

# **Pornografiekonsum - Risiken und Nebenwirkungen**

Dipl.-Psych. Tabea Freitag

## **Einleitung**

*„Geile Thai Teens stehen auf hardcore, little thai girls, der beste horrorsex, der härteste Sex, Livecams kostenlos ....“ Etwa dreißig solcher Adressen fand eine Mutter im Internetbrowser ihres PCs zuhause. Ihr 9jähriger Sohn hatte sie aufgerufen während sie einkaufen war. Er hatte die links – wie alle Jungen seiner Grundschulklasse – von einem Mitschüler bekommen. Obwohl die Eltern einfühlend und klar mit ihm darüber geredet hatten, erwischte sie ihn einige Monate später dabei, wie er seine kleine Schwester sexuell nötigte.*

*„Natürlich guck ich auch Pornos – das machen doch alle Jungs!“ antwortete ein 15jähriger auf Nachfrage. „Wenn ich mal eine Freundin habe, hör ich natürlich damit auf, denn das wäre ja wie Fremdgehen!“ fügt er hinzu.*

*Ein junger Mann, der seit Jahren regelmäßig Pornografie konsumiert, will seine feste Freundin nicht verlieren und darum seinen Konsum beenden. Doch er merkt, dass er dazu nicht mehr in der Lage ist. Im „Entzug“ nimmt er noch stärker als sonst seine Umgebung und Mitmenschen sexualisiert wahr. Sein „Kopfkino“, unzählige „eingebrannte“, im Detail erinnerte Bilder und Filme, lösen monatelang unwiderstehliche Rückfallgedanken aus. Zittern, innere Unruhe, Konzentrationsstörungen lassen an einen Drogenentzug erinnern.*

*Der 12jährige Tom (Name geändert) aus einer guten, warmherzigen Familie „spielte“ an seiner 8-jährigen Schwester zwei Jahre lang Szenen nach, die er gemeinsam mit Freunden heimlich in Pornovideos gesehen hatte, vergewaltigte sie und gab ihr entsprechende Anweisungen, sich wie die Darstellerinnen zu verhalten. Die Eltern ahnten nichts davon.*

*Eine Mutter ruft an und schildert, wie ihr 13jähriger Sohn, nachdem er bei Freunden im Internet erstmals gewalthaltige Sexbilder gesehen hat, zuhause wie unter Schock stand, weinte und sagte, er werde die schrecklichen Bilder nicht mehr los. Dennoch zapfte er wenige Tage später ein offenes WLAN-Netz in der Nachbarschaft an und ging auf ähnliche Seiten.*

*Frau S. leidet unter der Pornosucht ihres Mannes und wie diese die Intimität in der Ehe zerstört: „Er begehrt mich kaum noch und wenn, dann ist es, wie wenn er eine Schablone auf mich legt und sein Phantasiekino an mir abspult. Ich bin dabei gar nicht gemeint.“*

Facetten einer Dynamik wie die Spitzen eines Eisbergs, dessen weitaus größerer Teil im Verborgenen bleibt und dessen Auswirkungen wir nur schwer abschätzen können, gewöhnlich aber unterschätzen.

Es sind diese drei Folgen von Pornografiekonsum, mit denen ich in der psychotherapeutischen Praxis zunehmend konfrontiert wurde und die den Ausschlag dafür gaben, mich mit den Auswirkungen von Pornografie zu befassen und in die präventive Arbeit zu investieren:

- Sexuelle Traumatisierung durch minderjährige Täter nach Pornografiekonsum
- Paare, deren Liebe und Intimität an der Pornosucht eines Partners zu zerbrechen droht
- Menschen, die sich selbst im Sog des Online-Sex verstrickt haben und Auswege aus der heimlichen Sucht suchen.

Trotz zahlreicher Berichte aus Jugend- und Sozialarbeit, Selbsthilfe, Beratung und Therapie hält sich die weit verbreitete Annahme, Jugendliche wie Erwachsene könnten zwischen pornografischen Bildern und der Realität unterscheiden und das Gesehene hätte darum kaum Einfluss auf ihre Einstellung und ihr Verhalten. Diese Annahme ist wissenschaftlich eindeutig nicht haltbar, widerspricht aber auch allen anerkannten psychologischen Lerngesetzen. Wenn laut Dr.Sommer-Studie (2009) 47 % der Jungen meinen, sie können durch Pornos was lernen, oder *das sei die beste Aufklärung* (z.B.Heiliger, 2006), beantworten sie selbst die Frage, ob Pornografiekonsum sie beeinflusst oder nicht.

Die Arbeit in unserer Fachstelle für exzessiven Medienkonsum mit Jugendlichen und Erwachsenen, die exzessiv oder suchtartig Internet-Pornografie konsumieren, bestätigt immer wieder folgende Erfahrung:

Jugendliche wie Erwachsene berichten, unabhängig vom Milieu ihrer Herkunftsfamilie, dass die *ersten*, meist früh (10.-15.Lebensjahr) rezipierten pornografischen Bilder ein emotionales Gemisch aus Faszination und Ekel, Abscheu und Erregung auslösten, die Gleichzeitigkeit von Schamgefühlen beim Blick in fremde Intimsphären und einem unwiderstehlichen Drang, sich diese überwältigenden Gefühle nun öfter holen zu wollen. Die verwirrenden Botschaften der Pornografie wie die anonyme Illusion von Intimität tragen zur Verwirrung des natürlichen Schamgefühls bei, das die Grenze zwischen vertraut (intim) und fremd, privat und öffentlich markiert. Durch diese Ambivalenzen fühlen sich viele anfangs verunsichert und verwirrt. Dies gilt umso mehr bei Gewaltpornografie: „Das ist menschenverachtend und macht mich doch an.“ Die anfängliche Intuition wird überlagert durch die starke Erregung als Verstärker, die durch das dopaminerge Belohnungssystem nach Wiederholung verlangt. So gehen anfängliche Gefühle von Unbehagen, Scham oder Abwehr bei wiederholtem Pornografiekonsum schnell zurück und verschwinden schließlich ganz, wie experimentelle Studien belegen (Zillmann, 2004), während die nun angefachte lustvoll erlebte Erregungssuche durch Habitualisierung und Desensibilisierung im Laufe der Zeit nicht selten nach härteren Reizen verlangt. Die hierfür notwendige Einstellungsänderung in der Bewertung von Pornografie und ihrer implizierten Botschaften (z.B. dem

Vergewaltigungsmythos) als Folge von wiederholtem Pornografiekonsum gehört zu den am besten dokumentierten Ergebnissen der diesbezüglichen Wirkungsforschung.

Folglich steht der *Normalisierungsstrategie* jugendlicher Konsumenten („Pornos sind normal und Bestandteil des alltäglichen Medienkonsums“, Grimm 2010) das Paradigma der „Jugendgefährdung“ pornografischer Medien gegenüber, die nicht zuletzt gerade darin begründet liegt, dass Heranwachsende in einer Phase der sexuellen Identitätsentwicklung, Verunsicherung und *Normorientierung* besonders stark beeinflussbar sind.

