

## 3 Empirischer Forschungsstand zu sexuellen Fantasien

### 3.1 Definition von sexuellen Fantasien

Empirische Studien zu sexuellen Fantasien stehen gewöhnlich vor ihrem Beginn vor der Herausforderung, den Untersuchungsgegenstand zu definieren. Ein überzeugender Definitionsversuch, der eine große Offenheit beinhaltet und auf den sich viele nachfolgende Studien beziehen, findet sich in einem Review-Artikel von Leitenberg und Henning (1995), der eine zentrale Bezugsgröße in der empirischen Fantasieforschung darstellt:

»Eine sexuelle Fantasie kann eine ausgearbeitete Geschichte oder ein flüchtiger Gedanke über eine erotische oder sexuelle Aktivität sein. Sie kann bizarre Bilder enthalten oder sie kann völlig realistisch sein. Sie kann Erinnerungen an vergangene Ereignisse enthalten oder sie kann eine vollständig erfundene Erfahrung darstellen. Sie kann sowohl spontan entstehen als auch willentlich erzeugt werden als auch durch andere Gedanken, Gefühle oder sensorische Hinweise hervorgerufen werden. Sexuelle Fantasien können sowohl außerhalb von sexuellen Aktivitäten als auch während der Selbstbefriedigung als auch während sexuellen Aktivitäten mit anderen Personen auftreten. In Kurzform: Der Begriff sexuelle Fantasie bezieht sich auf jegliche mentale Bilder, die für ein Individuum sexuell erregend oder erotisch empfunden werden« (Leitenberg & Henning, 1995, S. 470; Übersetzung Y. Z.).

Im Anschluss daran fokussieren empirische Untersuchungen fast ausschließlich auf bewusste sexuelle Fantasien von Personen, die wach sind. Eine Unterscheidung zu Tagträumen wird in der Regel nicht vorgenommen, allerdings zu sexuellen Träumen. Ebenso werden Fantasien, deren sexuell erregende Wirkung eine Person nicht bewusst wahrnimmt, ausge-

klammert, da forschungsmethodisch kaum ein anderer Weg offensteht, als von den Selbstaussagen und -definitionen der Befragten auszugehen (vgl. ebd.). In empirischen Untersuchungen sind sexuelle Fantasien daher in der Regel das, was die Befragten darunter verstehen, es sei denn, ihnen wird in quantitativ orientierten Studien bereits eine Liste mit vorab festgelegten Fantasieinhalten vorgelegt, zu denen sie sich positionieren sollen (vgl. ebd.).

### **3.2 Verbreitung und Frequenz von sexuellen Fantasien**

Vor allem die ersten empirischen Arbeiten zu sexuellen Fantasien aus den 1970er und 1980er Jahren waren daran interessiert, durch eine Untersuchung der Verbreitung und Frequenz von sexuellen Fantasien nachzuweisen, dass das sexuelle Fantasieren etwas Normales ist. So gilt es heute als gut belegt, dass sexuelle Fantasien bei fast allen Menschen aller Geschlechter im Alltag, während der Selbstbefriedigung oder während des Sex mit einem\*einer Partner\*in auftreten bzw. bewusst erzeugt werden und somit nichts Ungewöhnliches sind (vgl. ebd., S. 490). Bezogen auf die Frequenz scheinen Männer öfter sexuelle Fantasien zu haben als Frauen, vor allem während nicht-sexueller Aktivitäten, aber auch während der Selbstbefriedigung. Bei beiden Geschlechtern treten Fantasien während des Sex mit einer anderen Person jedoch gleichermaßen häufig auf. Mit zunehmendem Alter nimmt bei Erwachsenen die Frequenz des Fantasierens wieder ab (vgl. ebd.).

Ausgehend von einer verkürzten und aus dem Gesamtkontext herausgelösten Lesart der berühmten Freud'schen Aussage: »Man darf sagen, der Glückliche phantasiert nie, nur der Unbefriedigte« (Freud, 1908e, S. 216), beschäftigten sich einige Studien mit der Frage, ob das Auftreten bzw. eine erhöhte Frequenz von sexuellen Fantasien mit einem unbefriedigenden oder gar pathologischen Sexualleben zusammenhängt (vgl. Leitenberg & Henning, 1995, S. 490). Beides konnte widerlegt werden und vieles deutet auf das Gegenteil hin: Daraus lässt sich ableiten, dass entweder sexuelle Fantasien durch ein aktives Sexualleben stimuliert werden oder häufiges Fantasieren zu einer erhöhten sexuellen Aktivität führt<sup>5</sup> (vgl. ebd., S. 477f.).

