

# **Pornographie als gefilmte Prostitution: Auswirkungen des hohen Konsums und Umgang damit in Therapie und Beratung**

**DGTD Tagung 2024, Berlin**

**Mein Körper gehört mir – Trauma, Dissoziation und Prostitution**

**Dr. Dipl.-Psych. Brigitte Schmid-Hagenmeyer**

Psychologische Psychotherapeutin

Psychotraumatologin (DeGPT)

eigene Praxis, Karlsruhe

[praxis@schmid-hagenmeyer.de](mailto:praxis@schmid-hagenmeyer.de)

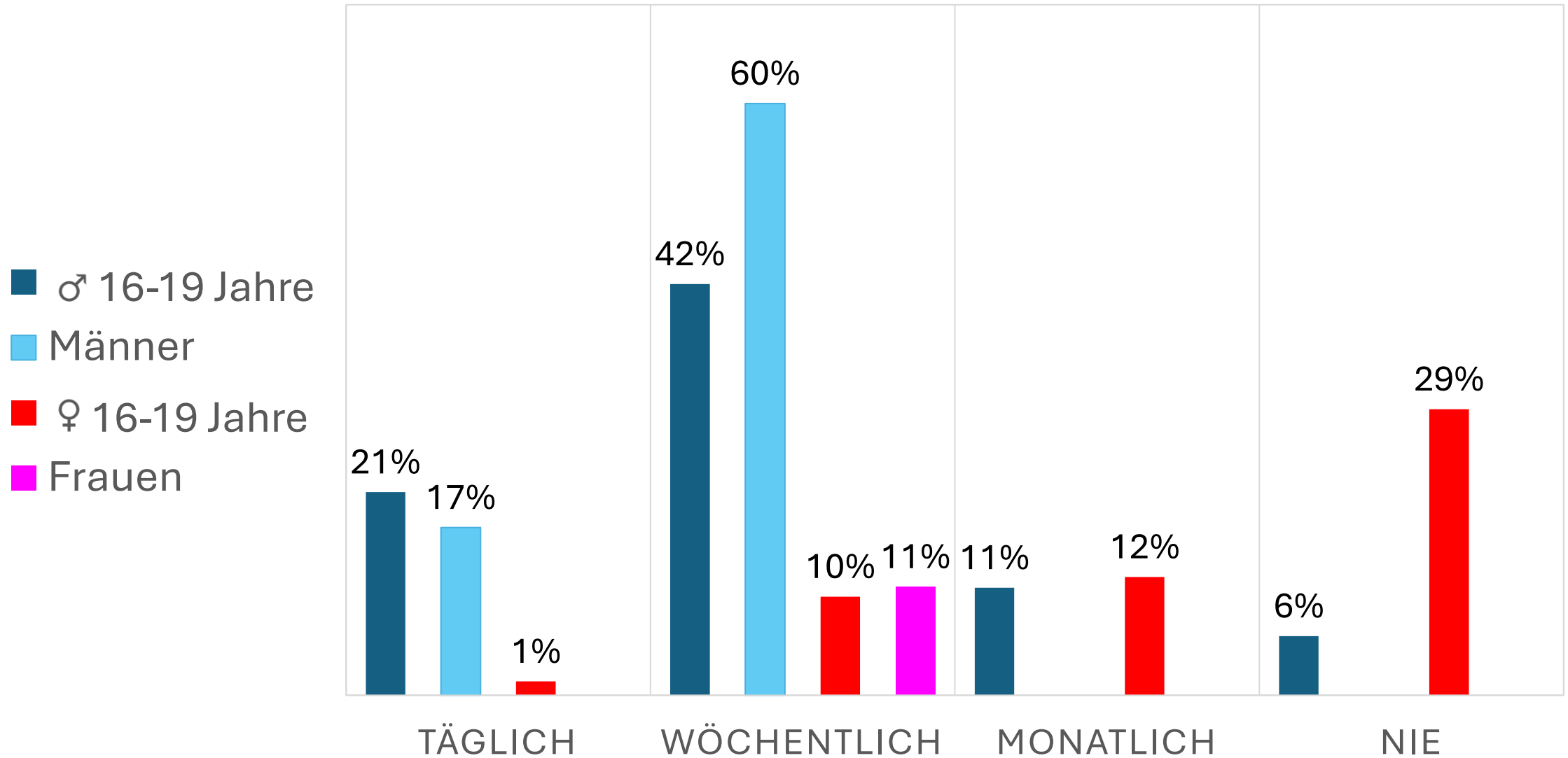
# Übersicht:

- 1. Massenphänomen Internet-Pornographie**
- 2. Wirkungsforschung: Pornos schaden 3-fach**
  - Abhängigkeitsentwicklung
  - Beziehungsstörung, PIED
  - Sexuelle Gewalt
- 3. (Neo-) emanzipatorische vs. bindungsorientierte Sexualpädagogik**
- 4. Einfluss von Pornographie auf unsere Sexkultur**
- 5. Thema Pornographie in Therapie und Beratung**

