

Sexualität im Alter

Chancen und Herausforderungen für die Soziale Arbeit



„Sex gehört zu den Freuden, die uns das Leben gratis schenkt und die wir genießen können, so oft wir selbst dies wollen.“ (Butler/Lewis 1996: 120)

Bachelor Thesis von
Claudia Imdorf

Fachhochschule Nordwestschweiz
Hochschule für Soziale Arbeit
Bachelorstudium in Sozialer Arbeit Olten

Eingereicht bei: Lalitha Chamakalayil
Im Januar 2019

Abstract

Das Thema der Sexualität im Alter unterliegt in unserer Gesellschaft nach wie vor einem gewissen Tabu. Die speziellen Eigenschaften der Sexualität im Alter, was diesen Teil der Lebenslage älterer Menschen genau ausmacht, sind nicht weitläufig bekannt und werden nicht zuletzt aufgrund der Tabuisierung und vieler Vorurteile kaum thematisiert. Mit dieser Arbeit soll ein Beitrag dazu geleistet werden, die Besonderheiten der Sexualität aufzuzeigen und zu verstehen. Weiter soll herausgefunden werden, welche Möglichkeiten sich für die Soziale Arbeit bezüglich diesen Wissenserkennnissen in der Arbeit mit älteren Menschen ergeben können.

Durch die Literaturrecherchen hat sich gezeigt, dass die Sexualität im Alter so unterschiedlich ist und gelebt wird, wie die Lebensläufe der jeweiligen Personen. Aspekte welche dieses Thema im Alter prägen, sind körperliche Veränderungen, gesellschaftliche Bedingungen sowie die eigene Biografie des Individuums. Die Soziale Arbeit steht bezüglich der Integration des Themas der Sexualität im Alter in die Altersarbeit noch in ihren Anfängen. Nichts desto trotz gibt es unterschiedliche Möglichkeiten für die Soziale Arbeit auf die erarbeiteten Besonderheiten der Sexualität im Alter einzugehen. Festzustellen ist jedoch, dass eine fehlende Thematisierung der Bedürfnisse an Unterstützungsbedarf der älteren Personen den Zugang zu den Klienten und der Thematik an sich als schwierig gestalten.

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung.....	1
1.1	Erkenntnisinteresse / Relevanz für die Soziale Arbeit.....	1
1.2	Fragestellung	2
1.3	Überblick über den Aufbau der Arbeit.....	3
2	Sexualität im Alter – Grundlagen	5
2.1	Definition Alter.....	5
2.2	Definition Sexualität.....	7
3	Studien zu Sexualität im Alter	9
4	Besonderheiten / Aspekte der Sexualität im Alter	14
4.1	Gesellschaftliche Aspekte	14
4.1.1	Altersbilder in unserer Gesellschaft	16
4.1.2	Medienpräsenz.....	18
4.2	Eigene biografische Aspekte	20
4.2.1	Wandel der Sexualität	21
4.2.2	Wichtigkeit einer Partnerschaft.....	24
4.2.3	Religion	25
4.3	Körperliche Veränderungen.....	26
4.3.1	Veränderungen im Alter	27
4.3.2	Veränderungen des weiblichen Körpers	28
4.3.3	Veränderungen des männlichen Körpers	30
4.3.4	Betroffenheit beider Geschlechter	31
4.4	Ein Blick in die Zukunft	33
4.5	Zusammenfassung der Ergebnisse, Beantwortung erste Fragestellung	34
5	Sexualität im Alter – ein Thema der Sozialen Arbeit.....	37
5.1	Definition der professionellen Sozialen Arbeit	37
5.2	Soziale Arbeit und Alter	38
5.3	Sexualität (im Alter) – ein Thema der Sozialen Arbeit?.....	40

5.4	Möglichkeiten der Sozialen Arbeit	43
5.4.1	Förderung der sexuellen Gesundheit	43
5.4.2	Veränderungen des Alters.....	44
5.4.3	Individualität der Lebenslage, Einbezug der Biografie	45
5.4.4	Auseinandersetzung mit dem Altersbild	46
5.5	Chancen und Herausforderungen	47
5.5.1	Zusammenarbeit mit Klienten.....	48
5.5.2	Forschung.....	48
5.5.3	Eigene Ansichten als Professionelle der Sozialen Arbeit.....	49
6	Exkurs Heteronormativität.....	51
7	Schlussfolgerungen.....	53
7.1	Zusammenfassung der Ergebnisse, Beantwortung zweite Fragestellung.....	53
7.2	Erkenntnisse / Schlussfolgerungen	54
7.3	Kritische Würdigung	55
8	Literaturverzeichnis	57

1 Einleitung

In diesem einleitenden Kapitel wird in das Thema dieser Bachelor Thesis eingeführt. Es wird das Erkenntnisinteresse, die Ausgangslage und die daraus entstandenen Fragestellungen vorgestellt. Anschliessend folgt ein kurzer Überblick über den Aufbau der Thesis.

1.1 Erkenntnisinteresse / Relevanz für die Soziale Arbeit

Vor knapp zwei Jahren habe ich auf dem Streaming Portal Netflix eine Serie namens „Grace und Frankie“ für mich entdeckt. In der Serie kommen auf sehr amüsante und liebevolle, aber auch auf direkte und ungeschönte Art, Themen der Sexualität im Alter zur Sprache. Nichts kommt zu kurz: Körperliche Veränderungen und der Umgang damit, Bedürfnisse und Wünsche im Alter, gesellschaftliche Bilder mit den entsprechenden Normen und Werten sowie Tabus in Bezug auf die Sexualität im Alter. Die Serie hat meine Neugier für dieses Thema geweckt und ich wollte mehr darüber erfahren.

Mein Interesse diesbezüglich wurde durch mein Praktikum bestärkt. Zur Zeit arbeite ich auf einer Beratungsstelle für Personen ab 60 Jahren. Das Beratungsspektrum ist sehr vielseitig und reicht von der Beratung und Unterstützung der Klienten in finanziellen Angelegenheiten hin zur Beratung und Hilfestellung bei Fragen rund um das Thema Wohnen oder auch Unterstützung in persönlichen Problemlagen wie beispielsweise Armut oder Einsamkeit. Die Arbeit in meinem Praktikum nahm ich zu Beginn der Verfassung dieser Arbeit auf. Daher stellte ich mir sehr bald die Frage, wie das Thema der Sexualität im Alter in der Sozialen Arbeit mit älteren Menschen thematisiert wird.

In der Sozialen Arbeit gibt es sehr viele unaufschiebbare Problemlagen, die dringende Unterstützung benötigen, unter anderem die Auswirkungen vielschichtiger Problematiken von Armut, Arbeitslosigkeit und Randständigkeit sowie von Delinquenz und Kriminalität (vgl. Lautmann 2008: 273). Die Sexualität wird aber genau so als eine „zentrale Bewältigungsaufgabe“ angesehen, auch im Alter. Es sollte deshalb auch Thema und Aufgabe der Sozialen Arbeit sein, unterstützende Hilfe in dieser Lebenslage anzubieten. (vgl. Bamler 2008: 194). Sexualität mit ihrer Allgegenwärtigkeit sollte daher nicht nur bei jungen Menschen, sondern auch bei alten Menschen thematisiert und miteinbezogen werden. Bislang sind jedoch nur marginale Andeutungen von Denkansätzen und Praktiken vorhanden, welche diese sexuellen Themengebiete mit Klienten ansprechen und beleuchten (vgl. Zippel 2011: 286).

Sexualität an sich ist im heutigen Zeitalter kein Tabu mehr und gehört ganz natürlich zum Alltag (vgl. Kolland 2011: 39). Dies trifft jedoch nicht auf die Sexualität im Alter zu. In der Gesellschaft wird das Ausleben der Sexualität auch heute noch meist den Jungen oder Personen mit solchen Attributen zugesprochen (vgl. Bach 2011: 159f). Durch die Tabuisierung dieses

Themas können solche Vorurteile bestärkt werden (vgl. Perrig-Chiello/Höpflinger 2009: 123). So ist in der Gesellschaft bis heute der Gedanke präsent, dass ältere Menschen keine sexuellen Bedürfnisse haben (vgl. Hornung/Bucher 2004: 181). Studien zeigen jedoch klar das Gegenteil auf, denn gemäss diversen Untersuchungen haben ältere Menschen auch im Alter sexuelle Interessen und die sexuelle Aktivität kann bis ins hohe Alter noch bestehen (vgl. Bucher/Hornung/Buddeberg 2003: 264-266). Dies widerlegt ganz klar das aktuelle gesellschaftliche Denken und unterstreicht hiermit die Wichtigkeit einer Auseinandersetzung mit dem Thema der Sexualität im Alter.

