

Liebe an und für sich

Plädoyer für die Aufarbeitung von Alfred Adlers Theorien zur Masturbation

An act of (self)-love

A plea for the critical reappraisal of Alfred Adler's theories on masturbation

Elisabeth Angerer

Kurzzusammenfassung

In diesem Beitrag wird die individualpsychologische Position zur Sexualität anhand des genaueren Beispiels der Masturbation beleuchtet. Es wird die Frage aufgegriffen, ob Alfred Adlers Interpretation – der sie als die den drei Lebensaufgaben nach Adler (1930) ausweichende Perversion bezeichnet – unbewusst bis heute in der individualpsychologischen Community existiert und es einer Aufarbeitung des Themas bedarf. Dafür werden Alfred Adlers Schriften zur Masturbation detailliert dargelegt und der Literatur sowie dem Praxisbezug zeitgenössischer Vertreter*innen der Methode gegenübergestellt.

Abstract

In this article the individualpsychological position on sexuality is illuminated based on the example of masturbation. The question is whether Alfred Adler's interpretation – who calls it a perversion evading the three main tasks of life according to Adler (1930) – unconsciously finds its way into the individualpsychological community until today and that Adler's theories require reevaluation. For this purpose, Alfred Adler's writings on masturbation are presented in detail and contrasted with the literature as well as the practical reference of contemporary representatives of the method.

Schlüsselwörter

Autoerotismus, Distanz, Erotik, Geschlecht, Heterosexualität, Individualpsychologie, Liebe, Lust, Macht, Masturbation, Neurose, neurotisches Arrangement, Onanie, Partner*in, Psychoanalyse, Selbstbefriedigung, Sexualität, Sexualpsychopathologie, Sexualwissenschaft

Keywords

Autoeroticism, Distance, Eroticism, Gender, Heterosexuality, Individual psychology, Love, Lust, Masturbation, Neurosis, Neurotic arrangement, Onanism, Partner, Power, Psychoanalysis, Self-gratification, Sexology, Sexual psychopathology, Sexuality

1 *Einleitung*

Alfred Adler unterstreicht die zeitlich-kulturelle Anbindung seiner Theorien, indem er über die Individualpsychologie als Lehre Folgendes schreibt:

„Gerade unsere Einsicht in die Zusammenhänge von Mensch, Erde, Gemeinschaft, Zweigeschlechtlichkeit, unsere Feststellungen über die Einheit der Persönlichkeit innerhalb dieser Grenzen bewahrt uns vor der Einseitigkeit, zu glauben, als ob es eine ewig unerschütterliche Weisheit und Erkenntnis gäbe. Die Individualpsychologie beansprucht nicht mehr, als für eine Lehre genommen zu werden, die dem gegenwärtigen Kulturzustand und dem gegenwärtigen Wissen um den Menschen und um seine Seelenzustände besser als andere Zusammenhangsbetrachtungen gerecht wird.“ (Adler, 1930a/2010, S. 382 f.)

Demnach gilt es, innerhalb der Methode die Theorien laufend den kulturellen Gegebenheiten und den Störungsbildern in ihren mannigfaltigen Erscheinungsformen anzupassen.

Adler führte die Masturbation als „Perversion“ (1930, S. 27), „Schädlichkeit[en]“ (1904, S. 54), „Verbrechen“, „Verirrung“ sowie auch als „Sünde“ (1917, S. 97) an. In seinen Ausführungen zur Dynamik neurotischer Charakterzüge verbindet er die Masturbation mit dem Abhalten von sexuellen und kulturellen Betätigungen und legt den Grundstein seiner späteren Schlussfolgerung, sie sei ein Ausweichen einer (oder mehrerer) Lebensaufgabe(n) (1910). Diese sowie ähnliche Behauptungen Adlers stießen bei der Autorin während des Studiums der Psychotherapiewissenschaft sowie des Fachspezifikums Individualpsychologie auf Verwunderung und Irritation. Sie warfen die Frage auf, ob Alfred Adler womöglich im Bereich der Sexualität einen Fauxpas beging, vor dem er selbst in seinen Schriften warnte – „Symptome aus ihrem naturgegebenen Zusammenhang zu reißen und isoliert zu betrachten“ (Adler, 1977, S. 106; Heisterkamp, 1987, S. 88) – und er sich dadurch keiner individualpsychologischen, ganzheitlichen Sichtweise bediente.

Der politische, kulturelle und persönliche Kontext der Geschichte hat stets großen Einfluss auf die Entstehung und Ausrichtung einer Therapieschule und wirkt sich bis in das aktuelle Selbstverständnis der Methode aus. Daher sind solche Aussagen aufzugreifen und regelmäßig zu überprüfen. Vor allem in der fachspezifischen Ausbildung, die zur Vertiefung der ausgewählten Therapieschule anleitet, wirkt die Geschichte weiterhin auf die Auszubildenden ein. Bruder-Bezzel bezeichnet die Geschichte einer Schule auch als „ein Erbe, zuweilen auch eine Erblast, an das die Gegenwart unweigerlich geknüpft ist“ (Bruder-Bezzel, 1999, S. 16). Dieses Erbe werde auch speziell durch die Lehranalyse, welche im Zuge der Psychotherapieausbildung absolviert werden muss, weitergegeben.

Karaian (2018) stellte die Hypothese auf, dass womöglich auch ein Erbe Adlers bis heute Einkehr in den Ausbildungsreihen der Individualpsychologie gefunden hat. Wie einst Adler den Triebtheorien Freuds

den Rücken kehrte, so werde auch heute noch unbewusst dem Thema Sexualität in der Individualpsychologie ausgewichen. Diesen Gedankengang erweitert Karaian noch um die Frage, ob daraus eine etwaige Überkompensation resultiere, die sich in „den spärlichen individualpsychologischen Publikationen rund um das Thema widerspiegeln könnte“ (Karaian, 2018, S. 45). Auch Ermann (2019) weist auf die seltene Einbindung von Themen rund um die sexuelle Intimität in psychotherapeutischen Behandlungen hin. Darüber hinaus verweist er – ähnlich wie Karaian – auf die unzulängliche Integration der Sexualität in der psychotherapeutischen Ausbildung. Lehrveranstaltungen zum Thema seien zur Seltenheit geworden (Ermann, 2019). Bezüglich der individualpsychologischen Theorien zur Sexualität spricht Sindelar (2011) von einer verblassenden Präsenz der ursprünglich mannigfaltigen Schriften. Diese geringe Integration sexueller Inhalte überrascht, da über die Sexualität und die damit verbundenen Aktivitäten und Phantasien deutliche Einblicke in die Muster und das Erleben des*der Patient*in gewonnen werden können. Die große Bedeutung eines genauen Bildes von den Sexualphantasien, dem Verhalten beim Masturbieren und bei sexuellen Begegnungen des*der Patient*in mit Sexualstörungen wird bei Kernberg (1997) ersichtlich.

Der Artikel soll auch exemplarisch aufzeigen, wie rasant eine Ausdrucksweise des Lebens durch die spezifische Apperzeption im Rahmen der aktuellen zeitgenössischen, kulturellen und gesellschaftlichen Normen zum pathologischen Symptom wird und wie wichtig das Infragestellen anstelle einer unreflektierten Übernahme dieser Kategorisierung seitens der Psychotherapie ist.

Um zu veranschaulichen, dass sich Adler bezüglich der Perversionen der ganzheitlichen Grundhaltung seiner eigenen Methode entfernte, beschäftigt sich der Artikel im Folgenden mit der Darstellung seiner Theorien zur Masturbation. Der darauffolgende Abschnitt widmet sich wiederum dem Status quo, zeigt den aktuellen Konsens der Sexualwissenschaften auf, um die Weite des Diskurses in der Geschichte im kleinen Rahmen zu skizzieren. An dieser Stelle ist es wichtig zu erwähnen, dass sich innerhalb der Sexualwissenschaften die Frage um die Schädlichkeit der Selbstbefriedigung heute nicht mehr stellt, wie nachfolgend ersichtlich wird. Die Aufarbeitung der Schriften Adlers soll somit keineswegs als Bestätigung der Gültigkeit und Berechtigung seiner Masturbationstheorien aufgefasst werden, vielmehr wird die Legitimation der Selbstbefriedigung – welche wider Adlers Ansichten ist – unterstrichen. Ein umfassendes Experteninterview bietet anschließend als Ergänzung zur theoretischen Abhandlung einen exemplarischen Einblick in die individualpsychologische Praxis und ihre Haltung bezüglich der Masturbation. Das Experteninterview übernimmt in diesem Fall sozusagen eine ergänzende, felder-schließende Funktion (Bogner, Littig & Menz, 2014), indem die Ergebnisse mit der vorliegenden Literatur verglichen wurden und aufgezeigt wurde, dass die therapeutische Arbeitsweise mit den aktuellen individualpsychologischen Theorien zur Masturbation inkongruent ist.

2 *Sexualität als Mittel des persönlichen Strebens*

Die Weiterentwicklungen von Freuds ursprünglicher Triebtheorie, bei der Sexualität rein zur Lustbefriedigung diene, wurden unter anderem von Melanie Klein, Michael Balint, Heinz Kohut bis hin zu zeitgenössischen Psychoanalytiker*innen wie zum Beispiel Jean Laplanche und Ilka Quindeau vorangetrieben und brachten neue Perspektiven und Theorien zur Sexualität hervor. Eine bedeutende Konzeptänderung entstand durch das Zugeständnis, dass Sexualität noch weitaus mehr als reine Triebbefriedigung mit sich bringt und ein „bedeutendes Medium der Selbst- und Beziehungsregulation darstellt“ (Ermann, 2019, S. 60). Freuds Hang zum Primat der Sexualität und die damit einhergehende, verallgemeinernde Position der Libidotheorie auf das gesamte psychische Spektrum, insbesondere auch jegliche Formen von Psychopathologien, führte seinerseits auch seine späteren Kritiker Carl Gustav Jung und Alfred Adler zu alternativem, kontroversem Gedankengut (Ermann, 2019).

Dass die Libido als quantitative Größe an Energie in Form eines Triebes zu verstehen sei und sich die Neurose gerade durch die Angst des Ichs vor dieser auszeichne, wird in Freuds Ausführungen zur Libidotheorie ersichtlich (Freud, 1921). Dem entgegen stand Adlers Individualpsychologie mit der Auffassung, dass die Größe der Libido in der seelischen Dynamik lediglich abgeleitet sei und je nach dem gewünschten Ziel vom Individuum verkleinert, vergrößert, verzerrt oder arrangiert wird (Adler, 1911). Sie ist niemals „Ursache[n]“, sondern bearbeitetes Material und Mittel des persönlichen Strebens“ (ebd., S. 169). Adler ergänzt Freuds Causa Efficiens (Warum und Woher) hier bereits um die Causa Finalis (Wohin und Wozu), indem er die Intentionalität und Zielgerichtetheit im persönlichen Streben eines Individuums im Sinne eines teleologischen Menschenbildes postuliert (Rieken, 2010, S. 88–96).