# 1. Massenphänomen Internet-Pornographie

- **35%** des Datenverkehrs im Internet sind Pornographie (giga.de, Zugriff 8.6.2020)
- Umsatz der Porno-Industrie in den USA ca. **70 - 100 Milliarden** Dollar
- Deutschland auf **Platz 6** des weltweiten Porno-Konsums
- **Einstiegsalter** liegt bei **11-12 Jahren**
- **71%** der **14 -17-jährigen** ♂ konsumiert mehrmals wöchentlich, davon **21% täglich** (WDR, 2017)
- **Kein Jugendphänomen:** 22-30-jährige ♂: 23% täglich, 57% mehrmals wöchentlich
- hohe Attraktivität: leichter, kostenfreier, anonymer Zugang

# HÄUFIGKEIT DES PORNOKONSUMS (N=18.000)



(Pastötter, Pryce & Drey, 2008)

# Pornographie als gefilmte Prostitution:

## Produktionsbedingungen von Mainstream-Pornos

- Grenzen fließend zwischen **un-/freiwilliger „Sexarbeit“** vor der Kamera
- Reale Sexualakte, **gespielte Affekte**, **endlose** digitale sexuelle Benutzung
- Häufig **Zwang** im Set zu nicht abgesprochenen Szenen
- **Körperliche Verletzungen**, Schmerzen, Infektionen, Schwangerschaften
- **Psychische Traumatisierung** z.B. Magersucht, Bulimie
- Oft unter **Drogen/Betäubungsmittel**
- **intimchirurgische Eingriffe** (Verkleinerung Schamlippen, Brust-Implantate, Anusweitung...) und Praktiken (Intimrasur) > Normalisierung

# Charakteristika von Mainstream- Pornographie

Inhaltsanalysen beliebter Pornos von Bridges et al., 2010; Shor, 2018:

- **körperliche Misshandlung** von Frauen (94%) sehr häufig: Schlagen, Würgen, Knebeln, Haare reißen, sadistische Praktiken...in **88%** der Sexszenen!
- Oft **Erniedrigung** durch verbale Aggression, Fäkalien, Ejakulation ins Gesicht...
- **95%** der Frauen reagieren scheinbar neutral oder lustvoll auf die Aggressionen!
- Starke Zunahme sadistischer und **Gewalt-Pornographie**
- Starke Zunahme von **Kinder-Pornographie** auch auf frei zugänglichen Seiten
- Zahlreiche Fälle von Kindesentführung, sexuellem Missbrauch, Rache-Pornos, Menschenhandel bei Pornhub (vgl. [traffickinghub.com](http://traffickinghub.com))