---

5 Ein Ergebnis, das auch Gromus (vgl. 1993, S. 200) mit ihrer vergleichenden Untersuchung einer klinischen Gruppe von 46 Frauen mit diagnostizierten Sexualstörungen und einer

Insgesamt beklagen Leitenberg und Henning (1995) aber große Forschungslücken im Bereich der (früh-)kindlichen Fantasiebildung, und sie vermissen Studien aus anderen Ländern bzw. ländervergleichende Untersuchungen, um kulturelle Unterschiede herauszuarbeiten, sowie Langzeituntersuchungen, um Veränderungen im Laufe eines Lebens nachzuverfolgen. Sie weisen weiterhin auf die geringe Teilnehmer\*innenzahl vieler Studien und die homogene Zusammensetzung des Samplings (häufig nur Studierende) der meisten Untersuchungen hin und kritisieren schlecht vergleichbare Messinstrumente (vgl. ebd., S. 491).

Eine Langzeitstudie, die sich dadurch hervortut, dass das Sample eine breite Altersverteilung beinhaltet, legte Hartmann (1989) vor. Diese Arbeit stellt die bis dato aufwendigste quantitative Untersuchung aus dem deutschsprachigen Raum zu Inhalten und Funktionen von sexuellen Fantasien von Frauen und Männern dar. In der Panel-Studie wurden 188 Personen über einen Zeitraum von einem Jahr alle zwei Monate mittels eines Fragebogens zu Vorkommen, Frequenz, Funktion und Inhalt ihrer sexuellen Fantasien sowie zu begleitenden Gefühlen, sexueller Aktivität und zu ihrer partnerschaftlichen und sexuellen Zufriedenheit befragt. Eine weitere Besonderheit der Studie stellt die Unterscheidung zwischen Tagträumen, Masturbationsfantasien und Koitusfantasien (sexuelle Fantasien während des Sex mit anderen Personen) dar (vgl. ebd., S. 62ff.). Eines der Hauptanliegen war dabei, den zeitlichen Einfluss auf sexuelle Fantasien zu untersuchen. Tatsächlich ließen sich über den beobachteten Zeitraum von einem Jahr Veränderungen in sämtlichen Parametern nachweisen. Allerdings gab es nur im Hinblick auf die Frequenz der sexuellen Fantasien Schwankungen von größerem Umfang, während die Inhalte sehr viel schwächer variierten und Auslösebedingungen und Einsatzmuster für den untersuchten Zeitraum eine hohe individuelle Stabilität zeigten (vgl. ebd., S. 107). Bezogen auf die Fantasieform war der Tagtraum die »veränderungssensibelste Imaginationsart« (ebd.), bei dem sich auch im Gegensatz zu den anderen Formen relevante Veränderungen im Fantasieinhalt nachweisen ließen (vgl. ebd., S. 106). Danach folgten die Masturbationsfantasien und die »fast völlig invarianten Koitusphantasien« (ebd., S. 108). Hartmann interpretiert, dass die Inhalte, Einsatzmuster und Funktionen sexueller Fantasien

---

Vergleichsgruppe von 44 Frauen ohne bekannte sexuelle Probleme bestätigen konnte. So berichteten die Frauen der Vergleichsgruppe insgesamt mehr sexuelle Fantasien und wiesen eine höhere Fantasiefrequenz auf (vgl. ebd., S. 201).

viel stärker vom Geschlecht und von größeren Lebensphasen abzuhängen scheinen als von kurzfristigen Veränderungen (vgl. ebd., S. 108).