Für die Professionellen Sozialer Arbeit ist es in ihrer Tätigkeit unerlässlich, Situationen und Prozesse von Individuen und gesellschaftlichen Systemen systematisch analysieren und beurteilen zu können (vgl. AvenirSocial 2014: o.S.). Dies bedingt entsprechend auch eine vertiefte Auseinandersetzung mit dem Thema der Sexualität im Alter. Für wirkungsvolle Intervention gründen Professionelle der Sozialen Arbeit ihr Handeln auf wissenschaftliche Erkenntnisse, damit Situationen korrekt analysiert und beurteilt werden können, um anschliessend methodisch zielgerecht vorzugehen (vgl. AvenirSocial 2014: o.S.). Bei vergangenen Studien zum Thema Sexualität im Alter wurde aber wenig auf die Besonderheiten der Sexualität im Alter Rücksicht genommen, denn der Bezug zum Begriff der Sexualität wurde meist gleich verstanden, wie bei Studien über die Sexualität der jüngeren Bevölkerung (vgl. Bach 2011: 164).

Es zeigt sich also der Bedarf, mehr über dieses Thema zu erfahren. Es stellt sich die Frage, was diese Besonderheiten der Sexualität im Alter denn genau sind und welche Möglichkeiten sich diesbezüglich für die Soziale Arbeit ergeben können. Mit dieser Arbeit soll ein Beitrag zur Annäherung an die Komplexität des Themas der Sexualität im Alter geleistet werden.

1.2 Fragestellung

Aufbauend auf das Erkenntnisinteresse und den Bezug zur Sozialen Arbeit gibt es zwei Hauptfragestellungen mit jeweiligen Unterfragen, denen diese Arbeit nachgehen wird:

Welche Aspekte können die Sexualität im Alter prägen?

- *Ist das Thema der Sexualität nach wie vor ein Tabuthema in der Gesellschaft?*
- *Wie wird die Sexualität im Alter gelebt und was sind die Bedürfnisse älterer Personen?*
- *Welche Aspekte und Besonderheiten der Sexualität gibt es im Alter?*
- *Welchen Einfluss können diese Aspekte auf die Sexualität im Alter haben?*
- *Besteht Bedarf an Unterstützung für ältere Personen in Bezug auf ihre Sexualität?*

Welche Möglichkeiten können sich durch das erarbeitete Wissen der ersten Frage für die professionelle Soziale Arbeit ergeben?

- *Ist die Sexualität im Alter ein Thema der Sozialen Arbeit mit älteren Menschen?*
- *Wo findet sich das Thema der Sexualität im Alter in der aktuellen Altenarbeit ein?*
- *Welche Aufgaben kommen der Sozialen Arbeit in Bezug auf die Sexualität im Alter zu?*
- *Welche Chancen und Herausforderungen birgt das Thema der Sexualität im Alter für die Soziale Arbeit, unter Berücksichtigung der in Frage eins erarbeiteten Aspekte?*

In der vorliegenden Theoriearbeit wird die Sexualität im Alter als ein Thema der Sozialen Arbeit behandelt. Es wird anhand von Literaturrecherchen vertieft auf die unterschiedlichen Aspekte der Sexualität im Alter eingegangen. Durch die Arbeit soll ein Einblick in die Lebenswelt und das Ausleben der Sexualität älterer Menschen entstehen und den entsprechenden Umgang mit der Thematik in der Sozialen Arbeit thematisiert werden. Ich erhoffe mir damit, für das Thema der Sexualität im Alter sensibilisieren zu können und ein Verständnis für die Lebenslage der älteren Menschen in Bezug auf ihre Sexualität zu schaffen.

1.3 Überblick über den Aufbau der Arbeit

Zu Beginn der Arbeit werden als Grundlage und Einrahmung die Begriffe Sexualität und Alter definiert. Anschliessend wird der aktuelle Forschungsstand ausführlich erläutert, um mehr über das Befinden der älteren Personen herauszufinden. Darauffolgend wird das Themengebiet der Sexualität im Alter in drei Unterkapitel aufgeteilt, welche sich durch die Recherchen und die in der Fachliteratur diskutierten Themengebiete herauskristallisiert haben. Die Einteilung erfolgt auf den drei Ebenen der gesellschaftlichen Aspekte, den biografischen Aspekte und der körperlichen Veränderungen. Unter den gesellschaftlichen Aspekten werden die gesellschaftlichen Ansichten zu Sexualität im Alter, die in unserer Gesellschaft bestehenden Altersbilder sowie die Medienpräsenz des Themas behandelt. Unter den biografischen Aspekten wird herausgearbeitet, welche biografischen Einflüsse Auswirkungen auf die Sexualität im Alter haben können, die Wichtigkeit der Partnerschaft beleuchtet sowie der Aspekt der Religion miteinbezogen. Im dritten Gliederungspunkt der körperlichen Veränderungen wird ein vertiefter Blick auf die im Alter stattfindenden Veränderungen geworfen und ebenfalls aufgezeigt, welche Auswirkungen diese Veränderungen auf das spätere Erleben und Ausleben der Sexualität von älteren Personen haben können. Abschliessend zu diesen drei Unterkategorien wird ein Blick in die Zukunft der Sexualität im Alter gewagt und die erste Fragestellung beantwortet.

Nach der Beantwortung der ersten Fragestellung folgt der Bezug zur Sozialen Arbeit und die Erarbeitung der zweiten Fragestellung. Zuerst wird die Soziale Arbeit definiert und Grundlagen der Sozialen Arbeit mit älteren Menschen erarbeitet. Es folgt die Auseinandersetzung der

Sexualität als Thema der Sozialen Arbeit und der Sexualität im Alter, gefolgt von der Erarbeitung von Möglichkeiten der Sozialen Arbeit unter Einbezug der erarbeiteten Aspekte aus der ersten Frage. Weiter werden Chancen und Herausforderungen in der Arbeit mit Klienten beleuchtet. Vor dem Schlussteil mit der Beantwortung der zweiten Fragestellung, dem Zusammenzug der Erkenntnisse sowie der Schlussfolgerungen und der kritischen Würdigung, findet noch ein Exkurs in die Thematik der Heteronormativität statt.

Die Literaturrecherchen stützen sich auf ältere Werke, deren Erkenntnisse bis heute aktuell sind, sowie auf aktuelle Literatur, welche sich teilweise auf die Erkenntnisse der vorhergehenden Veröffentlichungen stützen oder neue Ansichten mit einbringen. Dieser Entscheid war wichtig für diese Arbeit, denn das Thema der Sexualität im Alter ist geprägt von Individualität und den unterschiedlichsten Einflüssen. Daher macht es auch Sinn, den Fächer für die Literatur aufzuspannen und verschiedenste Werke mit einzubeziehen. Betreffend den Studien beziehe ich mich vermehrt auf aktuelle Zahlen, da diese den aktuellen Stand in unserer Gesellschaft widerspiegeln.

2 Sexualität im Alter – Grundlagen

Da in dieser Arbeit von Sexualität und Alter gesprochen wird, ist es unabdingbar, diese beiden Begriffe zu umschreiben und zu definieren. Es hat sich jedoch gezeigt, dass beide Begriffe sehr individuell verstanden und gelebt werden können, was es schwierig macht, diese Begrifflichkeiten abschliessend zu definieren. Es folgt daher der Versuch einer Definition der Begriffe Alter und Sexualität.

2.1 Definition Alter

„Die Ambivalenz des Themas Alter und Altern hat Tradition. Aber noch nie in der Geschichte der Menschheit gab es so viele Möglichkeiten der Gestaltung dieser so faszinierenden Lebensphase wie heute.“ (Perrig-Chiello/Höpflinger 2009: 10) Diese Individualisierung macht es jedoch immer schwieriger, eine allgemeingültige Definition des Begriffes „Alter“ zu finden. Denn der Begriff und die Assoziationen dazu sind durch unterschiedlichste Ansichten, Meinungen, Vorstellungen und auch eigene Gefühle geprägt. Grundsätzlich soll aber gesagt sein, dass diese Herausforderung der Definition etwas sehr Schönes ist, was zeigt, dass die Lebensphase des Alters sehr beweglich und nicht starr ist. Somit bleibt nicht zuletzt für Personen im Alter viel Spielraum zum Ausleben dieser Lebensphase.

Für diese Arbeit ist es aber dennoch wichtig, den Begriff des Alters zu umschreiben, einzugrenzen und dabei zu definieren, über welche Personen gesprochen wird, da diese Personen im Fokus der Arbeit stehen. Ab wann ist also ein Mensch alt, wann gehört eine Person zu den älteren Personen, wo wird die Grenze gesetzt? Gibt es überhaupt eine Grenze? Wird das Alter durch das biologische Alter definiert oder spielen andere Aspekte wie Aussehen, körperliche Leiden, gesellschaftliche Ansichten oder der Lebensstil ebenfalls eine Rolle? Viele Fragen, die nicht abschliessend beantwortet werden können, sondern lediglich mit dem Versuch einer Umschreibung des Begriffs ihren Rahmen finden.

