Zeitschrift: Curaviva : Fachzeitschrift

Herausgeber: Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz

Band: 75 (2004)

Heft: 4

Artikel: Eliane Schweitzer, Sexberaterin beim Blick, über Sexualität im Alter : "Ich würde Bordellbesuche im Altersheim ermöglichen"

Autor: Fasolin, Sarah / Schweitzer, Eliane

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-804408

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 09.12.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Eliane Schweitzer, Sexberaterin beim Blick, über Sexualität im Alter

«Ich würde Bordellbesuche im Altersheim ermöglichen»

Sarah Fasolin

Dank Viagra für Männer und Hormontabletten für Frauen bleibt Sexualität bis ins hohe Alter ein Thema. Altersheimleitungen sollten entsprechende Massnahmen treffen, fordert Eliane Schweitzer.

Eliane Schweitzer, Sex im Alter ist doch kein Thema, ältere Menschen haben damit abgeschlossen?
Eliane Schweitzer: Das ist die gängige Meinung der jungen Generation. Ältere Leute sind noch sehr wohl sexuell aktiv.

Woher kommt diese Vorstellung? In einer Gesellschaft, die ihre Hemmungen im Bezug auf Sex weiss Gott abgelegt hat?
Schweitzer: Die Jungen trauen es den Alten nicht mehr zu. Für viele Kinder beziehungsweise Jugendliche ist es eine unmögliche Vorstellung, dass ihre Eltern miteinander schlafen, geschweige denn, dass die Grosseltern noch sexuell aktiv sind. Das ist der eine Grund. Der andere: Die Situation hat sich gekehrt, während in den 50er Jahren Sexualität für junge Leute vollkommen tabuisiert war, ist es dies heute für die älteren Menschen. Damals galten die Jungen nichts, heute werden die Alten abgewertet. Vermeintlich aufgeklärte Junge rümpfen beim Stichwort Sex und alte Leute die Nase.

Die heute über 70-Jährigen reden selbst auch kaum über ihre Sexualität.

Eliane Schweitzer: «Alte Paare geniessen die Sexualität noch immer, doch ist der Akt selbst weniger heftig und stürmisch.»

Fotos: fas

Hängt dies mit der Zeit, in der sie aufwuchsen, zusammen?
Schweitzer: Ja, diese Generation hat das «nicht dürfen» jahrelang eingetrichtert bekommen und ist verklemmt geblieben.

Was machen Sie für Erfahrungen durch Ihre Arbeit?
Schweitzer: Es kommt vor, dass mir alte Frauen und Männer schrieben, sie hätten mit 70, 80 zum ersten Mal guten Sex erlebt. Meist ist es eine neue Beziehung, in der alte Menschen die Sexualität wieder entdecken. Es braucht allerdings nicht immer eine neue Beziehung: Je älter man wird, desto mehr getraut man sich sexuell und lässt sich gehen. Deshalb lieben sich 50-Jährige nicht selten leidenschaftlicher und tabuloser als junge Leute, die glauben, die Alten würden nur noch stricken und jassen!

Haben Sie viele Anfragen von älteren Menschen?
Schweitzer: Nein, nicht viele. Sicher hängt es auch damit zusammen, dass

rein sexuelle Probleme im Alter abnehmen, weil der Sextrieb schwächer wird.

■ *Der Trieb nimmt also ab?*
Schweitzer: Sicher. Bei Männern zwischen 16 und 25 ist der Trieb am stärksten, danach nimmt er stetig ab. Das Gleiche gilt für die Potenz, also die Häufigkeit und Härte einer Erektion. Sehr junge Frauen sind sexuell noch nicht gross interessiert, legen jedoch mit den Jahren zu. Mit 45 werden manche so orgiastisch, dass sie gleichaltrige Männer überfordern. Spätestens ab 60 nimmt die sexuelle Triebkraft bei beiden Geschlechtern endgültig ab. So viel zur Veränderung des Triebes. Körperlich verändert sich natürlich auch einiges. Bei den Frauen zum Beispiel werden nach der Menopause die Vagina-Schleimhäute trockener, was sich aber mit Hormontabletten ausgleichen lässt.

■ *Und die Männer behelfen sich mit Viagra.*
Schweitzer: Ja, Viagra ist wirklich ein Segen. Es muss schrecklich sein für einen Mann, wenn es nicht mehr geht – sein ganzes Lebensgefühl wird beeinträchtigt. Seit es Viagra gibt, habe ich eklatant weniger Anfragen von Männern mit Potenzproblemen.