„Während Freud uns zeigte, dass sich Sexuelles in Nichtsexuellem ausdrücken kann, hat Adler diesen Kreis von der anderen Seite geschlossen, indem er uns aufmerksam machte, wie sich in Sexuellem auch Nichtsexuelles ausformt“ (Heisterkamp, 1988, S. 41). Demnach sei auch der sexuelle Jargon lediglich als eine Ausdrucksweise und ein „Als ob“ nach Vaihinger (1911) zu verstehen. Auch der sexuelle Gedankeninhalt sei als Symbol für Teile des Lebensstils aufzufassen und nicht immer als Tatsache zu interpretieren (ebd.). Wie auf allen Ebenen, auf denen sich psychisches Geschehen ausdrücken kann, ist auch hier vom Detail auf das Ganze und umgekehrt zu schließen.

Den sozial ausgerichteten Charakter der Sexualität erwähnt Adler erstmals 1905, wenn er sich der Frage widmet, weshalb ein Säugling bei seiner Geburt bereits mit Sexualität ausgestattet ist. In diesem Zusammenhang spricht er von der „sexuellen Triebfeder“, die dem Säugling dazu dient, mit der Außenwelt in Kontakt zu treten und sich mit der Kultur vertraut zu machen. Diese sexuelle Triebfeder, die Adler auch „sinnlichen Mechanismus der Zelle“ nennt, entwickelt sich durch die körperlich sinnlichen Empfindungen, welche das Kind von früh an bei sich entdeckt und die sich über den ganzen Körper des Säuglings verteilt. Der Säugling trägt mit der sexuellen Triebfeder den Wunsch nach Befriedigung in

sich, der ihn dazu zwingt „mit all seinen Organen mit der äußeren Welt in Beziehung zu treten“ (Adler, 1905, S. 36–38). Die frühe Sexualität sei dem Individuum somit zweckdienlich, um es an die Dinge seiner äußeren Welt heranzuführen und Beziehungen einzugehen sowie in Kontakt mit der Kultur zu kommen.

Über diese erste Annahme hinweg gelangt Adler rasch zu den möglichen Risiken einer zu stark ausgeprägten Sexualität und betont die spätere Notwendigkeit der Unterdrückung von gesteigerter Sinnlichkeit, da sie der Kultur im Wege stehe. Die rasche Befriedigung kindlicher, sinnlicher Bedürfnisse führe zu einer künstlichen Steigerung der natürlichen Sinnlichkeit, in welcher Adler die Ursache von sexueller Frühreife sowie Perversionen im späteren Leben sieht. Als weiteres Übel, welches der wachsenden Kultur des Kindes den Platz verwehrt, führt er die Masturbation als Folge der Frühreife an, von der das Kind schwer abzubringen sei. Das Kind werde sich erst durch die erste Liebe von der Masturbation lösen (Adler, 1905, S. 39–40). Passagen wie diese gleichen einer Warnung Adlers vor dem Sexuellen.

2.1 *Überkompensation im sexuellen Ausdruck*

Adler (1930) zählt die Masturbation zu den Perversionen und führt weiter aus, dass alle Perversionen gemeinsame Wurzeln in einem vergrößerten Minderwertigkeitsgefühl aufweisen. Bei den verschiedenen, von ihm als sexuelle Perversionen bezeichneten Phänomenen, fand Adler fünf gemeinsame Merkmale, die er auch 1930 noch (erstmalig 1917) wie folgt anführt:

1. Jede Perversion ist der Ausdruck einer vergrößerten seelischen Distanz zwischen Mann und Frau.
2. Sie deutet gleichzeitig eine mehr oder weniger tiefgehende Revolte gegen die Einführung in die normale Geschlechtsrolle an und äußert sich als ein planmäßiger, aber unbewusster Kunstgriff zur Erhöhung des eigenen gesunkenen Persönlichkeitsgefühls.
3. Niemals fehlt dabei die Tendenz der Entwertung des normal zu erwartenden Partners, sodass bei genauem Einblick die Züge der Gehässigkeit und des Kampfes gegen diesen als wesentlich für die Haltung des Perversen hervortreten.
4. [...] kompensatorische Bestrebungen, die zur Behebung eines Gefühls der Minderwertigkeit [...] eingeleitet und erprobt wurden.
5. Die Perversion erwächst regelmäßig aus einem Seelenleben, das durchwegs Züge verstärkter Überempfindlichkeit, überstiegenen Ehrgeizes und Trotzes aufweist. Mängel tieferer Kameradschaftlichkeit, gegenseitigen Wohlwollens, der Gemeinschaftsbestrebungen treten stärker hervor, als man gemeiniglich erwartet. Egozentrische Regungen, Misstrauen und Herrschsucht prävalieren. Die Neigung „mitzuspielen“, sowohl Männern als auch Frauen gegenüber, ist

gering. Infolgedessen finden wir auch starke Begrenzungen des gesellschaftlichen Interesses (1930, S. 26 f.).

Unter diesen Aspekten kategorisiert Adler die Homosexualität, Sadismus und Masochismus, die Masturbation, den Fetisch und weitere Abweichungen seiner deklarierten Norm als Perversion. Bezüglich der Sexualität findet sich in Adlers Schriften vermehrt die Rede von einer „richtigen Linie“ (1917, S. 91-92), welcher die Masturbation als „Schädlichkeit“ (1904, S. 54), „als Verbrechen, als Verirrung, als Sünde“ (1917, S. 97) entgegenstehe.

„Das Gemeinsame an den Erscheinungen jeder sexuellen Perversion [...] ist der Ausdruck einer vergrößerten seelischen Distanz zwischen Mann und Frau“ (Adler, 1930, S. 27). Dabei meint Adler die von einer Person selbst erzeugte, selbst gesuchte Distanz zum anderen Geschlecht, die auch als „negative Motivation in Bezug auf den andersgeschlechtlichen Partner als Individuum oder als Gattung“ (Ansbacher 1978, S. 112) verstanden werden kann. Um es mit Heisterkamp's Worten zu sagen, „[W]er sich distanziert, zeigt, wieviel Angst er vor Nähe hat; wer andere entwertet, zeigt, wie wertlos er sich selber fühlt“ (Heisterkamp, 1987, S. 79).

In weiterer Instanz spricht Adler nicht nur von der seelischen Distanz, sondern auch von der Furcht vor dem*r sexuellen Partner*in (Adler, 1912, S. 300). Durch die Masturbation ist es dem*r Betroffenen möglich, sich eine Sicherung vor dem*r Partner*in zu verschaffen und dabei auf das Ergebnis zu kommen, auf diese*n verzichten zu können.

Bereits vor dem Bruch mit Freud legt Adler erste Grundsteine für seine Behauptung, Sexualität sei für die Zweisamkeit gedacht. Wenn er Nietzsche wie folgt zitiert: „Die Erotik ist Zweisamkeit“, „Leistung zweier gleichwertiger Partner“ (Adler, 1930, S. 127), unterstreicht er seine Überzeugung, dass die autoerotische Betätigung pervers und schädlich sei und einem Ausschluss und einer Bagatellisierung der Liebe gleichkäme, denn diese „würde der Liebe alle Größe, allen Glanz und allen ästhetischen Zauber nehmen“ (Adler, 1933, S. 50).

In Bezug auf die Masturbation spricht Adler auch von der „zögernden Attitüde“ (Adler, 1913, S. 76–77), die ebenso ein Kunstgriff zur Erhöhung des Persönlichkeitsgefühls ist. Wenn Adler von neurotischen Kunstgriffen spricht, dann beschreibt er damit das Erschaffen eines unbewussten Mittels, das zur Erreichung neurotischer Ziele im Sinne der Intentionalität dienen soll (Kausen, 1995, S. 277). Einen ähnlichen Sachverhalt beschreibt auch das „sichernde Arrangement“, dem die Funktion zugeschrieben wird, Grenzüberschreitungen zu verhindern bzw. abzuwehren (Adler, 1914, S. 163). Adler untermauert diese Theorie anhand von mehreren Fällen, in denen Patient*innen durch unterschiedliche Umwege bzw. Arrangements dem „Problem der Heterosexualität“ (Adler, 1913, S. 76) ausweichen, von dem Adler nur bis 1924 als solches spricht, bevor er es in ein Problem der „normalen Erotik“ umbenennt.

Als Beispiel nennt er einen Patienten, der aufgrund seiner verspürten Angst vor Frauen seine Lebenslinie im weiten Bogen um die Sexualität mit einer Frau spannt und auf die Masturbation ausweicht. Darunter versteht Adler zum Beispiel die Revolte gegen die Einfügung in die normale Geschlechtsrolle, von der er im zweiten Merkmal der Persionen spricht. Dieser Patient musste, so Adler, die Masturbation durch einen Zwang nach ihr erweitern bzw. stabilisieren und ihn als Sicherung vor einer Frau fortwährend ausüben.

1910 führt Adler die Formen der Frühsexualität und des Autoerotismus noch auf den männlichen Protest zurück. Die Masturbation ver helfe dem von Unsicherheit und Zweifel geplagten Nervösen zu einem Triumph, der ihm durch die „männlich scheinende[r] Betätigung der Sexualität“ (Adler, 1910a, S. 129) gelingt. Dadurch erreicht es der*die Nervöse, ein Gefühl des „oben“-Seins zu erhalten, wodurch er*sie nicht mit seiner*ihrer Minderwertigkeit konfrontiert wird (Adler, 1912, S. 263).

Eine mögliche Form der Überkompensation des*der Neurotikers*Neurotikerin ist die Herabsetzung anderer Personen. Diese Entwertungstendenz ist Ausdrucksform des männlichen Protests und birgt den Endzweck inne, andere zu beherrschen und über sie zu triumphieren (Hellgardt, 1995). In Adlers beispielhafter Aufzählung dazu führt er den Sadismus, Hass, Rechthaberei, Unduldsamkeit, Neid, Homosexualität sowie Persionen allgemein gefasst an (1912). Der*die Neurotiker*in ist in der Lage, sein*ihr Persönlichkeitsgefühl auch dadurch zu erhöhen, indem er*sie andere herabsetzt (ebd.).

