

Asexualität



QV 2022

Vertiefungsarbeit (VA)

Jana

Abgabetermin: 05.01.2022

Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis.....	1
1. Vorwort	4
1.1. Wieso habe ich dieses Thema gewählt?.....	4
1.2. Was habe ich mit diesem Thema zu tun?.....	4
1.3. Welche Themen möchte ich in dieser Arbeit behandeln?	5
2. Asexualität.....	6
2.1. Verschiedene Arten von Anziehung zu Menschen.....	6
2.2. Sexuelle Anziehung.....	7
2.2.1. Klassische Interpretation von sexueller Anziehung	7
2.2.2. Neuere Interpretation von sexueller Anziehung	7
2.3. Verschiedene Orientierungen	7
2.4. Was ist Asexualität überhaupt?.....	8
2.5. Verschiedene Arten von Asexualität	8
2.5.1. Grauasexuell.....	9
2.5.2. Demisexuell	9
2.5.3. Sex-Repulsed, Sex-Indifferent und Sex-Positiv	9
2.6. Das Outing als Person des asexuellen Spektrums.....	10
2.7. Wie erleben Asexuelle die Gesellschaft?.....	11
2.7.1. Vorurteile	12
2.7.2. Bullshit Bingo.....	13
2.7.3. Was lösen solche Aussagen aus?	13
2.8. Symbole	14
2.8.1. Flagge	14
2.8.2. Schwarzer Ring	14

2.8.3.	Spielkartensymbol.....	15
2.8.4.	Kuchen.....	15
2.9.	Verbreitung.....	15
2.9.1.	Serien.....	15
2.9.2.	Filme.....	16
2.9.3.	Bücher.....	16
2.9.4.	Die asexuelle Community.....	17
3.	Das Aromantische und Asexuelle Spektrum Schweiz.....	18
3.1.	Wer ist das Aromantische und Asexuelle Spektrum Schweiz?.....	18
3.2.	Was sind die Ziele und Tätigkeiten des Aro-Ace-Spektrums Schweiz?.....	18
3.3.	Was habe ich persönlich mit dem Spektrum zu tun?.....	19
4.	Partnersuche und Beziehung.....	20
4.1.	Herausforderungen und Probleme.....	20
4.2.	Mögliche Varianten von Beziehungen.....	21
4.3.	Meine persönlichen Erfahrungen.....	22
5.	Die Auswertung meiner Umfrage.....	23
5.1.	Auswertung.....	23
5.2.	Fazit.....	24
6.	Schlusswort.....	26
7.	Quellenangaben.....	27
7.1.	Gedruckte Quellen.....	27
7.2.	Informationen aus dem Internet.....	27
7.3.	Bildquellen.....	28
8.	Eigenständigkeitserklärung.....	30
9.	Anhang.....	31
9.1.	Interview Asexualität mit Natalie*.....	31

9.2. Interview Asexualität mit Saskia*	33
9.3. Umfrage	37

1. Vorwort

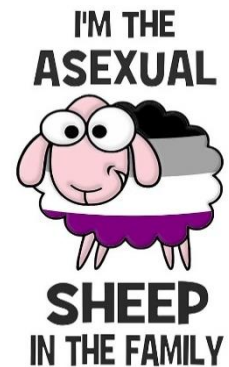
1.1. Wieso habe ich dieses Thema gewählt?

Viele Leute werden wahrscheinlich schon beim Titel stutzig und fragen sich, was «Asexualität» bedeutet. Ich habe dieses etwas speziellere Thema gewählt, weil ich der Meinung bin, dass viel zu wenig darüber geredet und informiert wird, kaum jemand kennt Asexualität. Die meisten Menschen wissen, was homo-, hetero- und bisexuell ist, sind sich aber nicht bewusst, dass es noch andere Orientierungen gibt. Viele haben wenig Wissen über die verschiedenen romantischen oder sexuellen Orientierungen. Ausserdem wird Asexualität gerne verschwiegen, da es für die Gesellschaft nicht in Ordnung oder ungewohnt ist. Ich habe mir zum Ziel gesetzt, mit dieser Arbeit das Thema Asexualität zu vertiefen.

1.2. Was habe ich mit diesem Thema zu tun?

Ich weiss mittlerweile seit etwa drei Jahren, dass ich auf dem asexuellen Spektrum zu finden bin. Der Weg bis dahin war lang und steinig.

Nach meiner ersten Beziehung und meinen ersten sexuellen Versuchen merkte ich, dass mir die ganze Sache nicht wirklich Freude bereitet. Damals schob ich es auf mein Alter. Ein paar Jahre später machte ich weitere Erfahrungen mit Männern. Ich war nun älter und reifer, hatte aber immer noch kein Interesse an den sexuellen Aktivitäten. Also begann ich mir Fragen zu stellen. Lange dachte ich, dass einfach etwas nicht stimmt mit mir oder dass ich vielleicht eher auf Frauen stehe. Bei einer Google-Aktion stiess ich dann auf das Wort «asexuell». Vieles über dieses Thema findet man nur auf Englisch, so war es sehr mühsam dieses Thema zu verstehen. Nach ein bisschen Recherche verwarf ich dann den Gedanken wieder, dass ich asexuell sein könnte. Dies, weil ich damals das Gefühl hatte, dass es nicht auf mich zutrifft. Ein paar Monate später recherchierte ich nochmals etwas vertiefter und musste dann zugeben, dass es doch zu mir passt.



Nicht ganz ernstgemeinte Eigendarstellung¹

¹ Vgl. hierzu REDBUBBLE, <https://www.redbubble.com/de/i/poster/Asexuelle-Schafe-Lustige-Asexuelle-Meme-Geschenk-Asexualit%C3%A4t-Geschenk-LGBT-LGBTQ-Homosexuell-Nicht-Bin%C3%A4r-Nicht-Bin%C3%A4r-von-insanious/39470894.LVTDI>

1.3. Welche Themen möchte ich in dieser Arbeit behandeln?

Als Hauptthema befasse ich mich damit, was Asexualität ist. Dort möchte ich unter anderem erklären was für unterschiedliche Anziehungsarten und Orientierungen es gibt, dass Asexualität nicht gleich Asexuality ist und wie asexuelle Personen die Gesellschaft erleben. Ausserdem möchte ich über die Partnersuche, Beziehungen und das Aromantische und Asexuelle Spektrum Schweiz schreiben. Ich werde mit zwei Personen ein Interview führen, eine davon erfuhr erst im Erwachsenenalter vom Begriff «Asexualität». Zusätzlich möchte ich eine kleine Umfrage im Aromantischen und Asexuellen Spektrum Schweiz machen, weil ich das Gefühl habe, dass es interessant ist, auf gewisse Fragen Antworten von mehreren Personen zu bekommen.

2. Asexualität

2.1. Verschiedene Arten von Anziehung zu Menschen

Meistens wird von der romantischen und der sexuellen Anziehung gesprochen. Diese werden in unserer Gesellschaft oft als dasselbe wahrgenommen und nicht klar unterschieden. Dies sind aber nicht die einzigen Arten von Anziehungen, die wir Menschen spüren können. Wir können ausserdem noch die sinnliche, die ästhetische oder die platonische Anziehung verspüren. Für den Rest dieser Arbeit ist es sehr wichtig, dass diese Unterschiede verstanden werden. Weiter unten werde ich deshalb ein paar der gängigsten Arten von Anziehung genauer erklären und beschreiben.

Spürt man eine romantische Anziehung, so fühlt man sich auf emotionaler Ebene zu einer Person hingezogen. Man wünscht sich eine Beziehung mit diesem Menschen.



Symbolbild romantische Anziehung²

Bei der sexuellen Anziehung wünscht man sich, mit der Person sexuellen Kontakt zu haben.

Fühlt man eine sinnliche Anziehung, geht es darum, dass man den Wunsch verspürt körperlichen Kontakt zu haben. Also zum Beispiel küssen oder Händchen halten. Sinnlich wird meist auf den Tastsinn bezogen, jedoch kann auch der Geruch- oder der Gehörsinn damit gemeint sein. Also, dass man den Duft von jemandem mag oder die Stimme gerne hört.



Symbolbild ästhetische Anziehung³

Die ästhetische Anziehung ist genau genommen ein Teil der sinnlichen Anziehung. Sie wird damit beschrieben, dass man jemand schön findet, oder die Person auch einfach gerne ansieht.

Als platonische Anziehung beschreibt man den Wunsch nach einer engen freundschaftlichen Beziehung ohne sexuelle Interessen.⁴

² Vgl. hierzu Secondlina's Panels, <https://secondlina.tumblr.com/post/21955456091/a-comic-about-the-different-types-of-attraction>

³ Vgl. hierzu Secondlina's Panels, <https://secondlina.tumblr.com/post/21955456091/a-comic-about-the-different-types-of-attraction>

⁴ Vgl. hierzu Amazing Aces, <https://amazing-aces-bs.de/das-asexuelle-spektrum/>

Es ist möglich, dass man einem anderen Menschen gegenüber mehr als nur eine Art von Anziehung empfindet.

2.2. Sexuelle Anziehung

2.2.1. Klassische Interpretation von sexueller Anziehung

Die klassische Interpretation von sexueller Anziehung wird vor allem auf das Geschlecht bezogen. Also damit, von welchem Geschlecht man sich angezogen fühlt. In diesem Fall sind vor allem Begriffe wie Hetero-, Homo- oder Bisexualität bekannt. Etwas weniger werden auch Pansexualität oder Queer gebraucht. Die Bezeichnung pansexuell wird für Personen verwendet, welche romantische, emotionale oder sexuelle Anziehung zu einer Person jeglichen Geschlechts empfinden können. Pan bedeutet «ganz, völlig, gesamt». Als Überbegriff für homo-, hetero-, bisexuell etc. hört man häufig den Ausdruck Queer.⁵

2.2.2. Neuere Interpretation von sexueller Anziehung

Die klassische Interpretation ist aber nicht mehr der Zeit entsprechend. Deswegen gibt es mittlerweile eine neuere Interpretation von sexueller Anziehung. So wird die sexuelle Anziehung als Spektrum verstanden. Das heisst, jeder Mensch empfindet unterschiedlich starke sexuelle Anziehung. Menschen die sexuelle Anziehung verspüren, werden als «allosexuell» bezeichnet. Menschen, die keine oder nur geringe sexuelle Anziehung verspüren sind als «asexuell» bekannt. Denn nicht alle Menschen verspüren Lust auf sexuelle Aktivitäten.