### 3.3 Strukturen und Funktionen von sexuellen Fantasien

Durch eine qualitative inhaltsanalytische Auswertung der Fantasieberichte von Frauen erstellte Gromus (vgl. 1993, S. 184f.) drei Kategorien, die beschreiben, welche Struktur Fantasien annehmen können: Sie können in Gestalt eines Films, als stehende Bilder, die blitzlichtartig wie Fotografien oder Ausschnitte von Fotografien aufscheinen, oder als Kipp-Phänomen auftreten. Mit Letzterem beschreibt Gromus Handlungsabläufe, »die plötzlich in einem stehenden Bild enden, das z. T. weiter als stehendes Bild benutzt wird« (ebd., S. 185).

Bezogen auf die Funktion und den Sinn, den die Frauen ihren sexuellen Fantasien zuschreiben, lassen sich Gromus (vgl. ebd., S. 177f.) zufolge fünf Kategorien bilden: Ersatz für unerfüllte Bedürfnisse, bewusster Einsatz für die sexuelle Stimulation, Ablenkung und Bewältigung von Ängsten, Planung und imaginäres Probehandeln für künftige Aktivitäten sowie Erkenntnisgewinn und Belohnung. Auch andere Autor\*innen sammelten mögliche Funktionen;<sup>6</sup> Hartmann (vgl. 1989, S. 42) hält mit seiner Studie fest, dass sich sexuelle Fantasien wohl durch eine »Multifunktionalität« und »Mehrfachdeterminierung« (ebd.) auszeichnen.

### 3.4 Inhalte von sexuellen Fantasien

Auch bei der Erfassung und Klassifizierung der Inhalte von sexuellen Fantasien sehen Leitenberg und Henning (vgl. 1995, S. 480) empirische Studien vor erheblichen methodischen Herausforderungen stehen. Insgesamt wurden vor allem zwei Verfahren erprobt: Teilnehmer\*innen wurden gebeten, ihre

---

6 Am ausführlichsten erstellte Ertel (vgl. 1990, S. 355) in seiner Arbeit zu Pornografie eine Liste von potenziell psychologischen Grundfunktionen von sexuellen Fantasien. An dieser Stelle sei jedoch darauf hingewiesen, dass Ertel und das von ihm gegründete »Institut für Rationelle Psychologie« in den Jahren 2008 bis 2010 in die Schlagzeilen gerieten, weil viele seiner medienwirksamen Studien gefälscht sein sollten. In diesem Zuge wurden auch Zweifel an seiner Pornografie-Studie von 1990 geäußert (vgl. ZEIT Verlagsgruppe, 2010).

sexuellen Fantasien aufzuschreiben, und anhand dieser aufgeschriebenen Texte wurden Kategorien entwickelt und Häufigkeiten ausgezählt; oder Teilnehmer\*innen kreuzten auf vorbereiteten Listen die Inhalte an, die in ihren persönlichen Fantasien vorkamen. Dabei problematisieren Henning und Leitenberg, dass die Gestaltung der Listen in den verschiedenen Studien nicht einheitlich war, die Auswahl und Formulierung der unterschiedlichen Inhalte das Ergebnis stark beeinflussten und dass nur sehr wenige Studien große Teilnehmer\*innenzahlen aufweisen konnten. Aus der Zusammenschau der Studien, die die Inhalte sexueller Fantasien untersuchten, fassen Leitenberg und Henning (ebd., S. 480) insgesamt vier Hauptkategorien zusammen:

- Fantasien mit »konventionellen, heterosexuellen Bildern«, in denen vergangene, aktuelle oder imaginäre (aber persönlich bekannte) Sexualpartner\*innen vorkommen
- Szenen, die auf Macht und »Unwiderstehlichkeit« (im Original: »irresistibility«) hindeuten
- Szenen, die vielgestaltige und/oder »verbotene« bzw. »fragwürdige« Settings, Praktiken, Positionen oder Sexualpartner\*innen beinhalten
- Szenen, die Unterwerfung oder Dominanz beinhalten und/oder in denen ein »gewisses Level« an physischer Gewalt angedeutet wird oder enthalten ist