## 2. Epidemiologie

Obwohl laut § 184 StGB jegliches Zugänglichmachen oder Überlassen von pornografischem Material an Jugendliche unter 18 Jahren strafbar ist, ist der Konsum von Pornografie im Internet, auf DVD oder Handy unter männlichen Jugendlichen inzwischen zur Normalität geworden. Nach der repräsentativen Dr.-Sommer-Studie 2009 (n = 1228), durchgeführt von icon-kids & youth, haben **79 % der 14-17-jährigen Jugendlichen und 42 % der 11-13-jährigen Kinder bereits pornografische Bilder oder Filme gesehen**. Analog zu den Befunden der Online-Befragung von Drey, Pastötter und Pryce (2008, n = 6.556), die ebenfalls eine Prävalenz von 78 % der befragten Jugendlichen ermittelte, nimmt der Konsum bei den 12-14-Jährigen deutlich zu. Dabei zeigen sich erhebliche Geschlechterunterschiede: Bereits **69 % der 13-jährigen Jungen** gegenüber 40 % der Mädchen haben pornografische Inhalte gesehen, **bei den 17-Jährigen sind es 93 % der Jungen und 80 % der Mädchen** (Dr.-Sommer-Studie). Die Nutzung pornografischer Inhalte erfolgt überwiegend mit Freunden (50 %) und bei einem Drittel alleine. Immerhin 14 % haben solche Inhalte in der Schule gesehen. Unserer Erfahrung nach geschieht dies nicht selten im PC-Raum von Schulen, die keinen Filterschutz installiert haben.

Erhebliche Geschlechterunterschiede zeigen sich insbesondere in der Häufigkeit des Konsums: Während nach der 2007/8 durchgeführten KFN-Schülerbefragung, die 15-Jährige nach der Rezeption von pornografischen *Filmen* ab 18 Jahre fragte, 7 % der Jungen zugaben, diese täglich zu konsumieren und 20,7 % häufig/ mindestens einmal pro Woche, gilt dies nur für 0,2 % (täglich) bzw. 0,7 % der Mädchen (Baier et.al. 2010).

Der Konsum nimmt mit dem Alter zu: Unter männlichen Studenten (TU Ilmenau, Döring, 2009) liegt der **Anteil der täglichen Konsumenten bereits bei 16 %** (Frauen 1 %), 73 % konsumieren mindestens wöchentlich gegenüber 9 % der Frauen. 5 % der männlichen Studenten konsumieren mehr als 10 Stunden pro Woche, 23 % mindestens 4-5 Stunden

wöchentlich. Gabriele Farke ([www.onlinesucht.de](http://www.onlinesucht.de)) weist seit vielen Jahren auf die hohe Zahl von Studenten hin, die sich selbst für online-seksüchtig halten und sich darum an ihr Selbsthilfeportal wenden.

### **3. Inhalte und Reaktionen auf das Gesehene**

In einer Studie des Bundesverbands pro familia (Altstötter-Gleich 2006) nannten 61 % der befragten 11-18jährigen Schülerinnen und Schüler konkrete Beispiele von sexuellen Inhalten, die sie im Internet gesehen hatten. **16 % aller Befragten (20 % der Jungen, 12 % der Mädchen) gaben an, „harte“ (auch für Erwachsene illegale) Gewaltpornografie, sexuelle Verstümmelung, Sodomie oder Kinderpornografie angeschaut zu haben.** Weitere 15 % hatten Inhalte wie Analverkehr, Gruppensex und Gang-Bang, Dehnungs- und SM-Praktiken gesehen. Dabei zeigten sich keine Unterschiede hinsichtlich Alter oder Bildungsniveau/Schultyp. Ausgeprägte Geschlechterunterschiede wurden in den Reaktionen auf das Gesehene deutlich: Während Jungen signifikant häufiger positive Reaktionen wie „dazugelernt“ und „angemacht“ äußern, berichten Mädchen häufiger negative Emotionen wie Ekel, Angst und Scham. Bei harter Pornografie überwiegen auch bei Jungen negative Emotionen. Die Befragung zeigte auch, dass Heranwachsende sexuelle Inhalte im Internet eher selten per Zufall finden, sondern schwerpunktmäßig aktiv aufsuchen, wobei sie neben Suchmaschinen vor allem Tipps aus ihrem Freundeskreis nutzen.

Wenn Pornografie einen Einfluss auf Einstellung und Verhalten der Konsumenten hat, dann müsste häufiger Pornografiekonsum stärkere Folgen haben als seltener. Wie könnte ein solcher Zusammenhang aussehen?

### **4. Unterschiede zwischen Mädchen und Jungen mit hohem und niedrigem Pornografiekonsum**

In einer großen repräsentativen Studie (baltic sea study) in Schweden (Svedin et al. 2010; Priebe et.al. 2007, n = 4.026) gaben **10,5 % der 18jährigen Jungen an, täglich Pornografie zu konsumieren, weitere 29 % mehrmals wöchentlich.** Nur 1,7 % der Mädchen konsumierten täglich oder mehrmals wöchentlich Pornografie. Zwischen Hochkonsumenten (täglich Konsum) und Referenzgruppe (seltener bis mehrmals wöchentlicher Konsum) zeigten sich hoch signifikante Unterschiede: **Jungen mit täglichem Konsum sehen**



**insbesondere häufiger deviante<sup>1</sup> Formen von Pornografie: Sie sind ca. dreimal so häufig auch Konsumenten von Gewaltpornografie sowie von Sodomie (Sex mit Tieren, 30 % gegenüber 10 %) und fast *sechsmal* (!) so häufig Konsumenten von Kinderpornografie.**

Der Wunsch, das Gesehene auch real auszuprobieren, ist deutlich höher (70 % vs. 42 %), ebenso die **Angabe, Gesehenes real ausprobiert zu haben** (52 % vs. 29 %, Mädchen 66 vs. 16 %). Jungen mit täglichem Konsum sind nach eigenen Angaben **fast dreimal so oft Täter von sexuellen Missbrauch (27 vs. 11 %) sowie mehr als dreimal so oft Täter von sexueller Gewalt mit Penetration (11,5 vs. 3,7 %) als seltenere Konsumenten.** Sie sind jedoch *nicht* häufiger selbst Opfer gewesen. Gleichzeitig geben aber diese Hochkonsumenten doppelt so häufig wie die Vergleichsgruppe an, Pornografie sei ein ideales Mittel, um etwas über Sexualität zu lernen, sei unterhaltsam und inspirierend und degradiere Frauen nicht. Trotz stark erhöhter Akzeptanz von Vergewaltigungspornografie und höherer Gewaltbereitschaft wird also von dieser Gruppe ein negativer Einfluss z.B. auf das Frauenbild weitgehend geleugnet.

Wie sich auch in anderen Studien<sup>2</sup> bestätigte, unterscheiden sich beide Gruppen nicht in ihrem Bildungsniveau und im sozioökonomischen Status.

**Die Ergebnisse zeigen, dass sexualisierte Gewalt an Kindern ebenso wie der Konsum von Kinderpornografie längst nicht nur Sache von „Pädosexuellen“ ist, sondern dass die freie Zugänglichkeit devianter Inhalte eine neue Tätergruppe befördert, die auf der ständigen Suche nach dem gesteigerten Kick mal Orgien, mal Vergewaltigungs- und mal Kinderpornografie konsumiert und deren so geschürte Phantasien zu Wünschen und diese nicht selten auch zu Handlungen werden.**

Ein Teil der häufigen Konsumenten bleibt jedoch beim Konsum nicht-devianter Inhalte.