2.3. Verschiedene Orientierungen

Es gibt verschiedene Arten von Orientierungen. Auf die sexuelle und die romantische Orientierung möchte ich hier eingehen. Die sexuelle Orientierung bezieht sich auf das Geschlecht, zu der sich eine Person sexuell hingezogen fühlt. Also homo-, hetero-, pan-, bi-,



Bildliche Darstellung verschiedener Orientierungen⁶

⁵ Vgl. hierzu lsvd.de, https://www.lsvd.de/de/ct/3385-Was-bedeutet-LSBTI-Glossar-der-sexuellen-und-geschlechtlichen-Viel-falt?gclid=CjwKCAiA4veMBhAMEiwAU4XRr6ZmXik2S8z8eSWPm4JCpAYaam4-wk29Y5P6lh-WzgtjyyakSOD5bpBoCXJsQAvD_BwE#pansexuell

⁶ Vgl. hierzu 147 RAT auf Draht, <https://www.rataufdraht.at/themenubersicht/intimes/hetero-homo-und-bisexualitat-was-ist-das>

oder asexuell. Unter romantischer Orientierung versteht man die Art, von der sich ein Mensch romantisch angezogen fühlt. Das heisst, in wen man sich verliebt und eine Liebesbeziehung eingehen möchte. Hier unterscheidet man homo-, hetero-, pan-, bi- oder aromantisch. Als aromantisch bezeichnen sich Personen, welche keine romantische Anziehung spüren.

Wichtig zu wissen ist, dass Personen des asexuellen Spektrums oft auch ihre romantische Orientierung nennen, zum Beispiel: «Ich bin asexuell und biromantisch».

2.4. Was ist Asexualität überhaupt?

Die verbreitetste Definition von Asexualität besagt, dass Menschen aus dem asexuellen Spektrum keine sexuelle Anziehung verspüren. Weiter wird es auch so beschrieben, dass asexuelle Personen kein Interesse an sexuellen Partnern haben oder kein inneres Verlangen nach Sex besitzen.

Während sich die sexuellen Orientierungen Hetero-, Homo-, Bi- und Pansexualität auf das Geschlecht der Person der Begierde beziehen, bezieht sich Asexualität darauf, ob überhaupt eine sexuelle Anziehung vorhanden ist. Es gibt aber nicht nur sexuell oder asexuell, es gibt noch ganz viel dazwischen. Asexualität ist ein Spektrum. Die Anzahl der Spektrums-Identitäten ist fast endlos und sehr verschieden.⁷ Deswegen möchte ich im nächsten Abschnitt auf die verbreitetsten und bekanntesten Formen eingehen.

2.5. Verschiedene Arten von Asexualität

Viele Personen des asexuellen Spektrums benutzen kein Label für sich. Es wird dann gesagt, dass sie sich irgendwo auf dem Spektrum befinden. Die Selbstidentifikation ist wichtiger als ein Label, denn nicht jeder Mensch kann sich mit einem konkreten Label identifizieren. Meine Interviewpartnerin Natalie meinte auf meine Frage bezüglich ihres Labels: «*Ich benutze einfach Ace, ich gehe nicht tiefer ins Spektrum rein.*»⁸ (Ace ist eine Abkürzung für asexuell). Bei mir ist es ähnlich. Da ich nicht genau weiss, welches Label am besten zu mir passt, antworte ich auf diese Frage meistens nur, dass ich mich auf dem asexuellen Spektrum befinde.

⁷ Vgl. hierzu Aro-Ace-Spektrum Schweiz, <https://www.asexuell.ch/aro-ace-was-ist-das/das-wichtigste-in-k%C3%BCrzel/>

⁸ Vgl. hierzu Interview mit Natalie*, Frage 2

2.5.1. Grausexuell

Grausexuell kann als eine eigene Orientierung interpretiert werden oder auch als Oberbegriff für Orientierungen, die teilweise sexuelle Anziehung verspüren können, aber trotzdem immer noch näher am asexuellen Spektrum sind. So zum Beispiel auch der Begriff demisexuell, auf welchen ich im nächsten Abschnitt eingehen möchte.

Häufig wird der Begriff grausexuell von Menschen verwendet, welche zum Beispiel sexuelle Anziehungskraft spüren, einfach nur selten. Einige grausexuelle

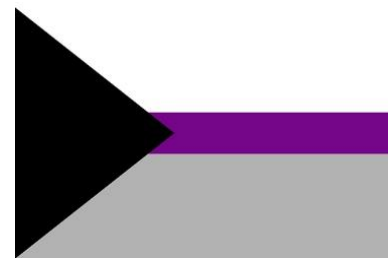
Menschen fühlen sich nur ein- oder zweimal in ihrem Leben sexuell angezogen. Andere können es häufiger erleben, aber immer noch nicht so häufig wie allosexuelle Personen.¹⁰



Grausexuelle Flagge⁹

2.5.2. Demisexuell

Neben Grausexuell ist Demisexuell eine der bekanntesten Formen von Asexualität. Demi kommt aus dem französischen und bedeutet «zur Hälfte». Demisexuelle Menschen verspüren erst eine sexuelle Anziehung, nachdem sie eine enge emotionale Bindung zu einer Person aufgebaut haben.¹²



Demisexuelle Flagge¹¹

2.5.3. Sex-Repulsed, Sex-Indifferent und Sex-Positiv

Diese drei Begriffe kommen im Zusammenhang mit Asexualität auch häufig vor.

Sex-Repulsed sind Menschen, die der Gedanke an Sex anwidert oder abschreckt. Sie beschreiben den Gedanken an Sex nicht als falsch, sondern eher als eklig.

Mit dem Begriff Sex-Indifferent identifizieren sich Menschen, welche Sex nicht abstossend finden, aber auch nicht wirklich positive Gefühle gegenüber Sex haben. Manche Menschen die

⁹ Vgl. hierzu LGBTQA Wiki, <https://lgbta.wikia.org/wiki/Greysexual>

¹⁰ Vgl. hierzu LGBTQA Wiki, <https://lgbta.wikia.org/wiki/Greysexual>

¹¹ Vgl. hierzu LGBTQA Wiki, <https://lgbta.wikia.org/wiki/Demisexual>

¹² Vgl. hierzu Aro-Ace-Spektrum Schweiz, <https://www.asexuell.ch/aro-ace-was-ist-das/das-wichtigste-in-k%C3%BCrper/>

Sex-Indifferent sind, haben ihren Partner*innen zuliebe oder um sich fortzupflanzen Sex. Sie haben aber keine starken Gefühle in Bezug zu Sex.

Sex-Positiv oder auch Sex-Favourable bezeichnet Menschen, welche Sex geniessen. Dies mag sich jetzt nach dem genauen Gegenteil von Asexualität anhören. Der Unterschied ist jedoch, dass Personen die sich als Sex-Positiv identifizieren keine oder kaum sexuelle Anziehung empfinden, sie können aber aus diversen Gründen sexuelle Beziehungen suchen. So zum Beispiel, gehört Sex für sie zu einer romantischen Beziehung, mögen sie das Gefühl von Sex, die damit einhergehende Intimität oder das Gefühl einen Orgasmus zu haben. Wichtig ist hierbei aber, dass auch dies ein Spektrum ist und sie trotz allem gewisse Handlungen als gleichgültig oder abstoßend empfinden können.¹³

2.6. Das Outing als Person des asexuellen Spektrums

Für manche ist es sehr erleichternd, wenn man sich selbst eingesteht, dass man zum Beispiel lesbisch oder asexuell ist. Man hat endlich eine Erklärung für die Gedanken, welche man sich gemacht hat, oder begreift plötzlich, weshalb man sich unwohl gefühlt hat. Zumindest mir ging es damals so.

Saskia erklärte im Interview, dass es ihr ähnlich widerfuhr: *«Als ich das erste Mal über Asexualität las, schob ich den Gedanken, mit der Begründung, dass ich mich doch verliebe, wieder weg. Es dauerte eine Weile, bis ich realisierte, dass Sexualität und Romantik nicht das gleiche ist. Als es mir klar wurde, empfand ich als erstes Erleichterung, da ich endlich wusste, was los ist.»*¹⁴ Auch sie war also erleichtert, als sie einen Begriff fand für das, was in ihr vor sich ging.

Personen des asexuellen Spektrums outen sich aber meist ganz anders als zum Beispiel Homosexuelle oder Personen, die transgender sind. Personen, die transgender sind, fühlen sich mit ihrem bei der Geburt zugewiesenen Geschlecht nicht wohl. Ist man zum Beispiel homosexuell, so merken es die meisten Menschen irgendwann, weil man als Mann mit einem Mann oder als Frau mit einer Frau zusammen ist. Bei Personen des asexuellen Spektrums ist dies anders. Diesen Personen sieht man es nicht direkt an und sie machen auch keine optische Veränderung durch wie zum Beispiel eine Transfrau oder ein Transmann.

¹³ Vgl. hierzu Forbes, <https://www.forbes.com/sites/jamiewareham/2020/10/25/how-to-be-an-asexual-ally-learn-why-some-asexual-people-have-sex-and-accept-that-most-dont/?sh=5754c4aa48d8>

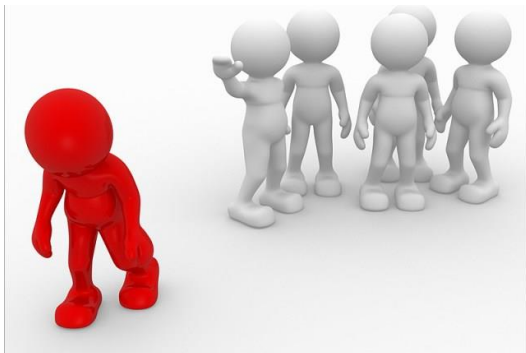
¹⁴ Vgl. hierzu Interview mit Saskia*, Frage 3

Natalie bringt es in unserem Interview sehr gut auf den Punkt: *«Ich erzähle es nicht von mir aus, aber wenn das Gespräch auf das Thema Sexualität kommt, dann bin ich offen.»*¹⁵ Ähnliches schrieb auch Saskia: *«Im Privaten habe ich entschieden das Thema nicht von mir aus anzusprechen. Sollte es aber zur Sprache kommen, werde ich nicht lügen und ehrlich sein.»*¹⁶ Genauso ist es bei mir auch. Ich oute mich meist auch nur dann, wenn das Thema direkt angesprochen wird. Schlussendlich geht mein Sexualleben niemanden etwas an. Eine Ausnahme mache ich beim Dating. Dort spiele ich mit offenen Karten, so ist es für beide Seiten fair.