Im fünften Merkmal der Persionen äußert sich Adler zum Gemeinschaftsgefühl. Da nach Adler (Adler, 1912, S. 179–180) vor allem die „Sprache, Sexualität und Liebe, Beruf und Tatbereitschaft“ Hauptvertreter der Gemeinschaft darstellen und die meisten Möglichkeiten für den Kontakt mit der Gemeinschaft innehaben, setzt die Neurose genau an diesen Punkten an. „In einer scheinbar feindlichen Welt erstarkt das Interesse für die eigene Person, schwindet das Interesse für die anderen“ (ebd., S. 69). Bei Personen mit einem schwach ausgeprägten Gemeinschaftsgefühl spricht Adler von Personen, die sich auf der unnützen Seite des Lebens befinden und eine falsche Stellung zu den Lebensaufgaben einnehmen (Brunner & Titze, 1995). Er führt dies auf das fehlende Vertrauen zurück, dass Lebensaufgaben durch Gemeinschaft und Zusammenhalt bewältigt werden können. „In allen Fehlschlägen des menschlichen Seelenlebens ist stets die tiefste Wurzel der Mangel des Mitlebens, Mitspielens, Mitarbeitens, Mitliebens“ (Adler, 1929, S. 350). Bei den sexuellen Störungen legt Adler die Lösung der Lebensaufgaben als eine „ich-bezogene Art“ (Ansbacher, 1978, S. 132) aus, da der*die Betroffene den Versuch der Auflösung des sexuellen Problems stets alleine aufnimmt und dabei jeglicher sozialer Ausrichtung ausweicht. Eine andere Einstellung zum Leben und den Lebensaufgaben sei nur durch die Entwicklung bzw. Weiterentwicklung des Gemeinschaftsgefühls möglich.

Jeder Mensch sei nur dann zu verstehen, wenn man ihn in enger Verstrickung und ständiger Beziehung bzw. Wechselwirkung mit seinem System erfasst und seine Art zu denken und handeln durch Bezugnahme auf dieses System herleitet (Ansbacher, 1978). Adler bezieht sich immer wieder auf die drei von

ihm deklarierten Lebensaufgaben, welche durch die Art und Weise, wie ein Individuum die Lösung derer bewerkstelligt oder eben auch nicht, Aufschluss über den dem Individuum eigenen Lebensstil geben (1929).

Die Lebensaufgaben sind: 1. die sozialen Beziehungen zu und mit anderen Menschen; 2. der Beruf; und 3. die Liebe/Ehe und die Erotik/Sexualität. Diese drei Lebensaufgaben müssen von jedem Individuum gelöst werden, denn es „steht in einer dreifachen Beziehung zur Welt. Niemand kann sich vor einer definitiven Antwort zur Frage der Gemeinschaft, des Berufs oder der Sexualität drücken“ (Adler, 1929a, S. 338). Wenn ein Individuum mit seinen Lebensaufgaben konfrontiert wird, so wird es mit Hilfe des Bewussten sowie Unbewussten die für ihn mögliche Lösung dafür finden. Wie sich diese individuelle Lösung und die Art der Bewältigung der Lebensaufgaben ausgestaltet, hängt vom Grad der Kooperationsfähigkeit und damit direkt vom Gemeinschaftsgefühl ab (Eife, 2010).

Im Artikel „Kurze Bemerkungen über Vernunft, Intelligenz und Schwachsinn (1928)“ (Adler, 1928, S. 314–320) wird der Unterschied zwischen persönlichen und allgemein nützlichen Lösungen von Lebensaufgaben anhand von Beispielen konkretisiert. Darunter führt Adler an fünfter Stelle einen „Pervertierten“ (ebd., S. 320) als Beispiel für die allgemein unnützliche Lösung an, „der nach Ausschaltung der gemeinschaftsfördernden Form dem schäbigen Rest begeistert huldigt, [...] durch diesen Trick den Komplikationen des normalen Liebeslebens entronnen“ ist und dadurch persönliche Ziele verfolgt, allerdings dabei kein Gemeinschaftsgefühl und keinen Mut aufbringe.

Eine „normale“ Entwicklung bezüglich der Masturbation umschreibt Adler an mehreren Stellen, wenn auch nie länger als durch fünf aufeinander folgende Sätze (1905; 1930; 1930). Wenn die Entwicklung der Sexualität bis ungefähr ins 14. Lebensjahr ausblieb und danach eine kurze Masturbationsperiode folgte, so sei dies für die damals vorherrschende Zeit und gesellschaftlichen Umstände als nicht krankhaft einzuordnen gewesen. Dennoch schreibt Adler im selben Absatz, dass „auch dieses Emporkommen der Sexualität, das vom Wachstum der Geschlechtsdrüsen ausgelöst zu werden scheint, mit heftigen Erschütterungen des psychischen Gleichgewichts verbunden“ (Adler, 1905, S. 40) sei. Mit dem 14. Lebensjahr verband Adler eine „entscheidende Wende zur Onanie“ (Adler, 1930, S. 124) im Leben eines Knaben (Adler verweist im Text nur auf die Knaben. Ob dies für beide Geschlechter gilt, ist nicht ersichtlich). Fast alle Knaben würden in dieser Zeit der häufigeren Masturbation „verfallen“ (ebd.), manche würden sich davon wieder lösen und manche nicht. Bei einer mehrjährigen Phase der häufigen Masturbation sieht Adler darin den Versuch, keine Bindung mit einer Frau einzugehen (Adler, 1930).

Durch Adlers mannigfaltig unterschiedliche Ausformulierungen einer gesunden sowie pathologischen sexuellen Entwicklung, bei denen ebenso Widersprüche enthalten sind, lassen sich keine eindeutigen Aussagen skizzieren.

In psychoanalytischen Beiträgen zur Masturbation findet man zu jener Zeit bereits andere Ansätze. Dass die Masturbation nur in Ausnahmefällen ein Symptom einer Erkrankung sei und lediglich in Form eines Zwangs oder Angst vor ihr und ihren Folgen pathologisch sei, wurde schon 1928 in psychoanalytischen Kreisen diskutiert (Hitschmann, 1928).

3 *Historische Entwicklungen der Masturbation*

In der Definition nach Remschmidt (Remschmidt, 2011, S. 327) wird die Masturbation (lat. manus = Hand, lat. turbatio = Erregung) als die „bewusst herbeigeführte sexuelle Erregung, die durch Manipulation an den Genitalien bis zum Eintritt der sexuellen Befriedigung herbeigeführt wird“, beschrieben. Ursprünglich hatte der Begriff der Masturbation allerdings einen stark negativen Charakter, denn die Philologen leiteten ihn bereits ein Jahrhundert nach Christus als in „manu“ und „stupro“ geteilter Form ab, woraus sich die lateinische Variante von „mit der Hand verunreinigen“ ergab (Rattner, 1965, S. 40).

Die Masturbation hat eine lange Geschichte hinter sich. Im Zuge der Anti-Masturbationskampagnen im 18. Jahrhundert wurde die Selbsterregung verteufelt, was dazu führte, dass die Kindheit entkörperlicht wurde und sich Kinder in der damaligen Zeit vor den scheinbaren Folgen der Masturbation fürchteten. Verstopfung, Epilepsie, Schwindelsucht und Wahnsinn sind nur wenige von den vielen Krankheiten bzw. Schwächen, die der Selbstbefriedigung nachgesagt wurden. Aufsehen erregte auch die Krankheit Onania, in welche die Masturbation münden und zum Tode führen sollte (Sigusch, 2008).

Im 19. Jahrhundert wurden die Folgekrankheiten, die der Masturbation zugesprochen wurden, teils durch die Rede von den „Perversionen“ abgelöst, mit denen Begrifflichkeiten wie „verwerflich“ und „ungesund“ assoziiert wurden. Die Grundlage dafür bot Richard von Krafft-Ebings Werk, „psychopathia sexualis“ über die Pathologien der Sexualität (Sigusch, 2008). Ziel des Kampfes gegen die Onanie war es, eine individuell ausdifferenzierte Sexualität, welche auf das Erleben von Lust ausgerichtet ist, zu verhindern und keine Koppelung von Sexualität und Lust zuzulassen (Lewandowski, 2008). Später wurde die bis zur Neuzeit herrschende, repressive Sexualmoral in der Gesellschaft durch den abendländischen Kulturprozess gelockert und führte dazu, dass heute nicht mehr von „der einen, richtigen Sexualität“ die Rede ist, sondern sich die Sexualität von Individuum zu Individuum unterscheidet.

Sexualität ist nicht nur als ein sehr persönliches, zwischenmenschliches Phänomen zu sehen, sondern immer auch als ein gesellschaftliches (Ermann, 2019). Die Funktion der Sexualität in der heutigen Gesellschaft ist nicht mehr ausschließlich auf die Fortpflanzung beschränkt, sondern erweiterte sich um die der Lust sowie um die der Beziehungsgestaltung. Diese Erweiterung der Motive und Motivationen für Sexualität(en) wurde von McDougall (1985) auch unter dem Begriff der „Neosexualitäten“ deklariert.

3.1 *Status quo innerhalb der Sexualwissenschaften*

Spätestens seitdem die American Medical Association 1972 die Masturbation und allgemein die Autosexualität als „natürliche Facette der menschlichen Lust“ (Brandstetter, 2013, Absatz 10) anerkannt hat, wird sie von Expert*innen als harmlos und als wichtiger Teil einer gesunden Sexualität angesehen. Von den Jüngeren wird sie heute als hilfreiche, harmlose und angenehme „Sexualpraktik eigener Berechtigung und Bedeutung“ (Sigusch, 2008, S. 39) beschrieben. Auch in sexuell funktionierenden Beziehungen ist die Masturbation bereits zu einer eigenständigen, akzeptierten Sexualform geworden, welche neben der Paarsexualität koexistiert (Schmidt, 2004).

Mit Beginn der neosexuellen Revolution wird die Masturbation weniger als eine Ersatzpraktik und zunehmend als eine eigene Sexualform gesehen und als Teil der Beziehung zu sich selbst erfasst. Um 2012 etablierte sich zusätzlich der Begriff des „Solosex“ (Kahrer, 2013, S. 147). Forschungen der Sexualwissenschaft belegten, dass die Selbstbefriedigung für den Menschen zugleich förderlich ist (ebd., S. 74).

Dennoch „haftet ihr nach wie vor das Stigma der notdürftigen Ersatzbefriedigung an, die im Vergleich zur partnerschaftlichen Sexualität nur ein minder freudvolles Schattendasein führen darf“ (Brandstetter, 2013, Absatz 10). Anhand der Masturbation lässt sich die soziokulturelle Ausdifferenzierung von Konzepten der Sexualität in ihrem möglichen Ausmaß erfassen und veranschaulichen. Dieses reicht „von der Verpönung und Bekämpfung im 19. Jahrhundert hin zur Akzeptanz und Fürsprache in der heutigen Zeit“ (Kahrer, 2013, S. 53). Ihre klinische Bedeutung hat sie dennoch verloren, sowie andere frühere Persionen auch (Remschmidt, 2011).

4 *Zeitgenössischer individualpsychologischer Bezug in der Literatur*

Bereits bei der Recherche fiel auf, dass sich die zum Thema passende Literatur auf wenige Werke und Publikationen beschränkte. Zu finden waren einige Beiträge zur Masturbation, die zu Zeiten Adlers oder auch früher verfasst wurden. Zeitgenössische Literatur zum Thema bildete dabei die Ausnahme. Dies wirft erneut die Frage auf, ob die Individualpsychologie aktuell einen Bogen um diese Passagen Adlers macht und den Gedankengang Karaïans weiterspinnen kann – dass die Individualpsychologie das Thema Liebe und Sexualität in der Psychotherapieausbildung fraglich ausreichend berücksichtigt.