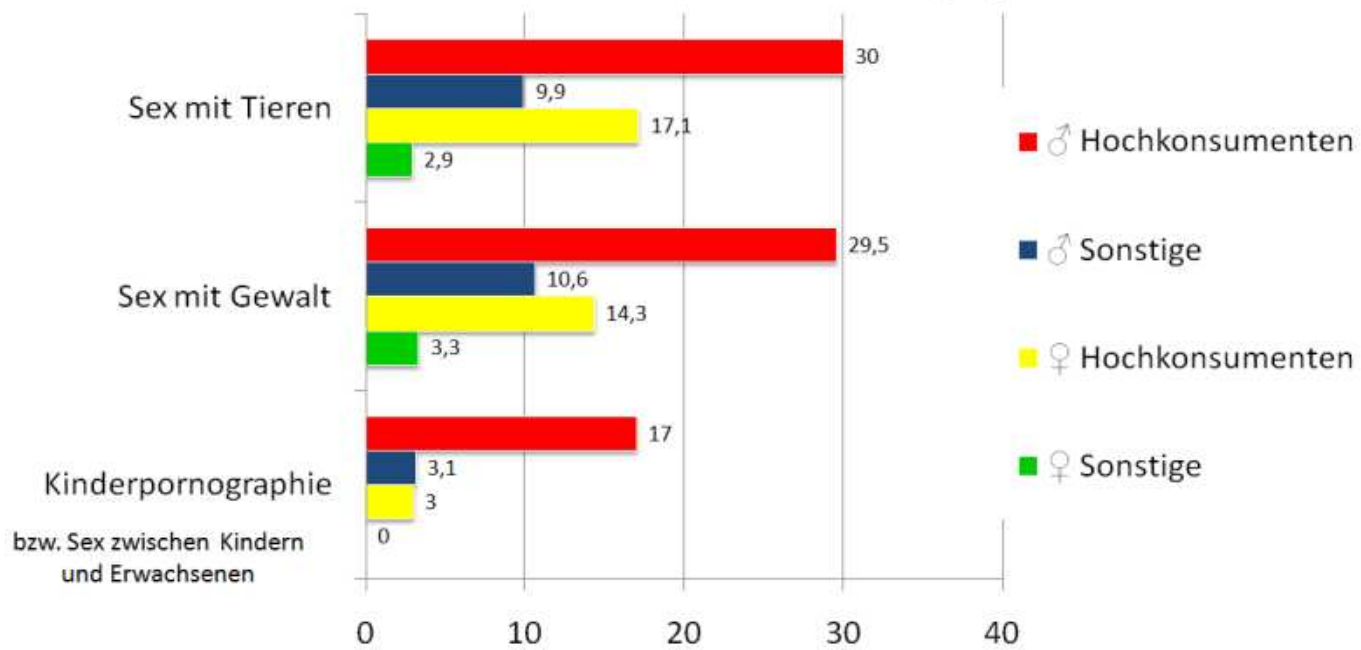
Die Frage ist also nicht, ob es Folgen von Pornografiekonsum gibt, sondern welcher Art sie sind. Die gut dokumentierten Folgen von Pornografiekonsum sollen im folgenden benannt, geordnet und zu erklären versucht werden.

---

<sup>1</sup> Deviant: „abweichend“, pervers, hier: illegal

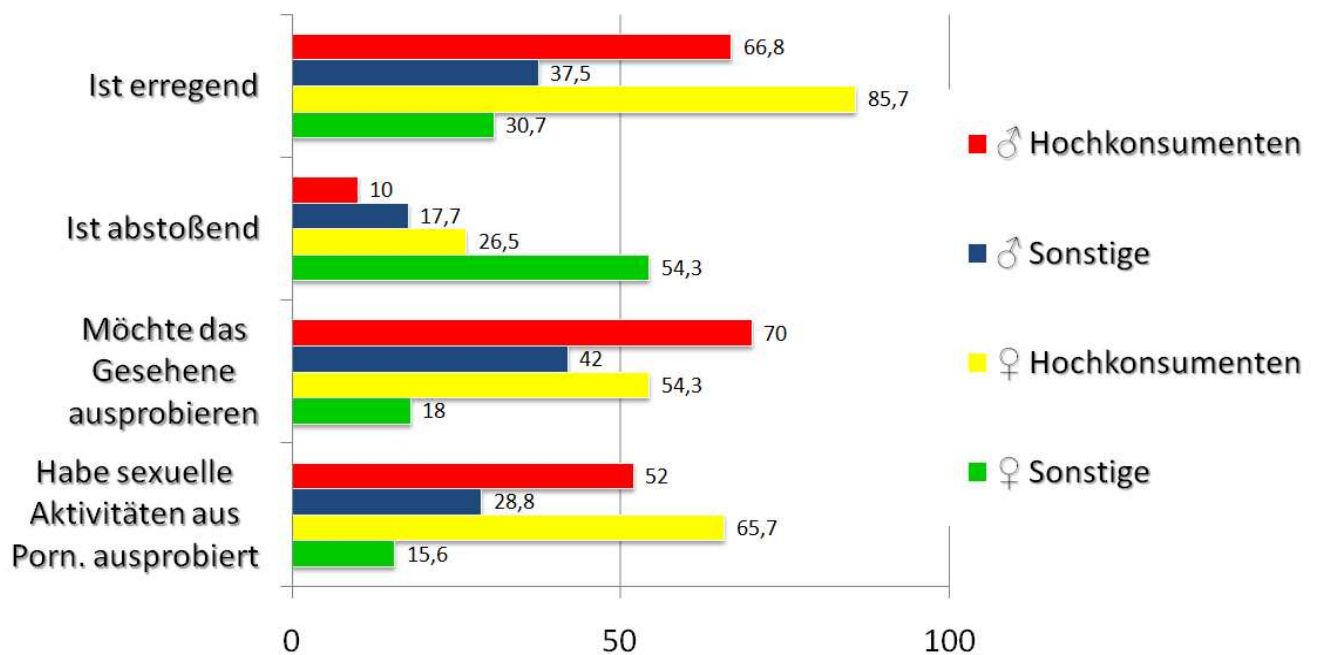
<sup>2</sup> Z.B. KFN-Schülerbefragung 2007/8: der Anteil an seltenen wie auch häufigen Konsumenten von Pornovideos ist unter Hauptschülern und Gymnasiasten nahezu identisch

## Hoher Konsum und Inhalt der Pornographie



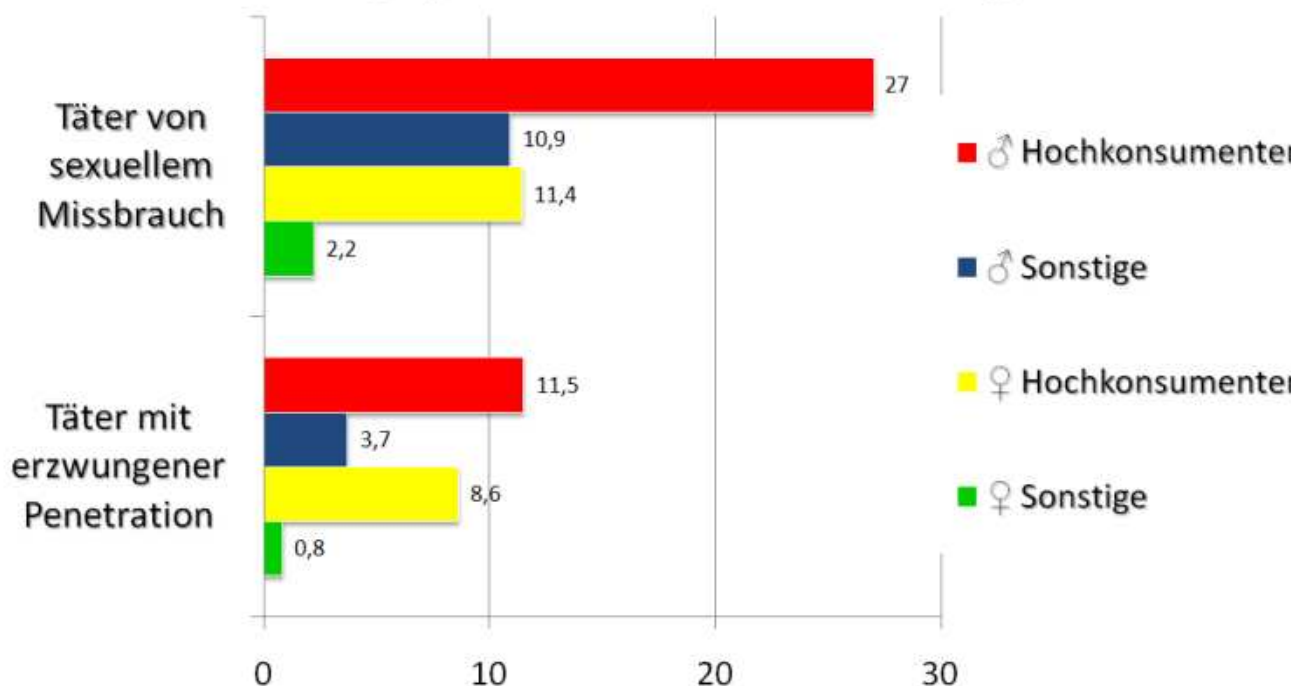
Baltic sea study, Schweden, Priebe et al. 2007