Statistisch ist der Anteil von Frauen auf dem asexuellen Spektrum höher als derjenige von Männern. Es gibt auch viel mehr Frauen, die ihre Asexualität öffentlich machen, als Männer. Dass ein Outing nicht immer gut verläuft, kann bei allen romantischen und sexuellen Orientierungen der Fall sein.

Auf die beiden Themen, wie Personen des asexuellen Spektrums in der Gesellschaft wahrgenommen werden und auf was für Vorurteile sie stossen, möchte ich im nächsten Abschnitt eingehen.

2.7. Wie erleben Asexuelle die Gesellschaft?



Symbolbild wo eine Gruppe einen anderen ausschliesst¹⁷

In unserer Gesellschaft gilt es als völlig normal, dass man sich sexuell zu anderen Menschen hingezogen fühlt. Häufig basieren Werbungen, Geschichten in den Medien etc. auf sexueller Anziehung. Gleichzeitig ist Sexualität aber auch ein Tabuthema. Denken wir doch einmal an unseren Biologieunterricht zurück, als wir das Thema Aufklärung hatten. Wie viele haben da verschiedene Sexualitäten, Anziehungen etc. durchgenommen?

Die Wenigsten! Dabei wäre es für die Aufklärung sehr wichtig. So könnte vielen Menschen die lange Suche nach der eigenen sexuellen Anziehung erspart werden.

¹⁵ Vgl. hierzu Interview mit Natalie*, Frage 4

¹⁶ Vgl. hierzu Interview mit Saskia*, Frage 4

¹⁷ Vgl. hierzu the practice public relations, <https://the-practice.net/viewpoint/the-origins-of-prejudice/>

2.7.1. Vorurteile

In unserer Gesellschaft werden Männer gerne so dargestellt, dass sie immer und überall Lust auf Sex haben. Deswegen ist für viele Menschen die Vorstellung, dass ein Mann auf dem asexuellen Spektrum sein kann, noch unverständlicher, als wenn es eine Frau ist. Denn das Vorurteil, dass man als Frau ab und zu keine Lust auf Sex hat, hört man sehr häufig. Oft reagieren die Partner*innen dann mit Unverständnis, geben sich selbst die Schuld oder sind gekränkt. Den Frauen auf dem asexuellen Spektrum wird dafür eher unterstellt, dass sie traumatisiert sind von einer schlechten Erfahrung. Jedoch haben solche Erlebnisse nichts mit Asexualität zu tun. Denn trotz einer schlechten Erfahrung kann man sexuelle Anziehung empfinden.¹⁸

Menschen auf dem asexuellen Spektrum werden im Vergleich zu sexuellen Menschen zum Teil sogar als weniger menschlich betitelt.¹⁹ Asexualität wird häufig auch als eine Störung dargestellt.²⁰

Wie Natalie im Interview geschrieben hat: *«Viele Personen denken, dass es etwas Psychisches ist und man nur „den Richtigen“ finden muss.»* Solche Aussagen hat sie selbst auch schon gehört.²¹ Ebenfalls hört man immer wieder, dass Asexualität etwas Neumodisches sei oder sich Jugendliche dies einfach einbilden. Meine Interviewpartnerin wird bald 35 Jahre alt und hat mit 33 Jahren herausgefunden, dass sie auf dem asexuellen Spektrum ist.²² Dies ist für mich eine Bestätigung, dass Asexualität kein Jugendtrend ist. Im Jahr 2004 wurde eine Studie aus dem Jahr 1994 von A. F. Bogaert neu ausgewertet. Dabei wurde die Forschung auf das Thema Asexualität aufmerksam. In dieser Studie wurde unter anderem nach der sexuellen Orientierung gefragt. Dabei zeigte sich, dass sich etwa 1 % der Befragten als asexuell bezeichneten. Dies belegt, dass Asexualität nicht neumodisch ist.²³

Ebenso ist es ein grosses Vorurteil, dass Personen des asexuellen Spektrums keine Libido verspüren und nie masturbieren. Diese zwei Dinge sind von Person zu Person verschieden.

¹⁸ Vgl. hierzu meinbezirk, https://www.meinbezirk.at/wien/c-regionauten-community/asexuelle-menschen-vorurteile-und-fehlannahmen_a4629524

¹⁹ Vgl. hierzu Deutschlandfunk Kultur, https://www.deutschlandfunkkultur.de/asexualitaet-als-lebensform-was-habt-ihr-nur-mit-dem-sex.976.de.html?dram:article_id=338355

²⁰ Vgl. hierzu Deutschlandfunk Kultur, https://www.deutschlandfunkkultur.de/asexualitaet-als-lebensform-was-habt-ihr-nur-mit-dem-sex.976.de.html?dram:article_id=338355

²¹ Vgl. hierzu Interview mit Natalie*, Frage 13

²² Vgl. hierzu Interview mit Natalie*, Frage 1

²³ Vgl. hierzu Aro-Ace-Spektrum Schweiz, <https://www.asexuell.ch/aro-ace-was-ist-das/studien/>

2.8. Symbole

Manche Personen des asexuellen Spektrums tragen etwas bei sich, womit man sie identifizieren kann. Etwas, das einen Bezug zum asexuellen Spektrum hat. Gewisse Symbole sind sichtbarer und einfacher zu deuten als andere. Von diesen Symbolen möchte ich die verbreitetsten auflisten.

2.8.1. Flagge

Wohl am bekanntesten ist die asexuelle Flagge. Genauso wie es für Lesbische, Schwule, Bisexuelle usw. Flaggen gibt, haben auch Personen des asexuellen Spektrums eine solche definiert.

Die asexuelle Flagge besteht aus vier gleichgrossen, aber andersfarbigen Balken. Die vier Balken haben folgende Bedeutungen:

Schwarz: Steht für Asexualität

Grau: Steht für das asexuelle Spektrum

Weiss: Steht für Sexualität

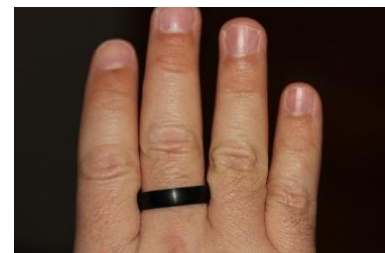
Lila: Steht für Gemeinschaft²⁷



Asexuelle Flagge²⁶

2.8.2. Schwarzer Ring

Manche Personen des asexuellen Spektrums tragen am rechten Mittelfinger einen schwarzen Ring. Dies soll ein geheimes Zeichen für die Identifikation untereinander sein. Denn er ist nicht so auffällig wie eine Flagge in Form eines Buttons oder Stickers.²⁹



Schwarzer Ring²⁸

²⁶ Vgl. hierzu CSD Deutschland, <https://csd-deutschland.de/en/flaggenlexikon/>

²⁷ Vgl. hierzu CSD Deutschland, <https://csd-deutschland.de/en/flaggenlexikon/>

²⁸ Vgl. hierzu Amazing Aces, <https://amazing-aces-bs.de/das-asexuelle-spektrum/>

²⁹ Vgl. hierzu HomoWiki, https://www.homowiki.de/Aro-/_Ace-Ringe

2.8.3. Spielkartensymbol

Die Bedeutung des Spielkartensymbols Ass kommt aus dem Englischen «Ace». Der Begriff Ace wird häufig von Personen des asexuellen Spektrums verwendet. Dabei hat jedes der Spielkarten Ass eine eigene Bedeutung. Das Herzass steht für romantische Asexuelle, das Pikass für aromantische Asexuelle, das Karoass für Demisexuelle und das Kreuzass wird vom ganzen Spektrum gebraucht.³¹



Spielkarten Ass³⁰

2.8.4. Kuchen

Das Symbol des Kuchens geht angeblich auf das AVEN Forum zurück, auf welches ich im nächsten Abschnitt noch eingehen werde. Die neuen Mitglieder wurden in diesem Forum mit einem Kuchen-Emoji begrüsst. Ausserdem verwenden Asexuelle gerne den Spruch «Kuchen habe ich lieber als Sex» oder «Kuchen ist besser als Sex».³³



Kuchensymbol³²

2.9. Verbreitung

Asexualität ist leider viel zu wenig präsent in den Medien und der Öffentlichkeit. Immer häufiger kommen in Filmen oder Serien zum Beispiel homosexuelle Personen vor, doch wie häufig stossen wir auf Personen des asexuellen Spektrums? Leider ziemlich selten. Ich habe eine Liste zusammengestellt mit Serien, Filmen und Büchern, in denen Personen des asexuellen Spektrums vorkommen oder welche von Asexualität handeln.

2.9.1. Serien

Ich selbst habe bis jetzt eine einzige Serie gesehen, in der klar gezeigt wird, dass eine Person des asexuellen Spektrums mitspielt. Diese Serie heisst «Sex Education» und die Person, welche auf dem asexuellen Spektrum ist, heisst Florence. Die Serie ist auf Netflix ziemlich beliebt

³⁰ Vgl. hierzu Amazing Aces, <https://amazing-aces-bs.de/das-asexuelle-spektrum/>

³¹ Vgl. hierzu Asex Wiki, <http://asexuality.altervista.org/wiki/de/Ass-Symbole>

³² Vgl. hierzu Amazing Aces, <https://amazing-aces-bs.de/das-asexuelle-spektrum/>

³³ Vgl. hierzu Amazing Aces, <https://amazing-aces-bs.de/das-asexuelle-spektrum/>

und es spielen dort diverse Charakteren mit verschiedenen sexuellen oder romantischen Orientierungen mit. Weitere Serien und ihre asexuellen Charaktere:

«BoJack Horseman», 2014 – 2020, mit dem Charakter Todd Chavez³⁵

«Game of Thrones», 2011 – 2019, mit dem Charakter Lord Varys

«Shortland Street», seit 1992, mit dem Charakter Gerald Tippett



Cover der Serie Shadowhunters³⁴

«Shadowhunters», 2016 – 2019, mit dem Charakter Raphael Santiago³⁶

2.9.2. Filme

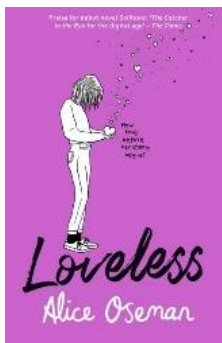
Filme mit asexuellen Charakteren waren sehr schwer zu finden. Leider fand ich nur Kurzfilme und keine Spielfilme, in welchen von Personen des asexuellen Spektrums die Rede ist.