Im Verständnis der Allgemeinheit beginnt das Alter mit rund 60 Jahren (vgl. Perrig-Chiello/Höpflinger 2009: 8). So wird das Alter an der Anzahl Jahre festgemacht, die ein Mensch bisher gelebt hat. Eine lang anhaltende Vorstellung des Alters bezog sich auch in der Geriatrie und Gerontologie primär auf das biologische Alter und die mit dem Alter sich verändernden körperlichen Eigenschaften. Ein Paradigmenwechsel hat mit den Ansätzen der Sozialgerontologie stattgefunden, wobei das Alter in gesellschaftliche Verhältnisse gesetzt wurde und eine Definition von Alter zu finden ist, welche das Alter als ein soziales Schicksal in den entsprechenden gesellschaftlichen Verhältnissen sieht und sich nicht lediglich auf die individuellen Faktoren der Betroffenen abstützt (vgl. Perrig-Chiello/Höpflinger 2009: 26). Es soll somit auf die Mehrdimensionalität Rücksicht genommen werden, da das Alter oder das

Altern nicht nur auf einer Ebene, sondern überall gleichzeitig geschieht. Die verschiedenen Ebenen, beispielsweise die körperliche, die geistige oder auch die soziale Ebene, können unterschiedliche Entwicklungsstadien in Bezug auf das Alter vorweisen (vgl. Krämer-Rütten 2015: 112f).

Ältere Personen können daher nicht als einheitliche Gemeinschaft betrachtet werden und es ist davon abzusehen, Verallgemeinerungen über ihre Lebenslage zu treffen. Dies widerspiegelt die grosse Vielfältigkeit dieses Lebensabschnittes. Es erfolgen immer mehr und differenziertere Bezeichnungen dieser Lebensphase, was die Verschiedenartigkeit des Alters und der darin enthaltenen Spanne des Alters in Zahlen aufzeigt (vgl. Thiele: 2001: 28). So werden vermehrt Begriffe zur Differenzierung von Altersgruppen eingeführt. Beispielsweise die Begrifflichkeit der jungen Alten (60-75 Jahre) und der alten Alten (ab 75 Jahren), wobei die Pflegebedürftigkeit die Unterscheidung der beiden Gruppen unabhängig von den Altersjahren ausmacht. Dieses empirische Konstrukt hat das Ziel, die Gemeinsamkeiten der jeweiligen Gruppe zu erkennen (vgl. Thiele 2001: 29). Krämer-Rütten weist darauf hin, dass dieses Kategorisieren jedoch eine einseitige Stereotypisierung fördert und es zu einer Zweiteilung des Alters führen kann (vgl. Krämer-Rütten 2015: 115).

Eigentlich sollte ursprünglich für diese Arbeit, aufgrund der Heterogenität und der Vielfältigkeit der Lebensphase des Alters, keine Einteilung in Gruppen vorgenommen werden, auch wenn die Übergänge in diese unterschiedlichen Gruppen fließend und flexibel sein können. Jedoch muss in irgendeiner Form festgelegt werden, welche Personen in dieser Arbeit mit dem Begriff Alter in Verbindung gebracht werden. Hierfür stützt sich diese Literaturarbeit auf die Standarddefinition der Organisation der Vereinten Nationen UNO und bedient sich der Begrifflichkeit „ältere“ Personen. Als ältere Personen oder Menschen werden jene bezeichnet, welche das 60. Altersjahr erreicht oder überschritten haben (vgl. WHO 2002: 4). Folglich fokussiert sich die Arbeit auf Personen ab dem 60. Altersjahr und verwendet hierfür unter anderem Bezeichnungen wie „ältere Personen“ oder „Personen im Alter“. Obwohl hier eine Grenze anhand des biologischen Alters gesetzt wird, wird das Alter in dieser Arbeit nicht nur auf die Anzahl gelebter Jahre beschränkt. Das Alter soll vielmehr in seiner Vielschichtigkeit betrachtet werden und neben dem biologischen Alter werden auch individuelle und gesellschaftliche Aspekte entsprechend miteinbezogen. Dies wird in späteren Kapiteln vertieft behandelt. Ebenfalls ist diese Grenzziehung des biologischen Alters nicht als fix und starr zu betrachten, denn das persönliche Empfinden und Erleben kann sehr individuell geprägt sein. Die Definition des Altersbegriffs ist gemäss Krämer-Rütten auch immer abhängig von der individuellen Betrachtungsweise (vgl. Krämer-Rütten 2015: 113). Personen, die 58 Jahre alt sind, können sich selber beispielsweise schon als Personen des Alters bezeichnen, genauso können aber Personen im 62. Altersjahr empfinden, dass sie sich selber noch nicht zu den

älteren Personen zählen würden. Es soll mit dieser Festlegung des 60. Altersjahres lediglich ein Richtwert geschaffen werden, niemand soll ohne eigene Zustimmung in diese Gruppe ausbeziehungsweise eingeschlossen werden. Denn was diese Arbeit genau nicht möchte, ist Grenzen zu schaffen.

2.2 Definition Sexualität

Sexualität – was bedeutet dieser Begriff genau? Was ist Sexualität? Was umfasst und schliesst die Sexualität mit ein? Was schliesst sie vielleicht aus? So verschieden die Antworten jedes einzelnen Individuums auf diese Fragen sein können, so verschieden sind auch die bis heute anzutreffenden Definitionsversuche. Trotz der unterschiedlichen Auffassungen und Auslegungen des Begriffs ist es wichtig, auch für diese Arbeit einen Rahmen zu setzen und den Begriff zu definieren.

Oft wird bei dem Begriff Sexualität an Fortpflanzung gedacht, den biologischen Teil des Begriffs, was durchaus nicht falsch ist und einen bedeutenden Teil des Begriffs darstellt. Körperliche Erfahrungen sind wichtig und es ist biologisch vorgesehen, dass Menschen Lust empfinden und sich fortpflanzen können. Heute ist es jedoch so, dass für die Fortpflanzung nicht zwingend Geschlechtsverkehr stattfinden muss und der Geschlechtsverkehr nicht zwingend der Fortpflanzung dient. Der Begriff ist also bedeutend vielschichtiger. Neben der eigenen emotionalen Verbundenheit zur Sexualität und deren Auslebung stehen diese Vorstellungen unter anderem auch unter dem Einfluss von gesellschaftlichen Bedingungen (vgl. Schmidt/Sielert 2012: 15). Mit den Worten von Schmidt und Sielert gesagt: „Sexuelles Begehren und Handeln [entfaltet sich] zwar auf der Grundlage biologischer Gegebenheiten, mitbestimmend sind aber die Moralvorstellungen, Normen und Deutungsmuster der konkreten Gesellschaft. Aber diese sind immer auch von den Wünschen, Plänen und dem Handeln der Menschen abhängig.“ (Schmidt/Sielert 2012: 15f)

Die Definition der Weltgesundheitsorganisation WHO (2006: 5) geht noch etwas vertiefter auf diese unterschiedlichen Ebenen ein, führt diese etwas detaillierter aus und definiert Sexualität als zentralen Aspekt des Menschseins:

Sexuality is a central aspect of being human throughout life and encompasses sex, gender identities and roles, sexual orientation, eroticism, pleasure, intimacy and reproduction. Sexuality is experienced and expressed in thoughts, fantasies, desires, beliefs, attitudes, values, behaviours, practices, roles and relationships. While sexuality can include all of these dimensions, not all of them are always experienced or expressed. Sexuality is influenced by the interaction of biological, psychological, social, economic, political, cultural, ethical, legal, historical, religious and spiritual factors.

Wichtig dabei ist zu beachten, dass die in der Gesellschaft bestehenden Vorstellungen zur Sexualität den eigenen Vorstellungen durchaus widersprechen können. Wobei immer die Möglichkeit besteht, den allgemeingültigen Ansichten zu widersprechen und sich entsprechend weiterzuentwickeln (vgl. Schmidt/Sielert 2012: 16). Unter dem Begriff Sexualität soll also nicht nur das Biologische, sondern allumfassend sollen auch die Ebenen der Emotionalität, der Intellektualität und der Spiritualität sowie die sozio-kulturellen Aspekte verstanden werden (vgl. Quadagno 1992, zit. Nach Kolland 2011: 41). Diese Literaturarbeit stützt sich entsprechend auf diese Vielschichtigkeit des Begriffs gemäss der Definition der Weltgesundheitsorganisation WHO.