# Charakteristika von **Mainstream- Pornographie**

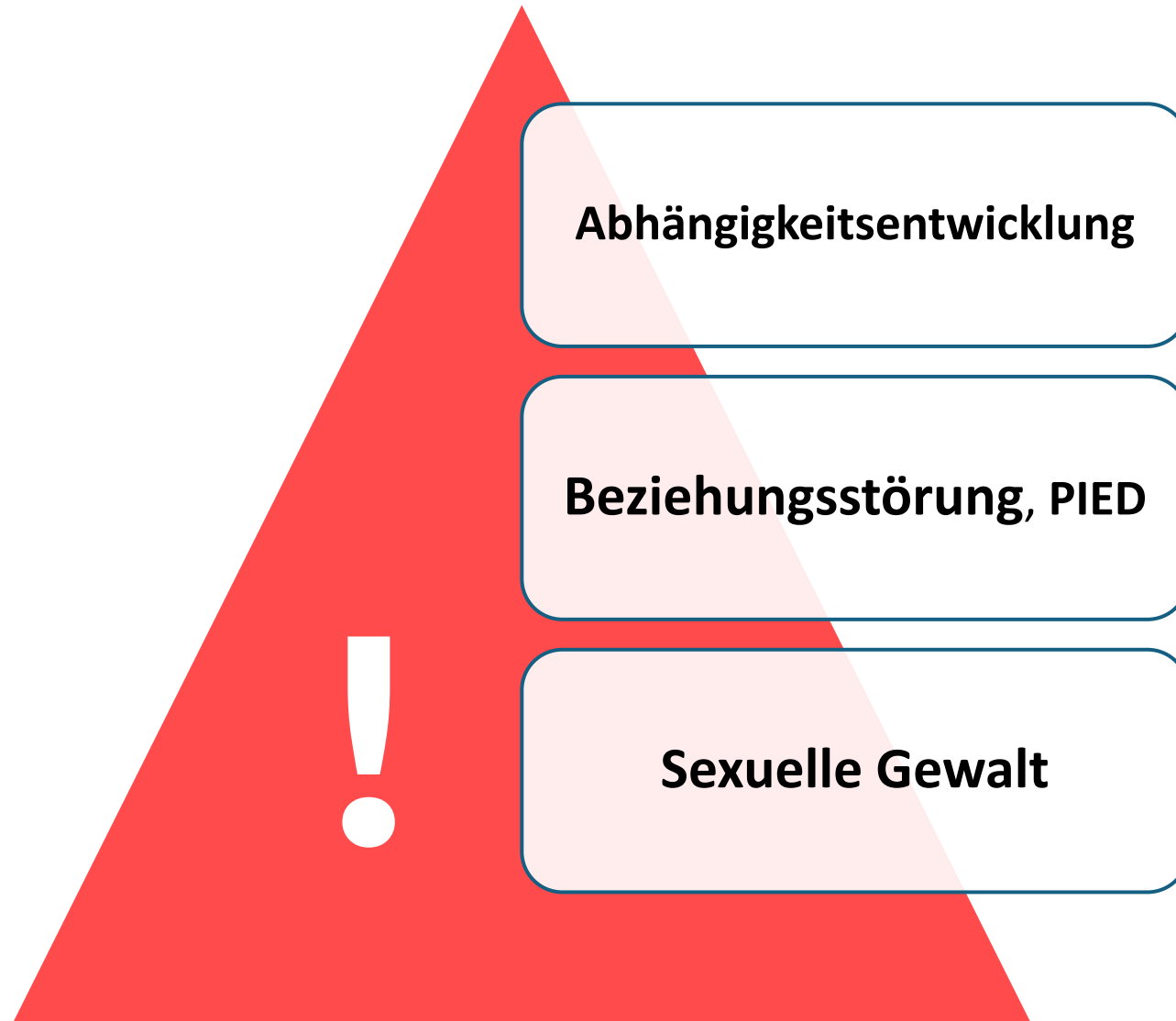
- Real wirksames Erlebnis, bei dem sich **digitale und analoge Welt** überlagern
- Form **voyeuristischer** Sexualität
- Gleichzeitigkeit **ambivalenter Gefühle** verstärkt die Wirkung („Angst-Lust“, „Ekel-Angst“)
- Befördert **egoistische Anspruchshaltung** beim Sex
- **eindimensionale Fokussierung** auf körperlichen Lustaspekt, ohne psychische und Beziehungsdimension
- Rassistische Pornos, Teen-Pornos, Gonzo-Pornographie...

# Rechtslage Pornographie

- Das Anbieten, Überlassen oder **Zugänglichmachen** von pornographischen Inhalten an Personen **unter 18 Jahren** stellt einen **Straftatbestand** dar (§ 184 StGB)
- Wer auf ein Kind (unter 14 Jahren) durch das **Vorzeigen pornographischer** Inhalte oder entsprechende Reden einwirkt, erfüllt nach § 176 Abs. 4 Satz 4 StGB den **Tatbestand des sexuellen Missbrauchs**
- **gewalt- oder tierpornographischer Inhalte**: herstellen, beziehen, verbreiten strafbar (§ 184a StGB)
  - **Kein Jugendschutz**: „Über-18“ Button mit 1 Klick überwindbar
  - Gerichtlicher Entscheid (2021): wirksame Sperre nötig, auch wenn Server im Ausland



## 2. Pornos schaden 3-fach



## 2.1. Suchtpotential von Pornographie

- bedient den **perfekt narzisstischen Traum** („Nur meine Befriedigung zählt.“)
- **intensive Gefühle** von Macht und Potenz, Entspannung, Trance, Trost
- **Hochwirksame Belohnungserfahrung (Dopaminflut) zur Gefühlsregulierung**
  - Kompensation von Frust, Stress, Langeweile, Vermeidung
  - Omnipräsente digitale Fluchtmöglichkeit
- starke konditionierte Reaktionen im Belohnungssystem > **Craving**
- Nur kurzfristig wirksame Illusion braucht oft **Steigerung**:
  - immer härteres Material bis zu Kinder-Pornografie und Prostitution
  - **Hirnstudien**: Abstumpfung auf Pornos im zerebralen Belohnungssystem (Kühn & Gallinat, 2014)
- Hinterher oft innere Entfremdung, **Leere**, Scham: „satt wurde ich nie“ > mehr

## 2.2. Sexuelle Sozialisierung durch Pornographie

- **Teenagergehirne** bes. anfällig für Suchtentwicklung, sexuelle Konditionierung
  - **sexuelle Präferenzstruktur** bildet sich im Jugendalter aus, danach unveränderbar
  - Pornographie setzt Standards, wird **prägender Referenzwert für die sexuelle Lerngeschichte**, kaum relativierbar für Ki/Ju
  - Frauen erleben oft **Gewalt in ersten sexuellen Erfahrungen** („normal:“ 47% m/w)
  - Junge Männer entwickeln **gestörtes Verhältnis zu Frauen**: versuchen Intimität über die Herabwürdigung und Demütigung der Frau herzustellen
- **Gewöhnung an intensive digitale Stimulanzen mit sofortiger Belohnung**
- **greift massiv in die psychosexuelle und Persönlichkeitsentwicklung ein**