Eine aktuelle und in forschungsmethodischer Hinsicht sehr reflektierte Studie legten Joyal, Cossette und Lapierre (2015) vor. Die Autor\*innen wählten bei ihrer Untersuchung den Weg, ihre Internetumfrage gezielt an Bewohner\*innen einer bestimmten kanadischen Stadt zu richten, um Teilnehmer\*innen aus der gesamten Breite der Bevölkerung zu akquirieren. Durch massive Werbung in der Stadt gelang es zwar, insgesamt 1.561 erwachsene Personen (799 Frauen und 717 Männer) zu einer Teilnahme zu bewegen, dennoch war die Studie nicht repräsentativ für die gesamte Bevölkerung der Region (vgl. ebd., S. 333). Hauptziel der Studie war es, aufzuzeigen, welche Fantasieinhalte von einem rein statistischen Standpunkt aus betrachtet als selten, unüblich, üblich oder typisch beschrieben werden können. In ihrer Internetumfrage nutzten die Autor\*innen dazu eine Fantasieliste mit 55 Items<sup>7</sup> und einer offene Frage, bei denen die Teil-

7 Ob eine Fantasie als erregend empfunden wird, wurde auf einer Liket-Skala von 0 bis 7 erhoben, wobei eine Einordnung zwischen den Stufen 3 und 7 als ein (gewisses) vorhandenes Interesse an der Fantasie gewertet wurde (vgl. Joyal et al., 2015, S. 332).

nehmer\*innen in ihren eigenen Worten ihre Lieblingsfantasie beschreiben konnten, falls diese in der Liste fehlte (vgl. ebd.). So zeigte sich, dass von den 55 vorgegebenen Fantasieinhalten nur zwei als statistisch selten betrachtet werden konnten (Interesse bei 2,3 % oder weniger Teilnehmer\*innen vorhanden<sup>8</sup>). Für die Frauen waren insgesamt nur sieben Fantasieinhalte unüblich (Interesse bei 15,9 % oder weniger)<sup>9</sup> und bei den Männern nur vier.<sup>10</sup> Am anderen Ende der Skala konnten lediglich fünf Fantasieinhalte als typisch betrachtet werden (Interesse bei 84,1 % oder mehr)<sup>11</sup> (vgl. ebd., S. 335). Eine inhaltsanalytische Auswertung der frei beschriebenen Lieblingsfantasien, die insgesamt 372 Personen (158 Frauen und 214 Männer) äußerten, ergab, dass die Themen, die in der verwendeten Fantasieliste vollständig fehlten, nur sehr selten auftraten. Eine Ausnahme davon bildeten aber Fantasien von Männern über »Shemales«, aufnehmenden Analverkehr mit einer andersgeschlechtlichen Person und ebenfalls über das Zuschauen, während die\*der Partner\*in Sex mit einer anderen Person hat, die relativ häufig frei genannt wurden (vgl. ebd., S. 336). Letzterer Fantasieinhalt, der im Rahmen dieser Arbeit unter die Definition der Cuckold-Fantasie fallen würde, tauchte bei 8,4 % der Männer auf, die ihre Lieblingsfantasie frei äußerten (vgl. ebd., S. 337). Würde man dies auf die Gesamtanzahl der teilnehmenden Männer hochrechnen, hätte die Fantasie einen Anteil von 2,5 % erreicht und wäre somit von den Autor\*innen (wenn auch nur knapp) nicht als seltene Fantasie betrachtet worden. Es kann jedoch davon ausgegangen werden, dass womöglich (deutlich) mehr Teilnehmer\*innen (ein gewisses) Interesse an diesem Fantasieinhalt angeben hätten, wäre er von Anfang an in der vorgegebenen Fantasieliste enthalten gewesen.

---

8 Dazu zählten Sex mit einem Kind unter zwölf Jahren und Sex mit einem Tier (vgl. ebd., S. 333).

9 Dazu zählten Urinieren auf den\*die Partner\*in, auf sich urinieren lassen, Kleidung des anderen Geschlechts tragen, eine Person zum Sex zwingen, eine betrunkene oder schlafende Person missbrauchen, Sex mit einer Prostituierten und Sex mit einer Frau mit sehr kleinen Brüsten.

10 Dazu zählten Urinieren auf den\*die Partner\*in, auf sich urinieren lassen, Sex mit zwei anderen Männern und Sex mit mehr als drei anderen Männern (vgl. ebd.).