Es wird nun abschliessend zu diesem Kapitel in die Thematik der Sexualität im Alter übergeleitet. Mit einem Blick in die Literatur zum Thema Sexualität und Alter fällt auf, dass oft von einer sogenannten „Alterssexualität“ gesprochen wird. Die Alterssexualität wird sexualwissenschaftlich als letzte Phase der menschlichen Sexualität beschrieben, wobei sich der Eintritt in diese Phase an gesellschaftlichen und kulturellen Aspekten wie beispielsweise einem bestimmten Alter, dem Eintritt in die Wechseljahre bei der Frau oder dem Ende der Fruchtbarkeit orientiert (vgl. Ebberfeld 2005: 15f). Nach Beier und Loewit (2004: 142) gibt es jedoch keine sogenannte Alterssexualität, da sie von der Annahme ausgehen, dass jeder mit seiner bisher gelebten Sexualität alt wird: „Sexualität im Alter ist also im Prinzip die – unter Umständen vergrößerte und vergrösserte – Fortsetzung der bisher gelebten Sexualität positiv wie negativ.“ Diese Arbeit stützt sich auf diesen Gedanken und spricht daher nicht von einer Alterssexualität. Denn wie von Sydow es formulierte, steht die Fähigkeit Lustgefühle zu empfinden, jedem Menschen zu, egal in welchem Alter, mit oder ohne Partner, und eine Sexualität haben auch jene, die völlig abstinent leben (von Sydow 1994: 9).

Sexualität kann sich grundsätzlich positiv wie negativ auswirken, da die Sexualität die Rolle eines Stressors übernimmt (vgl. Zippel 2011: 286). Aus einer Studie geht hervor „dass ältere Menschen, die der Sexualität einen hohen Stellenwert einräumen, ein positives Lebensgefühl aufweisen“ (Kolland 2011: 51). Demnach haben von den befragten Personen (alle in einer Partnerschaft), welche Sexualität für sich selbst als wichtig ansehen, 41% ein sehr positives Lebensgefühl, und von den Personen, welche die Sexualität als wenig bedeutsam angeben, weisen nur 22% ein sehr positives Lebensgefühl auf. Dementsprechend kann ein positives Selbstbild entstehen, da das eigene Körpergefühl eng mit dem eigenen Wohlbefinden verbunden ist. Wichtig dabei ist der Blick weg vom Defizitorientierten hin zu Selbstbestimmung und dem Erleben von Nähe und Vertrautheit (vgl. Kolland 2011: 51f). Mit dieser Einführung in eine Studie wird nun im folgenden Kapitel ein vertiefter Blick in die verschiedenen Studien zum Thema Sexualität im Alter genommen.

3 Studien zu Sexualität im Alter

Obwohl das Thema der Sexualität im Alter an Aktualität gewonnen hat, fehlte es bis vor einigen Jahren teilweise an wissenschaftlich fundiertem Wissen. Der Fokus lag früher stark auf der Erforschung von sexuellen körperlichen Funktionen im Alter. Es blieben grosse Lücken in Erkenntnissen von Einflüssen und Zusammenhängen der Sexualität im Alter. (vgl. Bucher/Hornung/Buddeberg 2003: 250). Frühere Studien hatten vermehrt den Geschlechtsverkehr und dessen Häufigkeit im Fokus, wobei kaum nach den individuellen Bedürfnissen oder dem Erleben gefragt wurde (vgl. Schultz-Zehden 2004: o.S.).

Bucher, Hornung und Buddeberg begründen das frühere mangelnde Interesse der Wissenschaft am Thema der Sexualität im Alter, mit der Ansicht des Alters als weniger aktive Lebensphase. Menschen im Alter seien nicht mehr wie in jüngeren Jahren auf Identitätssuche und das Privat- und Berufsleben habe sich meist zufriedenstellend eingependelt (vgl. Bucher et al. 2003: 250). Bach verschärft die Aussage und bringt den Mangel an Interesse seitens der Wissenschaft in Verbindung mit dem immer noch in der Gesellschaft bestehenden Tabu der Sexualität im Alter¹ (vgl. Bach 2011: 164). In den vergangenen Jahren gab es jedoch erfreulicherweise mehrere Studien, welche sich vertieft dem Thema der Sexualität im Alter widmeten. Im folgenden Kapitel werden Ergebnisse und für diese Arbeit relevante Auszüge aus diesen Studien dargestellt. Hierbei wird vertieft auf die Ergebnisse von aktuelleren Studien eingegangen, um eine Grundlage zur Thematik Sexualität im Alter zu schaffen. Es soll ein Eindruck zum Erleben und Verhalten älterer Personen und ihrer Sexualität entstehen können. Im Verlauf der Arbeit werden anschliessend weitere Erkenntnisse aus Forschungen in den entsprechenden Kapiteln miteingearbeitet.

In einer vom schweizerischen Nationalfonds geförderten Studie wurden in der deutschsprachigen Schweiz 641 Männer und 857 Frauen im Alter zwischen 45 und 91 Jahren zum Thema Sexualität im Alter befragt. Es zeigt sich, dass die Sexualität „bis ins höchste Lebensalter ein relevantes Thema bleibt“ (Bucher et al. 2003: 249). Anzumerken ist bei dieser Studie, dass der allgemeine gute Gesundheitszustand der Befragten allenfalls auf die Repräsentativität der Aussagen bezüglich der gesundheitlichen Faktoren Einfluss gehabt hat (vgl. Bucher et al. 2003: 264).

Eine starke Verringerung des sexuellen Interesses ist ab dem Alter von 75 Jahren zu erkennen. Unterschiede gibt es diesbezüglich zwischen den Geschlechtern. Bei den ältesten Frauen der Studie kam es vermehrt vor, dass sie angaben, kein sexuelles Interesse mehr zu haben. Dies war bei den männlichen Teilnehmern der Studie kaum der Fall. Bei den weiblichen

¹ Anzumerken ist hier, dass die Wissenschaft sich nicht von solchen Tabus leiten lassen sollte – im Gegenteil. Solche Themen müssen trotzdem, oder eben genau darum diskutiert und thematisiert werden.

Befragten ist der Wunsch nach Zärtlichkeit prägnanter ausgeprägt als bei den männlichen Teilnehmern. Das höhere sexuelle Interesse der Männer wird in der Studie „auf das häufigere Auftreten von sexuellen Phantasien, Gedanken und Träumen, sowie einem unbestimmten sexuellen Verlangen (nach Geschlechtsverkehr oder Masturbation)“ zurückgeführt. Das bei beiden Geschlechtern sinkende sexuelle Interesse mit zunehmendem Alter ist gemäss der Studie bei den Befragten nicht zwingend dem Alter zuzuschreiben, da die Probanden dem Alter (bis zum 74 Lebensjahr) eine eher kleine Bedeutsamkeit für die Sexualität zumessen. Eine grössere Auswirkung auf die sexuelle Aktivität im Alter fand die Studie in der Begründung einer strengen moralischen Erziehung, wobei die Gründung der Familie mit Kindern im Vordergrund stand, und nicht das eigene sexuelle Bedürfnis. Generell haben biografische Erlebnisse eine explizite Auswirkung auf die Sexualität im Alter. Je aktiver und prägnanter das Thema der Sexualität in früheren Jahren war, desto eher wird dies auch im Alter ausgelebt. Die Studie hat ebenfalls festgestellt, dass ein aktiver Lebensstil die Sexualität positiv beeinflusst. Ein erneuter Unterschied zwischen den Geschlechtern lässt sich gemäss der Studie in der Konstellation der Partnerschaft finden. Es zeigt sich, dass eine Beziehung zu einem Partner bei den weiblichen Befragten als Voraussetzung für ihr sexuelles Interesse gilt, während bei den männlichen Teilnehmern der Studie die Partnerschaft keine Bedingung ist. Von den sexuell nicht aktiven Befragten nannten 57% der Frauen und 22% der Männer als Grund eine fehlende Partnerschaft. In aktiven Partnerschaften zeigt sich gemäss der Studie, dass der Austausch von Zärtlichkeiten bis ins hohe Alter am meisten getätigt wird (vgl. Bucher et al. 2003: 255-262).

Gemäss der Studie von Bucher et al. empfinden die Mehrheit der Befragten, Männer wie Frauen, ihr Sexualeben als eher zufrieden oder sehr zufrieden. Als die wichtigste Komponente für die Zufriedenheit der eigenen sexuellen Aktivität zeigt sich klar die partnerschaftliche Aktivität. Eine fehlende Bezugsperson verringert bei beiden Geschlechtern die sexuelle Zufriedenheit. Spannend ist, dass die Masturbation bei Männern und Frauen die sexuelle Zufriedenheit nicht erhöht. Auch hier wurde ein Zusammenhang zwischen der eigenen Biografie und dem Erleben des Themas Selbstbefriedigung mit Schamgefühl und Befangenheit festgestellt (vgl. Bucher et al. 2003: 262-264).

Sexuelles Interesse: Die Studie kommt klar zum Schluss, dass Menschen auch im hohen Alter sexuelles Interesse zeigen. Eine wichtige auf das sexuelle Interesse Einflussnehmende Komponente ist die eigene Biografie der jeweiligen Person, wobei Erkenntnisse aus der Entwicklung des Individuums zur Erklärung des vorherrschenden sexuellen Interesses beitragen könnten. Die Schwierigkeiten für Frauen, einen passenden Partner zu finden, nehmen im Alter vermehrt zu. Da für sexuelle Aktivitäten wie bereits erwähnt eine Partnerschaft für weibliche Personen mehrheitlich eine Bedingung ist, könnte ein vermehrtes

sexuelles Interesse zu Frustration führen, falls keine Partnerschaft vorhanden ist. Die Studie kommt jedoch zum Schluss, dass es Frauen einfacher fällt, sich an die Gegebenheiten anzupassen und diese zu akzeptieren, was sich wiederum in der höheren Anzahl sexuell unzufriedener Männer zeigt (vgl. Bucher et al. 2003: 264-266).