## 2.1. Abhängigkeitsentwicklung: Störung mit zwanghaftem Sexualverhalten (ICD-11: 6C72)

- Exzessiver Pornographie- oder Cybersexkonsum
  - Unvermögen wiederkehrende sexuelle Impulse über längere Zeiträume **zu kontrollieren**
  - Zahlreiche erfolglose Versuche das Verhalten zu ändern
  - Fortsetzung trotz **negativer Konsequenzen**
  - Erheblicher **Leidensdruck/Beeinträchtigung** in persönlichen, familiären, sozialen oder schulischen/beruflichen Funktionsbereichen
  - Mind. **6 Monate** lang
- ➔ **ständige gedankliche Beschäftigung mit sex. Phantasien/Impulsen**
- ➔ **sexualisierte Wahrnehmung anderer**
- ➔ **3-8%** der Bevölkerung, ca. 75% davon Männer: Studienlage defizitär

## 2.2. Potenz- und Beziehungsstörungen

- **Potenzstörungen**

- Pornoinduzierte erektile Dysfunktion (PIED)
- Partnerbezogene Lustlosigkeit (Melzer, 2019)

- **Beziehungsstörungen:** (Peter & Valkenburg, 2016; Wright & Tokunaga, 2018; Lampert et al., 2012; Zillmann, 2004...)

- beeinträchtigte Fähigkeit zu partnerschaftlicher Intimität, Empathie- und Bindungsfähigkeit; Cybersexaffären
- Verringerte sexuelle Zufriedenheit, Versagensangst, Vertrauensbruch
- Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper und dem des Partners
- höhere Bereitschaft zu bindungsloser Sexualität

➔ **Mehr als 90 Studien belegen die negativen Auswirkungen von häufigem Pornokonsum auf Beziehung- und sexuelle Zufriedenheit**

## 2.3. mehr Konsum > mehr sexuelle Gewalt

**unzählige Studien** international zeigen Folgen von häufigerem Porno-Konsum:  
(z.B. Meta-Analyse, 46 Studien, 12000 Probanden von Oddone-Paolucci et al, 2000)

- **mehr sexuelle Aggression** beim Dating und innerhalb intimer Beziehungen
- Akzeptanz von **Vergewaltigungsmythen**
- je häufiger und früherer Konsumbeginn, desto eher später **deviante Pornographie** (Gewalt, Sodomie, Kinderpornographie...) (Seigfried-Spellar & Roger, 2013)

➔ **Schlüsselrolle von Pornos bei der Normalisierung und Duldung von sexueller Gewalt gegen Frauen/Mädchen** (Britische Regierung, 2023)

➔ **„Ein großer unethischer Menschenversuch“** (Prof. Klaus Beier, Charité)

➔ **Pornographie als „rape training“** (Flood, 2016)

## 2.3. regelmäßigem Konsum > sexuelle Gewalt

**Männliche Jugendliche**, die häufiger Pornos konsumieren:

- nehmen Mädchen verstärkt als austauschbare **Sexobjekte** wahr
- **falsches** und **abfälliges Frauenbild**
- neigen zu mehr **sexueller Belästigung**, Sexting
- akzeptieren und verüben **häufiger sexueller Gewalt**
- konsumieren signifikant **häufiger Kinderpornographie**
  - 50% der pädophilen Täter hatten zunächst keine pädophile Neigung
- werden wesentlich häufiger Täter von **sexuellem Missbrauch** an Minderjährigen (zurückgezogene US-Regierungsstudie von 2007)
- mehr Wunsch und Bereitschaft zu **Prostituierten** zu gehen und gewalttätige Praktiken umzusetzen