Diese zwei Kurzfilme habe ich gefunden:

«Zucchini», 2018, LGBT Kurzfilm³⁷

«It's Not You, It's Not Me», 2020, LGBT Kurzfilm³⁸

2.9.3. Bücher



Cover des Buches Loveless³⁹

Bücher gibt es mehrere, ich habe aber noch nie eines gelesen mit einem Charakter des asexuellen Spektrums. Hier eine kleine Auswahl:

«Der Atem einer anderen Welt» von Seanan McGuire

«Loveless» von Alice Oseman

«Der erste und letzte Song» von Tamara Guidolin

«Wer bist du zur blauen Stunde?» von Yūki Kamatani⁴⁰

³⁴ Vgl. hierzu Serienjunkies, <https://www.serienjunkies.de/shadowhunters/>

³⁵ Vgl. hierzu Aro-Ace-Spektrum Schweiz, <https://www.asexuell.ch/links/serien-b%C3%BCcher-filme/>

³⁶ Vgl. hierzu Hornet, <https://hornet.com/stories/asexual-tv-characters-two/>

³⁷ Vgl. hierzu Aro-Ace-Spektrum Schweiz, <https://www.asexuell.ch/links/serien-b%C3%BCcher-filme/>

³⁸ Vgl. hierzu cold tea collective, [What I learned after being in a relationship with an asexual person - Cold Tea Collective](https://www.coldteacollective.com/what-i-learned-after-being-in-a-relationship-with-an-asexual-person)

³⁹ Vgl. hierzu Orellfuessli, <https://www.orellfuessli.ch/shop/home/artikeldetails/A1051278808>

⁴⁰ Vgl. hierzu Aro-Ace-Spektrum Schweiz, <https://www.asexuell.ch/links/serien-b%C3%BCcher-filme/>

2.9.4. Die asexuelle Community

Um sich online auszutauschen, gibt es einige Möglichkeiten. Da wäre zum Beispiel das AVEN Forum, welches seit 2001 existiert. Dort können sich nicht nur Personen des asexuellen Spektrums austauschen, sondern auch Partner*innen von diesen Personen. Durch dieses Forum hatte ich meine ersten Berührungen mit dem Wort asexuell.

Die Ameisenbären sind eine Community auf Facebook, welche sich das Ziel gesetzt haben, Menschen des Spektrums zu vernetzen. Sie besitzen nicht nur Gruppen auf Facebook, sondern auch auf WhatsApp. Ausserdem haben sie Gruppen für verschiedene Regionen Deutschlands, eine für die Schweiz und auch eine internationale Gruppe.⁴²



Logo der Ameisenbären Community⁴¹

In der Schweiz gibt es auch eine Organisation für Personen des asexuellen Spektrums. Diese nennt sich «Aromantisches und Asexuelles Spektrum Schweiz». Das Aro-Ace-Spektrum Schweiz, wie es abgekürzt genannt wird, hat diverse Gruppenchats auf WhatsApp, besitzt einen Chat auf Signal und einen auf Discord. Auf diese Organisation möchte ich später noch etwas genauer eingehen.

⁴¹ Vgl. hierzu Ameisenbären, <https://de-de.facebook.com/ameisenbaeren/>

⁴² Vgl. hierzu Ameisenbären, <https://de-de.facebook.com/ameisenbaeren/>

3. Das Aromantische und Asexuelle Spektrum Schweiz

3.1. Wer ist das Aromantische und Asexuelle Spektrum Schweiz?

Das Aromantische und Asexuelle Spektrum Schweiz besteht aus Personen aller Altersklassen. Hier kommen Menschen aus der ganzen Schweiz in diversen Gruppenchats zusammen. Sie tauschen ihre Erfahrungen miteinander aus, beantworten untereinander Fragen oder unterhalten sich über alltägliche Dinge. Egal ob man bereits weiss, welches Label zu einem passt, ob man noch auf der Suche nach einem Label ist oder ob man gar kein konkretes Label haben will, alle sind im Aro-Ace-Spektrum Schweiz willkommen.

Momentan ist das Aro-Ace-Spektrum Schweiz in den letzten Vorbereitungen zur Vereinsgründung, welche im April 2022 durchgeführt werden soll. Als Verein fällt es dem Spektrum einfacher, sich in der Öffentlichkeit zu präsentieren. Auch die Gewichtung ist viel grösser, weil es nicht einfach nur Einzelpersonen sind, welche sich als kleine Gruppe treffen, sondern ein richtiger Verein dahintersteckt.



Logo Aro-Ace-Spektrum Schweiz⁴³

3.2. Was sind die Ziele und Tätigkeiten des Aro-Ace-Spektrums Schweiz?

Das Aro-Ace-Spektrum Schweiz hat sich als Ziel gesetzt, Menschen miteinander zu verknüpfen und Aufklärungen zu den Themen Aromantik und Asexualität zu betreiben. Es bietet eine gute Gelegenheit neue Leute kennenzulernen und mit Gleichgesinnten zu sprechen. Einmal im Monat veranstalten sie ein Treffen. Dazu ist jede Person eingeladen,



Guezli backen, 19. Dezember 2021⁴⁴

welche irgendwie zum Spektrum gehört. An diesen Treffen wird jeweils etwas unternommen und viel miteinander gesprochen. Es werden zum Beispiel Ausflüge in einen Zoo unternommen oder man macht einen gemütlichen Brunch bei jemandem zu Hause.

Ebenfalls geben Leute aus dem Spektrum immer wieder Interviews oder nehmen an Veranstaltungen teil, wo sie über Aromantik und Asexualität aufklären. So wird das Spektrum immer

⁴³ Vgl. hierzu Aro-Ace-Spektrum Schweiz, Privateigentum

⁴⁴ Vgl. hierzu Aro-Ace-Spektrum Schweiz, Privateigentum

wieder von Schulen angefragt, um eine Vorlesung zum Thema Asexualität zu halten, oder ein Radiosender fragt für ein Interview an.

3.3. Was habe ich persönlich mit dem Spektrum zu tun?

Als ich vor etwa drei Jahren herausgefunden habe, dass ich zum asexuellen Spektrum gehöre, habe ich das Aro-Ace-Spektrum Schweiz entdeckt. Damals schreckte ich davor zurück mich dort zu melden und ihm beizutreten, weil ich Angst hatte erkannt zu werden und vielleicht eine Person dabei ist, welche ich kenne, und es dann herumerzählt. Heute weiss ich, dass es definitiv die richtige Entscheidung war. Ich konnte so vieles über das Thema Asexualität lernen und mich selber besser kennenlernen. Mittlerweile betreue ich im Spektrum die Emails, bin Administratorin in diversen Chats und helfe dabei, die Vereinsgründung vorzubereiten.

4. Partnersuche und Beziehung

Dieses Thema bezieht sich auf romantische Beziehungen. Natürlich gibt es noch andere Varianten von Beziehungen (zum Beispiel queer-platonische Beziehungen).

Viele Personen des asexuellen Spektrums sehnen sich genauso nach Nähe, Umarmungen oder Küsschen wie allosexuelle Personen. Es gibt Personen des asexuellen Spektrums, die auch verheiratet sind oder Kinder haben.⁴⁶ Jedoch ist es für sie viel schwieriger eine Beziehung und ein*e Partner*in zu finden. Auf diese Probleme und Herausforderungen möchte ich jetzt eingehen, danach möchte ich über zwei verschiedene Beziehungsformen sprechen und meine eigenen Erfahrungen einbringen.

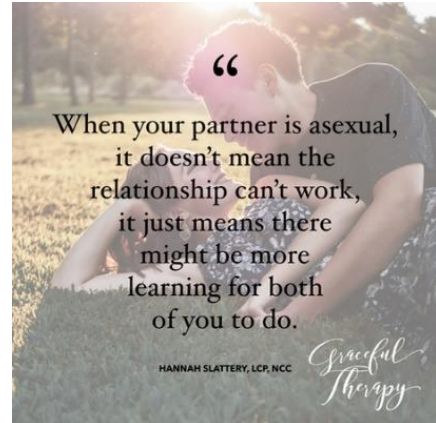


Bild mit Zitat über Beziehungen mit Personen des asexuellen Spektrums⁴⁵

4.1. Herausforderungen und Probleme

Personen des asexuellen Spektrums haben es in Dating Apps und dergleichen relativ schwer. Neben dem, dass viele nicht wissen was Asexualität ist, können sich viele auch nicht vorstellen, mit «so einer Person» zusammen zu sein. Dies macht es vor allem für Menschen, welche sich durchaus eine Beziehung mit einer allosexuellen Person vorstellen können, sehr schwierig. Mittlerweile gibt es Partnerbörsen für Personen, welche zum asexuellen Spektrum gehören. So zum Beispiel die deutschsprachige Partnerbörse [Gleichklang.ch](https://gleichklang.ch) oder die englischsprachigen Seiten [Uk.creativesdating.com](https://uk.creativesdating.com) und [Nosexdating.co.uk](https://nosexdating.co.uk). In deutschsprachigen Ländern ist die Nachfrage aber nicht so gross wie zum Beispiel in England.⁴⁷

Ich fragte Saskia in unserem Interview, ob sie in einer Beziehung war, als sie erfuhr, dass sie asexuell ist und wie ihr*e Partner*in darauf reagierte. Sie erklärte mir: *«Ja, ich war in einer Hetero-Beziehung. Das ich sexuellen Kontakt nicht zulassen konnte war bereits ein Problem (war schon wiederholt der Trennungsgrund) weshalb ich auch mit recherchieren begann. Nach*

⁴⁵ Vgl. hierzu Graceful Therapy, [How to be With a Partner who is Asexual \(gracefultherapy.com\)](https://gracefultherapy.com)

⁴⁶ Vgl. hierzu ELLE, [Asexuality Meaning And How It Affects Sex And Relationships \(elle.com\)](https://elle.com)

⁴⁷ Vgl. hierzu Schweizer Illustrierte, <https://www.schweizer-illustrierte.ch/gesellschaft/thema/sex-nein-danke>

einem Gespräch haben wir die Beziehung dann beendet. Ich glaube er war enttäuscht, er dachte zuvor, dass ich einfach nur verklemmt sei, wollte mich ganz langsam heranführen. Als ich die Asexualität erwähnte machte plötzlich alles Sinn, auch für ihn»⁴⁸.

4.2. Mögliche Varianten von Beziehungen

Manche Personen des asexuellen Spektrums können sich nur eine Beziehung mit jemanden des asexuellen Spektrums vorstellen, andere auch eine mit einer allosexuellen Person. Es gibt aber auch Personen des asexuellen Spektrums, die sagen, sie seien glücklich, wenn sie für immer alleine sind.

