

Martine Hoffmann, Vibeke Walter, Simon Groß, Andrée Birnbaum

Das Recht auf Sexualität im Alter

Eine Selbstverständlichkeit?

„Sex sells“ heißt es gemeinhin in der Werbe- und Verkaufsbranche und in der Tat werden wir in den Medien regelrecht von sexuellen Reizen überflutet. Umso mehr verwundert es, dass gerade in unserer angeblich aufgeschlossenen heutigen Gesellschaft real gelebte Sexualität – insbesondere im Alter – eher ein schambe-setztes Thema darzustellen scheint.

Das sprachliche Vakuum, das dieses Phänomen umgibt, bedeutet keineswegs, dass das höhere Lebensalter per se durch Trostlosigkeit und sexuelle Entbehrung gekennzeichnet sein muss. Zwar ist Sexualität im Alter in der Tat ein – historisch betrachtet – relativ „junges“ Phänomen, das zum Teil darin begründet liegt, dass Menschen heute einfach länger leben und die grundlegenden menschlichen Bedürfnisse nach Liebe und körperlicher Zuwendung auch – oder gerade – in den dazu gewonnenen Lebensjahren fortzubestehen scheinen. Dazu kommt, dass nun auch die Alt-68-iger in die Jahre kommt; eine Generation, die vergleichsweise offener, selbstbestimmter und mit anderen Ansprüchen an Sexualität und Partnerschaft lebt als ihre Eltern.

Einschlägige Untersuchungen, die biologische und psychosoziale Korrelate des Sexualverhaltens bei Männern und

Frauen über 50 Jahren analysiert haben, lassen den Mythos vom asexuellen älteren Menschen schnell obsolet werden. Die Alter(n)realität sieht so aus, dass Männer und Frauen noch bis ins hohe Lebensalter,

„Alte Menschen verlieren nicht das Bedürfnis berührt zu werden, sie verlieren Mitmenschen, die sie berühren.“

spricht jenseits der 70 und 80-Altersgrenze, sexuell aktiv sein können und es zum Teil auch sind.¹ Dennoch scheinen gerade kulturell tradierte Stereotype und rigide Polarisierungen von Männlichkeit und Weiblichkeit einem unbeschwernten natürlichen Umgang mit altersbedingten körperlichen Veränderungen entgegen zu wirken. Dass Männer ihre Sexualität weit mehr unter dem Aspekt von Genitalität und Leistungsprinzip bilanzieren und so ihre nachlassende Potenz als Versagen und Frustration erleben, hat vor allem damit zu tun, dass zeitlebens Männlichkeit idealisiert und Weiblichkeit desexualisiert wurde. Männer werden in ihrer Sozialisation in aller Regel weniger damit betraut, Zärtlichkeit und Intimität als Ausdruck einer grundlegenden erotischen Kommunikation zu verstehen. Frauen hingegen, die zeitlebens in den Fängen von Zuschreibungen und Klischees der passiven Weiblichkeit gelebt haben, fällt es im Al-

ter doppelt schwer, die Existenz ihrer eigenen Sexualität als solche zu akzeptieren und schuldfrei auszuleben. Was beiden Geschlechtern aber gleichermaßen zuzusetzen scheint, ist der gesellschaftlich propagierte Jugendlichkeitswahn. Daher wird heute, wie nie zuvor, gebotoxt, gestrafft, abgesaugt, gehungert, trainiert, geschmiert und mit allen möglichen Pillen kompensiert, was sich naturgemäß im Alter verändert. Ob sich der ganze Aufwand lohnt? Gewonnen hat man allemal, wenn man es schafft, die natürlichen Veränderungen an und für sich selbst zu akzeptieren und kleinen Pannen im Bett mit genitaler Gelassenheit und Humor zu begegnen.

