



Warum haben junge Menschen so wenig Sex?

Trotz Verschwinden von Tabus und der Zunahme der Abschleppkultur an den Universitäten? Wir sind mitten in einer Sex Rezession.

Was hat ein BrainCandy eigentlich mit Sex zu tun? Außer der Tatsache, dass das Gehirn auch unser wichtigstes Sexualorgan ist? Weil wir hier zwei Faktoren bei der ‚Arbeit‘ betrachten können, die ich inzwischen für zentral, gerade für zeitgemäßes Marketing, erfahren habe. Nämlich die Macht von Kontexten auf unser Verhalten und die dabei unbewusst wirksame Effizienzmotivation. Bleiben Sie also bitte bei mir, das löse ich auf. Ach so – ich habe mich entschieden, manche Dinge deutlich auszudrücken. Falls das nicht so Ihr's ist, dann freuen Sie sich besser auf das nächste BrainCandy.

In der Dezemberausgabe von The Atlantic erschien ein sehr langer und sehr guter Aufsatz von Kate Julian, die sich mit dem Phänomen des abnehmenden Treibens der jüngeren Generation in Wohlstandsgesellschaften beschäftigt¹. Ich fasse ihren Artikel hier deutlich kürzer zusammen – und das aus der Brille eines professionellen Menschenversteher's und Markenberaters.

„Die Millennials haben Toys Are Us umgebracht“ so fasste ein Forscher die Insolvenz des einstmals größten Spielwarenhändlers zusammen. Wohlge-merkt die Millennials, nicht etwa Amazon. Nicht, weil die Millennials bei Amazon Spielsachen kauften, das sicherlich auch, sondern weil sie in den USA allein 500.000 weniger Kinder gebären als die Vorgängergeneration. Liegt das an einer anderen Werthaltung der Generation Y zur Familie? Könnte man meinen. Aber wenn man das Ganze aus den veränderten Kontexten betrachtet, in denen diese Generation aufwächst, dann wird es aus meiner Sicht sehr viel plausibler. Auf geht's.

Sex ist überall. Schneller Casual Sex scheint auf Tinder nur eine Stunde weg zu sein. Polyamorie ist schon normaler Sprachgebrauch. Tabus verschwinden, selbst die amerikanische Teen Vogue(!) brachte einen Analsex Ratgeber. BDSM erreicht Bestsellerstatus, Zubehör kommt per Prime nach Hause. (Über 100.000 Treffer auf Amazon.de). HIV ist aus dem Bewusstsein verschwunden.

Und doch haben die Jungen weniger Sex. An der Highschool ist Geschlechtsverkehr von 54 auf 40 % gefallen. Teen Schwangerschaften liegen auf einem Drittel (gut), junge Erwachsene sind 2,5 mal mehr abstinent als die GenX im gleichen Alter (nicht gut). Auch die Xer und Boomer haben inzwischen weniger Sex. Trotzdem denken wohl alle, dass die anderen mehr Sex haben als man selbst.

60% der unter 35-Jährigen wohnen ohne Partner. Ein Drittel lebt noch zu Hause, in Italien sogar 50%, was wohl nicht gut fürs Sexleben ist. Aber das alles ist sicherlich nicht Ursache, sondern Folge von etwas. Julian findet 5 Hauptgründe aus Studien und Gesprächen mit Wissenschaftlern und Betroffenen.



1. Solo-Sex

Auch in europäischen Ländern zeigt sich eine Abnahme der Sexfrequenz und eine Verzögerung des ersten Verkehrs vom Alter 17,1 (2012) auf 18,6 in 2017 (Holland). Man fragt sich, was passiert, wenn junge Menschen eine wichtige Entwicklungsphase auslassen, die nicht nur Flirten und Küssen beinhaltet, sondern auch Herzschmerz und Enttäuschungen. Sind sie dann vielleicht unvorbereitet für die Herausforderungen des Erwachsenenlebens? Auch in Japan finden immer mehr junge Leute Verkehr als ‚anstrengend‘ und interessieren sich für Dienste, die das Masturbieren schöner machen. Effizienter ist das wohl, aber irgendwie auch skurril. (Google: Herbivore Men oder auch Grass-eating Men)