Da die Konzepte der Sexualität stetig den gesellschaftlichen Veränderungen unterliegen, sind die frühen individualpsychologischen Sichtweisen nur im Kontext ihrer Zeit zu verstehen, betont Sindelar. Sie weist auf die Notwendigkeit von Darstellungen wissenschaftlicher Konzepte der gewandelten Sichtweisen der aktuellen Zeit hin und bemängelt gleichzeitig, dass die Individualpsychologie genau die Lebensaufgabe „Liebe und Sexualität“ in ihren Publikationen vernachlässige (Sindelar, 2011).

Um einen Überblick über die aktuelle literarische Landschaft der Masturbationstheorien zu erhalten, wurde grundlegende Fachliteratur der Individualpsychologie durchsucht. Grundlage dafür war die vom individualpsychologischen Fachspezifikum der Sigmund Freud Privatuniversität veröffentlichte Literaturempfehlung, welche als Basis für die Ausbildung zur*zum Individualpsycholog*in dienen soll.

Im „Wörterbuch der Individualpsychologie“ von 1995 werden im Kapitel „Sexualität“ zu Beginn Adlers Merkmale der sexuellen Perversionen zitiert und es wird im Anschluss Bezug darauf genommen. Porep schlussfolgert im eigenen Kapitel der sexuellen Perversionen, dass Adler den sexuellen Perversionen neben den Psychoneurosen eine Sonderstellung einräumte (Porep, 1995). Dabei fällt auch auf, dass im Kapitel der sexuellen Perversionen von Porep, im Unterschied zu den anderen im Buch enthaltenen Kapitel, keine neueren Konzepte und Weiterführungen erwähnt, sondern lediglich Adler selbst und in einem Absatz auch Freud zitiert werden (Porep, 1995). Auch Poreps weitere Beiträge (1995a) sowie Heisterkamps Beitrag zur Sexualität im Allgemeinen (1995) sind vorwiegend mit Adlers Gedankengut gefüllt.

Obwohl Heisterkamp im Kapitel „Sexualität“ auf den besonders dogmatischen Schreibstil Adlers in seinen Schriften über Sexualität aufmerksam macht, räumt er Adler dennoch ein „für die damalige Zeit sehr fortschrittliches Konzept“ (Heisterkamp, 1995, S. 449) des Sexuellen ein. Dieses Konzept sei von Adlers Nachfolgern nicht zur Weiterentwicklung aufgegriffen worden, sondern lediglich mannigfaltig wiedergegeben worden. Heisterkamp bemängelt, dass das erneute Wiedergeben der erwähnten, bis dato ident gebliebenen Schriften, diese rückständiger machen würde.

Selbst in Ansbachers Buch (1978), welches sich ausschließlich den Sexualtheorien Alfred Adlers widmet, wird die Masturbation lediglich im Rahmen der Aufzählung verschiedener „Perversionen“ und deren Ausprägungsformen angeführt. Auf 179 Seiten kommt der Begriff „Masturbation“ (oder Synonyme dafür) insgesamt fünfmal vor (S. 90; S. 110; S. 115; S. 118; S. 119). Keine der fünf Erwähnungen enthält neue Aspekte, es kommt demnach zu keiner differenzierten Betrachtungsweise der Masturbation als solche, stattdessen wird sie mit den restlichen „Perversionen“ pauschalisiert, wie es einst Adler tat.

Auch Jacoby (1983) hat sich wenig von Adlers Ansichten entfernt, wenn er schreibt:

„Alle Arten von Rückzug aus der Geschlechtsrolle verbinden sich häufig mit Zwangsmasturbation, die dazu dient, sich selbst Potenz und erotische Empfindungsfähigkeit zu beweisen, das andere Geschlecht zu entwerten, den Partner aus der Wirklichkeit in die Phantasie zu verlegen und die Distanz zum anderen Geschlecht zu vergrößern.“ (Jacoby, 1983, S. 67)

Jacoby bezieht sich hierbei explizit auf die Entwertungstendenz, welche Adler in den Merkmalen der Perversionen beschreibt.

4.1 Adlers Disziplinierungen und Moralisierung

Heisterkamp beschreibt, dass besonders in Adlers Schriften zur Sexualität kaum Empathie zu erkennen sei, wie man sie von anderen Stellen gewohnt ist, da er sich sehr „harte[r] und barsche[r] Formulierungen“ (Heisterkamp, 1987, S. 85) bedient. Weiter schreibt er Adler in seinen Werken in Bezug auf die Sexualität „restriktive und manipulative Züge“ zu und hebt hervor, dass sich darin „ein stattlicher Katalog von absoluten Normierungen der Liebe und der Sexualität“ auffinden ließe (ebd., S. 84 f.). Deutliche Disziplinierungen sollen in Adlers Fallbeispielen vorkommen, in denen beispielsweise Patienten als Feiglinge bezeichnet werden, denen das Antisoziale hervorgehoben und entlarvt werden müsse. Parallel betont Adler jedoch, wie wichtig die pädagogische Komponente im erzieherischen Prozess sei. Diesbezüglich weist Heisterkamp vor allem auf den entstandenen Konflikt hin, der sich einerseits durch die „problematische[n] Gleichsetzung zwischen Erziehung und Therapie“ (ebd., S. 85) ausmachen lässt. Andererseits führe die Widersprüchlichkeit in Adlers Theorien zu Ambivalenzen in der therapeutischen Rolle, durch welche man in einen Konflikt gerät, „den der Patient unweigerlich als Inkongruenz seines Therapeuten erlebt“ (ebd., S. 85). Heisterkamp spricht insofern von Widersprüchlichkeiten, da er Adlers Disziplinierungen und Normierungen sexueller Störungen seinem Prinzip der Ermutigung als Therapiekonzept gegenüberstellt. Wie soll ein*e Therapeut*in eine*n Patient*in, von dem er*sie denkt, er*sie sei ein*e antisozialer Feigling, diese*n authentisch ermutigen? Aus dieser problematischen Gleichsetzung schließt er auf einen unauflösbaren Konflikt „von Manipulation oder gar Denunzierung“ (ebd., S. 84), der zum Bestandteil der therapeutischen Beziehung wird und einer freien, nicht-wertenden Haltung seitens des*der Therapeut*in widerspricht. „Auf der einen Seite steht das Prinzip der Ermutigung, auf der anderen stehen die Erziehungsziele, und der Bindestrich zwischen beiden fokussiert die Leerstelle in Adlers Theorie“ (ebd., S. 84).

Auch Sindelar bezieht sich auf Heisterkamp, wenn sie einräumt, dass bei störungsspezifischen Publikationen vor allem die sexuellen Störungen randständig seien (Sindelar, 2011). Am Beispiel der Masturbationstheorien wird spürbar, dass sich Adler im Bereich der Sexualität keiner ganzheitlichen Sichtweise bediente und die Bezugnahme auf den individuellen, situativen Kontext vermehrt fehlt (Heisterkamp, 1987). Dass jedoch genau die Berücksichtigung dieses Kontexts für die individualpsychologische Sichtweise von so großer Bedeutung und nach Adler stets unerlässlich ist, wird anhand einer seiner Passagen von 1930 ersichtlich:

„Es ist ein irreparabler Fehler, Symptome aus ihrem naturgegebenen Zusammenhang zu reißen und isoliert zu betrachten. Ein solcher, derzeit in der Neurosenpsychologie noch allgemein geübter Vorgang gleicht dem Beginnen, aus einer Melodie eine Note herauszuholen und einzeln zu betrachten. Für das Verständnis nervöser Erscheinungen ist ihr gesellschaftlich gegebener und sich gesellschaftlich auswirkender Zusammenhang streng im Auge zu behalten.“ (Adler, 1930, S. 106)

Demnach müssen auch die sexuellen Inhalte und Muster lebensstiltypisch betrachtet und relativiert werden, da sie Ausdrucksformen der ganzheitlichen Persönlichkeitsstruktur sind (Heisterkamp, 1987). Dazu plädiert Ringel (1973) ebenso wie Heisterkamp schon früh für eine ganzheitliche Sichtweise von sexuellen Symptomen und betont, dass es etwas isoliertes, rein Sexuelles nicht gebe. Bezüglich der Bewertung und Pathologisierung der Masturbation scheiden sich jedoch die Meinungen in unterschiedliche Richtungen.

4.2 *Masturbation als Teil der Entwicklung eines jeden Menschen*

„Es erübrigt sich wohl, darauf hinzuweisen, dass natürlich nicht jede Selbstbefriedigung ein neurotisches Symptom ist; irgendeinmal macht jeder Mensch damit Bekanntschaft – so dass etwa Kauders meinte, wer die Frage, ob er jemals onaniert habe, mit nein beantworte, sei als prinzipieller Lügner entlarvt –, normalerweise aber wird sie bald aufgegeben, bleibt also ein Stadium auf dem Wege zur normalen [sic!] Sexualität; erst die Fixierung dieser ‚Gewohnheit‘ spricht dafür, dass ein neurotisches Symptom vorliegt, oft bereits in der Kindheit präformiert.“ (Ringel, 1973, S. 53–54)

Demnach verhilft auch Ringel der Masturbation schon sehr früh zu einer weniger verpönten Stellung innerhalb der Individualpsychologie. Er bleibt damit einer der wenigen, die sich zur Masturbation in einer weniger moralisierenden Art und Weise äußern. Es fällt dennoch auf, dass auch Ringel die Masturbation im späteren Leben als bedenklich erachtet, wenn er sie als ein „Stadium auf dem Wege zur no[r]malen Sexualität“ (Ringel, 1973, S. 54) bezeichnet. Was Ringel unter der normalen Sexualität in Bezug auf die Masturbation versteht, führt er nicht weiter aus. Seine Anmerkungen zur Masturbation beschränken sich auf das im vorhergehenden Absatz angeführte Zitat.