Vor- und Nachteile finden sich in beiden Beziehungsvarianten und in beiden müssen gewisse Kompromisse eingegangen werden. In beiden Beziehungsformen ist aber definitiv Kommunikation das Wichtigste.

So müssen manchmal auch Kompromisse zwischen zwei Menschen des asexuellen Spektrums eingegangen werden. Da nicht jede Person dieses Spektrums das gleiche möchte, entstehen auch dort gewisse Unterschiede zwischen den Personen. Man kann aber auch im Vorhinein herausfinden, ob die Interessen bezüglich sexueller Aktivitäten übereinstimmen. Fühlen sich beide von sexuellen Aktivitäten abgeneigt, gibt es weniger Kompromisse und die Beziehung ist in diesem Punkt weniger anfällig auf Streit.

Saskia befindet sich in einer Beziehung unter Asexuellen. Sie beschrieb mir ihre Beziehung so: *«Wir sind beide auf dem asexuellen Spektrum. Kommunikation ist das Wichtigste. Kommt es (super selten) zu einer Handlung in die Richtung, reden wir die ganze Zeit offen miteinander, um unsere beider Grenzen nicht zu überschreiten. Sagt eine Stop, wird das sofort akzeptiert. Ansonsten leben wir unsere romantische Liebe. Wir kuscheln sehr gerne :)»⁴⁹* Sie bestätigt mir damit meine Aussage weiter oben, dass Kommunikation das Wichtigste ist.

Mehr Kompromisse als zwischen zwei Asexuellen müssen in einer Beziehung zwischen einer Person des asexuellen Spektrums und einer allosexuellen Person eingegangen werden. Eine allosexuelle Person möchte doch vermutlich nicht immer die ganzen Bedürfnisse hintenanstellen. So kann es zum Beispiel zu Kompromissen kommen, dass die Person, welche auf dem asexuellen Spektrum ist, sexuelle Aktivitäten macht, aber nicht sehr regelmässig.

⁴⁸ Vgl. hierzu Interview mit Saskia*, Frage 8

⁴⁹ Vgl. hierzu Interview mit Saskia*, Frage 10

Es gäbe auch die Möglichkeit eine offene Beziehung zu führen. Dies hiesse dann, dass die andere Person sexuelle Aktivitäten mit einer anderen Person ausleben kann. Für mich wäre diese Beziehungsvariante gar keine Option. Auch Saskia hat sich im Interview dazu geäußert. Eine solche Variante komme für sie nicht in Frage. Da sie sich nicht zum Sex zwingen kann, kommt für sie nur eine Beziehung mit einem asexuellen Menschen in Frage.⁵⁰

4.3. Meine persönlichen Erfahrungen

Ich habe selbst erfahren müssen, dass es als Person auf dem asexuellen Spektrum sehr schwer sein kann, eine Beziehung zu finden. Am meisten in Erinnerung ist mir geblieben, dass viele sofort eine Abwehrhaltung einnehmen, wenn sie davon erfahren. Dies, obwohl sie noch nicht einmal wissen, wo genau ich auf dem asexuellen Spektrum bin oder was Asexualität genau bedeutet. Viele stossen einen dann weg und meinen «nein, ohne Sex kann ich nicht».

Wie im Abschnitt weiter oben bereits erwähnt, wäre eine offene Beziehung nichts für mich, jedoch kann ich mir vorstellen, eine Beziehung mit einer allosexuellen Person zu führen. Mein jetziger Freund ist allosexuell.

Als ich ihn kennengelernt habe, war ich von Anfang an ehrlich und habe ihm erzählt, dass ich auf dem asexuellen Spektrum zu finden bin. Damals wusste ich selbst noch nicht genau, was ich wollte und was nicht. Ich war damals noch relativ frisch auf den Begriff Asexualität gestossen und musste zuerst einmal für mich selbst herausfinden, wo ich hingehöre.

Auch er gehörte zu den Menschen, die nicht wirklich wussten, was Asexualität ist. Er meinte jedoch, es sei okay für ihn und wir können es gerne versuchen. Er war der erste Mann, der keine direkte Abwehrhaltung eingenommen oder mich weggestossen hat. Mittlerweile sind wir eineinhalb Jahre zusammen und es funktioniert. Ich weiss jetzt auch, wo etwa ich mich auf dem Spektrum befinde, und wir können Lösungen und Kompromisse finden, die für beide passen. Man muss schliesslich nicht jeden Tag Sex haben um eine gute und glückliche Beziehung zu führen.

⁵⁰ Vgl. hierzu Interview mit Saskia*, Frage 12

5. Die Auswertung meiner Umfrage

5.1. Auswertung

Mit der Umfrage wollte ich möglichst viele verschiedene Menschen erreichen. Dies auf das Alter, das Geschlecht, die sexuelle Orientierung und die Erfahrungen bezogen. Die Auswertung hat ergeben, dass ich mein Ziel erreicht habe. Ich konnte 33 ganz unterschiedliche Personen erreichen.

Die meisten Teilnehmenden meiner Umfrage sind zwischen 19 und 25 Jahre alt und weiblich. Ebenfalls konnte ich zwei Personen erreichen, welche über 50 Jahre alt sind. Ich konnte ausserdem nicht-binäre Personen und Personen, welche das Geschlecht divers angeben, erreichen. Am wenigsten Teilnehmende hatte ich bei den Männern.

Die meisten sagten, dass das Label Asexuell am besten zu ihnen passt. Einzelne sind unsicher, benutzen kein Label für sich oder benutzen Label wie asexuelles Spektrum, Ace, Aroace, Queer, Fraysexual, Aegosexuell, Apothisexuell oder nonbic.

Etwa zwei Drittel aller Befragten haben zwischen 17 und 25 Jahren gemerkt, dass sie auf dem asexuellen Spektrum sind. Ein weiteres Drittel mit 16 Jahren oder jünger.

Das Internet war die meist genannte Quelle für die Entdeckung des Begriffes Asexualität. Danach wurden Social Media, Zeitungen, Zeitschriften, Bücher, Serien und Filme genannt. Einzelne erfuhren durch Freunde, Sachbücher oder der Ausstellung «Queer in der Natur» davon. Fast 85 % waren in keiner Beziehung, als sie das asexuelle Spektrum entdeckten.

Etwa die Hälfte der Befragten ist momentan in keiner Beziehung und fast ein Drittel will keine Beziehung. Nur ganz wenige sind momentan in einer Beziehung mit jemandem Asexuellen oder Allosexuellen.

Über 70 % fühlen sich nur bedingt akzeptiert von unserer Gesellschaft. Ebenfalls musste ich feststellen, dass sehr viele schon sehr schlimme Aussagen und Vorurteile hören mussten. 75 % aller Teilnehmenden wurden schon mit der Aussage «Du hast nur noch nicht die richtige Person gefunden» konfrontiert. Weitere knapp 50 % damit, dass sie ja noch nie Sex hatten und etwa ein Drittel musste sich den Kommentar «Du hast doch nur schlechte Erfahrungen gemacht» anhören. Auch Aussagen wie «Bist du religiös?», «Ich kann dir Gefallen an Sex zeigen», «Du musst nur mal richtig durchgenommen werden» oder «Aber du hast doch trotzdem Sex?» wurden häufig genannt.

Über 50 % haben sich im Alter von 17 bis 25 geoutet, etwa 20 % sind noch gar nicht geoutet. Ausserdem geben über 50 % der Personen an, nicht offen damit umzugehen, dass sie auf dem asexuellen Spektrum sind.

Über 80 % der Teilnehmenden geben an, dass sie bei ihren Freunden geoutet sind, weiter sind fast 40 % in ihrer Familie geoutet. Einzelne sind auch noch auf der Arbeit oder bei Partner*innen geoutet.

Fast 70 % mussten bei ihrem Outing die anderen Personen aufklären, was Asexualität ist.

45 % können sagen, dass ihr Outing gut verlaufen ist. Hingegen sagen etwa 27 %, dass das Outing nur mässig gut verlaufen ist.⁵¹

5.2. Fazit

Aus dieser Umfrage ziehe ich das Fazit, dass viel mehr Frauen sich bewusst sind, dass sie sich auf dem asexuellen Spektrum befinden. Ausserdem sieht man gut, dass vor allem jüngere, zwischen 19 und 25 Jahren auf den Begriff stossen. Die Teilnahme von zwei Personen über 50 Jahre bestätigt mir erneut, dass Asexualität kein Jugendtrend ist.

Ich habe durch die Umfrage auch Neues gelernt. Einzelne Begriffe habe ich noch nie gehört und ich musste sie nachschlagen. Auf diese Begriffe einzugehen, hätte meine Arbeit aber gesprengt.

Ich habe angenommen, dass das Internet die häufigste Quelle bei der Entdeckung des Begriffs Asexualität ist. Dass es jedoch so klar ist, hat mich überrascht. Immerhin sind es fast 70 %, welche das asexuelle Spektrum dadurch kennengelernt haben.

Es hat mich etwas erstaunt, dass so viele Personen in keiner Beziehung waren, als sie erfuhren, dass sie auf dem asexuellen Spektrum sind. Ich habe damit gerechnet, dass es viel mehr Personen während einer Beziehung gemerkt haben, weil man dann viel mehr damit konfrontiert ist.

Etwas hart hat mich die Aussage getroffen, dass so viele sich nur bedingt akzeptiert fühlen von unserer Gesellschaft. Es hat mir einmal mehr gezeigt, dass viel zu wenig Personen über dieses Thema Bescheid wissen. Das Grundwissen darüber ist viel zu klein und die Vorurteile sind viel zu gross. Auch die Tatsache, wie viele sich schon echt schreckliche Aussagen anhören mussten, ist nicht spurlos an mir vorbeigegangen, es hat mich schon etwas mitgenommen. Gäbe es

⁵¹ Vgl. hierzu Umfrage «VA Asexualität»

mehr Verständnis in der Gesellschaft, würden sich bestimmt viel mehr getrauen sich zu outen. Ausserdem glaube ich auch, dass viele Menschen dann früher auf diesen Begriff stossen würden und nicht so lange suchen müssten.

Dass etwa ein Fünftel nicht geoutet ist, hat mich ebenfalls sehr erstaunt. Es wundert mich aber nicht, dass über die Hälfte nicht offen damit umgehen, dass sie auf dem asexuellen Spektrum sind, da so viele schon schlechte Erfahrungen gemacht haben. Es freut mich sehr zu sehen, wie viele ihren Freunden oder auch der Familie vertrauen und es erzählt haben.