11 Dazu zählten romantische Gefühle während einer sexuellen Beziehung, Fantasien, bei denen Atmosphäre und Ort wichtig sind, und Fantasien über einen romantischen Ort. Zusätzlich zählten hierzu bei den Männern Fantasien über Oralverkehr und Sex mit zwei Frauen (vgl. ebd.).

Insgesamt sehen Joyal, Cossette und Lapierre (vgl. ebd., S. 338) in ihren Ergebnissen einen Beleg dafür, dass tatsächlich nur wenige Fantasieinhalte selten auftreten und vermeintlich ungewöhnliche Fantasien sowohl bei Männern als auch bei Frauen weiter verbreitet zu sein scheinen, als oftmals angenommen. Sie plädieren daher für einen vorsichtigeren Umgang mit dem Labeln von Fantasien als »unnormale« oder »atypische« gerade in Bezug auf verschiedene medizinische Diagnostikkriterien. Darüber hinaus, so die Autor\*innen, habe ihre Studie gezeigt, dass auch bei Stichproben mit Teilnehmer\*innen, die nicht vorwiegend Studierende waren, sexuelle Fantasien über Dominanz und Unterwerfung relativ weit verbreitet scheinen. So habe ein (gewisses) Interesse für verschiedene submissive Fantasieinhalte bei 30 % bis 60 % der Frauen vorgelegen, aber auch bei den Männern sei dies nicht viel weniger ausgeprägt, wobei diese in der Tendenz ein höheres Interesse für Fantasien über das Dominieren angaben. Für viele Männer und Frauen gelte aber, dass Unterwerfungs- und Dominanzfantasien keine Gegensätze seien, sondern hochsignifikant miteinander korrelieren (vgl. ebd., S. 328).

### 3.5 Einflüsse auf die Inhalte von sexuellen Fantasien

Die Annahme, dass der Inhalt von sexuellen Fantasien durch Konditionierungsmechanismen vollständig bestimmt werde, sehen Leitenberg und Henning (vgl. 1995, S. 484) durch verschiedene Studien als widerlegt an. Gleichzeitig bestreiten sie aber nicht, dass Konditionierungseffekte einen Einfluss auf die Entwicklung von sexuellen Fantasien haben können. Es liege auf der Hand, dass das, was eine Person gesehen, gelesen, gehört oder erlebt hat, Eingang in die Fantasie finden könne und durch wiederholtes Imaginieren verknüpft mit Selbstbefriedigung und/oder einem Orgasmuserleben gefestigt werde. Ein Indiz dafür sei, dass experimentierfreudige Personen, die vielfältige sexuelle Erfahrungen gemacht haben, ebenso diversere Fantasieinhalte aufzeigen. Menschen schienen häufiger über das zu fantasieren, was ihnen auch aus dem realen Leben vertraut sei (vgl. ebd., S. 486). Insgesamt seien aber die Studien, die die Autoren überblicken, weit davon entfernt, erklären zu können, warum eine Person bestimmte Fantasien als erregend empfindet und andere nicht. Nur wenige Studien hätten versucht, nach Zusammenhängen mit Persönlichkeitsmerkmalen, biografischen Veränderungen oder sich wandelnden gesellschaftlichen Einstellungen zu fragen (vgl. ebd.).

Immer wieder wird auch über den Einfluss von Pornografiekonsum insbesondere auf Jugendliche diskutiert. In seiner interdisziplinären Arbeit *Pornografie und psychosexuelle Entwicklung im gesellschaftlichen Kontext* widmet sich Korte (2018) den vielzähligen sexualwissenschaftlichen Studien, die sich mit den angenommenen negativen Wirkungen von Pornografiekonsum auf Jugendliche beschäftigen. Untersucht wurden dabei aber vor allem der Einfluss auf reales sexuelles Verhalten oder in Bezug auf Einstellungsveränderungen (vgl. ebd., S. 83ff.).<sup>12</sup> Inwieweit sich Pornografiekonsum allerdings auf die Inhalte von sexuellen Fantasien auswirkt, bleibt unklar.

