

Was Männer bewegt

Das Mannebüro in Zürich war die erste Anlaufstelle für Männer in der Schweiz. Kürzlich verzeichnete es seine 10 000. Beratung. Zeit, nachzufragen, wie es den Männern inzwischen geht.

ALINE WÜST (TEXT) UND
HERVÉ LE CUNFF (FOTOS)

Auch hier darf niemand im Stehen pinkeln. Weinen hingegen ist im Mannebüro kein Problem. **Denn im Beratungszimmer mit Zimmerpflanzen und Blick auf die Langstrasse sitzen meist Männer, die nicht mehr weiterwissen.**

Es sind vorwiegend solche, die ihre Frauen geschlagen haben. Ihnen hilft das Mannebüro, einen Ausweg aus der Gewalt zu finden. **Es kommen aber auch Männer, die generell Stress mit Frauen haben. Oder solche, die an einer Trennung zu zerbrechen drohen.** Und immer häufiger suchen Männer Rat, die ein Problem mit ihrer Sexualität haben. Die Auswirkungen sind vielfältig. Der Grund oft nur der eine: Pornografie.

Martin Bachmann (48) ist hier für die Sexualberatung zuständig. Den klinischen Sexologen berührt das Leid, das vom sexuellen Stress ausgelöst werden kann.

Martin Bachmann, wer sitzt hier sonst auf meinem Stuhl?

Martin Bachmann: Immer häufiger Männer um die dreissig, die mit schnellem Internet aufgewachsen sind. Sie haben es sich mit Pornos über so lange Zeit antrainiert, alleine zu kommen, dass es nicht mehr geht mit einer Frau.

Warum ist das so?

Mit einer Frau kann ich gar nicht so schnell Sex haben, wie ich es mir selber machen kann. Ich kann ausserdem mit der Hand einen anderen Druck herstellen als beim Geschlechtsverkehr mit einer Frau.

Und wo genau ist da das Problem?

Ich habe immer mehr Männer hier, die mir sagen, dass sie zu viel im Internet seien. Sie haben Stress deswegen und ein schlechtes Gewissen. Andere landen beim Surfen auf Seiten, wegen denen dann plötzlich die Polizei vorbeikommt. Oder sie

realisieren, dass sie sich massive Gewaltdarstellungen anschauen. Die Männer spüren: Das erregt mich. Aber sie merken auch, dass sie sich Dinge ansehen, die weit weg sind von einer einvernehmlichen, genussvollen Sexualität.

Wie wird Konsum zur Sucht?

Viele Männer geniessen es, fühlen sich aber, sobald sie den PC abstellen, wie der letzte Sauhund. Sie löschen den Browser-Verlauf und hoffen, dass ihre Freundin oder Frau es nicht mitbekommt. Sie denken: So, jetzt habe ich's durch, dann kommt die schlechte Laune und nach einer halben Stunde der Gedanke, ich könnte es ja nochmals tun, ich bin eh schon eine Sau. Das kann ein Suchtmuster ergeben.

Wie helfen Sie?

Ich helfe herauszufinden, warum diese Männer das machen und was sie eigentlich wollen. Wir sind unserer Sexualität nicht hilflos ausgeliefert.

Das müssen Sie erklären!

Beispielsweise gibt es viele Männer, die mir sagen, dass sie nachmittags um drei Uhr im Büro ein bisschen müde und unterzuckert sind und ihnen dann die Idee kommt, einen Porno zu schauen. In der Beratung finden wir heraus, ob es ihnen tatsächlich um sexuellen Genuss geht, einfach darum, eine Pause zu machen oder sich sonst etwas Gutes zu tun. Das kann man aber auch anders. Ein Sandwich essen beispielsweise oder im Treppenhaus ein paar Mal hoch- und runterlaufen.

Was raten Sie jemandem, der lieber wieder Sex mit einer Frau als vor dem Computer haben will?

Der Betreffende muss lernen, wie er mit wenig Tempo seine Erregung steigern kann. Das fängt



Schnelles und jederzeit verfügbares Internet verführt zu Pornokonsum.



In seinen Beratungen zeigt Martin Bachmann auf, wie Sex zum Stress werden kann – oder zum Genuss.