In Amerika verdoppelte sich die Anzahl der Männer, die angeben in einer Woche zu masturbieren auf 54%, bei Frauen verdreifachte sich die Zahl auf 26%. Einfach verfügbare Online Pornos und Vibratoren sei Dank. Die gerne geäußerten Vorwürfe, dass Pornos süchtig machen und zu Standhaftigkeitsproblemen bei jungen Männern führen würden (Your Brain on Porn², NoFap³ etc.) ist aktuell dagegen eher zweifelhaft. Aber Masturbation reduziert die Libido, weshalb Ian Kerner, ein New Yorker Sextherapeut, nach eigenen Angaben immer mehr Patientinnen hat, die mehr Sex als ihre Partner wollen.

Auf Pornhub, der führenden Porno Seite, ist ‚Lesbian‘ bei Frauen UND Männern das führende Suchwort gefolgt von ‚hentai‘/ ‚anime‘ also animierter Porno. Damit führen Begriffe, die 50% der Bevölkerung nicht nachmachen können bzw. die sogar eine komplette Illusion sind. Dazu passt, dass viele junge Menschen Porno einfach als eine weitere digitale Aktivität sehen, die Stress abbaut, eine angenehme Ablenkung ist. Die aber auch Zeit für das echte Rummachen stiehlt. Und das, wo doch unser Hunger für Sex ‚primal‘ sein soll. Wird echtes Bettgeflüster heute als zu anstrengend erlebt? Ja.

2. Abschleppkultur und Helikopter Eltern

Die um 78 Geborenen hatten in den USA am frühesten Sex, danach hatten die Teenager immer ein wenig später ersten Sex. Trotzdem gibt es die öffentliche Wahrnehmung, dass der Casual Sex auf den Campus grassiert. Tatsächlich aber nimmt der Anteil der Teens ab, die auf Verabredungen gehen. 2014 sagten nur 46% der 17-Jährigen, dass sie schon mal verabredet waren, mit jemandem rumgemacht haben oder sonst eine romantische Beziehung hatten. Eine Barriere sind sicherlich die Eltern, die den Fokus in der Ausbildung auf die Lernziele legen, aus Angst über die Zukunftsaussichten ihrer Kinder. Im Daten sind deshalb viele Studenten unerfahren. Ein Student: „We hook up because we have no social skills. We have no social skills because we hook up. Die Psychologie Professorin Alexandra Solomon bittet ihre Studenten im immer ausgebuchten Kurs Marriage 101, sich mit jemanden zu verabreden – etwas was viele noch nie getan haben.



Sie brauchen nicht nur Hilfe bei Liebeskummer – auch bei den Fragen zu gesundem und befriedigendem Sex, über den viele fast gar nichts wissen.

3. Die Tinder Fata Morgana

Simon, ein 32-jähriger Student war sieben Jahre in einer Beziehung. Als diese endete, fühlte er sich, als wäre er aus einer Zeitmaschine gefallen. Vor seiner Beziehung gab es weder Tinder noch iPhone. Versuche, Frauen in Bars kennen zu lernen scheiterten. Jemanden selbst direkt anzusprechen, war in kurzer Zeit von einem normalen Verhalten zu grenzwertig peinlich geworden. Seine Freunde empfahlen ihm Dating Apps wie Tinder. Er machte die gleiche Erfahrung wie viele: Wenn man nicht besonders gut aussieht, dann ist Online Dating nur gut darin, extrem viel Zeit zu verbrennen. Simon hatte im Schnitt bei 300 mal Swipen nur eine kurze Konversation. Tinder selbst sagt, dass sie bei 1,6 Mrd. Swipes am Tag nur 26 Millionen Matches haben. Die absolute Mehrheit dieser Matches dürfte nicht mal zu einem wechselseitigen Textaustausch führen, geschweige denn zu einem Date oder gar Sex. (Tinder lanciert deshalb viele sündige ‚Erfolgsgeschichten‘ in der Presse, die gerne gebracht werden)

Ein Lehrer beschreibt eine neue kulturelle Realität: „Niemand spricht mehr jemanden in der Öffentlichkeit an“. Die öffentliche Diskussion um Vergewaltigung und sexuelle Belästigung verschiebt Grenzen. 17% der Amerikaner im Alter von 18-29 Jahren glauben nun, dass die Einladung einer Frau zu einem Drink ‚immer‘ oder ‚normalerweise‘ eine sexuelle Belästigung darstellt. Es gibt inzwischen viele einsame verwirrte Menschen da draußen, die keine Vorstellung mehr haben, wie man live datet.