6. Schlusswort

Bei der Themenwahl habe ich mir überlegt, ob Asexualität ein gutes Thema wäre oder eher zu wenig Infos hergäbe. Ausserdem wusste ich lange nicht, ob es mir nicht zu persönlich ist. Doch ich bereue meine Wahl kein bisschen, es ist ein sehr spannendes Thema. Rückblickend muss ich sagen, dass ich bei meiner Arbeit gut vorwärtsgekommen bin. Da ich sehr schnell herausfand, dass es mir Freude bereitet diese Arbeit zu schreiben, habe ich mich auch zu Hause immer wieder an die Arbeit gesetzt und weitergeschrieben. Anfangs wusste ich nicht, was ich alles schreiben soll und was wichtig ist, doch sehr bald ist alles wie von selbst gegangen. Die grösste Mühe hatte ich damit, passende Bilder zu finden. Nach den Interviews habe ich bemerkt, dass es interessant wäre, zu gewissen Fragen Antworten von noch mehr Personen zu haben. Deswegen habe ich zusätzlich noch eine Umfrage erstellt. Mit meiner Umfrage habe ich mehr Personen erreicht, als ich gedacht hatte. Da ich viele Antworten bekommen habe, war es mir möglich eine ausführliche Auswertung zu machen. Am Schluss kam ich doch noch unter Zeitdruck, weil ich mit Überarbeiten länger brauchte als geplant.

7. Quellenangaben

7.1. Gedruckte Quellen

Natalie*: Interview Asexualität, vom 16.11.2021

Saskia*: Interview Asexualität, vom 22.11.2021

Umfrage «VA Asexualität», https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScAy7QYGQziCt-d08xEx2VMCytmaJ5fU35MzUNnziwAFgmj_w/viewform?usp=sf_link, vom 22.11.2021

7.2. Informationen aus dem Internet

Das asexuelle Spektrum. In Amazing Aces, <https://amazing-aces-bs.de/das-asexuelle-spektrum/>, gesehen am 17.09.2021

Das Wichtigste in Kürze. In Aro–Ace-Spektrum Schweiz, <https://www.asexuell.ch/aro-ace-was-ist-das/das-wichtigste-in-k%C3%BCrze/>, gesehen am 23.09.2021

Serien, Bücher, Filme,... . In Aro–Ace-Spektrum Schweiz, <https://www.asexuell.ch/links/serien-b%C3%BCcher-filme/>, gesehen am 06.10.2021

Greysexual. In LGBTa Wiki, <https://lgbta.wikia.org/wiki/Greysexual>, gesehen am 06.10.2021

Friedrich, Florian: Asexuelle Menschen – Vorurteile und Fehlannahmen. In MeinBezirk.at, https://www.meinbezirk.at/wien/c-regionauten-community/asexuelle-menschen-vorurteile-und-fehlannahmen_a4629524, gesehen am 06.10.2021

Rohwer, Kirstin: Vortrag: Asexualität – Die unsichtbare Orientierung. In Youtube, <https://www.youtube.com/watch?v=etlFeVXdJMI&list=WL&index=10>, gesehen am 06.10.2021

Dictionary of flags. In CSD Deutschland e.V., <https://csd-deutschland.de/en/flaggenlexikon/>, gesehen am 06.10.2021

Wareham, Jamie: How To Be An Asexual Ally: Learn Why Some Asexual People Have Sex (And Accept That Most don't). In Forbes, <https://www.forbes.com/sites/jamie-wareham/2020/10/25/how-to-be-an-asexual-ally-learn-why-some-asexual-people-have-sex-and-accept-that-most-dont/?sh=5754c4aa48d8>, gesehen am 06.10.2021

Aro- / Ace- Ringe. In HomoWiki, <https://www.homowiki.de/Aro- / Ace- Ringe>, gesehen am 06.10.2021

Ass-Symbole. In Asex Wiki, <http://asexuality.altervista.org/wiki/de/Ass-Symbole>, gesehen am 06.10.2021

Keeley, Matt: A Comprehensive Yet Sadly Short Guide to Asexual Characters on TV. In Hornet, <https://hornet.com/stories/asexual-tv-characters-two/>, gesehen am 06.10.2021

Ameisenbären. In Facebook, <https://www.facebook.com/ameisenbaeren/>, gesehen am 06.10.2021

Sieewart, Bettina: Sex? Nein danke!. In Schweizer Illustrierte, <https://www.schweizer-illustrierte.ch/gesellschaft/thema/sex-nein-danke>, gesehen am 30.10.2021

Mak, Jaymee: WHAT I LEARNED AFTER BEING IN A RELATIONSHIP WITH AN ASEXUAL PERSON. In cold tea collective, [What I learned after being in a relationship with an asexual person - Cold Tea Collective](https://www.coldteacollective.com/what-i-learned-after-being-in-a-relationship-with-an-asexual-person), gesehen am 03.11.2021

Burgum, Becky: Asexuality Meaning And How It Affects Sex And Relationships. In ELLE, <https://www.elle.com/uk/life-and-culture/culture/a29347562/asexuality>, gesehen am 03.11.2021

WAS BEDEUTET LSBTI? GLOSSAR DER SEXUELLEN UND GESCHLECHTLICHEN VIELFALT. In Lesben- und Schwulenverband, https://www.lsvd.de/de/ct/3385-Was-bedeutet-LSBTI-Glossar-der-sexuellen-und-geschlechtlichen-Vielfalt?gclid=CjwKCAiA4veMBhAMEi-wAU4XRr6ZmXik2S8z8eSWPm4JCpAYaam4-wk29Y5P6lhWzgtjyyakSOD5bpBoCXJs-QAvD_BwE#pansexuell, gesehen am 24.11.2021

Studien. In Aro–Ace-Spektrum Schweiz, <https://www.asexuell.ch/aro-ace-was-ist-das/studien/>, gesehen am 01.12.2021

7.3. Bildquellen

Asexuelle Flagge. In: <https://csd-deutschland.de/flaggenlexikon/>, Titelbild Nr. 1, gesehen am 17.09.2021

In: <https://fudder.de/asexualitaet-ich-bin-28-jahre-alt-und-hatte-noch-nie-sex--118318123.html>, Titelbild Nr. 2, gesehen am 17.09.2021

In: <https://www.redbubble.com/de/i/poster/Asexuelle-Schafe-Lustige-Asexuelle-Meme-Geschenk-Asexualit%C3%A4t-Geschenk-LGBT-LGBTQ-Homosexuell-Nicht-Bin%C3%A4r-Nicht-Bin%C3%A4r-von-insanius/39470894.LVTDI>, Bild Nr. 1, gesehen am 23.12.2021

In: <https://secondlina.tumblr.com/post/21955456091/a-comic-about-the-different-types-of-attraction>, Bild Nr. 2, gesehen am 11.11.2021

In: <https://secondlina.tumblr.com/post/21955456091/a-comic-about-the-different-types-of-attraction>, Bild Nr. 3, gesehen am 11.11.2021

In: <https://www.rataufdraht.at/themenubersicht/intimes/hetero-homo-und-bisexualitat-was-ist-das>, Bild Nr. 4, gesehen am 23.12.2021

The greysexual flag. In: <https://lgbta.wikia.org/wiki/Greysexual>, Bild Nr. 5, gesehen am 06.10.2021

The demisexual flag. In: <https://lgbta.wikia.org/wiki/Demisexual>, Bild Nr. 6, gesehen am 06.10.2021

In: [The Origins of Prejudice - The PRactice \(the-practice.net\)](https://the-practice.net/), Bild Nr. 7, gesehen am 03.11.2021

Rohwer, Kirstin: Bullshit-Bingo: Reaktionen und Vorurteile. In: <https://metakiki.net/vortrag-asexualitaet/vortrag-asexualitaet-kirstin-rohwer-falken-bs-2020.pdf>, Bild Nr. 8, gesehen am 06.10.2021

Asexuell. In: <https://csd-deutschland.de/en/flaggenlexikon/>, Bild Nr. 9, gesehen am 06.10.2021

In: <https://www.serienjunkies.de/shadowhunters/>, Bild Nr. 10, gesehen am 11.11.2021

In: <https://www.orellfuessli.ch/shop/home/artikeldetails/A1051278808>, Bild Nr. 11, gesehen am 11.11.2021

In: <https://de-de.facebook.com/ameisenbaeren/>, Bild Nr. 12, gesehen am 11.11.2021

In: Privateigentum, Bild Nr. 13, gesehen am 30.11.2021

In: Privateigentum, Bild Nr. 14, gesehen am 15.12.2021

Slattery, Hannah. In [How to be With a Partner who is Asexual \(gracefultherapy.com\)](https://gracefultherapy.com/), Bild Nr. 15, gesehen am 03.11.2021

8. Eigenständigkeitserklärung

Ich habe die vorliegende Arbeit mit vollständiger Angabe der Quellen selbstständig verfasst.

Datum:

26.12.2021

Unterschrift:

Jana

9. Anhang

9.1. Interview Asexualität mit Natalie*

1. In welchem Alter hast du herausgefunden, dass du auf dem asexuellen Spektrum bist?

Mit 33 Jahren (bin jetzt fast 35)

2. Benutzt du ein Label für dich?

Ich benutze einfach Ace, ich gehe nicht tiefer ins Spektrum rein.

3. Wie hast du selbst reagiert als du es realisiert hast?

Für mich war es eine Erleichterung als ich es realisiert hatte. Vieles hat nun mehr Sinn gemacht und ich konnte verstehen und erkennen weshalb ich anders mit dem Thema Sex umgehe als andere.

4. Gehst du offen damit um, dass du auf dem asexuellen Spektrum bist?

Ja da bin ich offen. Ich erzähle es nicht von mir aus, aber wenn das Gespräch auf das Thema Sexualität kommt, dann bin ich offen.

5. Wo bist du geoutet? Wie alt warst du bei deinem Outing?

Ich bin bei meinen Freunden und auch einigen Arbeitskollegen geoutet. Ich habe mich dieses Jahr geoutet (also 34 Jahre alt)

6. Wie hat dein Umfeld reagiert?

Mein Umfeld hat gut reagiert, mit viel Interesse und Verständnis.

7. Weiss dein Arbeitsumfeld Bescheid und hat dein Outing Auswirkungen gehabt?

Ein paar wissen es, hat gar keine Auswirkungen gehabt.

8. Warst du in einer Beziehung als du gemerkt hast das du auf dem asexuellen Spektrum bist? Wie war es für dein*e Partner*in?

Nein war in keiner Beziehung

9. Bist du momentan in einer Beziehung?

Nein ich bin in keiner Beziehung.

