Zeitschrift: Intercura : eine Publikation des Geriatrischen Dienstes, des Stadtärztlichen Dienstes und der Psychiatrisch-Psychologischen Poliklinik der Stadt Zürich

Herausgeber: Geriatrischer Dienst, Stadtärztlicher Dienst und Psychiatrisch-Psychologische Poliklinik der Stadt Zürich

Band: - (1988-1989)

Heft: 21

Artikel: Sexualverhalten im Alter und seine Bedeutung für das Leben im Krankenheim

Autor: Schneider, Hans-Dieter

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-789990

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: 01.08.2025

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

Sexualverhalten im Alter und seine Bedeutung für das Leben im Krankenheim

Hans-Dieter Schneider*)

1. Kurze Wiedergabe der Hauptbefunde zur Sexualität im Alter

Die biologischen Veränderungen der Sexualität im Alter sind durch die Stichworte «Verlangsamung» und «Intensitätsminderung» gekennzeichnet (ausführlich s. SCHNEIDER, 1980, 1987).

Bei Männern zeigt sich die Verlangsamung z.B. bei der Erektion des Gliedes, die bei entsprechender Reizung nicht mehr in drei bis fünf Sekunden sondern in 10 bis 15 Sekunden oder bei Hochbetagten in noch wesentlich längerer Zeit erfolgt. Es dauert auch länger, bis die Samenflüssigkeit ausgestossen wird und nicht selten kommt es vor, dass das Glied ohne Samenerguss erschlafft. Neue Erektionen sind erst nach einer längeren Pause, die bei einem Tag oder bei mehreren Tagen liegen kann, möglich. Auch die Intensität der Gefühle ist geringer als im frühen Erwachsenenalter.

Bei der Frau führt die sexuelle Erregung zu einer weniger starken Durchblutung der Haut, die Lubrifikation der Scheide erfolgt später und schwächer, der Orgasmus dauert weniger lange und die Zahl der Kontraktionen nimmt dabei ab. Auch bei der Frau bleibt die Fähigkeit zum Geschlechtsverkehr und zum Orgasmus im Alter erhalten. Die Veränderungen bewirken aber ebenfalls eine Minderung der Gefühlsintensität.

Von der biologischen Ausstattung her kann der Geschlechtsverkehr mit Koitus bei Männern und Frauen im hohen Alter also weiterhin eine Quelle positiver Erlebnisse sein. Untersuchungen zeigen, dass die Häufigkeit des Geschlechtsverkehrs etwa vom 50. Lebensjahr an deutlicher absinkt. Diese Verminderung ist einerseits darauf zurückzuführen, dass die mittlere Häufigkeit des Sexualverkehrs sinkt, andererseits aber auch darauf, dass immer mehr Personen keinen Geschlechtsverkehr (mehr) ausüben. Trotzdem praktizieren z.B. nach der Schweizer Studie Sexualität im Alter (SSA, SCHNEIDER, 1980) von den über 74jährigen noch 46% häufiger oder seltener Geschlechtsverkehr.

***) Prof. Dr. Hans-Dieter Schneider, Institut für Angewandte Psychologie der Universität Fribourg**

Sexuell getönte Verhaltensweisen erschöpfen sich jedoch nicht im Koitus. Die Beschäftigung mit erotischen Inhalten, wie Bilder, Filme, Geschichten, zeigt einen deutlichen Alterseffekt, indem Personen im hohen Alter weniger angeben, sich Erotika gegenüber zu öffnen. Männer sind auch im Alter an diesem Material stärker interessiert als Frauen. Die Selbstbefriedigung nimmt mit dem Alter ebenfalls ab, wobei nach Verlust des Ehepartners diese Form des Sexualverhaltens wieder wichtiger werden kann. Vor allem Personen mit starkem sexuellem Interesse während des gesamten Lebens scheinen im Alter zu dieser Form zurückzufinden. Homosexualität scheint im Alter wenig bedeutsam zu sein. Es wird jedoch in der Literatur beschrieben, wie die negative Haltung der Gesellschaft der Homosexualität gegenüber, die Minderheit der homosexuellen alten Personen belastet.