## 2.3. Folgen für Mädchen und Frauen

### Mädchen, die Pornos konsumieren:

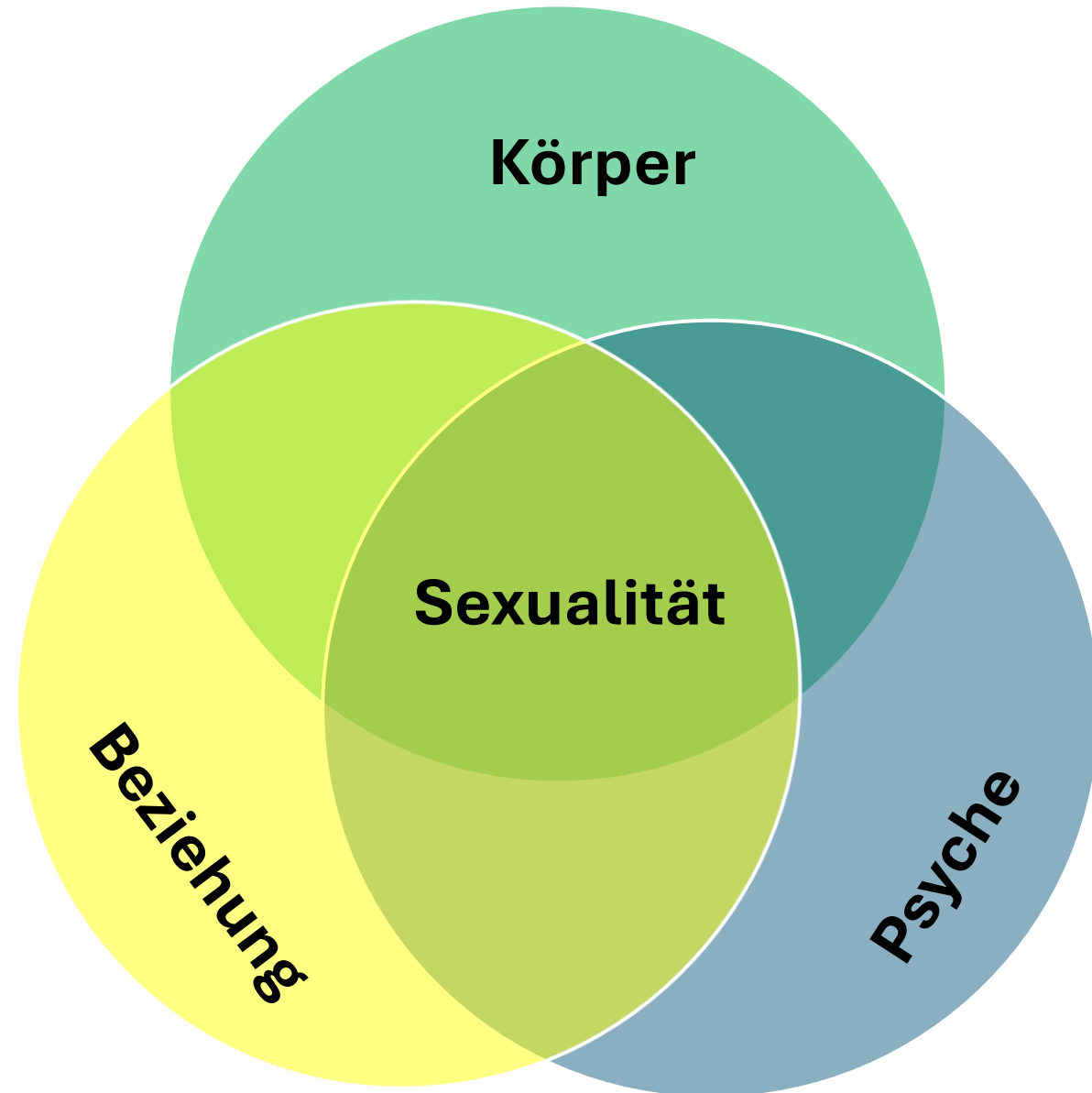
- Frauen zur männlichen Triebbefriedigung da „**Jungs brauchen das**“
- Stellen ihre Sexualität offensiv zur Schau, **ohne Befriedigung** ihrer emotionalen und körperlichen Bedürfnisse
- stark unter Druck, **Schönheits- und Sexnormen** zu entsprechen
- verinnerlichen **stereotype Männer- /Frauenbilder**
- mehr sexuelles Risikoverhalten und **häufiger Opfer sexueller Gewalt**
  - „**Hot or invisible**“- Alternative für Mädchen (Dines, 2014)
  - Lernen **lieber zu gefallen** als mitzugestalten
  - **keine selbstbestimmte weibliche Sexualität**





# 3 Dimensionen von Sexualität

- Autonomie vs. Bindung
- Resonanz, Identität, Verantwortung vs. egozentrische Sexualität
- Stimmigkeit vs. unstimmgigen Sex



### 3. (Neo-) emanzipatorische vs. bindungsorientierte Sexualpädagogik

- Aktuelle sexualpädagogische Standardwerke beziehen sich auf die **emanzipatorische Sexualpädagogik** von *Helmut Kentler* trotz pädosexueller Lobbyarbeit und Täterschaft  
(Aufarbeitung Jugendhilfe Berlin, Baader et al., 2024)
- Anleitung von Kindern zu sexuellen Handlungen trotz Strafbarkeit  
(Herrath & Sielert 1996: Lisa & Jan. Ein Aufklärungsbuch für Kinder und ihre Eltern“)
- Sexualpädagogische Institute bejahen heute Pornographie als Medium für neue Anregungen und Erregung für Jugendliche ↔ Rechtslage
- **Dekonstruktivistische Pädagogik:**  
will duale Kategorien normal/pervers, Mann/Frau, homo/hetero, natürlich/künstlich auflösen (Timermanns, 2004)