«Ältere Leute brauchen auch ihre Privatsphäre. Sonst sind sie genau in jener Situation, in der die Teenager heute sind, ständig im Stress, jemand könnte ins Zimmer treten.»

■ *Hormone für die Frau, Viagra für den Mann – und trotzdem verändert sich die Sexualität im Alter. Was passiert?*
Schweitzer: Bei Frauen wie Männern nimmt die Stärke des Orgasmus zwar ab, aber sie passen ihre Sexualität diesen neuen Umständen einfach an. Alte Paare geniessen die Sexualität noch immer, doch ist der Akt selbst weniger heftig und stürmisch.

■ *Es gibt durchaus auch ältere Menschen, vor allem ältere Frauen, die sagen, dass das Thema für sie abgeschlossen ist.*
Schweitzer: Das ist richtig. Frauen, die nie Wert auf Sex gelegt haben, nehmen die Menopause zum Anlass, mit diesem Thema endgültig abzuschliessen. Sinnliche Frauen erleben das Gegenteil: Sie sagen, es werde immer besser. Die Kinder sind erwachsen, und plötzlich haben sie wieder Zeit für die Sexualität.

■ *Führen jene, die sich vom Sex verabschiedet haben, ein weniger glückliches Leben?*
Schweitzer: Selbstverständlich kann jemand, der kein Bedürfnis nach Sex hat, ein glückliches Leben führen. Schwierig wird es bei Paaren, bei denen sich die Sexualität zu einer Machtfrage entwickelt: Der eine Partner möchte noch, der andere nicht mehr. Es gewinnt, wer sich durchsetzt. Häufig terrorisieren Frauen, die sich ihren Männern verweigern, ihre Ehemänner. Sie will nicht mehr, also muss er sich fügen. Und er darf seinen Trieb auch nicht auswärts befriedigen. Da wirkt sich die erzwungene Enthaltsamkeit negativ aus. Das sind Paare, die sich gegenseitig plagen.

■ *Für Witwen, die gern noch sexuell aktiv wären, stellt sich ein anderes Problem: Es hat wenig Auswahl an Männern. Nicht selten hat es in einem Altersheim mit 70 Insassen nur gerade zwei Männer. Was empfehlen Sie diesen?*
Schweitzer: Jene Frauen, die sexuell gerne noch aktiv wären, haben wieder Auswahl, weil sich viele ältere Frauen ihren Männern verweigern. Im Altersheim wird es schwierig, das stimmt. Da bleibt vermutlich nur noch Selbstbefriedigung.

■ *Das ist wahrscheinlich für viele ältere Frauen ein Tabu, oder sie kennen es schlicht und ergreifend nicht?*
Schweitzer: Natürlich kennen sie es, aber geben es vielleicht nicht gerne zu. Auch sich selbst gegenüber nicht. Diese Generation, bei der Selbstbefriedigung ein derartiges Tabu ist, dass sie sich wirklich nicht getraut, ist meines Erachtens am Aussterben.

■ *Nebst den körperlichen Veränderungen kommt im Alter oft noch eine weitere dazu, das Leben im Altersheim. Haben Sie Reaktionen von Leuten aus dem Altersheim?*
Schweitzer: Sehr selten. Ich höre aber manchmal Geschichten in diesem Zusammenhang. So wurde mir letzthin erzählt, dass in einem Pflegeheim in einem Zweierzimmer eine Frau mit ihrem Mann Fellatio praktizierte (Oralsex, Anm. der Redaktion), als der andere Zimmergenosse mit seiner Frau dazu stiess. Stellen Sie sich das mal vor! Solche Szenen gibt es normalerweise nur in der Pornografie. Im Alters- beziehungsweise Pflegheim ist das grauenhaft entwürdigend. Für alle Beteiligten. Es ist eine Gemeinheit, alten Paaren keine Möglichkeit zu geben, für sich zu sein. So werden sie

gezwungen, auf das Schönste, was sie vielleicht haben, zu verzichten oder sich fremden Blicken auszusetzen.

■ *Was kann unterdrückte Sexualität bewirken?*
Schweitzer: Depressionen, Unzufriedenheit. Es ist bei allen Altersstufen gleich: Wer eine gute Beziehung führt und ein zufriedenes Sexualleben hat, ist automatisch ausgeglichener und glücklicher.

