



Veröffentlicht auf (<https://liebesexundtherapie.at>)

[Startseite](#) > [Wissen](#) > [Andere Sexual-therapie Konzepte](#) > Inputs von Ruth Westheimer

---

## Inputs von Ruth Westheimer



**Ruth Westheimer** ist eine jüdische deutsch-US-amerikanische Sexualtherapeutin und Sachbuchautorin.

*"Auch denken heute viele, Viagra sei ein Allheilmittel. Wenn ein Mann mit einer Erektion vom Boden bis zur Decke nach Hause kommt, zuvor aber nie das Geschirr abgewaschen, immer ihren Geburtstag vergessen und sie nie zum Essen ausgeführt hat, dann wird diese Frau ihm schon sagen, wohin er sich seine Erektion stecken kann. Die zwischenmenschliche Beziehung muss stimmen, wenn der sexuelle Verkehr klappen soll." - auf die Frage, ob sie eine Freundin von Viagra sei, Stern Nr. 25/2008 vom 12. Juni 2008.*

Ihre herzliche, absolut unverblünte und unübertroffen optimistische Art, über Sexualität zu sprechen und zu schreiben, hat sie zur berühmtesten Sexualtherapeutin Amerikas gemacht. Die deutschstämmige Jüdin hat im Holocaust ihre gesamte Familie verloren, ist nach dem Krieg nach Palästina ausgewandert und als Scharfschützin einer zionistischen paramilitärischen Unergrundorganisation beigetreten. Später hat Ruth Westheimer an der Sorbonne Psychologie studiert und ist 1956 in die USA emigriert. Dort heiratete sie und promovierte an der Columbia University in Soziologie. Als Dr. Ruth startete sie in den 80er-Jahren mit der Radiosendung "Sexually Speaking" ihren Weg in die Öffentlichkeit. Ihr großer Verdienst ist es, mit Herzlichkeit, Kompetenz und absolut ansteckender Zuversicht über Sexualität und Sexualität im Alter offen zu sprechen und damit ein Tabu zu brechen. In zahllosen Fernsehauftritten, in Büchern und als Dozentin an renommierten Unis wie Yale, Princeton und Harvard wirbt sie bis heute unermüdlich – jetzt schon über 80 Jahre alt, für



Ihre direkte, klare Sprache und ihre einfach umsetzbaren Tipps ermutigen auch Menschen, die

glauben, das Thema Sex für sich schon abgehakt zu müssen.

„Ich finde einfach keinen passenden Mann“, "Ich finde einfach keine passende Frau", höre ich oft in meiner Praxis.

Ein bisschen nachgefragt und schnell wird klar: Die betreffende Frau oder der betreffende Mann arbeitet 14 Stunden am Tag, ihr/sein Lieblingssport ist Joggen im stillen Wald, die Wohnung befindet sich im letzten Haus an der Straße, das Wochenende ist dem Besuch der alten Eltern gewidmet oder dem DVD-Schauen auf dem Sofa, allein. Dann lese ich mein Ruth-Westheimer-Lieblingszitat vor:

„Mein Rat: Gehen Sie aus dem Haus! Das klingt vielleicht albern, weil es so offensichtlich ist. Doch Sie werden überrascht sein, wie vielen Menschen das anscheinend nicht bewusst ist. Jede Minute, die Sie zu Hause verbringen, ist eine Minute, in der praktisch keine Hoffnung besteht, jemanden zu finden. Es sei denn, Sie verabreden sich über das Internet. Doch selbst dann müssen Sie das Haus verlassen, um denjenigen zu treffen, da es zu riskant ist, solche Bekanntschaften gleich zu sich nach Hause einzuladen.“

Zitiert aus Dr. Ruth Westheimer, Silver Sex, 2010 – Es hat noch niemanden gegeben, den ich damit nicht zum Lachen gebracht hätte.

Bei Menschen, die so verzweifelt sind, dass sie auch derart warmen Humor als Zynismus wahrnehmen, wartet man besser mit dem Einsatz von Ruth Westheimers Literatur im sexualtherapeutischen Prozess. Für alle anderen gilt: Einfach Lesen und Genießen.

Oder sich Ruth Westheimer, ein wunderbares Rolemodel für gelebte Liebe und Lebendigkeit trotz Zerstörung und Tod, ansehen und genießen.

Dr. Ruth Westheimer in einem [Video Interview](#) [1] mit Kerner© und dazu der Link zu einem Interview im NDR 2009 anlässlich einer [Buchneuerscheinung](#) [2], die 10 Geheimnisse.

#### **AutorIn:**

Sabine Kistler, Mag.

copyright by liebesexundtherapie.at - Verwendung der Inhalte nur zu privaten Zwecken

#### **Links**

[1] <https://www.youtube.com/watch?v=Ful2danCTbc>

[2] [http://www.ndr.de/fernsehen/sendungen/ndr\\_talk\\_show/klassiker/Sexualtherapeutin-Ruth-Westheimer-16102009,talkshowclassics644.html](http://www.ndr.de/fernsehen/sendungen/ndr_talk_show/klassiker/Sexualtherapeutin-Ruth-Westheimer-16102009,talkshowclassics644.html)