10. Wenn ja, wie handhabt ihr das ganze Thema rund um sexuelle Aktivitäten?

11. Wenn nein, möchtest du eine Beziehung?

Ja ich hätte gerne eine Beziehung.

12. Falls du eine Beziehung möchtest, eher mit jemanden vom asexuellen Spektrum oder wäre auch eine allosexuelle Person okay und wieso?

Auch eine allosexuelle Person wäre ok. Es würde wahrscheinlich ein bisschen komplizierter sein als mit einer asexuellen Person. Aber ich denke man kann bestimmt auch eine allo/ace Beziehung erfolgreich führen.

13. Fühlst du dich akzeptiert von unserer Gesellschaft?

Nein. Das asexuelle Spektrum wird in der Gesellschaft nicht akzeptiert. Viele Personen denken, dass es etwas Psychisches ist und man nur „den Richtigen“ finden muss.

14. Bist du einmal auf Vorurteile oder Hass gestossen? Wenn ja was für Aussagen?

„Du hast nur nie den Richtigen kennengelernt“
 „Ich kann dir den Gefallen an Sex schon beibringen“
 „Du musst ja nur hinhalten, es muss dir nicht gefallen“

15. Markiere alle Aussagen auf diesem Bild welche du selbst schon gehört hast:

Lass mal deine Hormone testen!	Bist du sehr religiös?	Du verpasst das Schönste im Leben!	Warum bist du so prude?	Was machst du den ganzen Tag?
Haha, du bist also eine Pflanze?	Hast du als Kind etwas Schlimmes erlebt?	Das sagst du nur, weil du keine*n abkriegst.	Aber du hattest doch schon mal Sex!	Asexuell? Sowas gibt's gar nicht.
Es gibt doch Tabletten dagegen!	Du hast nur noch nicht die*n Richtige*n gefunden!	Wie schade für deine*n Partner*in!	Wie kannst du das wissen, ohne es ausprobiert zu haben?	Du willst nur nicht zugeben, dass du homosexuell bist.
Kannst du überhaupt Liebe empfinden?	Du bist viel zu hübsch, um keinen Sex zu haben.	Ich kann das ändern ,)	Du willst doch nur „was Besonderes“ sein.	Warum hast du Sex?
Männer können nicht asexuell sein!	Du musst nur mal richtig durchge***t werden!	Du hast nur Angst vor Beziehungen!	Das ist nur eine Phase.	Das ist gegen die Natur des Menschen!

9.2. Interview Asexualität mit Saskia*

1. In welchem Alter hast du herausgefunden, dass du auf dem asexuellen Spektrum bist?

Mit 20 Jahren

2. Benutzt du ein Label für dich?

Panromantisch-Asexuell

3. Wie hast du selbst reagiert als du es realisiert hast?

Als ich das erste Mal über Asexualität las, schob ich den Gedanken, mit der Begründung, dass ich mich doch verliebe, wieder weg. Es dauerte eine Weile, bis ich realisierte, dass Sexualität und Romantik nicht das gleiche ist. Als es mir klar wurde, empfand ich als erstes Erleichterung, da ich endlich wusste, was los ist. Danach kam die Unsicherheit, bezüglich wie es weitergehen soll und was das für mich bedeutet. Plötzlich hatte ich Angst im Club zu tanzen, befürchtete unbewusst falsche Signale zu senden.

4. Gehst du offen damit um, dass du auf dem asexuellen Spektrum bist?

So mässig offen. Lange habe ich diesbezüglich nichts gesagt, jetzt aber gemerkt, dass die Aufklärung fehlt. Ich habe ein tollen Freundeskreis, so auch ein Auffangnetz, sollten doofe Reaktionen kommen. Inzwischen melde ich mich in der Ace-Community manchmal freiwillig. Anfangs nur für anonyme Interviews. Bisher habe ich bei einer Living Library einmal mein Gesicht gezeigt. Im Privaten habe ich entschieden das Thema nicht von mir aus an zu sprechen. Sollte es aber zu Sprache kommen, werde ich nicht lügen und ehrlich sein.

5. Wo bist du geoutet? Wie alt warst du bei deinem Outing?

Bezüglich der Asexualität bin ich nur in meinem engsten Freundeskreis und in der queeren Community geoutet.

6. Wie hat dein Umfeld reagiert?

Ein Outing ist immer auch mit einem Q&A verbunden, ich muss Fragen beantworten und viel erklären.

7. Weiss dein Arbeitsumfeld Bescheid und hat dein Outing Auswirkungen gehabt?

Bezüglich der Asexualität haben die keine Kenntnis, geht sie meiner Meinung nach auch nichts an. Ich bin aber in einer gleichgeschlechtlichen Beziehung, was bekannt ist und keine Auswirkungen hatte.

8. Warst du in einer Beziehung als du gemerkt hast das du auf dem asexuellen Spektrum bist? Wie war es für dein*e Partner*in?

Ja, ich war in einer Hetero-Beziehung. Das ich sexuellen Kontakt nicht zulassen konnte war bereits ein Problem (war schon wiederholt der Trennungsgrund) weshalb ich auch mit Recherchieren begann. Nach einem Gespräch haben wir die Beziehung dann beendet. Ich glaube er war enttäuscht, er dachte zuvor, dass ich einfach nur verklemmt sei, wollte mich ganz langsam heranführen. Als ich die Asexualität erwähnte machte plötzlich alles Sinn, auch für ihn.

9. Bist du momentan in einer Beziehung?

Ja, ich habe inzwischen seit über einem Jahr eine Freundin.

10. Wenn ja, wie handhabt ihr das ganze Thema rund um sexuelle Aktivitäten?

Wir sind beide auf dem asexuellen Spektrum. Kommunikation ist das Wichtigste. Kommt es (super selten) zu einer Handlung in die Richtung, reden wir die ganze Zeit offen miteinander, um unsere beider Grenzen nicht zu überschreiten. Sagt eine Stopp, wird das sofort akzeptiert. Ansonsten leben wir unsere romantische Liebe. Wir kuscheln sehr gerne :)

11. Wenn nein, möchtest du eine Beziehung?

-

12. Falls du eine Beziehung möchtest, eher mit jemanden vom asexuellen Spektrum oder wäre auch eine allosexuelle Person okay und wieso?

Für mich kommen nur asexuelle Menschen für eine Beziehung in Frage. Ich kann mich für Sex nicht zwingen, da geht irgendwie sowas wie eine innere hohe Mauer hoch, die alles blockiert. Heisst mein Gegenstück müsste auf Sex verzichten. Ich glaube für eine allosexuelle Person wäre das extrem schwierig und mit der Zeit bestimmt ein Trennungsgrund. Ich weiss wie wichtig das für manche ist. Eine offene, oder polyamore Beziehung kann ich mir nicht vorstellen, dafür bin ich nicht gemacht. Auch nicht, dass sich der Beziehungsmensch nur den Geschlechtsverkehr wo anders holen würde. Da hätte ich doch sehr stark mit Eifersucht zu kämpfen, oder Angst, dass sich durch das Körperliche auch Gefühle entstehen.

13. Fühlst du dich akzeptiert von unserer Gesellschaft?

Schwierig. Es ist zu wenig präsent um akzeptiert zu sein finde ich. Und das Verständnis ist nicht immer das Gleiche.

14. Bist du einmal auf Vorurteile oder Hass gestossen? Wenn ja was für Aussagen?

Hass bisher zum Glück noch nicht, aber Vorurteile oder Unverständnis.

15. Markiere alle Aussagen auf diesem Bild welche du selbst schon gehört hast:

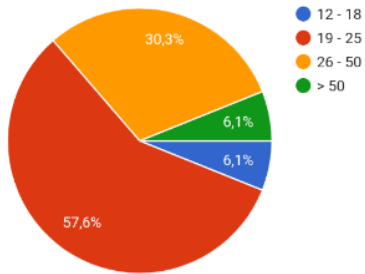
Lass mal deine Hormone testen!	Bist du sehr religiös?	Du verpasst das Schönste im Leben!	Warum bist du so prüde?	Was machst du den ganzen Tag?
Haha, du bist also eine Pflanze?	Hast du als Kind etwas Schlimmes erlebt?	Das sagst du nur, weil du keine*n abkriegst.	Aber du hattest doch schonmal Sex!	Asexuell? Sowas gibt's gar nicht.
Es gibt doch Tabletten dagegen!	Du hast nur noch nicht die*n Richtige*n gefunden!	Wie schade für deine*n Partner*in!	Wie kannst du das wissen, ohne es ausprobiert zu haben?	Du willst nur nicht zugeben, dass du homosexuell bist.
Kannst du überhaupt Liebe empfinden?	Du bist viel zu hübsch, um keinen Sex zu haben.	Ich kann das ändern ;)	Du willst doch nur „was Besonderes“ sein.	Warum hast du Sex?
Männer können nicht asexuell sein!	Du musst nur mal richtig durchge****t werden!	Du hast nur Angst vor Beziehungen!	Das ist nur eine Phase.	Das ist gegen die Natur des Menschen!

Ev. interessanter Zusatz: Bevor ich wusste, dass ich zum Ace-Spektrum gehörte, hatte ich nur männliche Partner. Von homosexuellen Beziehungen habe ich gehört und auch, dass es Trans gibt, aber das betrifft MICH doch nicht! Es gab Frauen, die ich mega bewunderte, mit denen ich unbedingt sehr gut befreundet sein wollte. Im Nachhinein weiss ich, dass ich verliebt war, jedoch die sexuelle Anziehung fehlte. Bei den Jungs konnte ich das verliebt sein zu lassen. Die sexuelle Anziehung fehlte ebenfalls, aber ich habe sie mir eingebildet, hinzugewünscht, weil es doch normal ist.

9.3. Umfrage

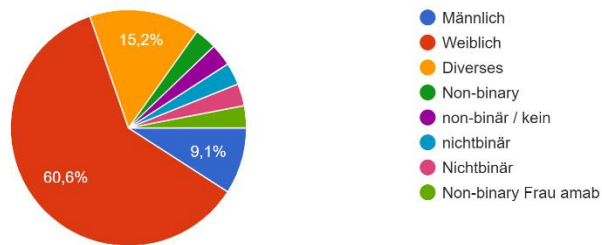
Wie alt bist du?