# 4. Einfluss von Pornographie auf Sexkultur und Gleichstellung

*„Die Merkmale unserer Sexkultur sind immer noch Sprachlosigkeit, Einsamkeit, Gewalt und zu wenig Lust und Liebe.“ > „**freie Unfreie**“ (Volker Sigusch)*

## 1) Traditionelle Rollenbilder erleben Comeback

- Weibliche Sexualität stark auf männliche Wünsche / Befriedigung ausgerichtet
- Viele Frauen kennen ihren Körper nicht, mögen ihn nicht, schämen sich für ihn
- wissen nicht, was ihnen gefällt bzw. trauen sich nicht es zu wünschen

## 2) Weibliche Unterwerfung ist wieder Mode geworden (Konrad, 2017)

- Frauen beteuern selbstbestimmt zu sein, gehen aber physisch und psychisch über ihre Grenzen um Männern zu gefallen
- Alles ist erlaubt – außer „Nein“ zu sagen

## 4. Einfluss von Pornographie auf Sexkultur und Gleichstellung

### 3) Frauen sollen heute sexuell aktiv sein, Sex und Gefühle fein säuberlich trennen

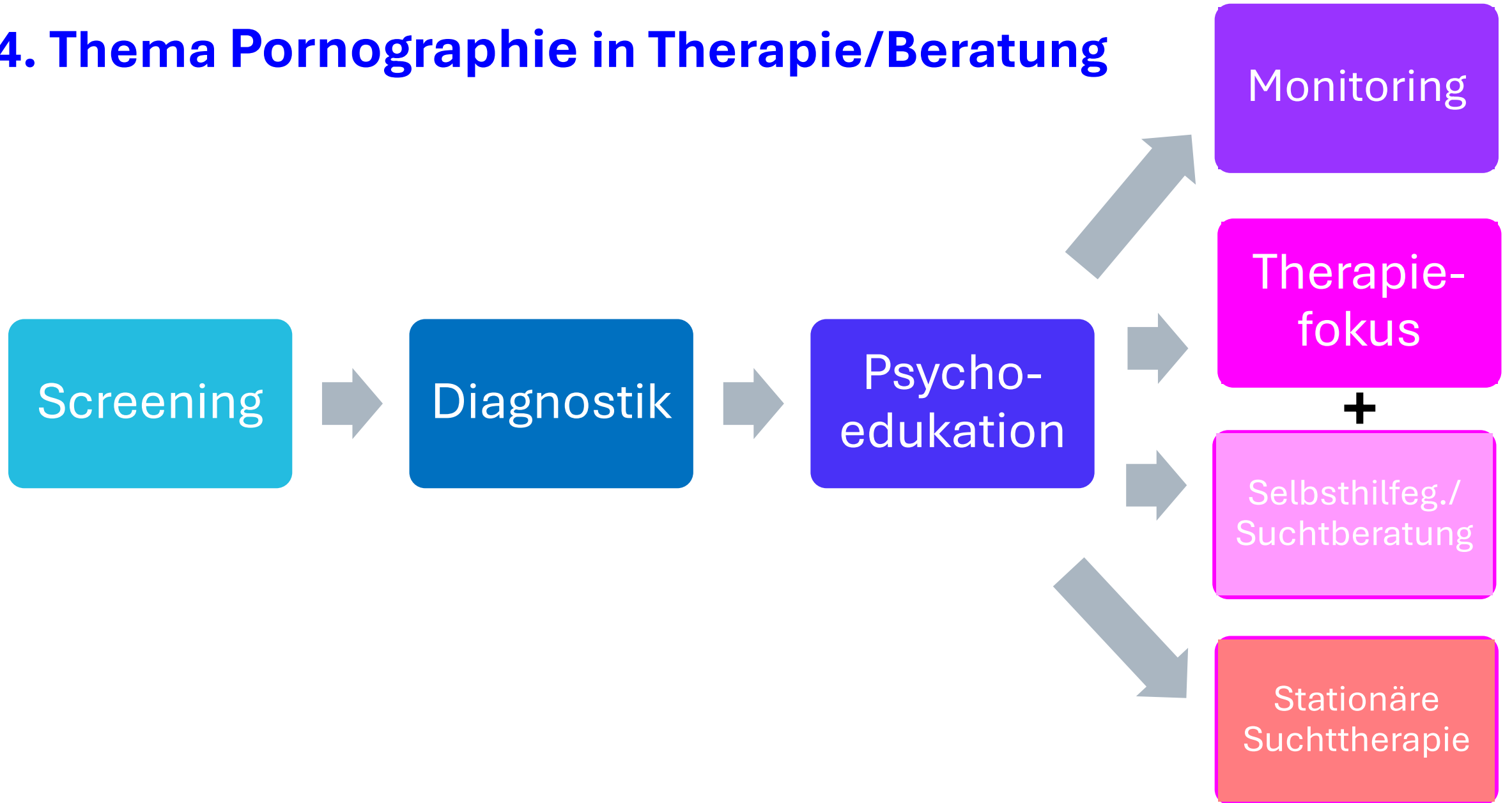
- emotionale und Bindungswünsche abgewertet
- Diktat der sexuellen Freiheit