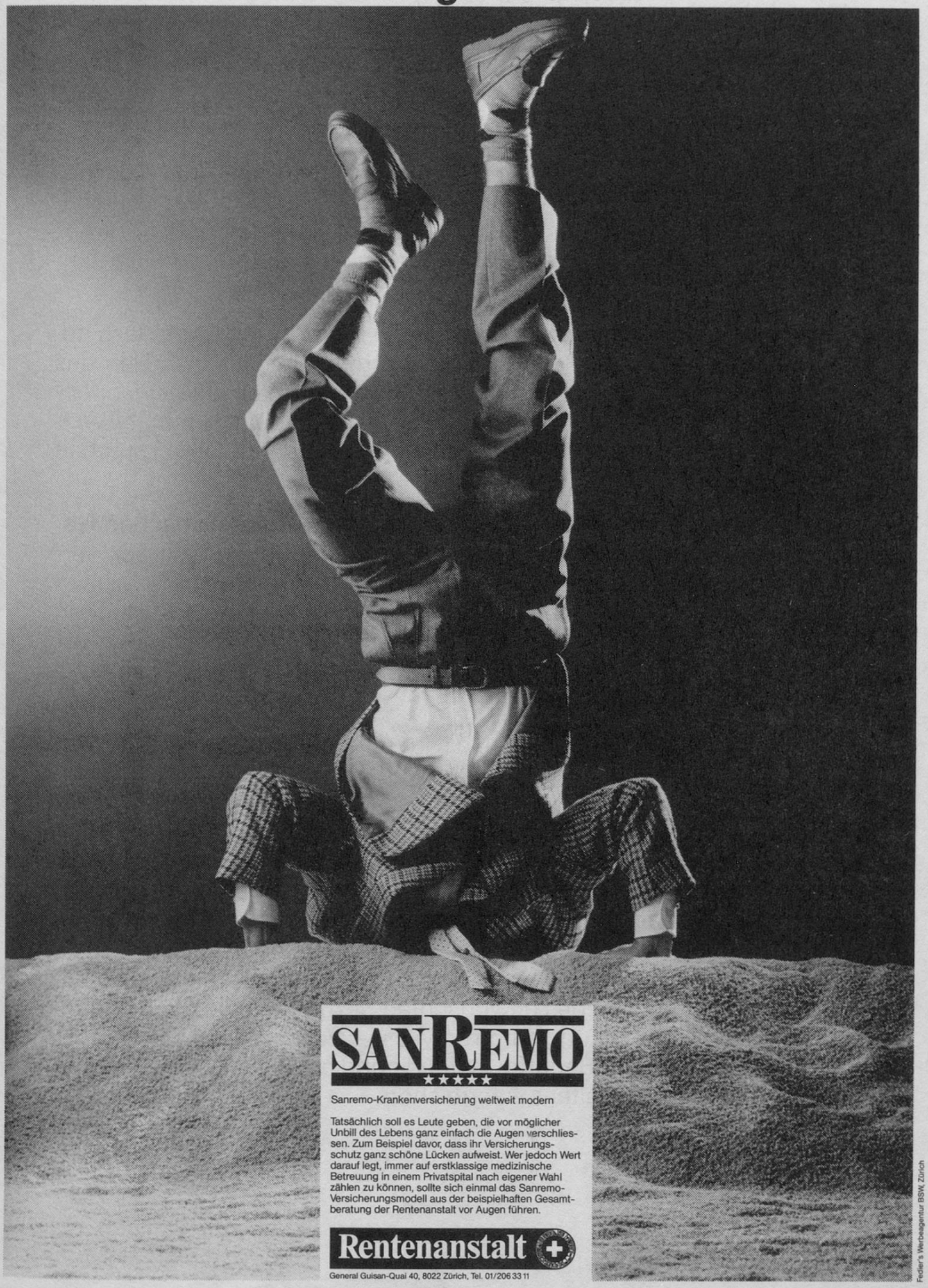
Das Interesse an der Sexualität sinkt im Alter, wobei vor allem Frauen sich deutlich weniger mit diesem Lebensbereich beschäftigen wollen als Männer. Es gibt jedoch auch Untersuchungsbefunde aus verschiedenen Ländern, nach denen bei einzelnen Personengruppen das Interesse an Sexualität und die Häufigkeit sexueller Verhaltensweisen im Alter ansteigen. Neuere amerikanische Untersuchungen betonen, dass der Bereich sexuellen Erlebens über die genitale Thematik hinaus gesehen werden wollte. Der Körperkontakt und die Qualität der Beziehung zu einem Partner werden als wichtig beschrieben.

