die Genitalien.

Die »*nudistische*« Erfahrung verbreitert die Wahrnehmung der Nacktheit des eigenen und des anderen Geschlechts, löst sie aus polarisierten Rastern und vergrößert Überschneidungen. Gleichzeitig produziert dies aber auch neue Unsicherheiten. Nachdem die rigiden Schamschranken zurückgewichen sind, müssen sich erst langsam neue informelle Regeln des Umgangs herausbilden. Dies betrifft ein breites Spektrum von Verhaltensweisen, z. B. Körperhaltungen und Blickregelungen bis hin zum erotischen Code des Flirtens mit einem/r Nackten.

So liegt die Kehrseite der neuen Möglichkeiten in einer Verunsicherung des Kontaktes der Geschlechter, sowie in dem Druck, diese Möglichkeiten ohne Unterstützung durch routinisierte Regeln individuell einlösen zu müssen.

Literatur

- Andritzky, Michael/Rauschenberg, Thomas: Wir sind nackt und nennen uns Du. Von Lichtfreunden und Sonnenkämpfern. Eine Geschichte der Freikörperkultur, Gießen 1989
- Douglas, Jack D./Rasmussen, Paul K.: Flanagan, Carol Ann, The Nude Beach, Beverly Hills/London 1977
- Duerr, Hans Peter: Nacktheit und Scham. Der Mythos vom Zivilisationsprozeß, Bd. 1, Frankfurt/M. 1988
- Elias, Norbert: Über den Prozeß der Zivilisation. Soziogenetische und psychogenetische Untersuchungen, 2 Bde., Frankfurt/M. 1976 (1939)
- Ellis, Havelock: Geschlechtstrieb und Schamgefühl, Würzburg 1907 (1900)

- Flugel, John Carl: The Psychology of Clothes, London 1971 (1930)
- Foucault, Michel: Sexualität und Wahrheit. Bd. 1, Der Wille zum Wissen, Frankfurt/M. 1977
- Freud, Sigmund: Drei Abhandlungen zur Sexualtheorie, GW Bd. 5, Frankfurt/M. 1968 (1904/05)
- Köhler, Michael/Barche, Gisela: Das Aktphoto. Ansichten vom Körper im photographischen Zeitalter. Ausstellungskatalog des Münchener Stadtmuseums, München/Luzern 1985
- König, Oliver: Nacktheit. Soziale Normierung und Moral, Opladen 1990
- Liebelt, Udo (Bearbeiter): Nackt in der Kunst des 20. Jahrhunderts. Gemälde, Skulpturen, druckgraphische Werke, Videofilme und Performances, Hg. v. Sprengel Museum Hannover, Hannover 1984
- Martin, Alfred: Deutsches Badewesen in vergangenen Tagen. München 1989 (1906)
- Montagu, Ashley: Körperkontakt. Die Bedeutung der Haut für die Entwicklung des Menschen, Stuttgart 1971
- Piers, Gerhart/Singer, Milton B.: Shame and Guilt. A Psychoanalytical and a Cultural Study, New York 1971 (1953)
- Simmel, Georg: Zur Psychologie der Scham, in: Ders., Schriften zur Soziologie, Hg. v. Otthein Rammstedt, Frankfurt/M. 1983 (1901), S. 140–150
- Ussell, Jos van: Sexualunterdrückung. Geschichte der Sexualfeindschaft, Hamburg 1970
- Walters, Margaret: Der männliche Akt. Ideal und Verdrängung in der europäischen Kunstgeschichte, Berlin 1979 (London 1978)

Oliver König

Orgasmus

1. Orgasmus – eine erste Definition

Der Orgasmus kann als explosiv-entspannende Entladung neuromuskulärer Spannungen nach einem Gipfel maximaler Anspannung definiert werden. Der Orgasmus ist ein komplexes Phänomen mit Veränderungen in den Genitalien, der Muskulatur, des Atems und der Herz-Kreislauf-Aktivität, im Gefühl und im Bewußtsein. Darüber hinaus ist der Orgasmus oft Ziel und Endpunkt sexueller Aktivität.

2. Die Physiologie des Orgasmus

Dem *Orgasmus des Mannes* geht gewöhnlich das Gefühl voraus, daß die *Ejakulation* – d. h. der Samenerguß bzw. die kraftvolle Ausstoßung des Samens – unmittelbar bevorsteht und nicht mehr zurückgehalten werden kann. Etwa 1–3 Sekunden nach diesem Zeitpunkt folgt dann die Ejakulation durch 5–8 rhythmische Muskelkontraktionen.

Beim *Orgasmus der Frau* kommt es zu 5–8 rhythmischen Kontraktionen des äußeren Scheidendrittels, der »orgasmischen Plattform«. Manche Frauen berichten allerdings, daß auch ohne die vaginalen Kontraktionen der Orgasmus möglich ist.

Kurz vor dem Orgasmus kommt es zu einem Anstieg des Blutdrucks, der Herz- und Atemfrequenz. Unmittelbar nach dem Orgasmus kann es zu Kurzatmigkeit und anschließendem Aufatmen kommen. Bei einigen Frauen und Männern zeigt die Haut vor dem Orgasmus eine charakteristische Sexualröte, den »Sex Flush«.

Die zentralnervösen/neurophysiologischen Grundlagen des Orgasmus sind bisher nur wenig bekannt, jedoch lassen sich teilweise charakteristische Veränderungen der Hirnaktivität durch EEG-Ableitungen feststellen. Auch die Biochemie des Gehirns spielt bei der Steuerung des Orgasmus eine Rolle. Bekannt ist etwa, daß bestimmte Psychopharmaka bei Männern zu einem »trockenen« Orgasmus führen, trocken deshalb, weil die Ejakulation retrograd (d. h. rückwärts) in die Harnblase erfolgt.