Auf zwei entscheidende Punkte machen Štulhofer, Schmidt, und Landripet (2009) im Kontext ihrer Studie mit kroatischen Studierenden aufmerksam, die in der öffentlichen oder wissenschaftlichen Debatte häufig undifferenziert betrachtet würden und die auch für die Fantasieforschung relevant sein dürften: Einerseits gleiche

»der Teenager, der sich Pornografie ansieht, [...] nicht einer leeren Tafel, in die nun pornotypische Skripte eingraviert werden. Vielmehr treffen die pornografischen Stimuli auf eine schon vorhandene Struktur des Begehrens. (Möglicherweise helfen die pornografischen Bilder dem Teenager beim Prozess der Sexualisierung seiner oder ihrer Lovemap). Und: Er oder sie wird

---

12 Dabei unterscheidet Korte (vgl. 2018, S. 111) die Wirkungen, die »einfache«, gewaltfreie Pornografie auf Heranwachsende haben kann, von dem angenommenen Gefahrenpotenzial von »Gewalt- und Devianz-Pornografie« (ebd.). Zur ersten Gattung hält er fest, dass sich ein Großteil der befürchteten negativen Effekte nicht haben nachweisen lassen (vgl. ebd., S. 91). Dies betreffe vor allem Befürchtungen, dass Jugendliche die »Realitätsferne der pornografischen Skripte« (ebd., S. 83) nicht richtig einschätzen könnten, der Pornokonsum Einstellungsveränderungen gegenüber Partnerschaft, Sexualität und bei Jungen gegenüber Mädchen oder Frauen bewirke, sowie die Annahme, dass Pornokonsum auch das sexuelle Verhalten nachhaltig beeinflusse (vgl. ebd., S. 86ff.). Die Studien jedoch, die sich explizit mit der Wirkung von gewaltpornografischen Inhalten beschäftigten, deuten Korte (vgl. ebd., S. 116) zufolge sehr wohl auf Zusammenhänge zwischen dem häufigen Konsum von Gewaltpornografie und sexuell übergriffigem Verhalten hin. Dabei müsse aber berücksichtigt werden, dass die in den Studien nachgewiesenen Korrelationen keinen Kausalzusammenhang aufklären können. So könne der Zusammenhang zwischen sexuell aggressivem Verhalten und Gewaltpornografie auch so erklärt werden, dass »entsprechend prädisponierte Kinder und Jugendliche häufiger dazu tendierten, entsprechende gewalthaltige, pornografische Medieninhalte zu suchen und zu nutzen« (ebd.).



sich vor allem für solche pornografischen Stücke interessieren, die seiner oder ihrer Lovemap entsprechen, und vor allem solche Stücke aufsuchen« (Štulhofer et al., 2009, S. 21).

Andererseits weisen sie darauf hin, dass sich die entsprechenden Studien auf die Einflüsse von Pornokonsum auf sexuelles Verhalten, Einstellungen und Vorstellungen von »gutem Sex« konzentrierten. Unter Rückgriff auf Simon und Gagnons (2000) skripttheoretischen Ansatz betonen die Autor\*innen (vgl. 2009, S. 22) aber den Unterschied zwischen den sexuellen Skripten eines Individuums auf der symbolischen Ebene (»die virtuelle Welt des Fantasierens und Träumens« [ebd.]) und den Skripten über das reale Sexalleben:

»Das Skript vom »besten Sex« gehört in diesem Modell zur realen, die Pornografie zur symbolischen Sexwelt. Nach unseren Ergebnissen verändert das häufige Abtauchen in den pornografischen Teil der symbolischen Sexwelt nicht die Vorstellung vom (guten) realen Sex, und dies entspricht dem Postulat Gagnons, dass beide Welten koexistieren, ohne sich nachhaltig zu beeinflussen. [...] Die beiden Sexwelten sind in vieler Hinsicht unabhängig voneinander, und die reale soll keineswegs so sein wie die virtuelle. Wir haben nicht untersucht, ob und gegebenenfalls wie der Pornografiekonsum im Jugendalter die eigenen sexuellen Fantasien (zum Beispiel beim Masturbieren) beeinflusst. Möglicherweise hätten wir hier stärkere Bezüge gefunden oder auch festgestellt, dass ein hoher Pornografiekonsum das Individuelle und Eigenartige sexueller Fantasien klischeehaft verengt – oder auch nicht« (Štulhofer, Schmidt & Landripet, 2009, S. 22).