In getrennten Faktorenanalysen der Aussagen zu sexuellen Einstellungen und Verhaltensweisen von Befragten unter und über 65 Jahren konnte eine dominierende Rolle des Faktors «Zärtlichkeit» bei der höheren Altersgruppe festgestellt werden, während für die jüngere Gruppe der Geschlechtsverkehr entscheidend war. Zitate aus Gesprächen belegen diese Befunde:

> «Wenn der koitale Geschlechtsverkehr im Alter aufhört, hören die Gefühle nicht auf. Küssen, Streicheln, Berühren sind auch Ausdrücke von Sexualität und ich freue mich auch immer, wenn ich junge Personen beobachten und Schönheit bewundern kann» (BRECHER, 1984, S. 372);
> «Ich brauche es jetzt mehr als in jüngeren Jahren, gestreichelt und umarmt zu werden» (STARR & WEISHEIT, 1982, S. 100).

Im Laufe des Älterwerdens dürfte das Primat des Genitalen an Bedeutung einbüssen und Zeichen der Zärtlichkeit immer wichtiger werden. Was im frühen Erwachsenenalter als Liebesspiel zum Koitus hinführte, kann im Alter auch allein Befriedigung verschaffen.

Den Tatsachen ins Auge blicken.



Ausserdem gibt es einen sehr engen Zusammenhang zwischen allgemeiner Lebenszufriedenheit und der Zufriedenheit im sexuellen Bereich. Wer seine sexuellen Bedürfnisse in einer ihm zusagenden Form befriedigen kann, ist normalerweise auch mit dem Leben zufrieden.

2. Sexualität in Altersinstitutionen

Beim Eintritt in ein Pflegeheim oder in ein Geriatrie-Spital legen die Bewohner ihre sexuelle Vergangenheit nicht ab. Die reduzierte Privatsphäre in Mehrpersonen-Zimmern und die potentiell permanente Kontrolle des Pflegepersonals über die Bewohner zwingen jedoch zu einer Einschränkung der Äusserungsformen sexueller Tendenzen.

Deshalb wird ein **Recht auf Intimsphäre** in Heimen gefordert; dazu gehört, dass man sexuelle Bedürfnisse äussern kann, dass man Herr des eigenen Körpers ist, dass man sexuelles Verhalten in einem der Einrichtung angemessenen Rahmen praktizieren kann und dass man mit Ärzten oder Pflegepersonal auch über seine sexuellen Probleme sprechen kann.

Wir leben, auch was die Sexualität betrifft, in einer **pluralistischen Gesellschaft.** Weil die Bewohner von Alterseinrichtungen sich aus verschiedenen Altersklassen rekrutieren und zudem unterschiedlichen Gruppierungen mit liberaleren oder festeren sexuellen Einstellungen und Normen angehören, können wir keine volle Übereinstimmung der Bewohner in den Meinungen erwarten, was notwendig, akzeptabel oder unschicklich anzusehen sei.

Es wäre fatal, wenn wir Personen, die im Alter unter ihren sexuellen Bedürfnissen leiden und die von der Verwerflichkeit des ausserehelichen Geschlechtsverkehrs oder masturbatorischer Gewohnheiten überzeugt sind, zu eben diesen Verhaltensweisen ermuntern würden. So würden nur Schuldgefühle produziert. Selbst wenn diese Personen von sich aus solche Aktivitäten bejahen können, aber wenn sie in einer Umgebung leben, die dafür kein Verständnis aufbringt, wäre die freie Bedürfnisbefriedigung oft keine Lösung, weil sie dadurch in eine Aussenseiterrolle abgeschoben würden. Je nach dem individuellen Fall kann man versuchen, eine Legitimation des gewünschten Sexualverkehrs, eine Reduktion der Bedürfnisspannung durch bewusstes Verlernen der Motive oder eine Verschiebung der Bedürfnisbefriedigung auf subjektiv anerkannte Formen sexuellen Verhaltens zu erreichen.

Zwei amerikanische Untersuchungen lassen vermuten, dass das Pflegepersonal eine liberalere Einstellung gegenüber sexuellen Verhaltensweisen älterer Menschen mitbringt als die Bewohner der Heime selbst. Dadurch können die Bewohner in einem **Leistungszwang** auf sexuellem Gebiet gedrängt werden, der ihr Leben belastet. Deshalb sollte das Pflegepersonal ausgebildet werden, wie es seinen Umgang mit der Bewohnersexualität optimieren kann.