Partnerschaftliche sexuelle Aktivität: Bei der sexuellen Aktivität gibt es signifikante Unterschiede zwischen den Geschlechtern. Im hohen Alter gaben zwei Drittel der Frauen an, sexuell inaktiv zu sein, bei den Männern bis zum 74. Altersjahr lediglich 6%, bei der ältesten Gruppe der Männer stieg die sexuelle Aktivität in einer Partnerschaft auf 20% an. Bei den Frauen wird dieser deutlich höhere Anteil an sexueller Inaktivität mit einem fehlenden Partner erklärt und nicht, wie meist angenommen, mit mangelndem Interesse. Spannend ist auch die Feststellung, dass Belastungen im Alltag kein Grund für eine geringere Aktivität sind.

Sexuelle Zufriedenheit: Für die sexuelle Zufriedenheit ist es bei den Frauen weniger wichtig, wie häufig sie sexuell aktiv sind, für die Männer ist dies bedeutend wichtiger. Die Studie kommt zum Schluss, dass die grössere Unzufriedenheit bei den älteren Männern darauf zurückzuführen ist, dass die sexuelle Funktionsfähigkeit nachlässt und die Unstimmigkeit zwischen den Möglichkeiten und den eigenen Erwartungen zunimmt. Offen bleibt, welche weiteren Einflüsse auf die sexuelle Zufriedenheit einwirken. Die Studie weist aber auch darauf hin, dass der „subjektiven Bedeutung von Sexualität“ grosse Wichtigkeit zugesprochen werden sollte. Je nach Biografie, wie eine Person Sexualität erlebt und erfahren hat, kann die Sexualität als etwas Positives oder Negatives betrachtet werden (vgl. Bucher et al. 2003: 266).

Im Jahr 2009 wurde von der HELIOS Klinik in Berching Deutschland eine Studie zum Thema Sexualität im Alter in der Form von narrativen Interviews durchgeführt. Es wurden insgesamt 50 Personen ab dem 65. Altersjahr befragt, 32 Frauen und 18 Männer, wovon 23 dieser Personen in einer festen Partnerschaft lebten. Mit dem Durchschnittsalter von 78.2 Jahren der Befragten, fokussiert sich die Studie explizit auf Personen in der hochaltrigen Gruppe (vgl. Buchner/Maier/Ullmann/Garten 2011: 69-79).

Im Mittelpunkt der Sexualität steht für die Befragten weniger die Häufigkeit des Geschlechtsverkehrs, mehr ins Zentrum rückt dafür die Zärtlichkeit, wobei das Zusammensein als bedeutsamer und intimer erlebt wurde. Von allen Probanden gab ein Viertel an, noch sexuell aktiv zu sein. In der Studie wird angemerkt, dass dies eine sehr zu beachtende Zahl ist, da es sich grösstenteils um hochaltrige Personen handelte und die Zahl der Frauen überwogen hat. Wie schon bei anderen Studien bestätigte sich mit dieser Befragung die Wichtigkeit einer Partnerschaft der weiblichen Teilnehmerinnen in Bezug auf die Sexualität. Als Grund für geringen oder keinen sexuellen Kontakt wurde am häufigsten das Fehlen eines Partners oder der Libidoverlust angegeben. Wobei weiter herausgefunden wurde, dass das

Sexualverhalten älterer Menschen nicht von den körperlichen Einschränkungen abhängig gemacht werden kann, wichtiger dabei ist der Umgang mit den jeweiligen Einschränkungen (vgl. Buchner et al. 2011: 79-95).

In Bezug auf das Sexualverhalten in jungen Jahren bestätigt die Studie, dass Personen, welche in der Jugend oder im jungen Erwachsenenalter einen eher problemlosen Umgang mit Sexualität hatten, auch im Alter eher aktiv sind. Wenn das Lustempfinden bereits früher nicht von Wichtigkeit war, was verschiedene Gründe haben kann, ändert sich dies mit dem Alter kaum mehr. Die Studie zeigt zusammenfassend klar, dass das Thema der Sexualität auch im höheren Alter nicht einfach wegfällt, sondern immer noch vorhanden ist. Wichtig dabei ist, die verschiedenen Facetten und auch die Lebenssituationen und Vorgeschichten der Personen miteinzubeziehen, da diese teilweise Antworten auf das Verhalten liefern können (vgl. Buchner et al. 2011: 79-95).

Bei einer Studie über die Sexualität der Frau wurde festgestellt, dass das positive Erleben der Sexualität im Alter fest verankert ist in der eigenen Einstellung zu der Sexualität. Dabei wurde aufgezeigt, dass eine erfüllte Sexualität stark mit der Akzeptanz des eigenen Körpers und einer positiven Einstellung zusammenhängt. Die Voraussetzung dafür ist einerseits das eigene Selbstvertrauen und andererseits die Wertschätzung des Sexualpartners (vgl. Schultz-Zehden 2004: o.S.). Es wird jedoch seitens der älteren Frauen weiterhin eher zurückhaltend über die eigene Sexualität und die damit verbundenen Fragen gesprochen, zumal nur gerade jede vierte Frau beim frauenärztlichen Untersuch ihre Anliegen mitteilt. Wenn aber das Thema angesprochen wird, dann meist von den Frauen selbst und nicht von den Fachpersonen (vgl. Schultz-Zehden 2004: o.S.).

Aufgrund der Erkenntnis, dass mit zunehmendem Alter der sexuelle Kontakt weniger wird, stellt sich die Frage, welche Aspekte für die sexuelle Zufriedenheit im Alter weiter von Bedeutung sind. In einer Studie wurden hierfür ältere Personen zu ihrer sexuellen Zufriedenheit befragt. Daraus wurden die folgenden vier im Zentrum stehenden Kategorien abgeleitet (vgl. Bucher 2004: 204).

Sexuelle Selbstkenntnis: Aufgrund von negativen Erlebnissen der eigenen Sexualität in früheren Jahren hat sich vermehrt bei den Frauen gezeigt, dass sie ihre Sexualität erst im späteren Leben erfahren, positiv erleben und ausleben konnten. Hierfür sind bei den Frauen die eigenen diesbezüglichen Erkenntnisse für die sexuelle Zufriedenheit wichtig. Bei den Männern steht die Auseinandersetzung mit dem Leistungsprinzip im Vordergrund und die damit verbundene Erkenntnis des eigenen Körpers. Findet dies nicht statt, können sich Versagensängste auf die sexuelle Beziehung auswirken (vgl. Bucher 2004: 205f).

Sexuelle Selbstbestimmung: Dieses Kriterium steht vor allem für die Frauen im Vordergrund, wobei die Kenntnisse über „die eigenen sexuellen Möglichkeiten und auch Grenzen“ zentral sind. Die Selbstbestimmung bedeutet, selber entscheiden zu können, wie die eigene Sexualität ausgelebt werden kann, und dass dies nicht nur fremdbestimmt wird (vgl. Bucher 2004: 206).

Kommunikation in der Partnerschaft: Das Mitteilen von eigenen Bedürfnissen und auch Grenzen ist zentral, denn ohne diese Kommunikation kann es sein, dass gewisse Erwartungen der Partner unausgesprochen bleiben. Das Mitteilen solcher Bedürfnisse kann die Partnerschaft entsprechend unterstützen und fördern (vgl. Bucher 2004: 207).

Sexuelle Identität: Das Kennen und allenfalls auch das Aufarbeiten der eigenen sexuellen Vergangenheit ist wichtig, um die aktuelle Situation, das sexuelle Befinden und die eigenen Bedürfnisse zu verstehen und anzunehmen. Was beispielsweise auch bedeuten kann, gemeinsam den Entscheid zu leben, dass die Sexualität nicht mehr einen so grossen Stellenwert einnehmen muss wie in früheren Tagen (vgl. Bucher 2004: 207).

Für die erfassten Ergebnisse der Studien gilt es zu beachten, dass die teilweise verhaltene Bereitschaft älterer Personen, über das Thema der Sexualität zu sprechen, die effektiven Aussagen beeinflussen können. Ebenfalls ist die Repräsentativität etwas eingeschränkt, zumal es eine eher geringe Anzahl aktueller Studien zu diesem Themengebiet gibt (vgl. Zippel 2017: 129). Für von Sydow steht zudem die Erkenntnis im Vordergrund, dass die teilweise stark variierenden Aussagen der Befragten die hohe Individualität und somit auch die Unterschiede der verschiedenen Personen wiedergeben (Sydow 2009: 297).

