

### **Repräsentative Umfrage**

## **Großteil der Deutschen hat erotische Fantasien – aber viele sprechen mit ihrem Partner nicht darüber**

Fast jeder zweite Mann hat noch einige Fantasien auf seiner erotischen Wunschliste / Mehrheit der Frauen behauptet, keine sexuellen Fantasien zu haben / Wer redet, hat besseren Sex

München, 24. April 2020 // Jetzt mal ehrlich ... Hast du oder hast du keine erotischen Fantasien? Und wenn ja, mit wem teilst du sie? Das Datingportal Secret.de wollte genau das von den Deutschen wissen und hat anlässlich des Tages der Ehrlichkeit am Donnerstag, 30. April 2020, über die GfK rund 1.000 Deutsche zwischen 18 und 74 Jahren befragt. Die mehrheitliche Antwort lautet: „Ja!“ – Allerdings ist der Anteil der Männer mit 70 Prozent deutlich größer als der der Frauen (46 Prozent). Beide Geschlechter addiert, kommen wir also auf 58 Prozent. Davon sind 31 Prozent in der glücklichen Lage, dass sie einige erotische Fantasien bereits ausgelebt haben. Und durchschnittlich 36 Prozent haben noch einige davon auf ihrer Wunschliste. Doch auch die Zahl derer, die keine Fantasien haben, ist nicht gering: 42 Prozent gehen schlichtweg nie ins erotische Kopfkino, die meisten sind Frauen (54 Prozent).

### **Schweigen ist Silber, Reden ist Gold**

„Sex ist die intimste nonverbale Kommunikation, die wir haben“, sagt Secret.de-Expertin und Sexualtherapeutin Andrea Bräu. „Deshalb ist es auch so wichtig, dass wir unsere Bedürfnisse kennen und auch die Wünsche des anderen wahrnehmen. Da wir aber die Gedanken des anderen nicht lesen können, ist es umso wichtiger, sich darüber auszutauschen. Das muss nicht unbedingt in einem Gespräch sein, man kann sich auch schreiben.“

### **Je älter, desto kommunikationsfreudiger**

Doch wie handhaben das die Teilnehmer der Secret.de-Umfrage mit erotischen Fantasien? Während nur 26 Prozent mit ihren Sexualpartnern (im Allgemeinen) offen über ihre erotischen Fantasien sprechen, tun das aber 39 Prozent in einer festen Beziehung. Mehr Männern (13 Prozent) fällt es leichter, in einer unverbindlichen Beziehung über ihre sexuellen Fantasien zu sprechen und diese auch auszuleben, hier liegt der weibliche Anteil bei nur vier Prozent. Frauen suchen die Kommunikation eher in einer festen Beziehung (47 Prozent) oder vertrauen sich einer guten Freundin an (26 Prozent). Über sexuelle Fantasien sprechen hingegen nur 14 Prozent der Männer mit einem guten Freund, dafür reden sie auch mit Bekannten oder Kollegen darüber (Männer neun Prozent, Frauen zwei Prozent). Auf Online-Portale tauschen sich zehn Prozent der befragten Männer über ihre erotischen Fantasien aus, das tun nur drei Prozent der Frauen. „Ich traue mich nicht, mit meinem Partner beziehungsweise meiner Partnerin meine erotischen Wünsche zu teilen, würde das aber gerne tun“, gestehen zehn Prozent der Männer und sechs Prozent der Frauen. Doch auch Kommunikation ist etwas, das man üben und lernen kann. Ein Fünftel sagt: „Ich bin im Laufe der Zeit offener geworden und es fällt mir generell leichter, meine sexuellen Wünsche zu äußern.“

**Ansprechpartnerin:**

**Katrin Hrubesch**

Senior PR-Managerin

Fon +49 (0)163 170 24 91

[k.hrubesch.ext@meetic-corp.com](mailto:k.hrubesch.ext@meetic-corp.com)