## Hoher Konsum und Reaktionen auf das Gesehene



Baltic sea study, Schweden, Priebe et al. 2007

## Hoher Pornografiekonsum und sexuelle Übergriffe



Baltic sea study, Schweden, Priebe et al. 2007

## 5. Forschungsergebnisse zur Wirkung von Pornografie auf Einstellungen und Verhalten

### 5.1 Einfluss von Pornografie auf Einstellungen zu Sexualität und Beziehung sowie auf die Bewertung der Realitätsnähe von Pornografie

In mehreren großen Längsschnittuntersuchungen unter niederländischen Jugendlichen (Peter & Valkenburg, 2006-2010) zeigte sich, dass Jugendliche pornografische Inhalte umso mehr für realistisch halten, je öfter sie solche Inhalte im Internet sehen. Jugendlicher Pornografiekonsum förderte zudem Einstellungen, die Sexualität von jedem Beziehungskontext trennen und Frauen als Sexobjekte betrachten. Je öfter Jugendliche Pornografie konsumieren, umso mehr stimmen sie im einjährigen Verlauf Aussagen zu, die unverbindliche Sexualität und One-Night-Stands befürworten. (Peter und Valkenburg 2008, n = 2.343, Alter 13-20 J.) Eine instrumentelle Sicht von Sexualität (Sex als primär körperlicher Akt, mit beliebigen/ mehreren Partnern, Sex als ein Spiel, ohne Beziehungswunsch) wird verstärkt auf Kosten einer beziehungsorientierten und emotionalen Sicht von Sexualität. (P. und V. 2010, n = 959). Umgekehrt nehmen sich Jungen, je stärker sie beziehungsorientiert sind, eine Einschränkung ihres Konsums vor (Grimm 2010, qualitative Befragung). Ein

„biologistisches Geschlechterrollenmodell“ (Grimm) nutzen sowohl Jungen wie auch Pornotolerierende Mädchen als Normalisierungsstrategie: „Pornos sind normal. Jungen brauchen das wegen ihrer Triebe.“ Mit dieser Deutung versuchen viele Mädchen, die mehrheitlich mit Abwehr und Ekel auf Pornografie reagieren, ihre ambivalenten Gefühle angesichts der „Normalität“ von Pornografie zu bewältigen. Einerseits stehen sie unter Leistungsdruck, den durch Pornos geprägten Erwartungen der Jungen zu entsprechen, andererseits wünschen sie, dass die pornografischen Bilder nicht in die Beziehung eindringen, was ihr Dilemma vergrößert.

Pornografie beeinflusst - selbst bei Erwachsenen - die Vorstellung dessen, was normal und üblich sei: Zillmann (2004) stellte in einer Reihe von Untersuchungen fest, dass intensiver Pornografiekonsum dazu führt, dass die meisten Konsumenten die reale Häufigkeit von Praktiken wie Anal-, Gruppensex und SM-Praktiken ebenso überschätzen wie die Verbreitung von außerehelichen Affären und Promiskuität. Darüber hinaus fördert intensiver Konsum die Überzeugung, promiskues Verhalten sei natürlich und normal. In der Konsequenz vermindert er bei jungen Menschen den Wunsch nach einer längerfristigen Bindung. Entsprechend fördert der Konsum auch eine ablehnende Haltung gegenüber Familiengründung und Kinderwunsch.

## **5.2 Einfluss auf die sexuelle Zufriedenheit und Empathiefähigkeit**

Während Jugendliche, je öfter sie pornografische Inhalte konsumieren, diese sowohl für realistischer als auch für nützlicher („dazugelernt“) halten, nimmt gleichzeitig ihre sexuelle Unsicherheit wie auch die Unzufriedenheit mit ihrer eigenen Sexualität bei häufigem Pornografiekonsum zu (Peter & Valkenburg 2008, 2009, 2010). Gemäß der Theorie des sozialen Vergleichs könnte sich beides aus dem Vergleich mit unerreichbaren Idealen körperlicher Attraktivität wie auch sexueller Performance – sei es die eigene oder die des Partners - erklären. Naheliegend ist zudem auch ein indirekter Einfluss auf die sexuelle Zufriedenheit durch geringere emotionale Intimität in der Partnerschaft. Die Forschergruppe um Stulhover (2007, S. 80) fand bei jungen Frauen und Männern, dass der Einfluss von Pornografiekonsum auf die sexuelle Zufriedenheit in erster Linie durch den negativen Einfluss von übernommenen pornografischen Skripten („Drehbüchern“) auf die partnerschaftliche Intimität vermittelt wurde.

Nach Zillmann (1988, 2004) führt die intensive Nutzung pornografischer Medien sowohl zu einer Abnahme der sexuellen Zufriedenheit als auch zu einem *überdauernden* Anstieg von



„sexueller Gefühllosigkeit“ von Männern gegenüber Frauen, d.h. einer deutlich geringeren Empathie und Wertschätzung in der sexuellen Beziehung. Auch die Attraktivität der Partnerin/ des Partners wird nach wiederholtem Konsum geringer eingestuft. (Zillmann & Bryant, 1988). In der Zusammenschau wirkt sich Pornografie demnach beziehungsfeindlich aus.

### **5.3. Auswirkung von Pornografiekonsum auf die Einstellung und Bereitschaft zu sexueller Gewalt**

Aufgrund der ethisch begründeten rechtlichen Auflage, Jugendliche keinen pornografischen Inhalten auszusetzen, können *experimentelle* Studien nur an Erwachsenen durchgeführt werden. Da Heranwachsende jedoch unumstritten durch Medien stärker beeinflusst werden als Erwachsene, muss von einer Übertragbarkeit der Ergebnisse ausgegangen werden. Die Wirkung von Pornografiekonsum auf die Einstellung und Bereitschaft zu sexueller Gewalt, auf das Frauenbild und auf die Neigung zu devianter Sexualität wurde international in zahlreichen experimentellen und Feld-Studien untersucht. So zeigten die Ergebnisse der Meta-Analysen von Allen et al. (1995, 16 experimentelle Studien mit 2.248 Probanden), dass **der Konsum von sowohl nicht-gewalttätiger als auch gewalttätiger Pornografie beide einen signifikanten Anstieg von Einstellungen zur Folge hatte, die sexuelle Gewalt tolerieren bzw. unterstützen.**

Eine weitere Meta-Analyse von 46 Studien mit 12.323 Probanden (Oddone-Paolucci et. al. 2000) ergab, dass der Konsum von (einfacher) Pornografie folgende Effekte hatte: **Einen Anstieg der Neigung zu devianter Sexualität, sexueller Gewalt, negativer Einstellungen über Intimbeziehungen und der Akzeptanz von Vergewaltigungsmythen**, d.h. der Überzeugung, Frauen wollten letztlich zum Sex gezwungen werden oder würden eine Vergewaltigung am Ende doch genießen.