Zusammenfassend ist zu sagen, dass die Sexualität im Alter sehr individuell geprägt, ausgestaltet und gelebt wird. Es zeigt sich klar, dass die Sexualität im Alter ein Thema ist und ältere Personen sexuelle Interessen, Bedürfnisse und Wünsche haben und entsprechend durchaus noch aktiv sind. Es zeigt sich weiter, dass biografische Erlebnisse, gesellschaftliche Kontexte sowie der Umgang mit Veränderungen, die das Alter mit sich bringt, prägnant sind für das spätere Erleben und Verhalten von älteren Personen bezüglich ihrer eigenen Sexualität. Im folgenden Kapitel werden daher diese Aspekte anhand von diesen drei Ebenen genauer beleuchtet. Ziel ist es, ein Verständnis dafür zu erhalten, wie und wodurch das Erleben und Verhalten der Sexualität von älteren Personen geprägt wird.

4 Besonderheiten / Aspekte der Sexualität im Alter

Das Alter ist ein Teil der eigenen Biografie. Die Lebensgestaltung in früheren Jahren hat Einfluss auf das spätere Leben im Alter. Das Alter ist aber nicht einfach ein isolierter Lebensabschnitt, losgelöst von früheren Jahren, sondern eine stetige Entwicklung, in welcher die Möglichkeit zur Weiterentwicklung besteht, aufbauend auf den vergangenen Jahren. Diese Entwicklung und entsprechende Ausgestaltung im Alter ist aber nicht nur von der Person an sich abhängig, sondern auch von der in der Gesellschaft gelebten Kultur und steht unter dem Einfluss der in der Gesellschaft vorherrschenden Rollenzuordnungen (Kruse 1994: 334-335). Die Unterteilung der Erarbeitung dieser Aspekte erfolgt in den drei Themengebieten der gesellschaftlichen Aspekte, der eigenen biografischen Aspekte sowie der körperlichen Veränderungen des Alters.

4.1 Gesellschaftliche Aspekte

Die Vorstellung vom älteren Menschen, der keine sexuellen Bedürfnisse hat, ist heute im gesellschaftlichen Gedankengut noch immer präsent und beeinflusst nach wie vor die Thematik der Sexualität im Alter, trotz deren Aktualität und oft unbedacht der Forschungsergebnisse und Diskussionen (vgl. Hornung/Bucher 2004: 181). Obwohl Sexualität, wie in der eingangs erwähnten Definition, jeder Person zusteht, wird das Ausleben der Sexualität auch heute noch meist den Jungen oder Personen mit solchen Attributen zugesprochen. Bach (Bach 2011: 159f) verweist auf ein ihrer Meinung nach sehr schwerwiegendes Vorurteil, nämlich dass zu einer befriedigenden Sexualität nur ein jugendlicher Körper führen kann. Ihrer Meinung nach rückt bei dieser Vorstellung von Sexualität ein in der heutigen Gesellschaft vermehrt vertretenes Bild der Sexualität als Leistung in den Vordergrund, vergessen geht dabei immer mehr das Zentrale: „Das Grundbedürfnis nach Nähe und Zärtlichkeit – zum Ausdruck gebracht über den eigenen Körper und das körperliche Erleben.“ (Bach 2011: 160)

Die Sexualität war historisch gesehen in der Gesellschaft stets mit der Fruchtbarkeit und der Fortpflanzung verbunden. Daraus folgte der automatische Ausschluss von älteren Personen aus dieser Kategorie, da die Fortpflanzung bei älteren Personen kein Thema mehr war (vgl. Schroeter 2012: 201). Aufgrund dieses Ausschlusses von älteren Personen entstand dann auch ein entsprechendes Tabu um die Thematik der Sexualität im Alter. Das Wort „Tabu“ stammt ursprünglich aus Polynesien und bedeutet im heutigen Sprachgebrauch so viel wie über bestimmte Dinge nicht sprechen zu können. Dies ist auf die in einer Gesellschaft verbreiteten Anschauungen zurückzuführen (vgl. Rudas, Kulturwissenschaftliche Fakultät o.J.). Aufgrund dieser in der Gesellschaft vorherrschenden Normen und Werte passt sich das Verhalten der einzelnen Individuen entsprechend dieser Vorstellungen an. Assoziationen vom

Alter mit einem gebrechlichen Körper scheinen das Tabu in der Gesellschaft zu bestärken (Bach 2011: 163). Perrig-Chiello und Höpflinger haben sehr passend formuliert, dass die Tabuisierung und die fehlende wissenschaftliche Beachtung „einen guten Nährboden für allerlei Vorurteile“ geliefert haben (Perrig-Chiello/Höpflinger 2009: 123).

Nur schon der Gedanke an das Ausleben der Sexualität von älteren Personen schreckt viele ab. Dabei wirkt die Vorstellung der eigenen Eltern oder Grosseltern massgebend mit (vgl. Bach 2011: 162). Butler und Lewis zeigen in ihrem Buch etwas neckisch die Vorstellung auf, ob es nicht leichter wäre, die Grosseltern einfach als liebenswerte ältere Personen zu sehen, die mit Fürsorge und Gelassenheit für einen da sind, als sich mit der Vorstellung auseinanderzusetzen, dass Personen wie die eigenen Grosseltern auch ein Sexualleben haben (vgl. Butler/Lewis 1996: 12).

Obwohl sich das Altersbild in der heutigen Gesellschaft vom passiven eher negativ belasteten Bild, zu einem aktiveren mehr positiv gesehenen Altersbild wandelt, bemängelt Frank jedoch, dass die Thematik der Sexualität im Alter dabei aussen vor gelassen wird. Er geht noch einen Schritt weiter und postuliert, dass die negativen Assoziationen mehr den Frauen angelastet werden. Dies sei auf das Bild zurückzuführen, Frauen hätten nach den Wechseljahren kein sexuelles Verlangen mehr, wogegen es bei den Männern normal sei, bis ins hohe Alter ihre Bedürfnisse zu haben und diese befriedigen zu wollen (vgl. Frank 2006: 154) Hier zeigt sich auch, dass die Bedürfnisbefriedigung in den Vorstellungen von Sexualität vermehrt im Zentrum steht, wobei der direkte Bezug zu den Personen und der Lebenslage vergessen wird. Gerade ältere Menschen haben ein grosses Spektrum an Ressourcen durch ihre langjährige Lebenserfahrung zur Verfügung und könnten auch für das eigene Wohlbefinden sehr davon profitieren: „Der menschliche Kontakt einer Beziehung, die Stärkung des Selbstbewusstseins und dadurch das Fernhalten von Einsamkeit und Isolation [sind] jene Faktoren, die alte Menschen jung halten und ein Leben in Würde ermöglichen. Ihre Lebenserfahrung und Weisheit bietet die Chance einer sexuellen Begegnung, von der Jugendliche nur träumen können.“ (Frank 2006: 155) Anzumerken ist diesbezüglich noch, dass einerseits die älteren Personen unter diesen negativ behafteten gesellschaftlichen Ansichten leiden können, aber auch der Aspekt, dass unter diesen Umständen ein Wechsel zu einem offeneren Umgang mit dem Thema erschwert wird. Diese Zurückhaltung kann folglich auch von Generation zu Generation weitergegeben werden, was das Durchbrechen der bestehenden Bilder in unserer Gesellschaft erschwert (vgl. Thiele 2001: 117).

Wie im obigen Abschnitt erwähnt, fand und findet ein Wandel des Altersbildes in unserer Gesellschaft statt. Es lohnt sich, noch einen genaueren Blick auf die in der Gesellschaft bestehenden Altersbilder zu werfen, um besser zu verstehen, welche Zuschreibungen älteren

Personen generell gemacht werden, und somit auch Einfluss auf die Thematik der Sexualität im Alter haben.

4.1.1 Altersbilder in unserer Gesellschaft

Bevor auf den Wandel der Altersbilder eingegangen wird, soll der Begriff definiert werden: „Grundlegend kann der Begriff Altersbild umrissen werden mit Vorstellungen vom Alter als Lebensphase, vom Prozess des Alterns und als Vorstellungen über ältere Menschen.“ (Berner/Rossow/Schwitzer 2012: 11) Hierbei gibt es eine Unterscheidung von kollektiven Deutungsmustern und individuellen Vorstellungen. Dabei ist das individuelle Altersbild geprägt von den Vorstellungen des eigenen Alters und dem eigenen Verhalten gegenüber älteren Personen. Bei kollektiven Altersbildern gibt es einen starken Bezug zum öffentlichen Handeln, wie mit älteren Menschen umgegangen wird, welche Rollen, Rechte und Pflichten sie übernehmen und ihnen zugesprochen werden. Wobei anzumerken ist, dass diese Vorstellungen nicht grundsätzlich bewusst gemacht werden (vgl. Berner et al. 2012: 11f). Welche vorherrschenden Altersbilder in einer Gesellschaft bestehen, wird durch die in der Gesellschaft historisch bedingten festgelegten Strukturen und Deutungsmuster bestimmt (vgl. Schroeter 2009: 7). Altersbilder sind somit soziale Konstruktionen: „Sie sind Elemente, die sich einerseits unter dem Einfluss sozialer Faktoren konstituieren und über die andererseits soziale Ordnungen (wieder) neu entstehen.“ (Berner et al. 2012: 13)

Obwohl immer wieder vom Wandel des Altersbildes gesprochen wird, sind heute dennoch die negativen Assoziationen mit dem Alter im Gedankengut der Gesellschaft tief verankert. Positive Entwicklungen werden der Kindheit, der Jugend und auch dem Erwachsenenalter zugeordnet, dem Alter hingegen meist die negativen Entwicklungen. Dies hat entsprechend auch Auswirkungen auf die Gedanken bezüglich der Sexualität im Alter. Butler und Lewis bringen den Gedanken auf, dass die allgemein negative oder zurückhaltende Einstellung gegenüber Sexualität im Alter auch auf den Gedanken an das eigene Älterwerden und den damit verbundenen Ängsten beruhen könnte (vgl. Butler/Lewis 1996: 13).