■ *Braucht es denn in den Betagtenheimen Rückzugsmöglichkeiten, um ungestörten Sex zu ermöglichen?*
Schweitzer: Auf jeden Fall. Separate Räume oder «Bitte nicht stören»-Schilder für jene, die ein eigenes Zimmer haben, müssen zum Standard eines jeden Heimes werden. Ältere Leute brauchen auch ihre Privatsphäre. Sonst sind sie genau in jener Situation, in der die Teenager heute sind, ständig im Stress, jemand könnte ins Zimmer treten.

■ *Bevormundet das Altersheim also die älteren Leute im Bezug auf ihre Sexualität?*
Schweitzer: Den älteren Leuten die Möglichkeit zu nehmen, ihre Sexualität ungestört auszuleben, ist sicher eine Bevormundung. Ich finde das unerhört, ja skandalös. Es müsste in jedem Altersheim eine Rückzugsmöglichkeit für sexuelle Aktivitäten garantiert sein. Sei es durch spezielle Räume oder Schilder.

■ *Sexräume in Altersheimen – wirklich privat wäre das auch nicht. Verschwinden zwei in diesen Zimmern, weiss das ganze Heim, was nun abgeht.*
Schweitzer: Mir persönlich wäre das egal. Lieber es wissen es alle, als dass jemand dazustösst. Diskreter sind sicher die Schilder «Bitte nicht stören», die müssen nämlich nicht unbedingt bedeuten, dass hinter der Türe zwei Sex haben, sondern dass man aus irgendwelchen Gründen nicht gestört werden will. Diese Schilder sollten übrigens nicht nur Heimbewohnern und -bewohnerinnen mit Partner zur Verfügung stehen, sondern allen. Damit diejenigen, die alleine sind, sich ungestört selbst helfen können.

«Vermeintlich aufgeklärte Junge rümpfen beim Stichwort Sex und alte Leute die Nase.»

■ *Würde Eliane Schweitzer als Altersheimleiterin auch den Besuch von Prostituierten organisieren?*
Schweitzer: (Pause) Ich habe hier gewisse Hemmungen. Ich würde eher Bordellbesuche ermöglichen als Prostituierte ins Haus holen. Auch bei Anfragen von Angehörigen Behinderter empfehle ich, den Betroffenen ins Bordell zu fahren, damit er sich die Frau aussuchen kann. Man kann doch einem Behinderten oder einem alten Mann nicht einfach eine Prostituierte bestellen, die ihm danach vielleicht gar nicht gefällt und ihn nicht anzieht.

■ *Pro Infirmis startete letztes Jahr das Projekt, dem sexuellen Bedürfnis Behinderter mit so genannten Berührerinnen gerecht zu werden. Wie wäre es mit Berührerinnen für Altersheimbewohner?*
Schweitzer: Ich fand dieses Projekt sehr suspekt und würde es deshalb auch nicht für alte Leute befürworten. Für mich geht es ganz klar in Richtung Prostitution, wobei die Berührerin oder der Berührer es den Behinderten oder den Alten dann doch nicht ganz machen. Es wird ein bisschen gestreichelt, ein bisschen gereizt und dann, wenns schön wird, wieder aufgehört. Diese Idee ist ein Zwitter, ein Versuch, auf die sexuellen Bedürfnisse Behinderter einzugehen und gleichzeitig therapeutisch abstinent zu bleiben. Da hätte der Behinderte oder der Alte mehr von einer richtigen Prostituierten. Die können nämlich auch reden und streicheln, sind sich aber nicht zu schade, wenn der Klient mehr will.

■ *Solche Massnahmen sind in vielen Heimen noch ein Tabu. Wird sich das ändern, wenn die heutige, gegenüber Sexualität sehr aufgeschlossene Generation ins Alter kommt?*
Schweitzer: Mit Bestimmtheit. Schon die heute 60-Jährigen werden sich nicht mehr alles sagen lassen, weil sie sich getrauen, sich gegen Autoritäten aufzulehnen. Da wird es dann soweit kommen, dass die Leute mit der Faust auf den Tisch schlagen und sagen: «Das geht so nicht». ■

Eliane Schweitzer, 60, ist seit 1996 Sexberaterin beim Blick. In Ihrer täglichen Kolumne «Liebe und Sex mit Eliane» berät sie Herrn und Frau Schweizer rund um Beziehungen und Sexualität.