4.3 *Die „absolute Harmlosigkeit“ der Masturbation*

Eine frühe Ausnahme in dieser Hinsicht stellt Rattner dar, der bereits 1965 der sexuellen Selbstbefriedigung seine Schädlichkeit absprach, da daran durch die anzutreffende Häufigkeit der Masturbation in der Gesellschaft nicht einmal zu denken sei. Um die „absolute Harmlosigkeit der sexuellen Selbstbefriedigung [zu] betonen“ (Rattner, 1965, S. 42), führte er einige Zitate an, in denen die Masturbation als entspannend, unschädlich, normal und als eine Variante der Liebe bezeichnet wird. Die Masturbation sei ein Schreckgespenst früherer Jahrhunderte, welche nur durch eine „objektive und von Moralismus freie Betrachtungsweise“ (ebd., S. 43) richtig gewürdigt werden könne:

„menschliches Verhalten ist immer charakterbedingt und bildet Glied und Teilstück der gesamten Persönlichkeit. In diesem Sinne ist es notwendig, das Onanieren jedes einzelnen Menschen individuell zu untersuchen. Nur aus einer solchen individualisierenden Betrachtung kann der

Sinn eines bestimmten Verhaltensmusters erahnt werden; die allgemein vorhandene Onanie nimmt bei jedem Individuum ihre besondere Form an, die allein uns über ihren Wesensgehalt Auskunft gibt. In den Worten Alfred Adlers: „Wenn zwei dasselbe tun, ist es nicht dasselbe!“ (Rattner, 1965, S. 46)

Rattner konstituiert damit eine neue, zur individualpsychologischen Haltung kongruente Sichtweise auf die Masturbation, indem er Adlers Ansichten sozusagen mit seinen eigenen Worten widerlegt. Infolgedessen verwundert es, dass Rattner auf den darauffolgenden Seiten Adlers Theorien in gewissen Aspekten an Korrektheit einräumt und Personen, die masturbieren als „[K]ontaktlose Charaktere“ bezeichnet (ebd., S. 49). Indem er bestätigt, dass sich durch die Onanie der Sexualtrieb ohne Beziehung zur Mitwelt befriedige (mit Ausnahme der Phantasiegestalten), weist er auf die Möglichkeit hin, dass sie zu einer „neurotischen Ausweichstaktik angesichts der gefürchteten Beziehung zum anderen Geschlecht werden“ kann (ebd., S. 47). Bei diesen zwei voneinander abweichenden Positionen stellt sich die Frage nach ihrer Vereinbarkeit. Rattner pendelt an dieser Stelle zwischen einem „es kann eine Möglichkeit sein“ und einem „es ist immer so“ hin und her.

Später (2001) lässt Rattner die Diskussion um die Masturbation, gemeinsam mit Danzer, erneut erwachen. Dabei entfernen sie sich von den alten Lastern, die der Masturbation zugeschrieben wurden und bezeichnen sie als harmlose Abreaktion, welche aufgrund von natürlichen Bedürfnissen zustande käme:

„Wenn der einsame Mensch onaniert, folgt er einem natürlichen Trieb, mit dem er sich weder gegen Gott noch gegen den eigenen Leib versündigt. Aber seelisch und geistig geht er dabei leer aus. Das ist das Einzige, was man gegen die Onanie einwenden kann. Auch kann man gegen sie sagen, dass in ihr weder Daseinseinigung noch Daseinsmehrung stattfindet. Darum ist Liebe oder Sexus zu zweit enorm wünschbar.“ (Danzer & Rattner, 2001, S. 64)

Dennoch sind Adlers Theorien zur Masturbation auch hier wiederzufinden:

„Habituelle Onanie entsteht nicht selten auf dem Hintergrund einer Beziehungsschwäche; der Betreffende kann oder will kein zärtliches Verhältnis zu einem Partner etablieren und vergnügt sich an sich selbst. Zu diesem Modus gehören im Allgemeinen Kontaktmangel, Angst, Unsicherheit und eine gewisse Bequemlichkeit; es ist viel leichter, die Sache mit sich allein abzutun, als ein Du für die gemeinsame Lust zu gewinnen.“ (ebd., S. 61–62)

Dazu, dass die Masturbation innerhalb der Individualpsychologie unter den Perversionen eingeordnet wurde, wollen Rattner und Danzer Stellung beziehen, wenngleich ihr Verfasstes im selben Abschnitt einem Urteil anmutet:

„Daher haben manche Autoren die Selbstbefriedigung bei dieser Sinnggebung als die Urform der Perversion bezeichnet. Wir wollen hier nicht untersuchen, ob dies richtig oder falsch ist. [...] Der Sexus ist nicht dazu da, als Privatsache erledigt zu werden. Er drängt zum Du und soll das auch tun; wo das nicht zustande kommt, ist die Reife und die innere Entfaltung des Individuums zweifelhaft.“ (ebd., S. 115)

An dieser Stelle konnte leider nicht erforscht werden, auf welche Autoren sich Rattner und Danzer dabei beziehen, da diese im Werk nicht angeführt werden. Obwohl auch bei den individualpsychologischen Vertretern immer wieder die Rede von der Harmlosigkeit der Masturbation ist, werden vermehrt schädliche Folgen und Komplikationen im selben Zusammenhang aufgezählt. Es entsteht der Eindruck einer ambivalenten Position.

Aktuellere Publikationen speziell zur Masturbation konnten im Rahmen der Recherche nicht ausfindig gemacht werden. Zeitgenössische Beiträge zur Lebensaufgabe Liebe und Sexualität beinhalten Fallbeispiele, in denen der*die Protagonist*in masturbiert, jedoch wird das Thema nebensächlich behandelt, wie zum Beispiel im 2018 erschienenen Buch „Wer bin ich und wen ich liebe. Identität – Liebe – Sexualität“ (Wahl, 2018).

5 *Individualpsychologischer Bezug zur Masturbation in der Praxis*

In der Vorbereitung zum Experteninterview erwies sich ein*e Individualpsycholog*in mit Zusatzausbildung zum*r Sexualtherapeut*in als geeignete*r Interviewpartner*in. Bezeichnend war jedoch, dass die Recherche (Stand September 2019) insgesamt 22 individualpsychologische Psychotherapeut*innen mit dem selbst angegebenen Fachgebiet Sexualität ergab. Bei der näheren Überprüfung war jedoch keine*r mit der Zusatzausbildung zum*r Sexualtherapeut*in unter den 22 Personen des Ergebnisses. Aus diesem Grund wurde alternativ ein Interviewpartner gewählt, welcher sich durch jahrelange Praxiserfahrung sowie durch Publikationen und gehaltene Seminare dennoch als Experte zum Thema Sexualität bezeichnen lässt. Die Wahl fiel auf Herrn Univ. Prof. Dr. Thomas Stephenson. Vor allem seine Vortragsreihe „Sexualität und Liebe“ erlaubte es, ihn als geeigneten Interviewpartner anzusehen.

Das Experteninterview erfolgte mittels einem teilstrukturierten Interviewleitfaden, der die Ergebnisse der Literaturarbeit auf Hauptthemen reduziert beinhaltete und in ein Kategoriensystem nach Mayring (2010) zusammenschloss. Als Auswertungsmethode wurde auf ein Mischverfahren der deduktiven und induktiven Kategorienbildung der qualitativen Inhaltsanalyse nach Mayring (2010) zurückgegriffen. Im Zuge der Auswertung der deduktiven Kategorienbildung wurden jene Passagen des Interviews, die einer Kategorie zugeordnet werden können, in Verbindung mit den gewonnenen Informationen des Literaturstudiums gebracht. Das Potential der gemischten Form der induktiven und deduktiven

Kategorienbildung war, dass Aussagen seitens des Interviewpartners, welche keiner Kategorie zugeordnet werden können, durch diese Methodik identifiziert und zu neu definierten Kategorien zusammengefasst werden konnten. Abschließend ermöglichten diese Aussagen als neu gewonnene Daten Aufschlüsse über die Konformität der Theorien über die Masturbation mit deren praktischer Umsetzung innerhalb der Individualpsychologie (ebd.).

Die Ergebnisse des Interviews erheben keinen Anspruch auf Repräsentativität, da dafür eine deutlich größere Stichprobe benötigt würde. Dennoch kann auch bereits dieses eine umfassendere Interview eine Möglichkeit der individualpsychologischen Praxislandschaft aufzeigen und zu anschließenden Hypothesen verhelfen.

5.1 Ergebnisse des Experteninterviews

Der Interviewpartner stimmt Adler im ersten Punkt zu – nämlich, dass die Zwangsmasturbation von einem Individuum als ein Symptom eingesetzt werden kann. Klare Differenzen zeigen jedoch seine weiteren Erläuterungen auf, in denen er festhält, dass nicht das Symptom – demnach die Zwangsmasturbation – das Problematische sei, sondern das, was darunter liegt. Lediglich der Auslöser, warum jemand zu einem zwanghaften Verhalten neigt, ist für den*die Psychotherapeut*in von Bedeutung und nicht primär das Symptom (T. Stephenson, persönliche Kommunikation, 17. September 2019). Im Unterschied zu Adler ist das Problem der nicht gelöste, innerliche ambivalente Zustand, der nicht zwingendermaßen etwas mit der Masturbation zu tun haben muss. Als pathologisch erachtet er die Masturbation lediglich dann, wenn „zum Teil selbstdestruktives Verhalten passiert“. Die Masturbation als etwas Schädliches an sich darzustellen wäre seiner Meinung nach absurd – unabhängig vom Alter, folglich in allen Lebensabschnitten.

In Bezug auf die Häufigkeit der Masturbation sei die Individualität von Verhalten und Erleben wichtig. Ähnlich wie mit dem häufigen Händewaschen, denn auch das Händewaschen per se sei nichts Pathologisches. Die Häufigkeit und die individuelle Zufriedenheit würden dabei bestimmen, ob das Verhalten eines Menschen pathologisch eingestuft wird oder nicht.

Nachdem auch im Interview ähnliche Schlüsse gezogen wurden, dass Adlers Stellung zur Sexualität primär aus den Konflikten zu Freud und der Psychoanalyse rühren könnte und diese Dynamik vermutlich teilweise bis heute generationenübergreifend in ähnlicher Weise fortgeführt wird, sieht auch der Interviewpartner hier deutlichen Aufhol- und Aufarbeitungsbedarf. Dafür ist vor allem das historische Bewusstsein eine Grundvoraussetzung, um sich anschließend kritisch mit den Wurzeln und den daraus entstandenen, theoretischen Inhalten auseinandersetzen zu können und bei Bedarf Theorien weiterzuentwickeln beziehungsweise sich auch von ihnen trennen zu können.

„(...) wir – Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten – ohne historisches Bewusstsein sind (...) aufgeschmissen. Da können wir nicht das Richtige tun.“ (T. Stephenson, persönliche Kommunikation, 17. September 2019)

Zu Adlers Schriften über die Masturbation fand er klare Worte, die seine Position versinnbildlichten: „darüber machen wir das Kreuzzeichen und versenken es ganz, ganz tief in ein Grab und werden da ein Lichtlein vielleicht noch anzünden, aber dann sollten wir es bitte ruhen lassen und vergessen. Weil das ist eine einzige Katastrophe“ (T. Stephenson, persönliche Kommunikation, 17. September 2019).

5.1.1 In der individualpsychologischen Literatur zur Masturbation unberücksichtigte Aspekte

Als Beispiele für unberücksichtigte Funktionen der Masturbation kristallisiert sich das Körpererleben, eng verbunden mit der Körperregulation und dem Lustempfinden heraus. „[D]ass es hier um die Beziehung zum eigenen Körper geht“ (T. Stephenson, persönliche Kommunikation, 17. September 2019) und durch positive Erfahrungen damit auch das Selbstbild aufgewertet werden kann, wird als offenkundig erachtet. Obwohl hierbei ebenso von kompensatorischen Strebungen die Rede ist, sieht der Interviewpartner die Möglichkeit, durch die Selbstbefriedigung Gefühle, Empfindungen und Bedürfnisse zu regulieren keineswegs als eine pathologische. Im Gegenteil, er erachtet es als „gescheit, raffiniert, geschickt“ (ebd., 108). In Kohärenz dazu spricht er auch von der Schwierigkeit, dass es noch immer Patient*innen gibt, die keine Erfahrungen mit der Selbstbefriedigung haben und für welche dieses Thema Tabu ist. Im Laufe der Therapie sollte dieses Tabu aufgelockert werden.