Natürlich gibt es viele, die auf Tinder ihr schnelles oder auch ihr langes Glück finden – wenn sie überdurchschnittlich gut aussehen.



Andere sind durch die Unsicherheit und die Zuvielfalt im Angebot so beeindruckt, dass sie von der Couch nicht runterkommen, um sich zu einem Date zu wagen. Man kann das Paradox der Auswahl nennen, oder Optionen Paralyse oder FOBO (Fear of better option). Auch die erfolgreichen App Nutzer haben ihre Unsicherheiten mit klassischem Dating. Über die App wissen sie, woran sie beim anderen sind. Im normalen Leben ist es zu peinlich, das herauszubekommen. Ein weiteres Problem des online Datings ist, dass beide Geschlechter dazu tendieren, mögliche Partner zu finden, die etwa 25% attraktiver sind als sie selbst – eher keine Siegerstrategie.

4. Schlechter Sex (schmerzhaft schlecht)

Debby Herbenik, eine führende Sex Forscherin, hat folgenden Rat für ihre männlichen Studenten: “If you’re with somebody for the first time,” she said evenly, “don’t choke them, don’t ejaculate on their face, don’t try to have anal sex with them. These are all things that are just unlikely to go over well.”



Herbenik vermutet, dass die Sex Rezession auch eine gesunde Reaktion auf schlechten Sex ist. „Nein, danke“.

Laut Studien von Herbenik hatten 30% der Frauen Schmerzen beim letzten vaginalen Geschlechtsverkehr und beim analen Verkehr sogar 72%. Noch schlimmer, viele Frauen erzählen das ihren Partnern nicht. Wie ein Forscher vermutet: Viele Mädchen und Frauen haben die Vorstellung verinnerlicht, dass physisches Unbehagen zur Weiblichkeit gehört. Männer haben guten und schlechten Sex. Wenn Frauen schlechten Sex erfahren, dann ist das sehr, sehr schlechter Sex.

Befriedigenden Sex zu erlernen ist besonders schwierig im Kontext der Abschleppkultur. Für die meisten Menschen ist Casual Sex weniger befriedigend als der Sex mit einem Partner. So zeigte eine Studie, dass nur 31% der Männer und 11 % der Frauen den Orgasmus beim ‚hooking up‘ erreichen. Im Kontext einer Beziehung sind es dagegen 84% und 67%. Natürlich gibt es auch genussvolle Aktivitäten, die nicht zum Orgasmus führen sollen. Aber der Unterschied der beiden Kontexte ist frappierend.

Wenn immer mehr junge Menschen ernsthafte Beziehungen auf später verschieben, werden immer mehr von ihnen nicht wissen, wie sich guter Sex wirklich anfühlt. Eine Befragte hatte die letzte Nacht ein Tinderdate mit einem Mitdreißiger. „Ich hatte so schlechten Sex gestern – er drang einfach ein und nagelte los. Könnte ich ihn wohl coachen? Aber in dem Alter?“ Sie überlegt, ob sie Männern ganz abschwören sollte – aber eigentlich mag sie guten Sex, oder zumindest ziemlich guten Sex.

5. Verklemmungen

„Millennials mögen es nicht, sich nackt zu zeigen“. In amerikanischen Gyms verschwinden die Gemeinschaftsduschen. Eine wachsende Zahl von Studien zeigt für Männer und Frauen eine Korrelation von Social Media Nutzung und Körperunzufriedenheit⁵. Eine holländische Studie zeigt, dass häufiger Pornokonsum Männer an ihrer Penisgröße zweifeln lässt.