Dennoch erfordert es einiges an Mut, das Phantom „Sexualität im Alter“ aus seinen Fesseln zu befreien und „salonfähig“ zu machen. Dieser Herausforderung hat sich Andreas Dresens in seinem Film *Wolke 9* gestellt. Vorbehaltlos offen und mit großer Selbstverständlichkeit wird darin gezeigt, dass das gesamte Gefühls- und Erlebnisspektrum von Glück und Lust des Verliebtseins über die Ausgelassenheit beim Fremdgehen bis hin zur Enttäuschung und Frust auch im Alter ungebrochen fortbesteht. Ein Film, der polarisiert – auch beim jüngeren Publikum. Während die einen erstaunt und amüsiert über die lustvolle Vereinigung älterer Menschen sind, reagieren andere erschreckt und irritiert. Aber sollten Liebe und Sexualität nicht längst als Altersnormalität und Selbstver-

Die Autoren arbeiten bei RBS-Center für Altersfragen.

Szene aus dem Film *Wolke 9* (2008)

ständigheit gelten? Doch! Denn gerade in Zeiten des demographischen Wandels ist ein gesamtgesellschaftliches Umdenken erforderlich. Monochrome Altersbilder haben unlängst ausgedient. Allerdings sei an dieser Stelle betont, dass keine Normen für Sexualität im Alter existieren (dürfen). Denn Menschen unterscheiden sich in ihren Bedürfnissen, Ansprüchen und sexuellen Ausdrucksformen. Letztlich wird die Sexualität maßgeblich von der eigenen Biographie (mit)geprägt: Das *So sein*, sprich das Erleben und Verhalten eines Menschen kann immer nur vor dem Hintergrund seines Gelebten, Erlebten und selbst Widerfahrenen verstanden werden. Ebenso wenig wie ein in die Jahre gekommener Womanizer darauf verzichten wird, weiterhin Frauenherzen mit seinem Charme zu umgarnen, wird

wahrscheinlich jemand, der während seines gesamten Lebens wenig sexuell aktiv war, im Alter plötzlich großes Interesse daran entwickeln.

Kaum jemand würde jedoch ernsthaft bestreiten wollen, dass Sexualität und Liebe zu den fundamentalsten menschlichen Grundbedürfnissen zählen. Ebenso dürfte dahingehend Übereinstimmung herrschen, dass das Recht einer Person auf sexuelle Selbstbestimmung nicht *per se* ab

Interessanterweise scheinen gerade Menschen mit Demenz oftmals ihre moralischen Hemmschwellen mehr oder weniger abgelegt zu haben.

einer arbiträr festgelegten oder gar institutionell definierten Altersschwelle entfällt. Umso mehr verwundert es, dass der Umgang mit diesen natürlichen Bedürfnissen alter Menschen – insbesondere in Institutionen und Altenpflegeeinrichtungen – oftmals durch hierarchisches oder gar infantilisiertes Verhalten geprägt ist, das dem Prozess der sexuellen Identitätserhaltung und -bildung zuwider läuft. Für viele Pensionäre in Pflege- und Altersheimen scheint Sexualität tatsächlich kein

Thema zu sein, auf jeden Fall keines über das man offen spricht.

Eine neue Generation

Momentan wird in den Pflegeeinrichtungen eine Generation betreut, die oftmals mit Liebeszug groß geworden ist und vor allem einen Nachholbedarf an liebevoller Zuwendung hat. Diese Zuwendung kann sich auch in einer freundlich-zugewandten Atmosphäre widerspiegeln, die dem Bewohner ein Daheim-Gefühl und eine emotional lebendige Normalität vermittelt. Auch wächst jetzt erstmals eine mehr oder weniger offen lesbische und schwule Generation ins höhere Alter hinein. Davon haben viele zeitlebens ein erhebliches Maß an Tabuisierung und Diskriminierung erfahren, das sich in ihren individuellen Biographien und Lebensentwürfen auswirkt. Einige haben sich aufgrund der gesellschaftlichen Diskriminierung ihr Leben lang darauf eingerichtet, eher im Verborgenen leben zu müssen. Dagegen wollen andere vielleicht – gerade oder weiterhin – in der späteren Lebensphase ihre Sexualität offen leben. Um den veränderten Lebensformen und -entwürfen in Alteneinrichtungen angemessen Rechnung zu tragen, ist eine institutionelle Haltung erforderlich, die

**public forum im EXIT07
Menschenrechte in der Pflege**

CarréRotondes (1, rue de l'Académie, Luxemburg-Hollerich)

Montag, 14. Mai, 18.30 Uhr

Die Zeitschrift *forum* lädt im Rahmen ihrer Veranstaltungsreihe public forum herzlich zu einer Diskussion über Menschenrechte in der Pflege ein.