Die eindeutigen Befunde wurden von Vertretern der Harmlosigkeitshypothese dennoch durch die Annahme relativiert, es gäbe mglw. konfundierende Drittvariablen wie Promiskuität, die zu den negativen Befunden führten. Um Klarheit in diese Kontroverse zu bringen, analysierten Malamuth, Addison und Koss (2000) die vorhandenen Daten und führten zudem eine Studie mit 2.972 jungen Männern (durchschnittlich 21 Jahre, repräsentativ für College-Population) durch, um die Auswirkungen verschiedener Risikofaktoren auf sexuelle Aggression zu bestimmen. Die Ergebnisse der Regressionsanalyse zeigten sechs Prädiktoren für sexuelle Gewalt, darunter Promiskuität, Pornografiekonsum, Einstellung zu sexueller

Gewalt und familiäre Gewalt in der Herkunftsfamilie. Pornografiekonsum als unabhängige Variable zeigte sich auch ohne die anderen Faktoren als signifikanter Prädiktor für sexuelle Aggression. **Es gibt also eindeutig einen verlässlichen Effekt alleine von Pornografiekonsum.** Gleichzeitig interagieren alle relevanten Risikofaktoren in synergistischer Weise als „kumulative konditionale Wahrscheinlichkeit“, d.h. jeder relevante Faktor erhöht zusätzlich die individuelle Wahrscheinlichkeit für sexuelle Gewalt. **In der Hochrisikogruppe zeigten diejenigen mit sehr häufigem Pornografiekonsum viermal mehr sexuelle Aggression als diejenigen mit geringem Konsum.** Zahlreiche Studien mit Sexualstraftätern bestätigen den Einfluss von Pornografiekonsum auf sexuelle Gewalt, insbesondere bei frühem Konsumbeginn in Kindheit oder Pubertät (eine Übersicht findet sich u.a. bei Schirmacher, 2008, S. 101-104). Macht man also die Gegenprobe und forscht ausgehend von gegebener Gewalt nach deren Ursachen, werden die Ergebnisse der Wirkungsforschung bestätigt.

Eine Zusammenfassung weiterer Studien findet sich unter [www.internet-pornografie.de](http://www.internet-pornografie.de) und [www.return-mediensucht.de](http://www.return-mediensucht.de).

#### **5.4. Toleranzentwicklung (Sexuelle Sucht)**

In der o.g. schwedischen Untersuchung (Swedin et.al, 2010) mit 18jährigen Schülern gaben 42 % der männlichen täglichen Konsumenten von Internet-Pornografie an, sich fast ständig mit sexueller Lust zu beschäftigen. Die Wahrscheinlichkeit für die Entwicklung einer Internet-Sexsucht dürfte in dieser Gruppe sehr hoch sein. Die Annahme, dass früher und häufiger Pornografiekonsum die Entwicklung süchtiger Konsummuster begünstigen kann, wird gestützt durch Ergebnisse der Längsschnittstudien von Peter & Valkenburg (2008), wonach der Konsum von sexuellen Internetinhalten bei 13-20-Jährigen (n = 962) im einjährigen Verlauf (!) eine exzessive, fast ständige Beschäftigung mit sexuellen Gedanken (sexual preoccupation) förderte. Eine Toleranzentwicklung zeigte sich in experimentellen Studien (Zillmann, 2004): Die sexuelle Erregung bei Konsum von pornografischen Medienangeboten (softcore) tritt zu Beginn stark ein, geht aber bei wiederholtem Medienkonsum zurück und äußert sich über einen längeren Zeitraum schließlich nur noch schwach. Softcore-Pornografie wird bei Konsum über einen längeren Zeitraum als zunehmend langweilig empfunden. Diese Habituationsprozesse könnten die deutlich erhöhte Präferenz für deviante Inhalte bei häufigen Konsumenten erklären. (Pribe et.al.2010)

## 6. Jugendsexualität und pornografische Leitkultur

Trotz eindeutiger Befunde wird die Jugendgefährdung durch Pornografie immer wieder mit der Begründung infrage gestellt, die praktizierte Jugendsexualität zeige laut der BZgA-Studie (2010) Grund zur Entwarnung, da „das erste Mal“ in 2009 etwas später als 2005 und oftmals in einer festen Beziehung stattfinde. Eine differenziertere Betrachtung zeigt jedoch: Eine „feste Beziehung“ dauert durchschnittlich drei Monate (Dr.Sommer-Studie 2009, S. 34) und trotz einer großen Sehnsucht der Jugendlichen nach Liebe, Romantik und Bindung können sich 73 % der sexuell erfahrenen Jungen und 48 % der Mädchen einen One-Night-Stand vorstellen. Für 44 % aller befragten 11-17jährigen Jungen und ein Viertel der Mädchen ist Sex, ohne verliebt zu sein okay (Dr.-Sommer-Studie). Auch wenn Vielnutzer von Pornografie signifikant früher sexuell aktiv sind als seltene (Svedin et.al. 2010), scheint weniger das Alter sexueller Aktivität als vielmehr gerade deren Vorprägung durch pornografische Vorbilder von Bedeutung zu sein. Viele Mädchen fragen sich, ob sie entgegen eigenem Wunsch Oral- oder Analverkehr mitmachen müssen, weil ihr Partner das will und sie glauben, das gehöre zum Standard. So haben nach einer Untersuchung von Kolbein (2007, nach Hill 2010) in Island 80 % der befragten 14-18 jährigen Jugendlichen in Pornos Oralverkehr gesehen, während nur 2,3 % dies präferieren, 61 % sahen Analverkehr bei einer Präferenz von nur 1,5 %. **In der Arbeit mit Mädchen und Frauen zeigt sich, dass die Grenze zu sexuellen Übergriffen teilweise fließend ist, wenn der Druck des Freundes, durch Pornos inspirierte Praktiken mitzumachen, durch Abwertung („frigide/ verklemmt/ Langweiler“) oder Erpressung („dann muss ichs mir woanders holen“ oder „dann trenn ich mich“) bis hin zu Cybermobbing verstärkt wird.** Dass solche unfreiwilligen sexuellen Erfahrungen keine Seltenheit sind, zeigt die Studie von Krahe (2002), nach der **60 % der 17-20-jährigen Mädchen und ca. 30 % der Jungen von sexuellen Übergriffen durch Gleichaltrige berichten.**

Doch nicht nur die Praxis von Sexualität verändert sich, sondern auch ihre Ästhetik. Laut dem Sexualwissenschaftler Prof. Pastötter ist Pornografie zu einer Art Leitkultur geworden, nach deren Normen sich viele richten und unter Druck gesetzt fühlen. Erstaunlich viele wünschen sich seiner Befragung zufolge (Sexstudie 2008) Genitalien wie Pornostars. Allein durch pornografische Vorbilder wurde in wenigen Jahren die Intimrasur zum Trend. Immer mehr Jugendliche folgen dieser Norm: 2006 praktizierten schon 54 % der Mädchen die Schamrasur, 2009 bereits 65 %, bei den Jungen stieg der Anteil von 24 auf 41 % an. Der

starke Anstieg operativer Verkleinerungen der Schamlippen (Deutsches Ärzteblatt 2009), sogar von Jugendlichen nachgefragt, wird auf eine medial vermittelte Schönheitsnorm des weiblichen Genitals zurückgeführt, das dem eines jungen Mädchens gleicht.