Bild berichtet gerade von einer Studie der Schauspielerin Furtwängler, nach der ein Viertel der jungen Frauen ihren Busen für Bilder auf Instagram vergrößern⁴. Und wenn man nicht möchte, dass der Partner einen beim Verlassen der Dusche sieht – wie soll dann oraler Sex funktionieren? Die Wahrscheinlichkeit, gerne oralen Sex zu bekommen nahm laut einer 2017 Studie bei den Millennials um 66% ab!

Körperprobleme führen zu Angstgefühlen und zusammen mit steigenden Depressionsraten erwachsen Libidoprobleme. Verstärkt durch Antidepressiva. Folgerichtig ist im Erwachsenen sein echtes Singleleben erheblich stabiler als angenommen. Nur die Hälfte der heterosexuellen Singlefrauen in den Zwanzigern geht überhaupt auf Dates. Und ältere Frauen noch weniger.



Wie bei einer ökonomischen Rezession wird sich die Sex Rezession vermutlich auf eine Art und Weise entwickeln, die ungleich und unfair ist. Die, denen es gut geht, bei Aussehen, Geld, Resilienz und starken sozialen Netzwerken werden sehr viel leichter Liebe und guten Sex finden und auch Eltern werden - falls sie wollen. Für die weniger gut Versorgten wird Intimität dagegen schwieriger zu bekommen sein.

Sex ist verspannter heute. Das Problem hat, wie gezeigt, nicht nur eine Quelle. Die Welt, also die Kontexte, haben sich auf vielfältige Weise verändert, und das schnell. Hoffentlich überdenken wir manche Dinge: Die unterirdische sexuelle Aufklärung zum Beispiel. Die war früher schon ein Witz, aber in Zeiten von Online Porno ist sie eine Schande. Oder die gestörten Beziehungen, die viele mit ihren Handys und Social Media haben, zum Schaden unserer echten Beziehungen zu Menschen. Bemühungen, unsere Teenager vor fast allem zu schützen, inklusive Romanzen, lässt sie unvorbereitet sowohl für die Tiefen als auch die Freuden des Erwachsenseins. Wenn wir nichts tun bleibt es viel effizienter, sich die Befriedigung selbst zu verschaffen als sich auf das Wagnis einzulassen, sich als Beziehungsjungfrau fremden Menschen zu nähern, wenn man das spielerische Kennenlernen nie hat üben dürfen. Keine guten Vorzeichen für den gesellschaftlichen Zusammenhalt. Aber faszinierend wie stark Kontexte und Effizienzmotivation unser Verhalten beeinflussen, oder?

Quellen:

1. <https://www.theatlantic.com/magazine/archive/2018/12/the-sex-recession/573949/>
 2. <https://www.yourbrainonporn.com/de/>
 3. <https://www.nofap.com/>
 4. <https://www.bild.de/unterhaltung/leute/leute/instagram-verhalten-was-verraet-die-furtwaengler-studie-ueber-unsere-kinder-59843426.bild.html>
 5. https://www.focus.de/digital/i%20nernet/dating-studie-menschen-streben-beim-online-dating-nach-hoehere-id_9383973.html
- <https://www.bento.de/gefuehle/schlechter-sex-was-kann-man-tun-um-mehr-spass-im-bett-zu-haben-a-00000000-0003-0001-0000-000001962920>



Buchempfehlungen

Von Ralph Ohnemus:

Markenerleben. Die Strategie im Hyperwettbewerb und Informationstsunami [> hier bestellen](#)

Markenstaunen. Gewinnen im Informationstsunami [> hier bestellen](#)



Feedback, Anregungen oder Kritik zu diesem Artikel:

braincandy@ka-brandresearch.com

Der Autor

Ralph Ohnemus, CEO. Seit 2001 Vorstand und Hauptanteilseigner von K&A BrandResearch. Vorher war er 15 Jahre Kunde von K&A BrandResearch. Nationale und internationale Marketing- und Vertriebs erfahrung in Senior Management Positionen, darunter FMCG, Mode, Medien und Telekommunikation – zuletzt als SVP Consumer Sales verantwortlich für Marketing, Vertrieb und Filialketten bei Viag Interkom O₂.

Kontakt: r.ohnemus@ka-brandresearch.com