Sexuelle Verhaltensweisen sind in unserer Kultur weithin der Öffentlichkeit entzogen und der Privatspähre zugeordnet. Wenn wir eine Verwirklichung der sexuellen Individualität sicherstellen wollen, müssen wir für Menschen in Institutionen eine ausreichende **räumliche und zeitliche Privatheit** garantieren. Eine Pflegeheimorganisation, die dem Einzelnen keine Möglichkeiten zu heterosexuellen Zärtlichkeiten lässt, bei dem der Besucher in der Atmosphäre nicht «warm» werden kann, weil es keine Gelegenheit zum Alleinsein gibt, weil das Personal die Abgrenzungen der Bewohnerterritorien missachtet oder weil der Kontrolle durch Mitbewohner nicht genügend entgegengewirkt wird, kann sexuelle Not hervorrufen.

Um herauszufinden, welche sexuellen Bedürfnisse Bewohner von Alters- und Pflegeheimen in der Schweiz haben, und wie das Pflegepersonal darauf reagiert, hat BUEHRER (1987) eine Befragung unter dem Personal zweier Alters- und Pflegeheime durchgeführt. Charakteristisch für die Tabuqualität des Sexuellen in Heimen waren die grossen Schwierigkeiten, die Frau Bührer überwinden musste, bis sie die Erlaubnis zur Befragung des Personals in zwei Heimen erhielt. Mehrere renommierte Einrichtungen hatten mit verschiedenen Begründungen eine Befragung und damit eine Erweiterung unseres Wissenstandes in diesem Bereich abgelehnt.

Weil die Ergebnisse auch für das Pflegepersonal in der Stadt Zürich wichtig sein könnten, werden sie hier kurz vorgestellt:

Tabelle 1:
Sexuelle Verhaltensweisen von Heimbewohnern, wie sie von Mitarbeitern zweier Alters- und Pflegeheime berichtet werden (N=82)

	Männliche Bewohner				**Weibliche Bewohner**			
	Ich beobachte dies:							
	Oft, sehr oft	Selten	Nie	Keine Antwort	Oft, sehr oft	Selten	Nie	Keine Antwort
	%	%	%	%	%	%	%	%
Die Bewohner halten gerne die Hand von:								
— Mitbewohnern	40	24	16	20	44	28	9	19
— Besuchern	39	29	6	26	55	16	4	25
— Pflegepersonal	57	27	4	12	76	10	2	12
Die Bewohner befriedigen sich öfters selbst	27	21	24	28	12	24	36	28
Die Bewohner «exhibitionieren», d.h. sie zeigen ihre Genitalien	9	36	43	12	2	20	66	12
Die Bewohner lesen öfters Texte mit erotischem Inhalt oder betrachten gerne erotische Bilder	33	37	17	13	16	34	35	15
Die Bewohner sprechen über sexuelle Themen mit dem Pflegepersonal	22	39	23	16	12	45	28	15
Ich habe erlebt, dass Bewohner sexuell getönten Körperkontakt zu mir suchten	44	30	18	8	10	24	60	6

Tabelle 2:
Das Bedürfnis von Pflegeheimbewohnern nach sexuellen Verhaltensweisen nach Auskunft des Pflegepersonals (N=82)

		Pflegeheimbewohner	
		Männliche	**Weibliche**
		%	%
Sexuelle Bedürfnisse:	Sehr stark	4	—
	Stark	5	1
	Mittel	23	7
	Schwach	18	24
	Sehr schwach	17	28
	Kein Bedürfnis mehr	11	20
	Keine Antwort	22	20
		100 %	100 %

Tabelle 3:
Einstellungen der Mitarbeiter von Alters- und Pflegeheimen zu sexuellen Verhaltensweisen im Heim (N=82)

		Im Altersheim	Im Pflegeheim
		%	%
Einstellungen zu sexuellen Verhaltensweisen der heimbewohner:			
	Voll dafür	43	26
	Eher dafür	29	19
	Unentschieden	10	28
	Eher dagegen	10	11
	Voll dagegen	—	5
	Keine Antwort	8	11
		100 %	100 %

Tabelle 1 lässt erkennen, dass nach den Angaben von Mitarbeitern zweier Alters- und Pflegeheime in der Schweiz sexuelle Verhaltensweisen unter den Heimbewohnern gar nicht so selten sind. Es beginnt beim Händehalten, das von Männern und Frauen geschätzt wird — besonders, wenn das Pflegepersonal die Hände hält! Es geht über Exhibitionen, über Selbstbefriedigung, über das Lesen erotischer Texte oder Betrachten erotischer Bilder bis zum Sprechen über sexuelle Fragen und sogar bis zu sexuell getöntem Körperkontakt mit dem Pflegepersonal.