Ein zunehmender Normierungsdruck zeigt sich auch in der seit 2006 deutlich gesunkenen Zufriedenheit der Mädchen mit ihrem Körper (Dr.-Sommer-Studie 2009). Die vergleichende Wahrnehmung von Gewicht und Körper, die für viele Mädchen identitätsstiftend ist, beeinflussen ihr Wohlbefinden massiv. Nach Kolbein (2007, nach Hill 2010) gaben 30 % der befragten 14-18jährigen Mädchen und 10 % der Jungen (n=323) an: „Pornografie macht mich unglücklich mit meinem Körper.“

## 7. Lernpsychologische Erklärungen

Die Ergebnisse dürften eigentlich nicht verwundern, denn, wie der Hirnforscher Gerald Hüther zusammenfasst, lernt unser Gehirn immer (!) und zwar immer das, was es gerade tut. Diese zeitlebens wirksame „nutzungsabhängige Hirnentwicklung“ bedeutet: Aus ursprünglich schmalen Pfaden (geknüpften neuronalen Verbindungen) werden je nach Häufigkeit, Dauer und Intensität der Nutzung neuronale Trampelpfade, Wege, Straßen, Autobahnen, d.h. schließlich feste Strukturen, gebahnte Denkweisen, Gewohnheiten, innere Bilder, die nun wiederum häufiger genutzt werden und sich damit weiter verstärken.(Hüther, 2007)

Immer wieder berichten uns Erwachsene, die unter Pornografiesucht leiden, wie die ersten Bilder, die sie mit 11-14 Jahren gesehen haben, sich regelrecht ins Gedächtnis „eingebrennt“ haben. Nach G. Hüther (2007) lernen wir dann am intensivsten, wenn es

1. emotional zugeht,
2. in vulnerablen Phasen der Entwicklung sowie
3. wenn dies die ersten Erfahrungen dieser Art sind.

Pornografie entwickelt also genau dann eine besonders starke Wirkung, wenn sie

1. mit starken Gefühlen - Erregung, Orgasmus – verbunden ist,
2. in Kindheit und Pubertät rezipiert wird sowie
3. keine eigenen sexuellen Erfahrungen vorausgegangen sind.

Damit ist nun der Alltag einer enorm großen Zahl – vermutlich sogar der Mehrheit – der Jungen in unserer Mediengesellschaft beschrieben, die sehr früh mit Pornografie in Berührung kommen. Lernpsychologisch muss das alarmieren, denn diese frühe Konfrontation geschieht

wie oben gezeigt in einer Zeit, in der sich die sexuelle Präferenzstruktur im Gehirn ausbildet, um die Pubertät herum festigt und mit sexueller Erregung verknüpft wird. Hinzu kommt, dass Heranwachsende in der pubertären Phase der Verunsicherung und Normorientierung (Was ist angesagt, was ist „normal“?) besonders stark beeinflussbar sind.

Psychologische Lerngesetze, die selbstverständlich in Werbung, pädagogischen Medien, Erziehung und Schule vorausgesetzt werden und bewusst Anwendung finden, werden ausgerechnet dort ignoriert oder verleugnet („das sind doch nur Bilder“), wo ihre Wirkung durch erregte Aufmerksamkeit, natürlich-biologische Neugierde und die einprägsame Wirkung erregender Bilder (im Sinne von *sex sells*) verstärkt wird. Es wäre aber ein Trugschluss zu glauben, dass erwachsene Konsumenten nicht durch pornografische Modelle lernten. Es gelten dieselben Effekte – nur in abgemilderter Form.

1. **Lernen am Modell** (sozial-kognitive Lerntheorie nach Bandura) begünstigt bei häufigem Zuschauen attraktiver Vorbilder die Übernahme medial vermittelter Normen. Das Gesehene wird allmählich in das eigene Werte- und Normensystem übernommen und ggf. zur Handlungsanweisung, insbesondere wenn die „Vorbilder“ positive Konsequenzen erleben (sexuelle Lust). Dabei ist der Nachahmungseffekt stärker bei Akzeptanz im sozialen Umfeld. Es gilt: *Porno ist Pop*. Lernen von Pornografie wird dadurch begünstigt, dass es im Bereich der Sexualität auf dem „*Markt der Identitäten*“ kaum alternative Vorbilder gibt – selbst Stars, Pornorapper und entsprechende Szenen in Musikvideos sind durch Phänomene wie bspw. die Ästhetik des *Pornchic* teilweise ebenso pornografisch durch- wie besetzt. Mithin bedeutet Lernen am Modell im Bereich der Jugendsexualität – wenn die Eltern nicht intervenieren – Lernen von Pornografie.
2. **Lernen durch Verstärkung** bewirkt einen starken Wiederholungsdrang (Dopaminausschüttung) bei Aktivitäten, die starke positive Gefühle wie sexuelle Erregung, Neugier und Lust auslösen. Zudem macht der Konsument mit der Zeit die Erfahrung, dass Pornografie ein ideales Mittel zum Spannungsabbau, Stress- und Frustbewältigung u.v.m. sein kann (negative Verstärkung).
3. **Klassische Konditionierung**: Zuvor neutrale (nicht-sexuelle) Stimuli lösen durch die wiederholte Kopplung mit sexuell erregenden Bildern schließlich die gleiche emotionale und körperliche Reaktion aus. Auf diese Weise wird durch die Abbildung von Kindern im sexuellen Kontext (erst recht durch Kinderpornografie) bei häufiger Darbietung das sexuelle Interesse auf Kinder übertragen. Gewaltanwendung und

Sexualität werden durch das häufige Schauen von Gewaltpornografie fest miteinander verknüpft. Diese neurobiologisch durch synchrone Erregungsmuster verankerte Kopplung ist selbst dann wirksam, wenn eine kognitive/intellektuelle Distanzierung von dem Gesehenen stattfindet. Darum ist es fatal zu glauben, es genüge, mit Jugendlichen über die Inhalte zu reden, so dass sie Realität und Medien unterscheiden könnten. Auch hier gilt, dass nicht nur das Sehen konditioniert, sondern auch das Tun. Wenn Pornografiekonsum regelmäßig in bestimmte Rituale, insbes. in Verbindung mit Masturbation und bspw. nachfolgend auf das Spielen von PC-Spielen oder im Vorfeld des Zubettgehens – eingebunden ist, werden künftig eben diese Handlungen an die Idee gekoppelt, umgehend Pornografie zu konsumieren bzw. vor dem Einschlafen noch eines entspannenden Pornos zu bedürfen. Auch die im vorigen Punkt erwähnte Verstärkung bzw. Belohnung als Mittel zum Frustabbau, vermag dafür zu sorgen, dass Gefühle von Frust oder Langeweile irgendwann zu hinreichenden Auslösern für den Wunsch nach Pornografiekonsum werden.

Die klassisch und operant konditionierte Kopplung der sexuellen Erregung an Pornografie- bzw. Cybersexangebote vermag auch die von vielen Betroffenen und ihren PartnerInnen beschriebene Erfahrung erklären, dass das sexuelle Interesse und Begehren an Cyberfrauen gebunden wird bei zunehmendem Desinteresse an der realen Partnerin bis hin zur Impotenz in der partnerschaftlichen Sexualität.

4. **Habituation und systematische Desensibilisierung** (zu deutsch: „Man gewöhnt sich an alles.“): Die emotionale Reaktion auf einen Reiz verringert sich bei häufiger Darbietung. In den Worten einer 17Jährigen: „Ich hab schon so viel gesehen. Ich brauch schon was Härteres, was mich noch anturnt!“ Habituationsprozesse sind sowohl für die Toleranzentwicklung und die bei längerer Konsumdauer häufig beschriebene Suche nach drastischeren Inhalten verantwortlich als auch für die dafür notwendige Desensibilisierung („Abstumpfung“) von Empathie, Mitgefühl, Ekel oder Schamgefühlen.
5. **Theorie des sozialen Vergleichs:** Demnach ist der Mensch stets bestrebt, eigenes Erleben oder eigene Leistung zu vergleichen – möglichst, um sich besser zu fühlen. Dieser Vergleich findet bewusst und unbewusst statt. Im Bereich der Sexualität ist der Mensch – aufgrund der Privatheit des zu vergleichenden Erlebens – auf medial inszenierte Sexualität angewiesen. Da selbst ein erfüllendes Sexualeben neben pornografischer Euphorie abfällt, scheint es nur logisch, dass eine der am besten

dokumentierten Folgen von Pornografiekonsum die steigende Unzufriedenheit mit der eigenen Sexualität ist.