Im Alltag von Pflegenden, aber auch von Menschen, die pflegbedürftig sind, stellen sich Fragen, auf die es keine einfachen Antworten gibt: Wie können Stürze vermieden werden, ohne die Bewegungsfreiheit einzuschränken? Wie können standardisierte Pflegeeinheiten auf individuelle Bedürfnisse angepasst werden? Wie können Rechte garantiert werden, ohne die Betroffenen zu bevormunden?

Obwohl sich diese Fragen jedem von uns stellen können, werden sie in der Öffentlichkeit kaum diskutiert. In diesem Dossier betonen fast alle Autoren, wie notwendig eine solche Debatte ist: public forum will dazu den Anstoß geben.

Als Austausch zwischen Lesern und Autoren wird das Publikum diese und andere Fragen mit Rednern aus sehr unterschiedlichen Bereichen (Wissenschaft, Pflege, Betroffenenorganisationen, Politik) diskutieren können. Die Moderation übernehmen Bernard Thomas und Laurent Schmit.

Der Eintritt ist frei. Die Debatte findet auf Luxemburgisch statt. Eine Übersetzung in Gebärdensprache ist gewährleistet.

Freundschaften und Beziehungen unter den Bewohnern zulässt und ihnen, falls gewünscht, auch erotische Begegnungen zugesteht.

Bleibende Bedürfnisse und schwindende Hemmschwellen

Vor dem Hintergrund dieser Befundlage kann – unabhängig von sexueller Orientierung – gelten, dass die meisten Menschen auch im höheren Lebensalter „sexuelle Wesen“ bleiben und dass libidinöse Impulse, sexuelle Wünsche und Bedürfnisse trotz altersbedingter körperlicher Veränderungen und/oder neurodegenerativer Erkrankungen weiterbestehen können. Interessanterweise scheinen gerade Menschen mit Demenz oftmals ihre moralischen Hemmschwellen mehr oder weniger abgelegt zu haben. Dies kann sich von liebevoller Bewunderung für den/die BetreuerIn bis hin zu unangenehmen Verhaltensweisen (z. B. anzügliche bis aggressive Bemerkungen, Handgreiflichkeiten) manifestieren, die aber häufig weniger mit dem Alter oder der Demenz als viel mehr mit tief verankerten Geschlechterrollenbildern zu erklären sind.

Ausfallendes Benehmen und sexuelle Provokationen müssen selbstverständlich auch nicht widerspruchlos hingenommen werden, sie sollten aber mit größtmöglicher professioneller Distanz und Toleranz aufgefangen werden.

Eine gezielte Aufklärung tut hier not. Solche unangemessenen Verhaltensweisen sind nämlich auch neurophysiologisch (mit)bedingt, da das sogenannte Lustzentrum nicht von dementiell bedingten Veränderungen betroffen sein muss. Vielleicht sind es nicht mehr die vertrauten Personen und bekannten Verhaltensmuster, die bei Menschen mit Demenz dieses Lustzentrum aktivieren, doch das bedeutet eben nicht, dass Bedürfnisse nach Körperkontakt und Sexualität verloren gegangen sind. Im Gegenteil, wenn ein Mensch durch ein hirnanorganisches Psychosyndrom in seiner Aufnahmefähigkeit von Informationen und der Fähigkeit zur Kommunikation mit anderen Menschen eingeschränkt ist, scheint sich seine Konzentration auf lustauslösende Stimuli sogar zu verstärken. Und dazu gehören eben

neben basalen Bedürfnissen wie Essen und Trinken auch Berührungen und sexuelle Reizungen.