### 4) Sexualisierung und Objektifizierung als selbstermächtigend gefeiert

- Frauen erfahren Aufwertung durch sexuelle Dienste („Blow-job queen“)
- Gefühl der Ermächtigung aus der Erfahrung, Lustspenderin zu sein

➔ **Rückschritte in der Emanzipation durch Pornographisierung**

## 4. Thema Pornographie in Therapie/Beratung



## 4. Risikofaktoren für eine Störung mit zwanghaftem Sexualverhalten

- traumatische Erlebnisse, dysfunktionale Herkunftsfamilie, Sucht...
- negative sexuelle Erfahrungen
- Persönlichkeitseigenschaften wie eine hohe Impulsivität oder soziale Angst, geringem Selbstwertgefühl, fragile Männlichkeit
- Probleme, mit negativen Gefühlen umzugehen
- vorhandene psychische Erkrankungen
- früher Beginn des Konsums

**➔ Sucht entwickelt sich schleichend über Monate und Jahre**

## 4. Psychoedukation

- „Echt künstlich!“ Die Macht der Illusion: **Realitäten** der Porno (-Industrie)
- **Schönheitsideale und Rollenbilder**
- Normalisierung von Gewalt und Dominanz vs. **Sexualität auf Augenhöhe**
- Anpassungsdruck an **pornographische Leitkultur** reflektieren
- **Ganzheitliches Konzept von Sexualität** > Validieren von Bedürfnissen nach Emotionalität und Bindung
- **Aufklärung über Gefahren** häufigen Konsums:  
Abhängigkeit, Beziehungsstörungen/PIED, sexuelle Gewalt



## 4. Therapiefokus Internet-Sexsucht

- Störungseinsicht und –Akzeptanz
- **Versuch Konsum zu reduzieren (Suchttagebuch, technische Tools wie Filter-Softwares, Zeitschlösser)**
- Verständnis für die **Funktionalität** des Suchtverhaltens (Verhaltensanalyse, Auslöser für Impulse...)
- Zielvereinbarung: **Reduzierter Konsum vs. Abstinenz**
- **Alternative Strategien** für die Funktion finden (Rückfallplan, Skills...)
- **Bearbeitung** bisher kompensierter Konflikte, struktureller Defizite, Traumata
- **Ressourcenaktivierung**
- Stärkung aufrechterhaltender Faktoren für die Abstinenz
- **Betrauern** der Verluste durch die Sucht

# Beispiel spezialisierte Therapie: „PornLos“

## Studie Uni Giessen, Prof. Stark mit TK, DAK (ab 2024):

- **Pornografie-Nutzungsstörung** - **Leben ohne Suchtdruck**
- 6-monatigen Intensivtherapie: 24 Einzel- und 6 Gruppentherapiesitzungen
- plus digitale App (Tagebuchfunktion und Tools zur Impulskontrolle)
- Spezialisiert geschulte Psychotherapeut:innen

# Gruppenarbeit ca. 15 Minuten

- *Gruppe 1 und 2* **Aufklärungsbroschüre „Return to love“:**
  - ➔ Welche Botschaften, Konzepte, Differenzierungen werden in der sozialen Bildungsarbeit den Mädchen bzw. Jungen hier vermittelt beim Thema Pornographie und Sexualität?
- *Gruppe 3 und 4:* **Betroffenen- bzw. Angehörigenbericht Sexsucht:**
  - ➔ Austausch dazu, Erfahrungen aus der eigenen beruflichen Praxis reflektieren
- *Gruppe 5:* **Bericht von ehemaliger Pornodarstellerin**
  - ➔ Unterschiede und Ähnlichkeiten von Prostitution und Pornographie
  - ➔ Was macht diese Normalisierung von Gewalt mit uns als Einzelne bzw. als Gesellschaft