6. **Priming und Erregungstransfer-Theorie:** Nicht abgebaute emotionale Erregungszustände werden auf nachfolgende Situationen übertragen. Nachfolgende Reize werden dann (i.S. des Primings) unter dem Vorzeichen dieses Gefühls gedeutet. Sieht ein Pornografiekonsument demnach in einer Fußgängerzone ein Werbeplakat, das in seiner Ästhetik pornografisch stark aufgeladen ist, ist die Wahrscheinlichkeit höher, dass er danach auch Frauen, die ihm begegnen, sexualisiert wahrnimmt. So wäre zu erklären, warum Vielkonsumenten von Pornografie sich fast ständig gedanklich mit sexuellen Inhalten beschäftigen – auch wenn sie offline sind (Vgl. Peter & Valkenburg (2008) bzw. Punkt 5.4. in diesem Artikel).

## **8. Sucht und Sehnsucht – Sexualität im Cyberspace**

Pornografie und Cybersexangebote sprechen nicht nur sexuelle Bedürfnisse an, sondern können eine Vielzahl von Sehnsüchten illusorisch befriedigen. Während am Anfang gewöhnlich Neugier, Faszination, die Erfahrung sexueller Lust und Grenzerweiterung im Vordergrund steht, suchen im weiteren Verlauf einige das prickelnde Risiko, auf verbotenen Seiten zu surfen, andere erleben Autonomie, Macht und Kontrolle, indem sie per Mausklick über Ethnie, Körpermaße und Praktiken ihrer Sexualobjekte verfügen, andere suchen Intimität in der Illusion von Vertrautheit und fühlen sich bestätigt und angenommen von den Nimm-mich-Gesichtern, die zu ihnen aufschauen. Wieder andere benutzen Cyber-Sex als Beruhigungsmittel gegen Frustration und Ängste oder als Stimulans gegen Langeweile.

Pornografie kann narzisstische Größenphantasien und eine unreife Anspruchshaltung fördern nach dem Motto: Nichts ist unmöglich! Alles unterliegt – per Mausklick- meiner Kontrolle. Ich habe ein Recht auf perfekte Körper, ultimative Einblicke, grenzenlose Steigerungen ...

Internetsex ist nicht zuletzt deshalb so attraktiv, weil der Konsument volle Kontrolle über die „Beziehung“ hat und sich nicht auf die Gefühle und Bedürfnisse eines anderen Menschen einlassen muss.

Internet-Pornografie und Cybersex kann somit in Abhängigkeit von der individuellen biologischen und psychischen Vulnerabilität einer Vielzahl von Funktionen dienen wie der Affektregulation, der Vermeidung von Nähe und Bindung, der Selbstinszenierung oder als Mittel zur narzisstischen Aufwertung.

Wenn Kinder und Jugendliche Sexualität als anonyme kickhafte Instantbefriedigung kennenlernen, bevor sie eigene ganzheitliche Erfahrungen mit den vielen feinen Facetten von sexueller Intimität gemacht haben, werden sie ihrer eigenen Phantasie und Entdeckungsreise von Liebe und Sexualität enteignet. Die Entwicklung von emotionaler Spannkraft bzw. Ichstärke und Bindungsfähigkeit wird erschwert, wo die ständige Verfügbarkeit banalisierter Elemente des Sexuellen die Spannung zwischen Bindung und Autonomie zu letzterem Pol hin auflöst.

Eine auf Erregungssuche reduzierte eindimensionale Sexualität, die ihres emotionalen und Beziehungskontextes beraubt ist, kann mit der Zeit suchartige Züge annehmen, da die nur fragmentarische, kickhafte Befriedigung eine tiefe Leere hinterlässt. Die Sehnsucht bleibt unerfüllt, so dass viele Konsumenten auf der ständigen Suche nach neuen, gesteigerten Reizen immer härtere Inhalte aufsuchen bzw. die Konsumfrequenz erhöhen.

In der Behandlung von Menschen mit exzessivem oder süchtigem Konsum von Internet-Pornografie sind folgende Besonderheiten im Unterschied zu anderen Süchten von Bedeutung:

1. Die Entfremdung und der Intimitätsverlust in der Partnerschaft
2. Eine einseitige narzisstische Bedürfnisbefriedigung
3. Die Verwirrung durch die Illusionen und widersprüchlichen Botschaften der pornografischen Versprechungen und
4. Die Macht der inneren („eingebrannten“) Bilder, die häufig Rückfälle auslösen.

In Beratung und Therapie ist neben suchtherapeutischen Interventionen die Arbeit an diesen Schwerpunkten sowie ein Verständnis der durch langfristigen Pornografiekonsum verinnerlichten Botschaften/ Illusionen und deren Wirkung auf die Affektregulation, Empathiefähigkeit und Bindungsfähigkeit von zentraler Bedeutung.

## **9. Fazit und Schlussbemerkung**

Forschungsergebnisse und Erfahrungen aus Therapie und Präventionsarbeit bestätigen: Die Risiken und Nebenwirkungen des Konsums von Internet-Pornografie durch Erwachsene und insbesondere Jugendliche beinhalten sowohl eine mögliche Suchtgefährdung, die bislang kaum thematisiert wird, als auch eine Beeinträchtigung der Empathie- und



Beziehungsfähigkeit und die Förderung frauenfeindlicher bzw. sexuelle Gewalt tolerierender Einstellungen. Damit stellt er ein nicht zu unterschätzendes Gefährdungspotential hinsichtlich sexueller Übergriffe dar. Weitere Folgen wie eine zunehmende Normorientierung hinsichtlich Körperbild und sexuellem Leistungsdruck kommen hinzu.

Die meiner Überzeugung nach beunruhigendste Folge der ungebremsten Pornografisierung liegt darin, dass im gesellschaftlichen Mainstream Menschenhandel mit Sexsklavinnen und schwerste Verletzungen der Menschenwürde als legitimes Mittel zur Luststeigerung mehr und mehr akzeptiert werden. Pornografie ist jedoch kein Konsummittel wie Schokolade oder Alkohol, sondern hat immer eine ethische Dimension, weil es hier um Menschen geht, denen vielfach schwerste körperliche und seelische Schäden zugefügt werden. „Es ist eine barbarische Realityshow“, schließt der französische Journalist Joignot (in Gernert, 2010, S.79) aus seinen Recherchen in der Pornoindustrie. Laut den Berichten zahlreicher (Ex-)Pornodarstellerinnen ([www.shelleylubben.com/pornstars](http://www.shelleylubben.com/pornstars)) gehören Gewalt, Verletzungen, die Einnahme von Drogen, ein hohes Infektionsrisiko mit Geschlechtskrankheiten ebenso zum Geschäft wie die gut bezahlte Lüge der Darstellerinnen, es würde ihnen Spaß machen, Pornos zu drehen. Der Schweizer Pornoproduzent Lars Rutschmann gibt zu, dass die meisten Frauen „höchstens ein oder zwei Jahre vor der Kamera liegen oder knien. Der Verschleiß sei zu groß – psychisch und physisch.“ (in Gernert, 2010, S.106)

Nach UN-Schätzungen werden alleine in Europa jährlich (!) 500.000, meist osteuropäische, Frauen und Mädchen verschleppt und zur Prostitution gezwungen. (Schirmmacher, 2008, S.22). Der Internetmarkt lässt Angebot und Nachfrage steigen.

Die bisher in der Auseinandersetzung mit Pornographie vernachlässigte Frage nach der Würde jedes Menschen muss eine zentrale Rolle einnehmen, wenn wir als Erwachsene den Anspruch aufrechterhalten wollen, einer nachfolgenden Generation, die pornographischen Inhalten massenhaft ausgesetzt ist, hilfreiche Begleiter zu sein.