Solche Tendenzen sind in der Regel bei Männern deutlicher als bei den Frauen. Aber auch bei den Frauen findet sich immer ein deutlicher Anteil des Personals, der von häufigen Verhaltensweisen dieser Art spricht.

In **Tabelle 2** sind die sexuellen Bedürfnisse nur von Pflegeheimbewohnern wiedergegeben. Sie sind auch bei diesen Personen in mittlerem Masse ausgeprägt, wenn es sich um Männer handelt. Bei Frauen sind die Bedürfnisse nach den Beobachtungen des Personals schwach oder sehr schwach. Nur eine Minderheit des Personals glaubt beobachtet zu haben, dass keine sexuellen Bedürfnisse mehr vorhanden seien.

Die relativ liberale Haltung des Pflegepersonals gegenüber dem Sexualbereich der Alters- und Pflegeheimbewohnern kommt in **Tabelle 3** zum Ausdruck. 59% der Mitarbeiter der beiden Heime sind für sexuelle Verhaltensweisen der Bewohner von Altersheimen und 37% für sexuelle Verhaltensweisen des Personals von Pflegeheimen. Im Pflegeheim herrscht eine grössere Ambivalenz, weil dort 23% noch nicht entscheidend sind.

Individuelle Sicherheit für jeden Grad der Darm- und Blasenschwäche

Inkontinenz-Vorlagen
«normal» und «extra»

Inkontinenz-Slip

Camelia Werk AG
Postfach
9202 Gossau SG

Telefon 071 32 11 88
Telex 71755

Die Zahlen belegen, dass im Grunde jeder Mitarbeiter einer Alterseinrichtung gar nicht selten vor die Entscheidung gestellt wird, wie er sich zu sexuellen Verhaltensweisen oder auch zu sexuellen Wünschen von Heimbewohnern stellen soll. Eine Hilfe des Pflegepersonals durch Aufgreifen dieser Themen im Rahmen von Aus- oder Fortbildungsveranstaltungen und im Rahmen von Mitarbeitersitzungen sollte daher immer selbstverständlicher werden.

Literatur

BÜHRER, M.: Das Sexualverhalten im Alters- und Pflegeheim und die Einstellung der Mitarbeiter dazu (Arbeitstitel). In Bearbeitung; Abteilung Sozialpsychologie des Psychologischen Instituts der Universität Zürich

BRECHER, E.M.: Love, sex and aging. Little, Brown & Co, Boston 1984

SCHNEIDER, H.-D.: Sexualität im Alter. In: PLATT, D., OESTERREICH, K. (Hrsg.). Beitrag für das Handbuch der Gerontologie, Band 4: Neurologie/Psychiatrie, 1987

STARR, E.M., WEINER, M.B.: Liebe und Sexualität in reiferen Jahren. Scherz, Bern 1982

Internes Telefonverzeichnis des STADTÄRZTLICHEN DIENSTES ZÜRICH (ARZTDIENST)

Tel. Nr. **216 51 11** / Direkte Durchwahl = **216** und interne Nummer

		interne Nummer
Chefarzt:	Dr. med. A. Wettstein	4355 / 4357
Stadtärztin:	Frau Dr. med. R. Kaufmann	4435 / 4357
Arztsekretärin:	Frau U. Gall/V. Schneider/C. Groier	4357 / 4358
Intercura:	M. Dreifuss	4437 / 4357

Sozialdienst / Anmeldestelle Krankenheim:

Kreise 6/7/8	B. Derungs	4380
Kreise 11/12, exkl. Seebach	Frau I. Gauckler	4381
abwesend Di. Nachmittag und Fr. ganzer Tag		
Kreise 9/10	Frau E. Hohler	4382
Kreise 2/4 und temporäre Plazierung	Frau H. Keller	4383
Kreis 3	Frau R. Knecht	4384
abwesend Mo. ganzer Tag		
Kreise 1/5/Seebach	Frau M. Tester	4385
abwesend Mo., Di., Do., Fr. morgens und Mi. nachmittags		