Veraltete Vorstellungen überwinden

Es ist daher sicherlich kein Zufall, dass man in der letzten Zeit immer häufiger Berichte in den Medien findet, wo sich Menschen mit Demenz schlagartig von ihrem früheren Partner abwenden und sich neu verlieben. Plötzlich wird es denkbar, dass man einen Menschen attraktiv findet, der eigentlich gar nicht in das frühere „Beuteschema“ passt. Für Außenstehende muten solche Beziehungen oft überzogen an, da der oder die Neue „nicht richtig passt“, vielleicht die Küsse zu laut schmatzen, die Lippen vielleicht zu rot geschminkt sind oder das „Geturtel“ eher an ein Kabarett-

Oft reagieren besonders die Familien überaus empfindlich auf neue Partnerschaften bzw. eine ausgelebte Sexualität seitens ihrer älteren Angehörigen [...]

stück erinnert. Oft reagieren besonders die Familien überaus empfindlich auf neue Partnerschaften bzw. eine ausgelebte Sexualität seitens ihrer älteren Angehörigen, nach dem Motto „In diesem Alter muss das doch nun wirklich nicht mehr sein!“. Doch will man Menschen auch mit Demenz in ihrem Menschsein und ihrer aktuellen Situation wirklich ernst nehmen, dann ist es an der Zeit, dass veraltete Vorstellungen einer „akzeptablen“ Sexualität endlich überwunden werden.

Fazit

Die Sexualität in all ihren Facetten als natürliches Lebensphänomen – auch im hohen Lebensalter – salonfähig zu machen, ist kein leichtes Unterfangen. Gerade der Umgang mit pflegebedürftigen und alten Menschen strapaziert Angehörige oftmals bis aufs Äußerste und konfrontiert auch professionelle Pfleger mit einer Vielzahl an emotionalen Herausforderungen, auf die sie in der Ausbildung nur ungenügend oder gar nicht vorbereitet werden. Gefühle werden im Arbeitsalltag und Supervisionen meist nicht thematisiert. Pflegerische Handlungen, die meist einen engen Kör-

perkontakt bedingen, werden ausgeführt, ohne jemals angesprochen oder besprochen zu werden. Auch das Fehlen von verbindlichen ethischen Richtlinien sowie einem gesellschaftlichen Konsens macht es Entscheidungsträgern schwer, auf unorthodoxe Art und Weise individuelle Lösungen anbieten zu können. Ziel muss die langfristige Entwicklung einer integrierten kulturfairen Senioren- und Altenpolitik sein, die eine Öffnung der Altenarbeit für alle Lebensformen und Besonderheiten älterer Personen sowie deren Integration nachhaltig fördert. In diesem Sinne kann mit Coco Chanel gelten „Alter schützt vor Liebe nicht, aber Liebe vor dem Altern sicherlich“. ♦

1 Delamater, J. (2012). Sexual expression in later life: A review and synthesis. *Journal of Sexual Resources*, 49 (2-3), 125-141.

V. Meunier / Wikimedia
CC-BY-SA 3.0



uni.lu
UNIVERSITÉ DU
LUXEMBOURG

metazy@uni.lu mission culture scientifique et technique <http://metazy.uni.lu>

AMPHI OUVERT SÉRIE VI

L'évolution de l'espèce humaine de Toumaï à Cro-Magnon

Philippe Vidal

Auditoire BS0.03 Campus Limpertsberg 1162a, av. de la Faiencierie

Lundi 14.05.2012 17:30
Leçon 5 **Les Néandertaliens**

Lundi 21.05.2012 17:30
Leçon 6 **Emergence et évolution des maladies
infectieuses – approches paléobiologiques**

Les cours Amphi ouvert sont accessibles à tous.
L'Université du Luxembourg délivre des
attestations de participation à chaque leçon.