Dipl.-Psychologin Tabea Freitag ist als psychologische Psychotherapeutin seit 2000 in eigener Praxis niedergelassen. Ausbildungen u.a. in Verhaltenstherapie, Traumatherapie und EMDR. Schwerpunkte: Therapie bei sexueller Traumatisierung und bei Mediensucht/ Online-Sexsucht. Anfang 2007 Mitgründung von „return - Fachstelle für exzessiven Medienkonsum“ in Hannover ([www.return-mediensucht.de](http://www.return-mediensucht.de)) Prävention und Therapeuten-/ Multiplikatoren-schulung im Bereich Internet-Pornografie und Therapie der Online-Sexsucht. Email: [praxis.t.freitag@t-online.de](mailto:praxis.t.freitag@t-online.de)



Links zum Thema

[www.return-mediensucht.de](http://www.return-mediensucht.de)

[www.onlinesucht.de](http://www.onlinesucht.de)

[www.internet-pornografie.de](http://www.internet-pornografie.de)

[www.nacktetatsachen.at](http://www.nacktetatsachen.at)

[www.shelleylubben.com/pornstars](http://www.shelleylubben.com/pornstars)

## LITERATURLISTE

Allen M, Emmers T, Gebhardt L, Giery MA (1995) Exposure to Pornography and Acceptance of Rape Myths. *Journal of Communication* 45:5-26.

Altstötter-Gleich C (2006) Pornographie und neue Medien. Eine Studie zum Umgang Jugendlicher mit sexuellen Inhalten im Internet. Pro Familia. Mainz.

Baier D, Pfeiffer C., Rabold S, Simonson J & Kappes C: Kinder und Jugendliche in Deutschland: Gewalterfahrungen, Integration, Medienkonsum; Zweiter Bericht zum gemeinsamen Forschungsprojekt des Bundesministerium des Innern und des KFN (KFN-Forschungsbericht; Nr. 109)

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (2010): Jugendsexualität 2010. Repräsentative Wiederholungsbefragung von 14-17-Jährigen und ihren Eltern. BZgA (Hrsg.). Köln.

Deutsches Ärzteblatt 2009: 106(11): A 500-2 ([www.aerzteblatt.de/lit1109](http://www.aerzteblatt.de/lit1109))

Döring, D (2009) Befragungsstudie zur sexualbezogenen Internet-Nutzung Studierende TU Ilmenau (<http://www.mekonet.de/t3/fileadmin/Redaktion/pdf/fachtagungen/mekonet-internetsex-jugendliche-doering.pdf>, Zugriff am 22.11.2010)

Drey N, Pastötter J, Pryce A (2008) Nutzungsfrequenz von Pornografie. In: Grimm P, Rhein S, Müller M. (2010): Porno im Web 2.0. (<http://mediaculture->

[online.de/fileadmin/bibliothek/grimm\\_porno\\_2.0/grimm\\_petra\\_porno\\_2.0.pdf](http://online.de/fileadmin/bibliothek/grimm_porno_2.0/grimm_petra_porno_2.0.pdf), Zugriff am 19.12.2010)

Dr.-Sommer-Studie (2009) Liebe Körper Sexualität. München: Bauer Media Group.

Gernert J, 2010: Generation Porno. Jugend, Sex, Internet. Köln: Fackelträger Verlag.

Grimm P, Müller, M, Rhein, S (2010): Porno im Web 2.0  
([www.hdm-stuttgart.de/grimm/grimm\\_pornografie\\_praesentation.pdf](http://www.hdm-stuttgart.de/grimm/grimm_pornografie_praesentation.pdf), Zugriff am 18.11.2010)

Hill A (2010): Cybersex und Internetpornographie. Vortrag auf Internationalem Symposium Forensische Psychiatrie Zürich 19.-21.05.2010.  
([http://www.zurichforensic.org/index.cfm?action=act\\_getfile&doc\\_id=100320](http://www.zurichforensic.org/index.cfm?action=act_getfile&doc_id=100320), Zugriff am 29.10.2010)

Hüther G (2007) Seminar am 14./15.9.2007 "Brainwash – die Macht der äußeren Bilder".

Krahe B, Scheinberger-Olwig R (2002) Sexuelle Aggression. Verbreitungsgrad und Risikofaktoren bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Göttingen: Hogrefe

Malamuth NM, Addison T, Koss M (2000) Pornography and Sexual aggression: are there reliable effects and can we understand them? Annual review of sex research 6:26-91.

Oddone-Paolucci E, Genuis M, Violato C (2000) A meta-analysis of the published research on the effects of pornography. Medicine, Mind and Adolescence 11: 23-28.

Pastötter J: Sexreport 2008. Doku-Serie bei Pro 7.

Pastötter J (2008) <http://sueddeutsche.de/leben/sexualverhalten-wenn-der-koerper-nicht-gefaellt-1.704194>

Peter J, Valkenburg PM (2006): Adolescents' Exposure to Sexual Explicit Internet Material and recreational attitudes towards sex. Journal of Communication 56: 639-660.

Peter J, Valkenburg PM (2007): Adolescents' Exposure to a sexualized media environment and notions of women as sex objects. Sex roles 56: 381-395.

Peter J, Valkenburg PM (2007): Who looks for casual dates on the Internet? A test of the compensation and recreation hypothesis. New Media & Society 9:105-124.

Peter J, Valkenburg PM (2008): Adolescents' Exposure to Sexual Explicit Internet Material and sexual preoccupation: A three-wave panel study. Media Psychology 11:207-234.

Peter J, Valkenburg PM (2008): Adolescents' Exposure to Sexual Explicit Internet Material, sexual uncertainty, and attitudes toward uncommitted sexual exploration: Is there a link? Communication Research 35:569-601.

Peter J, Valkenburg PM (2009): Adolescents' Exposure to Sexual Explicit Internet Material and Sexual Satisfaction: A Longitudinal Study. Human Communication Research 35:171-194.

Peter J, Valkenburg PM (2010): Processes Underlying the Effects of Adolescents' Use of Sexual Explicit Internet Material: The Role of perceived Realism. *Communication Research* (in press).

Peter J, Valkenburg PM (2010): Adolescents' Exposure to Sexual Explicit Internet Material and Notions of Women as Sex Objects: Assessing Causality and Underlying Processes. *Journal of Communication* (in press).

Priebe G., Åkerman I., Svedin C.G. (2007) High-frequency consumers of pornography- A Swedish study. In: Knudsen S.V., Löfgren-Mårtensson L., Månsson S.-A. (Hrsg.) *Generation P? Youth, Gender and Pornography*. Copenhagen: Danish School of Education Press.S.133-148.

Schirmmacher T (2008): *Internetpornografie ... und was jeder darüber wissen sollte*. Holzgerlingen: SCM-Hänssler.

Stulhover A, Landripet I, Momcilovic A, Matko V, Kladaric P, Busco V (2007): Pornography and sexual satisfaction – any relationship?. In: Knudsen S.V., Löfgren-Mårtensson L., Månsson S.-A. (Hrsg.) *Generation P? Youth, Gender and Pornography*. Copenhagen: Danish School of Education Press.

Svedin C.G., Åkerman I., & Priebe G. (2010) Frequent users of pornography. A population based epidemiological study of Swedish male adolescents. *Journal of Adolescence* (in press).

Zillmann D, Bryant J (1982) Pornography, sexual callousness, and the trivialization of rape. *Journal of Communication* 32 (4):10-21.

Zillmann D, Bryant J (1988) Pornography's impact on sexual satisfaction. *Journal of Applied Social Psychology* 18 (5): 438-453.

Zillmann D (2000) Influence of unrestrained access to erotica on adolescents' and young adults' dispositions toward sexuality. *Journal of Adolescent Health* 27: 41-4.

Zillmann, D (2004) Pornografie. In: Mangold R, Forderer P, Bente G (Hrsg.): *Lehrbuch der Medienpsychologie*. Hogrefe-Verlag für Psychologie. Göttingen-Bern-Toronto-Seattle S.565-585.