EuroMillions

165 Mio! Knackten Sie mit uns den Jackpot

Wir verlosen wieder Super-Scheine für die nächste EuroMillions-Ziehung! Werden Sie mit SonntagsBlick zum Multimillionär und geniessen Sie das Leben in vollen Zügen. **Wir verlosen drei Super-Scheine im Wert von je 315 Franken** für die nächste Ziehung. Jeder Schein entspricht 90 Einzeltipps – jeder Tipp eine Gewinnchance für Sie. **Auf dem Schein sind sechs Zahlen und sechs Sterne angekreuzt.** Auch wenn Sie den Jackpot nicht knacken, winken Ihnen mit unseren Scheinen schnell einmal mehrere Tausend Franken!



So können Sie gewinnen

SMS: Senden Sie das Kennwort **SBEURO** an die Nummer **797 (1.90 Fr./SMS)**. **Telefon:** Wählen Sie die Nummer **0901 333 145 (1.90 Fr./Anruf)**. Chancengleiche Teilnahme via **Mobile Internet (WAP) ohne Zusatzkosten:** <http://win.wap.my797.ch>

Teilnahmeschluss ist am Dienstag, 24. April 2018, um 19.30 Uhr. Die Gewinner werden anschliessend ausgelost und benachrichtigt. Mit der Teilnahme erklären Sie sich mit den AGB auf www.blick.ch/gewinnen einverstanden. ●

UN-Inspektoren sind in Duma



Zwei Wochen nach dem mutmasslichen Giftgasangriff nahmen UN-Chemiewaffenexperten gestern im syrischen Duma erste Proben. **Die Inspektoren hatten tagelang auf ihren Einsatz warten müssen.** Der Westen vermutet, dass die Regierung in Damaskus und ihre Schutzmacht Russland die Untersuchung verschleppen wollten.

Indien weitet Todesstrafe aus

Die Vergewaltigung von Kindern kann in Indien künftig mit dem Tod bestraft werden. Nachdem Details über die Gruppenvergewaltigung und Ermordung eines achtjährigen Mädchens bekannt geworden waren und es im **ganzen Land zu Protesten gekommen war**, startete die Regierung in Neu-Delhi gestern einen entsprechenden Vorstoss.

Kim stoppt alle Atomtests



Nordkoreas Machthaber **Kim Jong Un** (Bild) hat gestern **völlig überraschend** den vorläufigen Stopp seiner Atomversuche und Tests mit Interkontinentalraketen verkündet. Er brachte sich damit für anstehende Gipfeltreffen mit den Präsidenten Südkoreas und der USA in Position.

Weniger Delikte in Deutschland

Die Zahl der registrierten Straftaten in Deutschland ist im vergangenen Jahr **um fast zehn Prozent gesunken**, wie die Zeitung «Welt am Sonntag» berichtet. Einen derart starken Rückgang bei der Kriminalität hat es seit fast 25 Jahren nicht gegeben. Die Statistik weist für das vergangene Jahr insgesamt 5,76 Millionen Straftaten aus. ●

Fotos: Getty Images, Keystone

Dank SonntagsBlick darf Rene wieder heim



In der Schweiz werden jährlich 15 000 Menschen kraft behördlicher Verfügung in die Psychiatrie gesteckt – und viele anschliessend in eine Einrichtung des «betreuten Wohnens». Rene S.* (54) ist einer von ihnen.

Zurzeit ist der IV-Rentner in der Psychiatrischen Uniklinik (PUK) Zürich untergebracht. **Er wehrte sich vor Gericht gegen die zwangsweise Unterbringung in einem Heim.** Als SonntagsBlick darüber in der letzten Ausgabe berichtete, war der Entscheid des Zürcher Obergerichts noch hängig. Inzwischen hat Roger Burges, der Anwalt von S., den Entscheid erhalten: Das Gericht hiess seine Beschwerde gut. Rene S. darf wieder nach Hause.

Das Urteil vom Donnerstag liegt SonntagsBlick vor. Darin steht, dass die unfreiwillige Unterbringung in eine Einrichtung nur dann erlaubt ist, wenn eine ambulante Betreuung der betreffenden Person nicht möglich sei.

Das Gericht gibt der Zürcher Erwachsenenschutzbehörde einen Monat Zeit, um für Rene S. eine ambulante Betreuung zu organisieren. **Bis spätestens 17. Mai sei er aus der Psychiatrie zu entlassen.** Laut Richterspruch kann sich Rene S. entscheiden, länger in der PUK zu bleiben oder in eine Einrichtung des betreuten Wohnens einzutreten – gegen seinen Willen jedoch darf davon nichts geschehen.

Gegenüber SonntagsBlick bleibt es für S. dabei: «Ich will wieder nach Hause.» ●

CYRILL PINTO *Name der Redaktion bekannt