Ein weiterer neuer Aspekt ist die durch die Masturbation empfundene Selbstwirksamkeit; die Fähigkeit, durch die sich eine Person fähig fühlt, Dinge und Aufgaben eigenständig zu ändern und/oder zu bewältigen (Beierlein, Kovaleva, Kemper & Rammstedt, 2012), da sie einer Person das Gefühl von Unabhängigkeit und Autarkie geben kann (T. Stephenson, persönliche Kommunikation, 17. September 2019).

Durch den Verweis auf das Konzept der personalen Wirheit stellte der Interviewpartner die Perpetuierung der Vorstellung einer zu bevorzugenden Paar-Sexualität als veraltet dar und konnte aufzeigen, dass es möglich ist, Sexualität positiv zu erfahren, „wenn eine Person mit sich selbst Sex hat und das gut erlebt. Weil es da eben die Möglichkeit hat, ungestört von der Einflussnahme oder von der gleichzeitigen Aktivität einer interpersonalen Wirheit, (...), sich auf die eigene Wirheit konzentrieren zu können und da sozusagen diese Kontaktnahme verschiedener Anteile auf sexueller Ebene miteinander gestalten zu können und erleben zu können“ (T. Stephenson, persönliche Kommunikation, 17. September 2019). Durch die Masturbation kann auch ein Mehrwert innerhalb einer Beziehung erlangt werden, indem sich beide Personen selbst kennen lernen und am eigenen Körper Lust- sowie

Unlustempfindungen erfahrbar machen, um in späterer Folge bei der gegenseitigen Masturbation davon zu profitieren. Eine mögliche Vorbereitung und „auch quasi ein Stückchen proben zu können“ (ebd.), was im nächsten Schritt in der Sexualität mit einem Du gestaltet wird.

In Hinblick auf die aktuelle psychotherapeutische Praxis ergibt sich die Problematik, dass die Rolle der Sexualität innerhalb der therapeutischen Beziehung – also zwischen Therapeut*in und Patient*in – immer wieder außer Acht gelassen wird. Meist werden die sexuellen Themen des*r Patient*in thematisiert, weniger jedoch die Dynamiken zwischen den zwei anwesenden Personen.

„[Z]wei sexuelle Wesen sind allein in einem Raum und machen etwas extrem Intimes – nämlich Psychoanalyse. Da kann es nicht anders sein, als dass Sexualität im Spiel ist. Liebe und Sexualität in der Beziehung dieser beiden. Und wenn man das nicht ganz genau anschaut und ganz viel auch thematisiert, dann haben wir da eine Soll-Bruchstelle.“ (T. Stephenson, persönliche Kommunikation, 17. September 2019)

Adlers Darstellungen der Masturbation als ein kompensatorisches Mittel (Distanz zum*r Partner*in, Furcht vor dem*r sexuellen Partner*in) ergänzt er durch die Betonung, dass diese immer nur eine Möglichkeit von vielen sei. „Wir danken Alfred Adler für dieses Aufzeigen einer dieser Möglichkeiten, aber wenn er sagt, dass [Masturbation] [...] immer das [ein Abwehrmechanismus] ist, dann dürfen wir ihn nicht ernst nehmen. Ganz klar“ (T. Stephenson, persönliche Kommunikation, 17. September 2019).

Die Frage, ob sich Literatur und Praxis zum Thema unterscheiden, kann klar bejaht werden. Mögliche Gründe für die Entstehung solcher wertenden und diskriminierenden Schriften über die Masturbation wurden im Interview diskutiert und darauf zurückgeführt, dass Adlers Entfernung von Freud und der Psychoanalyse auf seine Konzepte und Theorien Einfluss genommen hat und er sich womöglich dadurch nicht mehr im ausreichend tiefen Maß damit auseinandergesetzt hat. Sehr überspitzt könnte man sagen, dass Adler durch seine Schriften zum Thema Sexualität möglicherweise seiner Kränkung durch den Ausschluss der Mittwochsgesellschaft Ausdruck verlieh. Nämlich, in klassisch überkompensatorischer Hinsicht, da er sich nicht mit dem Gegenstand auseinandersetzte (im Unterschied zu den meisten anderen Gebieten seiner Lehren), sondern ihn auf oberflächlicher Ebene im übertriebenen, wertenden Ausmaß abhandelte. Das würde darauf schließen, dass es für Adler selbst gefährlich gewesen wäre, sich mit dem Thema Masturbation in friedlicher Absicht vertraut zu machen, denn dann hätte er sich gleichzeitig ein Stück weit seine Kränkung und damit seine Verletzlichkeit eingestehen müssen.

Auch wenn die im Rahmen der Literaturrecherche zitierten individualpsychologischen Vertreter*innen zumeist bereits einer älteren Generation angehören, so sind diese Publikationen dennoch als aktuell zu bezeichnen, da es keine jüngeren individualpsychologischen Beiträge zum Thema Masturbation gibt. Auch diese Tatsache lässt schließlich auf die Wertigkeit des Themas im individualpsychologischen

Diskurs schließen. Hier ist die Frage selbstverständlich nachvollziehbar, ob das Thema in der heutigen Zeit überhaupt noch einen Diskussionsbedarf aufweist. Auch wenn sich in anderen Disziplinen oder Psychotherapiemethoden die Frage nach der Legitimation der Selbstbefriedigung, Masturbation und Autoerotik im Allgemeinen nicht mehr stellt, so steht sie dennoch für die Individualpsychologie bisweilen im Raum. Denn im Unterschied zur individualpsychologischen Literatur ziehen sich durch andere Disziplinen oder Fachgebiete keine aufzuarbeitenden Schriften zum Thema durch – und wenn doch, habe die Aufarbeitung schon stattgefunden, wie teils in der Psychoanalyse zu beobachten ist (Person, 1999).

Während die Psychoanalyse die Masturbation sowie die begleitenden Phantasien der Autoerotik des*r Patient*in für den analytischen Prozess brauchbar macht und erkannt hat, dass dadurch ein sehr effizienter Weg zum Unbewussten eingeschlagen werden kann (Geißler, 2001), fehlen solche Ansätze in den meisten individualpsychologischen Literaturen. Vergleichsweise geht es in der psychoanalytischen Literatur schon lange nicht mehr um die Frage nach der Entpathologisierung der Masturbation oder um die Klärung ihrer Legitimation in gewissen Altersabschnitten. In der modernen Psychoanalyse wird das Ergründen des gesamten Spektrums der Autoerotik, insbesondere der Masturbation, mittlerweile als mögliches wertvolles Instrument in der therapeutischen Behandlung gesehen und in diese integriert. So hat der Psychoanalytiker Kahr erhoben, dass sich bei 90 Prozent der Masturbationsphantasien frühkindliche Traumatisierungen (sowohl leichte wie auch starke Traumatisierungen) in verdeckter Form wiederholen und diese in erotischer Art und Weise bearbeitet werden. Hierbei muss betont werden, dass Kahr nur knapp 5 Prozent der Stichprobe für behandlungswürdig einstufte (Kahr, 2007). Diese intimen Phantasien eines Menschen können also, wie schon angekündigt, Einblicke in die für die Person wesentlichen Narrative geben. Demgegenüber verwundert es doch sehr, dass in der individualpsychologischen Literatur gleichzeitig teils noch sehr veraltete Ansätze zu finden sind und auch Adlers Theorien zur Masturbation im Rahmen neuerer Publikationen wiedergegeben werden (ohne Hinweis darauf, dass diese mit heutigem Stand der Wissenschaft nicht mehr haltbar sind).

Alternative Theorien, welche nicht von einer Distanzierung zum*r möglichen sexuellen Partner*in oder von einem Ausweichen einer Lebensaufgabe ausgehen, lassen sich aktuell nur in allgemein gefasster Literatur finden, folglich jener, die nicht primär individualpsychologisch ist. Person verwies zum Beispiel bereits 1980 auf die wichtige Funktion der Masturbation, welche es einem*r erlauben würde, Genuss durch die sexuelle Betätigung zu verspüren, ohne dafür ein externes Objekt zu benötigen. Sie schreibt der Masturbation eine gewisse Selbstgenügsamkeit und das Beitragen zur Autonomieentwicklung zu (Person, 1980). Die Fähigkeit und das Bewusstsein darüber, Bedürfnisse und Gefühlsregungen selbst positiv beeinflussen zu können, wirkt sich erwiesenermaßen positiv auf die menschliche Psyche aus (Wiener, 2009). Individualpsychologisch könnte man sagen, der Mensch ist sich dadurch ein Stück weit mehr seiner Fertigkeiten mächtig und verharret nicht in einer ohnmächtigen Position.

Wie sich im Interview durch den Hinweis auf die personale Wirheit herausstellt, muss die Masturbation nicht zwingend die Distanz zum*r Partner*in aufbauen, sie ist ebenso fähig, diese abzubauen und mit Hilfe der Phantasien die Einheit zu ihm*ihr zu symbolisieren und durch sie Emotionen auszudrücken beziehungsweise spürbar zu machen.

5.2 *Wirkt Adlers Erbe innerhalb der Individualpsychologie konflikthaft weiter?*

Adlers Annahme des Pathologischen der Masturbation ist selbstverständlich nicht pauschal zu negieren. Vielmehr ist es eine Möglichkeit von vielen, dass sich im Bereich der Sexualität, konkret durch die Selbstbefriedigung pathologische Muster erkenntlich zeigen. Wie Rieken und Gelo (2020) postulieren, ist es die Herausforderung der Psychotherapiewissenschaft, dialogisch zwischen nomothetischem und idiografischem Wissenschaftsverständnis zu balancieren. Wenn Adler von dem Schädlichen der Masturbation als solche schreibt, so bedient er sich einem verallgemeinernden, kausalen Verständnis von Ursache und Wirkung und versäumt eine notwendige Ergänzung um idiografische Aspekte, gekennzeichnet durch „Relativismus, Subjektivismus/Transaktionalismus, Konstruktivismus, aber auch Perspektivismus“ (Gelo & Rieken, 2020, S. 11).

Jede Wissenschaftstheorie ist um Repräsentativität bemüht und möchte wesentliche Erkenntnisse und Zusammenhänge erfassen, die im Idealfall auf ein großes Ganzes anwendbar sind. Da die Psychotherapiewissenschaft notwendigerweise auf ein hermeneutisches Erfassen der Individualität angewiesen ist, kann sie jedoch nicht vom „Normativen“, sondern muss vom „Einzigartigen“ ausgehen (Eife, 2016, S. 11).