33 Antworten



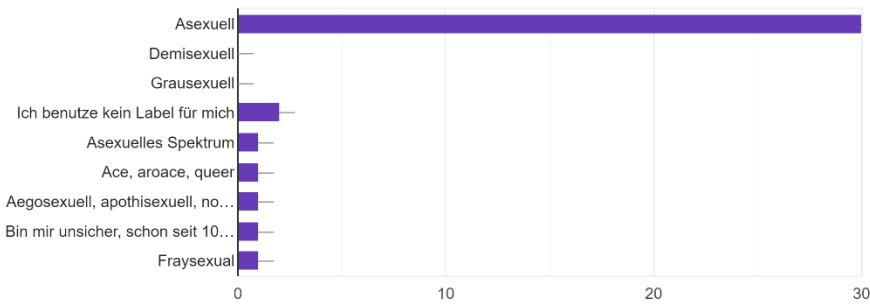
Welches Geschlecht hast du?

33 Antworten



Mit welchem Label bezüglich Sexualität identifizierst du dich?

33 Antworten

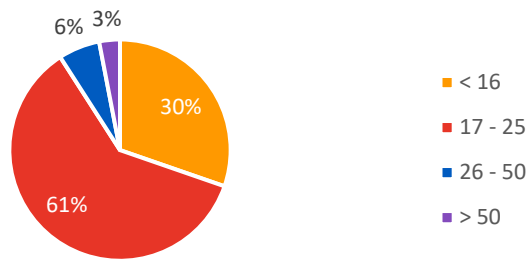


Antwort Nr. 7: Aegosexuell, apothisexuell, nonbic

Antwort Nr. 8: Bin mir unsicher, schon seit 10 Jahren

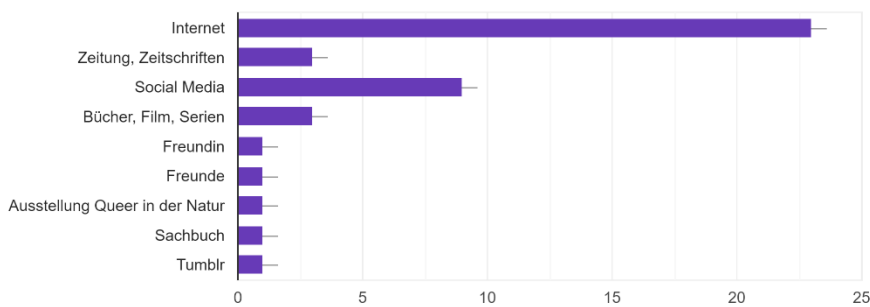
Mit wie alt hast du davon erfahren, dass du auf dem asexuellen Spektrum bist?

33 Antworten



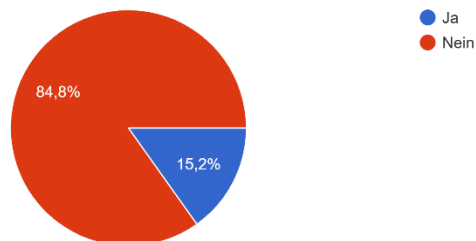
Wo hast du das erste Mal vom asexuellen Spektrum gehört?

33 Antworten



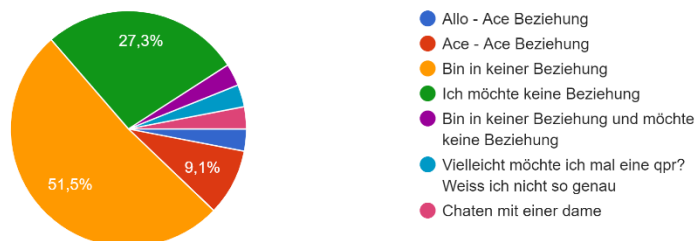
Warst du in einer Beziehung als du es gemerkt hast?

33 Antworten

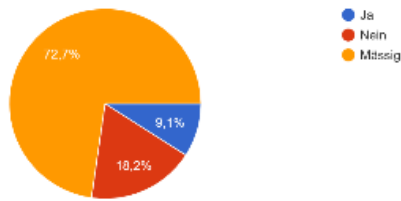


Bist du momentan in einer Beziehung? Wenn ja in was für einer Form?

33 Antworten

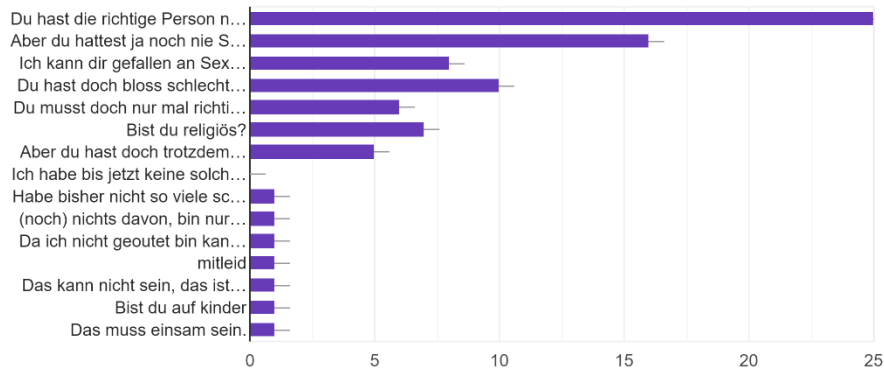


Fühlst du dich akzeptiert von unserer Gesellschaft?
13 Antworten



Menschen des asexuellen Spektrums stossen immer wieder auf Vorurteile. Welche der nachfolgenden hast du selbst schon gehört?

33 Antworten



Antwort Nr. 1: Du hast die richtige Person nur noch nicht gefunden

Antwort Nr. 2: Aber du hattest ja noch nie Sex

Antwort Nr. 3: Ich kann dir gefallen an Sex zeigen

Antwort Nr. 4: Du hast doch bloss schlechte Erfahrungen gemacht

Antwort Nr. 5: Du musst doch nur mal richtig durchgenommen werden

Antwort Nr. 7: Aber du hast doch trotzdem Sex?

Antwort Nr. 8: Ich habe bis jetzt keine solchen Kommentare gehört

Antwort Nr. 9: Habe bisher nicht so viele schlimme Kommentare abgekriegt, aber ich sage es auch nur Personen die es wissen müssen oder von denen ich weiss, dass sie es kommentarlos akzeptieren.

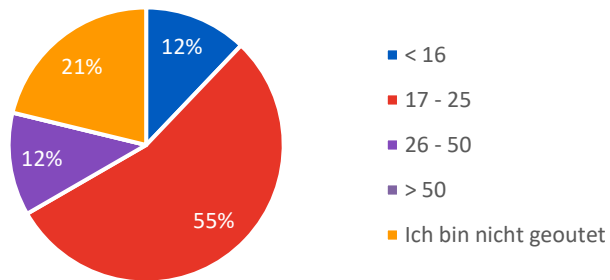
Antwort Nr. 10: (noch) nichts davon, bin nur zu anderen aces geoutet bis jetzt

Antwort Nr. 11: Da ich nicht geoutet bin kann mich nicht dazu äussern

Antwort Nr. 13: Das kann nicht sein, das ist gegen Gottes Wille (war nur implizier)

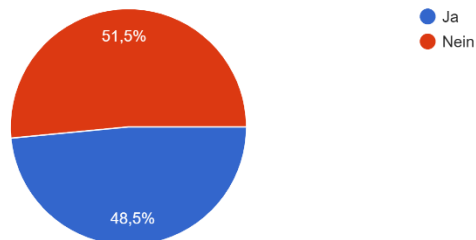
Wie alt warst du bei deinem Outing?

33 Antworten



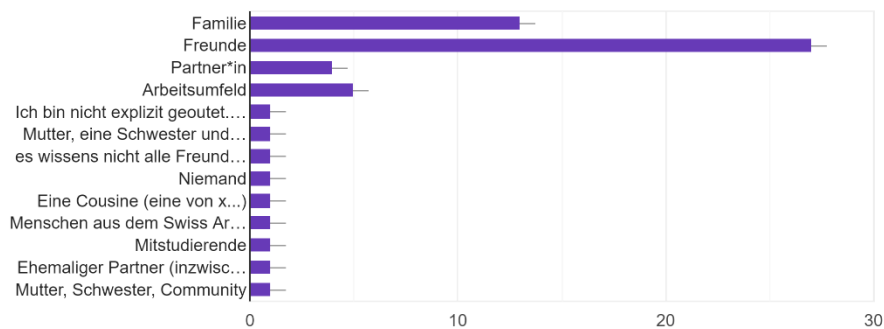
Gehst du offen damit um, dass du auf dem asexuellen Spektrum bist?

33 Antworten



Wer weiss alles von davon, dass du auf dem asexuellen Spektrum bist?

33 Antworten



Antwort Nr. 5: Ich bin nicht explizit geoutet. Falls das Thema doch vorkommt bin ich offen damit

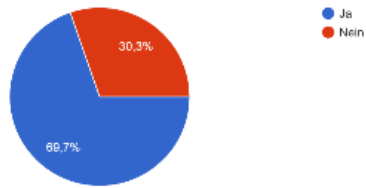
Antwort Nr. 6: Mutter, eine Schwester und queere kollegen

Antwort Nr. 7: es wissens nicht alle Freund*innen

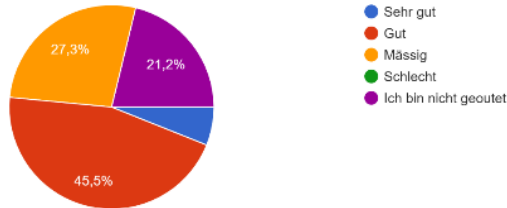
Antwort Nr. 10: Menschen aus dem Swiss Aro-Ace-Spektrum Schweiz, Internetfreunde

Antwort Nr. 12: Ehemaliger Partner (inzwischen verstorben), 2 Freundinnen

Musstest du bei deinem Outing viele aufklären, was Asexualität ist?
33 Antworten



Wie ist dein Outing verlaufen?
33 Antworten



Möchtest du sonst noch etwas anmerken, dass für meine Arbeit wichtig sein könnte?

7 Antworten

!! Mega gute Themenwahl, bin gespannt auf die Reaktion der Lehrer*innen/ Dozent*innen etc.

Bin nur teilweise ge-outet, nur bei meine engste Freunden.

Beziehst Du auch Zahlen des Ace Community Surveys mit ein? Die haben ähnliche Fragen drin.

Für mich wäre hilfreich, Wenn ich mehr über mögliche Beziehungen von Asexuellen erfahren würde. Ich habe irgendwie gar keine Beispiele.

Beziehungen können auch mehr als 2 Leute beinhalten:-)

Ich oute mich nur bei Freund*innen, von denen ich weiss dass sie selbst asexuell/queer sind und ich deshalb weiss, dass sie es verstehen werden.

Ich hatte nicht ein grosses Outing, sondern viele kleine. Einige davon sind sehr gut gegangen, andere weniger