Türcke hat hierfür wunderbare Gedanken zum alternden Menschen verfasst. Er zieht eine Verbindung von alten Ruinen, die betrachtet und bestaunt werden, zu äusserlichen Veränderungen im Alter. Wobei der Betrachter einer Ruine aus Stein oder Holz nicht einfach das sieht, was im Laufe der Jahrzehnte oder Jahrhunderte kaputt gegangen ist, sondern es wird die Schönheit darin gesehen, was eben genau nicht mehr zu sehen ist, die Geschichten dahinter und was die Ruine ausmacht. Türcke bezeichnet Veränderungen im Alter wie Falten, die auftauchen, das schütter werdende Haar, die nachlassende Hautstraffheit oder einen krummen Rücken auch als eine Form des Ruins. Der Unterschied zwischen der Betrachtung von Bauwerken und der Betrachtung von Menschen besteht nach ihm darin, dass, sobald der

Gedanke ins Spiel kommt, sich selber in dem Betrachteten zu suchen und zu sehen, sich diese Vorstellungen und Ansichten von "Ruinen" rasant ändern. So wird in diesen äusserlichen Merkmalen des Alters in der Gesellschaft nur der Verfall des Menschen wahrgenommen und in keiner Weise gewürdigt, wie und wodurch eine Person geprägt wurde. Eben ganz anders als bei der Betrachtung einer Ruine in Form eines Bauwerkes, wo gar die Vollkommenheit des Zerfalls bestaunt wird, obwohl die äusseren Merkmale des Alters bei den Menschen genauso viel erzählen würden. Dies ist in den Prägungen des Körpers zu lesen und diese würden die unterschiedlichsten Geschichten erzählen. Darum weist Türcke darauf hin, „im Verfall mehr zu sehen, als nur ihn selbst.“ Jedoch werden in der heutigen Zeit die Spuren und Geschichten des Alters nicht nur verändert, sondern gar ganz ausgelöscht. Türcke kritisiert damit zugleich die Schönheitsindustrie, die versucht, diese Prägungen durch Hautstraffungen und anderen Korrekturen auszuradieren² (vgl. Türcke 2011: 19-25).

Schultz-Zehden ist der Meinung, die defizitären Bilder entsprechen nicht dem in unserer Gesellschaft tatsächlichen Erleben der älteren Personen. Sie hebt entsprechend hervor, dass das defizitäre Bild vom abbauenden Organismus im Alter sich negativ auf die eigenen Ansichten der älteren Personen auswirkt (vgl. Schultz-Zehden 2013: 57). Aus der Generali Altersstudie im Jahr 2017 ist hervorgegangen, dass viele ältere Personen sich als jünger empfinden und sich nicht mit den entsprechenden Attributen und Zuschreibungen des Alters identifizieren können. Hierfür wurden in Deutschland mehr als 4000 Personen im Alter von 65 bis 85 Jahren befragt. Die Ergebnisse geben einen Einblick in die Lebenswelt von älteren Personen und können anhand von Fakten vielen der immer noch bestehenden Vorurteilen von Altersbildern entgegenwirken. 58 Prozent der Befragten gaben an, sich selbst nicht als alten Menschen zu bezeichnen. Durchschnittlich fühlen sich die Personen sieben bis acht Jahre jünger als das tatsächliche Alter. Wobei dies mit steigendem Alter abnimmt und sich bei der Personengruppe 80 plus noch 30% nicht als alte Menschen bezeichnen würden. Diese Diskrepanz zum eigentlichen Alter ist gemäss der Studie auf die hohe Lebenszufriedenheit zurückzuführen (Generali Altersstudie 2017: 28).

Es ist aber wichtig, diese Ergebnisse auch kritisch zu hinterfragen. Vor allem in Bezug auf das Gefühl, dass sich viele Personen jünger fühlen, als es ihr biologisches Alter anzeigt. Die Frage ist, ob dies tatsächlich auf die hohe Lebenszufriedenheit zurückzuführen ist, oder allenfalls noch etwas anderes dahintersteckt. Schenk sieht darin in gewissem Masse auch einen Selbstschutz dieser Personen und den Versuch, sich von diesen negativen Altersbildern abzugrenzen, um ihr Selbstbewusstsein nicht beeinträchtigen zu lassen (vgl. Schenk 2011:

² Der Gedanke an diese Auslöschung der sichtbaren Biografie lässt einen fast etwas erschauern.

29). Sind es also vielleicht auch die Altersbilder, welche die Personen dazu zwingen sich jünger zu fühlen, da falsche Attribute mit dem Alter in Verbindung gebracht werden?

In der heutigen digitalen Welt finden Prägungen von Altersbildern durch Verbreitung von Ansichten und Denkweisen vermehrt auch über die Medien statt. Das nächste Kapitel soll diesem Aspekt Rechnung tragen. Es wird etwas vertiefter auf die dort verbreiteten Altersbilder und die damit verbundenen Auswirkungen eingegangen.

4.1.2 Medienpräsenz

Ob wir wollen oder nicht, die in den Medien vermittelten Bilder haben Einfluss auf unsere Ansichten und Vorstellungen, auch vom Alter, und dies prägt somit wiederum die Altersbilder in unserer Gesellschaft. Herrad Schenk weist darauf hin, dass in den Medien grundsätzlich zwei unterschiedliche Bilder von älteren Personen repräsentiert werden. Entweder die hilfs- und pflegebedürftigen oder jene Alten, die sich früh zur Ruhe setzen und aktiv ihren Ruhestand auf Kosten der Jungen geniessen. Sie ordnet diesen beiden sehr gegensätzlichen Ansichten Wahres zu, jedoch mit Vorbehalt. Obwohl es auf jeden Fall Personen gibt, die diesen beiden Gruppen untergeordnet werden können, sollte von Verallgemeinerungen abgesehen werden. Denn beispielsweise leben in Deutschland lediglich 9% der Personen über dem 95. Altersjahr in Heimen, was natürlich eine Pflegebedürftigkeit zuhause nicht ausschliesst, aber zeigt, dass es neben pflegebedürftigen weitaus mehr andere Personen gibt, welche sich nicht darunter einordnen lassen. Schenk weist darauf hin, dass die Gruppe der älteren Personen immer heterogener wird und deshalb auch keine allgemeingültigen Aussagen getroffen werden sollten (vgl. Schenk 2011: 32f). Es zeigte sich also in den vergangenen Jahren eine gewisse Unsicherheit mit der Thematik des Alters in den Medien, wobei aber doch vermehrt auch das junge Alter visuell repräsentiert wird. Dies zeigt sich in einem vermehrt jugendlichen Auftreten von älteren repräsentierten Personen und der entsprechenden Vorstellung von Schönheit im Alter. Auch wenn diese Zuschreibungen auf einen Teil der älteren Bevölkerung zutrifft, muss bedacht werden, welchen Druck dies auf Personen im Alter ausüben kann, welche diesem Bild nicht entsprechen können oder wollen (vgl. BMFSFJ 2010: 273f).

Wie sieht das nun mit dem Altersbild in den Medien in Bezug auf die Sexualität im Alter aus? Aufgrund der Entwicklungen in der Gerontologie und des damit verbundenen Wandels des Altersbildes wollte Bildtgard Ende der 90er Jahre aufklären, wie das Alter und die Sexualität in den Medien repräsentiert wird. Zwischen 1990 und 1995 wurden 2000 Spielfilme analysiert, wobei lediglich 9 dieser Filme ältere Personen als Hauptcharaktere widerspiegeln. Diese 9 Filme wurden anschliessend analytisch aufgearbeitet um „Regeln der Repräsentanz von Sexualität im Alter zu identifizieren“ (vgl. Hornung/Bucher 2004: 182 / vgl. Bildtgard 2000: 169-

183). Rainer Hornung und Thomas Bucher (Hornung/Bucher 2004: 182) haben aus den Filmuntersuchungen die vier prägnantesten Erkenntnisse zusammengefasst:

- Alte Männer treten im Zusammenhang mit Sexualität häufiger auf als alte Frauen.
- Sexualität im Alter wird eher als komisch oder gefährlich dargestellt.
- Sexuelle Beziehungen im Alter werden durch eine Liebesbeziehung legitimiert.
- Alte Menschen, die Sexualität praktizieren, sind gesund und attraktiv.