# Literatur

- Baader, M. S., Böttcher N. et al (2024): Ergebnisbericht: „Helmut Kentlers Wirken in der Berliner Kinder- und Jugendhilfe – Aufarbeitung der organisationalen Verfahren und Verantwortung des Berliner Landesjugendamtes.“ bUniversitätsverlag Hildesheim. <https://doi.org/10.18442/256> der organisationalen
- Bridges, A. J. et al. (2010): Aggression and sexual behavior in best selling pornography videos: A content analysis update. *Violence Against Women*, 16.
- Children’s Commissioner/Rachel de Souza (2023): „A lot of it is actually just abuse“ Young people and pornography. <https://assets.childrenscommissioner.gov.uk/wpuploads/2023/02/cc-a-lot-of-it-is-actually-just-abuse-young-people-and-pornography-updated.pdf> (Abruf am 23.5.24).
- Dines, G. (2014): *Pornland. Wie die Pornoindustrie uns unserer Sexualität beraubt.* Mainz: VAT.
- Fachstelle Mediensucht Return (2020). <https://www.return-mediensucht.de/der-klick-zum-kick-infobroschuere-zum-thema-pornografie>.
- Flood, M. (2016): Submission. Senate Inquiry into the harm being done to Australian children through access to pornography on the internet. University of Wollongong.
- Freitag, T. (2024): *Fit for Love? Praxisbuch zur Prävention von Pornografiekonsum*, 5. Aufl. [https://www.tabea-freitag.de/fileadmin/tabea-freitag/pdf/Fit4Love\\_IV.pdf](https://www.tabea-freitag.de/fileadmin/tabea-freitag/pdf/Fit4Love_IV.pdf)
- Freitag, T. (2021): *Pornografie: Der blinde Fleck unserer Gesellschaft. Sexuelle Gewalt, Missbrauch, Sexismus, Rassismus – Warum wird in frei zugänglicher Pornografie toleriert und normalisiert, was wir sonst ächten?* *sozialpsychiatrische informationen*, 51 (1): 48-43.
- Jacobs, T. et al. (2021): Associations Between Online Pornography Consumption and Sexual Dysfunction in Young Men: Multivariate Analysis Based on an International Web-Based Survey. *JMIR Public Health Surveill* 7(10).

- Jeffreys, S. (2014): Die industrialisierte Vagina. Die politische Ökonomie des globalen Sexhandels. Hamburg: Marta Press.
- Konrad, S.(2017): Das beherrschte Geschlecht: Warum sie will, was er will. München: Piper.
- Kühn, S., Gallinat, J. (2014). Structural Correlates and Functional Connectivity Associated With Pornography Consumption. The Brain on Porn. *JAMA Psychiatry*. Advance online publication. [doi:10.1001/jamapsychiatry.2014.93](https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2014.93)
- Lampert, N.M. et al. (2012): A love that doesn't last: Pornography consumption and weakened commitment to one's romantic partner. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 31(4).
- Layden, M. A. (2016): Effects of Porn Use. Vortrag unter <https://vimeo.com/173067497/3192643c78>.
- Melzer, H. (2019): Auswirkungen der Digitalisierung auf Sexualität und Beziehung. *Nervenheilkunde*, 38: 759 – 764.
- Oddone-Paolucci, E. et al (2000): A meta-analysis of the published research on the effects of pornography. *Medicine, Mind and Adolescence* 11: 23-28.
- Peter, J. & Valkenburg, P. M. (2016): Adolescents and Pornography: A Review of 20 Years of Research. *The Journal of Sex Research*, 53 (4-5):509-531.
- Priebe, G. et al. (2007): Highfrequency consumers of pornography- A Swedish study. In: Knudsen S. V., Lofgren-Martensson L., Mansson S.-A. (Eds.) *Generation P? Youth, Gender and Pornography*. Copenhagen: Danish School of Education Press. S. 133 – 148.
- Sher J. & Carey, B.: „Debate on Child Pornography's links to Molesting, 19.7.2007 [www.ny-times.com](http://www.ny-times.com)
- ProFamilia Broschüre „Sex, Respekt, Lust und Liebe“ (2011).

- Seigfried-Spellar, K. & Roger, M. (2013): Does deviant pornography use follow a Guttman-like progression? *Computers in Human Behavior* 29: 1997–2003.
- Sielert, U. (2001): Gender Mainstreaming im Kontext einer Sexualpädagogik der Vielfalt. BZgA Forum online 4-2001. <https://shop.bzga.de/pdf/13329090.pdf>
- Stanley, N. et al. (2016): Pornography, Sexual Coercion and Abuse and Sexting in Young People's Intimate Relationships: A European Study. *Journal of Interpersonal Violence*, 33(19): 2919-2944.
- Timmermanns, S., Tuidier, E., Sielert, U. (2004): Sexualpädagogik weiter denken – Postmoderne Entgrenzungen und pädagogische Orientierungsversuche. Juventa Verlag.
- Wosnitzer, R. & Bridges, A. (2007): Aggression and sexual behavior in best-selling pornography: A content analysis update (Abhandlung auf dem Treffen der International Communication association, San Francisco).
- Wright, P. et al. (2016): A meta-analysis of pornography consumption and actual acts of sexual aggression in general population studies. *Journal of Communication*, 66: 183 – 205.
- Wright, P. et al. (2014): Pornography, Alcohol, and Male Sexual Dominance, *Communication Monographs*, 19/11/14. DOI:10.1080/03637751.2014.981558.
- Wright P. & Tokunaga, R. (2018): Women's perceptions of their male partners' pornography consumption and relational, sexual, self, and body satisfaction: toward a theoretical model. *Annals of the International Communication Association*, 42(1).
- Zillmann, D. (2004): Pornographie. In: Mangold, R. Forderer, P., Bente, G. (Hrsg.): *Lehrbuch der Medienpsychologie*. Horgrefe. 565-585.