Adler hat sich bekannterweise unter anderem wegen dem Primat der Sexualität von Freud entfernt. Dennoch gesteht er der Masturbation ätiologisch einen großen Stellenwert zu und behauptet von ihr, sie sei Ursache und Symptom zugleich. An anderer Stelle schreibt Adler jedoch von der Sexualität im Allgemeinen, sie sei niemals „Ursache[n], sondern bearbeitetes Material und Mittel des persönlichen Strebens“ (Adler, 1911, S. 169). In Bezug auf die Masturbation spricht er jedoch genau davon. Nämlich, dass die Masturbation Ursache für mehrere psychische Einbußen sei und durch sie mit schweren Folgeschäden zu rechnen sei (Adler, 1905). An einer Stelle schreibt Adler, der „Onaniezwang dient dem Trotz und der Sicherung“ (Adler, 1911, S. 165), an anderer Stelle spricht er hingegen davon, dass die Masturbation Auslöser und Ursache des Trotzes und der Sicherung sei (Adler, 1904, S. 33). Auch hier wird wieder ersichtlich, dass einerseits Adlers Theorien zur Masturbation Widersprüchlichkeiten aufweisen und andererseits, dass auch die individualpsychologische Literatur mit dem aktuellen Stand der Wissenschaft innerhalb der Methode auf keinen gemeinsamen Nenner kommt. Denn auch in diesem Punkt ergab das Interview, dass die Masturbation niemals Auslöser beziehungsweise Ursache für ein psychisches Symptom darstellt, sondern immer bearbeitetes Material, das sich teleologisch in den Dienst der Gesamtpersönlichkeit stellt.

Relativ unscheinbar im Hintergrund verweilt jedoch die individualpsychologische Geschichte zum Thema – als hätte es sie nicht gegeben, beziehungsweise als wäre sie nicht mehr von Relevanz. Worauf bis heute kein Blick geworfen wurde, ist, dass auch Adlers Persönlichkeit per se einen großen Einfluss auf seine Sicht der Dinge und somit auch auf seine Theorien haben konnte. Wäre es für die individualpsychologische Community zu gefährlich, wenn man dem Gründer der Methode eine diskriminierende, homophobe und konservative Komponente zuschreiben müsste? Würde dies für die Individualpsychologie womöglich in gewisser Weise Vaternachbegründung bedeuten? All diese Fragen drängen dazu, Karaïans Hypothesen, die in der Einleitung einen ersten Einblick in das individualpsychologische Terrain zum Thema gegeben haben, erneut aufzugreifen und weitere Perspektiven auszuschöpfen.

Erkenntnisse aus dem Narrativ des Interviewpartners wurden bis hier bereits dargestellt. Ergänzend kann die Interviewsituation per se in ihrer Art und Weise im Sinne einer methodenbefreiten Hypothesengenerierung mit tiefenhermeneutischem Ansatz im Zuge eines psychodynamischen Verständnisses beleuchtet werden, denn auch der Interviewpartner verwies bei seinen Ausführungen auf Adlers historische Verwobenheit und seine konfliktreiche Geschichte mit der Psychoanalyse und ließ Adler als Person außen vor. Er neigte dazu, Adlers Theorien mit dem Hinweis auf die Abgrenzungsthematik auf Freud quasi zu legitimieren (dies ist natürlich auch ein wichtiger Aspekt im Hinblick auf die Entstehung seiner Theorien), jedoch versuchte er Adler während des gesamten Interviews zu „erklären“, ihn zu rechtfertigen. So als würde er sagen „ja, das ist aus heutiger Sicht wirklich nicht mehr haltbar und gehört geändert, aber Adler konnte damals ja nicht anders“. Eine mögliche Deutung könnte sich dahingehend formen, ob diese Rechtfertigungen als Abwehrmechanismus verstanden werden können, der die Scham über- und verdecken soll, die spürbar würde, wenn sich Individualpsycholog*innen von heute mit Adlers Theorien über die Masturbation tiefergehend konfrontieren würden. Auch die Interviewsituation ließ eine gewisse Nervosität beim Interviewpartner erahnen, die sich genauso durch die generationenübergreifende Scham innerhalb der Individualpsychologie verstehen ließe. Die große Bemühung, Adlers problematische Schriften in ihrem Ursprung zu erklären und durch möglichst viele neue Ansätze aufzuwerten, wirft die Frage auf, ob sich darin die (dem Thema gegenüber) empfundene Minderwertigkeit als Individualpsychologe zeigt. Hier könnte die Scham auch im Sinne einer unbewussten Distanzierung von Adlers „weniger vorzeigbaren“ Schriften sein, während auf bewusster Ebene der Interviewpartner Adlers Theorien zu erklären versuchte.

Ein ähnliches Spannungsverhältnis war auch bei den Individualpsycholog*innen erkennbar, die sich in den raren Publikationen zu Adlers Theorien über die Masturbation äußerten. Bei Rattner (1965) war beispielsweise spürbar, dass er Adler gerne in einigen Aspekten widersprechen würde (und dies im ersten Schritt auch tat) und eine ganzheitlichere Sicht auf das Thema darlegen möchte, sich dann aber im nächsten Schritt distanziert, indem er auf den darauffolgenden Seiten doch noch Adlers Behauptungen aufnimmt, sie bejaht und den eigenen Argumentationen beimischt. Bildet sich dabei

womöglich ein ambivalentes Verhältnis ab, welches auf einen noch immer aktuellen Konflikt innerhalb der Individualpsychologie hindeuten könnte?

6 *Ausblick*

In Zeiten des Normenwandels, in der sich traditionelle Geschlechterrollen und Sexualitäten verändern, bieten psychoanalytische Theorien mit ihrem Verständnis vom Unbewussten und der Psychodynamik hilfreiche Erklärungsmodelle, wie sie zum Beispiel bei Nissen und Zeitzschel (2019) zu LGBTQ+-Themen zu finden sind. Im Idealfall ergänzen psychoanalytische Theorien die zeitgenössischen gesellschaftlichen Entwicklungen und tragen zu einem erweiterten Verständnis bei. Eine kritische Reflexion der eigenen Theorien und des „eigenen begrifflichen Archivs und Argumentierens“ ist dabei unerlässlich (Laquière-Waniek, 2011, S. 5). Damit die Individualpsychologie dem gerecht wird, braucht es sowohl den offenen Blick in die Vergangenheit und Geschichte als auch eine wissbegierige Haltung den aktuellen Entwicklungen im Bereich Sex und Gender gegenüber. Für ersteres bedingt es einer gewissen Bereitschaft, sich mit dem womöglich nach wie vor schambesetzten, ideologischen Gedankengut Alfred Adlers zur Masturbation auseinanderzusetzen sowie dem Gründer der Methode konflikthafte Persönlichkeitsanteile einzuräumen.

Psychische Realitäten finden in der heutigen Gesellschaft in vielfältiger Weise symbolischen Ausdruck, vermehrt auch die Geschlechterrolle betreffend, weswegen es für die Individualpsychologie von Bedeutung ist, eine theoriebasierte Haltung zu Sexualitäten und Geschlechtern jenseits von dichotomen und fixen Identitätskategorien zu etablieren. Der interdisziplinäre Austausch mit Sexualwissenschaften, Gender Studies und angrenzenden Disziplinen ist dabei unabdingbar und sollte innerhalb der Individualpsychologie forciert werden.

Literatur

- Adler, Alfred (1904a/2007). Der Arzt als Erzieher. In Almuth Bruder–Bezzel (Hrsg.), *Persönlichkeit und neurotische Entwicklung. Frühe Schriften (1904–1912). Alfred Adler Studienausgabe, Band 1* (S. 25–34). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Adler, Alfred (1905a/2007). Das sexuelle Problem in der Erziehung. In Almuth Bruder–Bezzel (Hrsg.), *Persönlichkeit und neurotische Entwicklung. Frühe Schriften (1904–1912). Alfred Adler Studienausgabe, Band 1* (S. 35–40). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Adler, Alfred (1910a/2007). Über den Selbstmord, insbesondere den Schülerselbstmord (1910). In Almuth Bruder–Bezzel (Hrsg.), *Persönlichkeit und neurotische Entwicklung. Frühe Schriften (1904–1912). Alfred Adler Studienausgabe, Band 1* (S. 114–121). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

- Adler, Alfred (1910f/2007). Die psychische Behandlung der Trigeminusneuralgie (1910). In Almuth Bruder-Bezzel (Hrsg.), *Persönlichkeit und neurotische Entwicklung. Frühe Schriften (1904–1912)*. *Alfred Adler Studienausgabe, Band 1* (S. 132–153). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Adler, Alfred (1911/2007). Zur Kritik der Freud'schen Sexualtheorie der Neurose. In Almuth Bruder-Bezzel (Hrsg.), *Persönlichkeit und neurotische Entwicklung. Frühe Schriften (1904–1912)*. *Alfred Adler Studienausgabe, Band 1* (S. 161–180). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Adler, Alfred (1912a/2008). Über den nervösen Charakter. In Karl Heinz Witte, Almuth Bruder-Bezzel, & Rolf Kühn (Hrsg.), *Über den nervösen Charakter*. *Alfred Adler Studienausgabe, Band 2* Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Adler, Alfred (1913a/2010). Individualpsychologische Behandlung der Neurosen (1913). In Gisela Eife (Hrsg.), *Persönlichkeitstheorie, Psychopathologie, Psychotherapie (1913–1937)*. *Alfred Adler Studienausgabe, Band 3* (S. 57–77). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Adler, Alfred (1914k/2010). Das Problem der „Distanz“. Über einen Grundcharakter der Neurose und Psychose (1914). In Gisela Eife (Hrsg.), *Persönlichkeitstheorie, Psychopathologie, Psychotherapie (1913–1937)*. *Alfred Adler Studienausgabe, Band 3* (S. 158–166). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Adler, Alfred (1917b/2010). Das Problem der Homosexualität (1917). In Gisela Eife (Hrsg.), *Persönlichkeitstheorie, Psychopathologie, Psychotherapie (1913–1937)*. *Alfred Adler Studienausgabe, Band 3* (S. 88–100). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Adler, Alfred (1928f/2010). Kurze Bemerkungen über Vernunft, Intelligenz und Schwachsinn (1928). In Gisela Eife (Hrsg.), *Persönlichkeitstheorie, Psychopathologie, Psychotherapie (1913–1937)*. *Alfred Adler Studienausgabe, Band 3* (S. 314–320). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Adler, Alfred (1929a/2010). Problems of Neurosis (Neurosen. Zur Diagnose und Behandlung) (1929) [Auszüge]. In Gisela Eife (Hrsg.), *Persönlichkeitstheorie, Psychopathologie, Psychotherapie (1913–1937)*. *Alfred Adler Studienausgabe, Band 3* (S. 336–345). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Adler, Alfred (1929f/2010). Die Individualpsychologie in der Neurosenlehre (1929). In Gisela Eife (Hrsg.), *Persönlichkeitstheorie, Psychopathologie, Psychotherapie (1913–1937)*. *Alfred Adler Studienausgabe, Band 3* (S. 346–354). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Adler, Alfred (1930a/2010). Grundbegriffe der Individualpsychologie (1930). In Gisela Eife (Hrsg.), *Persönlichkeitstheorie, Psychopathologie, Psychotherapie (1913–1937)*. *Alfred Adler Studienausgabe, Band 3* (S. 373–383). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Adler, Alfred (1930d/1977). *Das Problem der Homosexualität und sexueller Perversionen. Erotisches Training unerotischer Rückzug*. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch.
- Adler, Alfred (1933b/2008). Der Sinn des Lebens. In Reinhard Brunner, & Ronald Wiegand (Hrsg.), *Der Sinn des Lebens. Religion und Individualpsychologie*. *Alfred Adler Studienausgabe, Band 6* (S. 5–176). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Ansbacher, Heinz L. (1978/1989). *Alfred Adlers Sexualtheorien*. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch.
- Beierlein, Constanze, Kovaleva, Anastassiya, Kemper, Christoph J., & Rammstedt, Beatrice (2012). *Ein Messinstrument zur Erfassung subjektiver Kompetenzerwartungen: Allgemeine Selbstwirksamkeit*

Kurzskala (ASKU) (GESIS-Working Papers, 2012/17). Mannheim: GESIS- Leibniz-Institut für Sozialwissenschaften.