### **Jeder Dritte hat erfülltes Sexleben**

31 Prozent der Kopfkino-Erotiker sagen ganz klar: „Ich habe ein erfülltes Sexleben.“ Doch sind es etwas mehr Frauen (33 Prozent) als Männer (30 Prozent). Ein deutlicherer Unterschied zeigt die umgekehrte Aussage: Während 24 Prozent der Männer kein erfülltes Sexleben haben, trifft das auf nur 16 Prozent der Frauen zu. Und welchen Einfluss hat die Kommunikation darauf? Deutlich erfüllter ist das Sexleben, wenn die Befragten auch über ihre Fantasien sprechen. Vor allem in einer festen Beziehung ist das von Bedeutung.

### **Fantasie ist nicht gleich Wunsch**

Wichtig sei, dass man zwischen Fantasien und Wünschen unterscheidet, ergänzt Secret.de-Expertin Andrea Bräu: „Man kann also durchaus Fantasien haben, die man aber nicht unbedingt umsetzen will. Allein sich darüber auszutauschen, kann sehr anredend sein und bringt Schwung in eine Beziehung, egal ob es sich um eine feste Partnerschaft oder eine eher unverbindliche Liaison handelt.“ Beim Thema „Fantasien ausleben“ geht es jedoch nicht nur um die oberflächliche Befriedigung, sondern es öffnet eine viel tiefer liegende Ebene: „Letztlich geht es darum, mit sich selbst in einer guten Verbindung zu sein“, betont Bräu. „Das ist leider nicht selbstverständlich. Viele Menschen kennen ihre Bedürfnisse nicht und selbst wenn sie sie kennen, haben sie oft nicht den Mut, sie zuzulassen und darüber zu sprechen. Das betrifft nicht nur die Sexualität, sondern oft viele Lebensbereiche von Job bis Freizeitgestaltung. Wische ich jedoch meine Bedürfnisse zugunsten meiner Mitmenschen immer wieder beiseite, entwickelt sich ein innerer Groll, der uns irgendwann einholt. Dann brechen diese Sehnsüchte, die sich im Unbewussten getummelt haben, durch - sie finden immer ihren Weg. Und dieses ‚Nicht-darüber-sprechen-können oder -wollen‘ ist häufig auch ein Grund, warum Menschen fremdgehen, weil sie die Auseinandersetzung mit dem anderen, aber letztlich auch sich selbst scheuen.“

### **Authentisch sein: Schlüssel für erfülltes Leben**

Aus ihrer täglichen Arbeit weiß Andrea Bräu: „Leider gelingt es vielen Menschen nicht, wirklich authentisch zu sein. Es ist aber wichtig, dass unser Denken, Handeln und Fühlen im Einklang sind. Eine gute Übung ist zum Beispiel, ein erotisches Tagebuch zu führen und zu lernen, welche Fantasien oder Wünsche wirklich wichtig sind und ich mit meiner Partnerin oder meinem Partner teilen möchte. Gerade Frauen fällt es oft schwer, zu ihren sexuellen Fantasien oder Wünschen zu stehen – das Thema ist immer noch häufig mit Scham behaftet.“

*Quelle: Secret.de/GfK, Basis: 1.010 repräsentativ befragte Deutsche zwischen 18 und 74 Jahren. Abfragezeitraum: Februar 2020.*

### **Über Secret.de**

Secret.de, 2011 gegründet, ist das erste Premium Casual Datingportal und bietet einen sicheren Ort für sinnliche Dates und Zweisamkeit ohne Verpflichtungen. Die betont weibliche Ansprache, das geschmackvolle Design sowie höchste Ansprüche an Niveau und Seriosität sorgen dafür, dass sich speziell Frauen dort wohlfühlen. Sicherheit, Vertrauenswürdigkeit und Fairness haben bei Secret.de höchste Priorität. 2018 wurde das Premium Casual Datingportal von TEST BILD in der Kategorie „Kundenvertrauen“ als bestes Datingportal mit dem 1. Platz ausgezeichnet.