Bogner, Alexander, Littig, Beate, & Menz, Wolfgang (2014). *Interviews mit Experten. Eine praxisorientierte Einführung*. Wiesbaden: Springer Fachmedien.

Brandstetter, Günther (17. Oktober 2013). Lebt der selbstbefriedigte Mann gesünder? *derStandard*. Abgerufen von <https://derstandard.at>

Bruder-Bezzel, Almuth (1999). *Geschichte der Individualpsychologie* (2. Auflage). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Brunner, Reinhard, & Titze, Michael (1995). *Wörterbuch der Individualpsychologie* (2. Auflage). München & Basel: Ernst Reinhardt.

Danzer, Gerhard, & Rattner, Josef (2001). *Liebe und Ehe. Zur Psychologie der Zweierbeziehung*. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft.

Eife, Gisela (2010). Einleitung: Nochmals die Einheit der Neurosen (1930). In Eife, Gisela (Hrsg.), *Persönlichkeitstheorie, Psychopathologie, Psychotherapie (1913–1937). Alfred Adler Studienausgabe, Band 3* (S. 9–54). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Eife, Gisela (2016). *Analytische Individualpsychologie in der therapeutischen Praxis. Das Konzept Alfred Adlers aus existenzieller Perspektive*. Stuttgart: Kohlhammer.

Ermann, Michael (2019). *Identität und Begehren. Zur Psychodynamik der Sexualität*. Stuttgart: Kohlhammer.

Freud, Sigmund (1921). *Massenpsychologie und Ich-Analyse*. Leipzig, Wien, Zürich: Internationaler psychoanalytischer Verlag.

Geißler, Peter (2001). Sexualität als „Via regia“ zum Unbewussten: Über den Stellenwert sexueller Fantasien im therapeutischen Ansatz von Jacques Berliner. In Peter Geißler (Hrsg.), *Über den Körper zur Sexualität finden*. Gießen: Psychosozial-Verlag.

Gelo, Omar C. G., & Rieken, Bernd (2020). «Die Seele ... ist ein weites Land». Überlegungen zur Sonderstellung der Psychotherapiewissenschaft. *Psychotherapie-Wissenschaft* 10 (1), 11–16. <https://doi.org/10.30820/1664-9583-2020-1-11>

Heisterkamp, Günter (1987). Psychologie der Sexualität nach Alfred Adler. In Franz-Josef Mohr (Hrsg.), *Vom Umgang mit Angst und Schuld. Beiträge zur Individualpsychologie*, 8 (S. 74– 90). München Basel: Reinhardt.

Heisterkamp, Günter (1988). Individualpsychologische Prinzipien der Behandlung sexueller Störungen. *Zeitschrift für Individualpsychologie*, 13, 41–53.

Heisterkamp, Günter (1995). Sexualität. In Reinhard Brunner & Michael Titze (Hrsg.). *Wörterbuch der Individualpsychologie* (2. Auflage, S. 449–456). München & Basel: Ernst Reinhardt.

Hellgardt, Hermann (1995). Entwertungstendenz. In Reinhard Brunner & Michael Titze (Hrsg.). *Wörterbuch der Individualpsychologie* (2. Auflage, S. 105–106). München & Basel: Ernst Reinhardt.

Hitschmann, Eduard (1928). Beitrag zu einer Onanie-Diskussion. *Zeitschrift für psychoanalytische Pädagogik*, 2 (4–6), Sonderheft „Onanie“, 119–121.

- Jacoby, Henry (1983). *Alfred Adlers Individualpsychologie und dialektische Charakterkunde*. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch.
- Kahr, Brett (2007). *Sex im Kopf. Alles über unsere geheimsten Fantasien*. Berlin: Ullstein Taschenbuch.
- Kahrer, Bettina (2013). *Sozialer und kultureller Wandel der Sexualität. Eine Diskursanalyse ausgewählter Ratgeberliteratur für Jugendliche (1968–2012)*. Veröffentlichte Dissertation. Universität Wien, Österreich.
- Karaian, Julia (2018). Kann denn Liebe Sünde sein? *Zeitschrift für freie psychoanalytische Forschung und Individualpsychologie*, 5, S. 25–49. doi: 10.15136/2018.5.1.25-49
- Kausen, Rudolf (1995). Kunstgriff. In Reinhard Brunner & Michael Titze (Hrsg.). *Wörterbuch der Individualpsychologie* (2. Auflage, S. 277). München & Basel: Ernst Reinhardt.
- Kernberg, Otto F. (1997). *Wut und Hass: über die Bedeutung von Aggression bei Persönlichkeitsstörungen und sexuellen Perversionen*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Laquière-Waniek, Eva (2011). "Psychoanalyse und Gender Studies" – Ein Vorwort zum Reader. In Referat Genderforschung der Universität Wien (Hrsg.). *Psychoanalyse und Gender Studies* (2. ergänzte Auflage, S. 4–10). Referat Genderforschung: Wien.
- Lewandowski, Sven (2008). Diesseits des Lustprinzips – über den Wandel des Sexuellen in der modernen Gesellschaft. *SWS-Rundschau*, 48 (3), 242–263.
- Mayring, Philipp A. E. (2010). *Qualitative Inhaltsanalyse. Grundlagen und Techniken* (11. aktualisierte und überarbeitete Auflage). Basel: Beltz.
- McDougall, Joyce (1985). *Plädoyer für eine gewisse Anomalität*. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Nissen, Bernd, & Zeitzschel Ute (2019). Queer(es) Denken in der Psychoanalyse. *Jahrbuch der Psychoanalyse*, Beiheft 28. Frommann-Holzboog: Stuttgart-Bad Cannstatt.
- Person, Ethel S. (1980). Sexuality as the Mainstay of Identity: Psychoanalytic Perspectives. In Catharine R. Stimpson (Hrsg.). *Women. Sex and sexuality* (S. 36–61). Chicago: University of Chicago Press.
- Person, Ethel S. (1999). *The sexual century*. New Haven: Yale University Press.
- Porep, Rüdiger (1995). Perversion, sexuelle. In Reinhard Brunner & Michael Titze (Hrsg.). *Wörterbuch der Individualpsychologie* (2. Auflage, S. 369–371). München & Basel: Ernst Reinhardt.
- Porep, Rüdiger (1995a). Sexualjargon. In Reinhard Brunner & Michael Titze (Hrsg.). *Wörterbuch der Individualpsychologie* (2. Auflage, S. 456–457). München & Basel: Ernst Reinhardt.
- Rattner, Josef (1965). *Psychologie und Pathologie des Liebeslebens. Eine Einführung*. München: Goldmann Sachbücher.
- Remschmidt, Helmuth (2011). Kinder- und Jugendpsychiatrie (6. Aufl.). Stuttgart: Thieme. Ringel, Erwin (1973/1988). *Selbstschädigung durch Neurose. Psychotherapeutische Wege zur Selbstverwirklichung*. Wien: Herder & Co.

- Rieken, Bernd, Sindelar, Brigitte & Stephenson, Thomas (2011). *Psychoanalytische Individualpsychologie in Theorie und Praxis. Psychotherapie, Pädagogik und Gesellschaft*. Mit einem Beitrag von Roland Wölfl. Wien: Springer.
- Schmidt, Günther (2004). *Das neue DER DIE DAS. Über die Modernisierung des Sexuellen*. Gießen: Psycho-sozial.
- Sigusch, Volkmar (2008): Geschichte der Sexualwissenschaft. Frankfurt am Main: Campus. Sindelar, Brigitte (2011). Gender und Sexualität. In Bernd Rieken, Brigitte Sindelar & Thomas Stephenson (Hrsg.). *Psychoanalytische Individualpsychologie in Theorie und Praxis. Psychotherapie, Pädagogik, Gesellschaft*. Mit einem Beitrag von Roland Wölfl (S. 165– 173). Wien: Springer.
- Stephenson, Thomas (2011). Individualität und Gemeinschaft: Gemeinschaftsgefühl als Bindeglied. In: Bernd Rieken, Brigitte Sindelar & Thomas Stephenson (Hrsg.). *Psychoanalytische Individualpsychologie in Theorie und Praxis. Psychotherapie, Pädagogik, Gesellschaft*. Mit einem Beitrag von Roland Wölfl (S. 71–87). Wien: Springer 2011.
- Vaihinger, Hans (1911). *Die Philosophie des Als Ob. System der theoretischen, praktischen und religiösen Fiktionen der Menschheit auf Grund eines idealistischen Positivismus; mit einem Anhang über Kant und Nietzsche*. Berlin: Reuther & Reichard.
- Wahl, Pit (Hrsg.). (2018). Wer bin ich und wen ich liebe. Identität – Liebe – Sexualität. *Beiträge zur Individualpsychologie*. Band 44. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Wiener, Judith (2009). *Sexualität, Perversion und Krankheit. Eine philosophische Untersuchung im Anschluss an Krafft-Ebings Psychopathia Sexualis*. (Veröffentlichte Diplomarbeit). Karl-Franzens-Universität Graz, Österreich.

Danksagung

Mein besonderer Dank gilt Herrn Mag. Manfred Reisinger, der mir als Betreuer zur Seite stand. Ich danke ihm für die hilfreichen Anregungen und den guten Zuspruch. Vor allem hat mich aber das gemeinsame Interesse an der Thematik während des Arbeitsprozesses motiviert.

Autorin

Elisabeth Angerer, BA pth.

Ederstraße 6

4020 Linz

Tel: +43 (0)670 6026161

E-Mail: info@praxis-angerer.at

Elisabeth Angerer ist Studierende der Psychotherapiewissenschaften an der Sigmund Freud Privatuniversität und ist Psychotherapeutin in Ausbildung unter Supervision. Sie befindet sich im Fachspezifikum der Individualpsychologie und ist in Linz in freier Praxis tätig.