Die Sexualität ist gemäss der Untersuchung so repräsentiert und mit dem Alter verknüpft, dass das Ausleben der Sexualität im höheren Alter immer in einem Zusammenhang mit einer Liebesbeziehung oder anderen Faktoren wie Attraktivität und einem aktiven Altersbild steht. Dies kann entsprechend auch die Vorstellung und die Bilder der Gesellschaft im Hinblick auf das Ausleben der Sexualität im Alter und die damit verknüpften Altersbilder prägen.

Eine aktualisierte Studie zu diesem Themenbereich konnte nicht gefunden werden. Es ist aber ein Fakt, dass die Thematisierung der Sexualität im Alter in den letzten Jahren angestiegen ist. Hillmann fehlt es jedoch bei dieser Thematisierung an Bezug zur Realität. Sie weist darauf hin, dass bei der Widerspiegelung in den Medien fast ausschliesslich weisse heterosexuelle Personen zu sehen sind. Auch wenn die Aktualität des Themas zugenommen hat, sieht sie eher einen Verlauf in eine Richtung, in der das Thema Sexualität zwar angesprochen, jedoch vermehrt mit älteren Personen assoziiert wird, welche gesund, sexuell aktiv und unabhängig sind. Was ihrer Meinung nach einen Wandel mit sich bringt, der es nicht schafft, neben den positiven Seiten des Alters auch die negativen entsprechend mit einzubeziehen (vgl. Hillman 2012: 20). Dies ist insofern auch unter dem Aspekt kritisch zu betrachten, dass zwar eine Thematisierung der Sexualität im Alter stattfindet, jedoch das Thema mit Attributen in Verbindung gebracht wird, welche gewisse Personen ein- und andere wiederum ausschliessen. Was zur Folge haben könnte, dass die Sexualität nur älteren Personen zugeschrieben wird, welche noch gesund und aktiv sind. Personen, die krank, pflegebedürftig oder aufgrund ihrer Lebenssituation nicht mehr selbstständig sind, würden davon ausgeschlossen werden.

Wie eben aufgezeigt, findet seit einigen Jahren ein Wandel vom defizitären zum aktiven Altersbild statt. Von diesem Wandel sollte entsprechend auch das Thema der Sexualität im Alter profitieren können. Wichtig dabei ist aber zu beachten, dass keine Normen dafür geschaffen werden, wie Sexualität im Alter aussehen soll und welche Attribute damit verbunden sind. Es stellt sich die Frage, ob ältere Personen von dem in der Gesellschaft vorherrschenden Altersbild geprägt werden und dies auch Auswirkungen auf ihre Sexualität hat. Studien dazu konnten nicht gefunden werden. Gemäss Mahnke kann die Vermutung aufgestellt werden, dass ältere Personen aufgrund der negativen Altersbilder sich selber als

nicht sexuell und attraktiv sehen, obwohl ihr eigenes Empfinden eigentlich ein anderes wäre³ (vgl. Mahnke 2013: 706). Lob-Hüdepohl spricht infolge negativer Bilder des Alterns gar von einer „Bedrohung des Alterns“, wobei Bedürfnisse und wichtige Eigenschaften von älteren Menschen zu einem glücklichen Leben im Alltag ausser Acht gelassen werden, was schlussendlich zur Folge haben kann, dass betroffene Personen ausgeschlossen werden (vgl. Lob-Hüdepohl 2016: 241).

Um sich nicht von diesen noch immer in der Gesellschaft bestehenden negativen Bildern beeinflussen zu lassen, verweist Schultz-Zehden auf die Wichtigkeit von positiven Sexualerfahrungen von Individuen und bezieht sich hier auf die Erfahrungen und Bedürfnisse der Frauen. Sie weist darauf hin, dass jetzt und in den kommenden Jahren eine neue Gruppe von Frauen nachrückt, die von der sexuellen Liberalisierung geprägt wurden und neben der Einführung der Pille auch die Entkopplung der Abhängigkeit vom männlichen Geschlecht miterlebt haben (vgl. Schultz-Zehden 2004: o.S.).

Die eigene Einstellung zur Sexualität kann wie aufgezeigt auch sehr im Widerspruch zu den in der Gesellschaft vorherrschenden Bildern und Vorstellungen stehen. Dabei ist zu beachten, dass diese Ansichten jedoch nicht starr festgelegt, sondern wandelbar sind. Wobei mit Hilfe des Bewusstseins für die aktuellen Gegebenheiten sowie des Erkennens der Zusammenhänge und deren Abhängigkeiten die Möglichkeit besteht, die Normen zu wandeln, um so eine Basis für Veränderungen zu schaffen (vgl. Schmidt/Sielert 2012: 16).

Thiele ist der Meinung, dass das bislang bestehende „negative Sozial- und Selbstbild“ älterer Menschen nicht durch die neuen Lebensformen und Werte der jüngeren älteren Personen gewandelt werden konnte. Seiner Meinung nach wird es aber genau von dieser Gruppe abhängen, wie offen künftig die Gesellschaft gegenüber der Thematik der Sexualität im Alter steht (vgl. Thiele 2001: 114).⁴

4.2 Eigene biografische Aspekte

Nicht nur die eben beschriebenen gesellschaftlichen Bilder haben Einfluss auf die Entwicklung und Thematisierung der Sexualität im Alter. Ein weiterer wichtiger Zugang, um die sexuelle Lebenswelt älterer Personen verstehen zu können, ist die Rekonstruktion der jeweiligen Lebensgeschichte und somit ein Blick auf die entsprechenden Biografien. Dabei sind historische, gesellschaftliche und soziokulturelle Einflüsse sehr wichtige Einflussfaktoren.

³ Diese Diskrepanz wäre ein wichtiges zu beachtendes Thema, auch für die Forschung, herauszufinden, ob ältere Personen sich aufgrund der Altersbilder effektiv selber anders wahrnehmen.

⁴ Es stellt sich die Frage, ob die Verantwortung vermehrt auf den Schultern dieser Personen liegt, oder ob nicht auch jüngere Generationen einen Beitrag dazu leisten können, wie die Sexualität im Alter gesehen wird.

Durch den Miteinbezug dieser Hintergründe kann erst das Verständnis für die Einstellungen und das Verhalten der älteren Personen in Bezug auf die Sexualität aufgebracht werden (vgl. Bamler 2011:230). Dass die Sexualität von unterschiedlichen Aspekten beeinflusst wird, beschreibt auch Zippel. Neben der Sozialisation nennt er weiter die Lebenserfahrung sowie das effektive Alter als wichtige Indikatoren. Dabei gilt es speziell darauf zu achten, dass keine generellen Verallgemeinerungen getroffen werden, da die individuelle Einzigartigkeit im Alter zunimmt (vgl. Zippel: 2011: 286).

Die Prägung im Kindesalter durch das Elternhaus, die dort vorgelebte Partnerschaft, die Thematisierung von Sexualität und der Umgang mit dem eigenen Geschlecht sowie den eigenen Bedürfnissen können sehr prägend für das spätere Ausleben der eigenen Sexualität sein. Dabei geht es auch darum, mit welchen Gedanken in der Kindheit die Sexualität in Verbindung gebracht wird. Wenn dies vermehrt auf negativen Erfahrungen wie der Tabuisierung der eigenen Sexualität oder einem negativen Bild im Elternhaus beruht, kann es für die Betroffenen schwieriger sein, sich im Alter sexuell auszuleben, da sie aufgrund der negativen Assoziationen auch mit Schuldgefühlen konfrontiert sein können. Diese Erlebnisse und die daraus entstehenden Einstellungen in jungen Jahren haben Einwirkungen auf eine mögliche Tabuisierung der Sexualität im Alter (vgl. Frank 2006: 153f). Um genauer auf diese Aspekte eingehen und sie verstehen zu können, ist ein kurzer Abriss des Wandels der Sexualität in unserer Gesellschaft notwendig.

4.2.1 Wandel der Sexualität

Sexualität ist im heutigen Zeitalter kein Tabu mehr und gehört ganz natürlich zum Alltag (vgl. Kolland 2011: 39). Dem war aber nicht immer so, dies hat sich in den letzten Jahrzehnten markant verändert. Personen, die in den 30er Jahren oder früher geboren wurden, wuchsen in einer Gesellschaft und einer familiären Umgebung auf, in der eine sehr autoritäre und tabuisierte Sexualität vermittelt wurde. Dazu gehörte unter anderem die mangelhafte mit Scham besetzte Aufklärung, das Verbot der Selbstbefriedigung sowie auch das mit Strafen besetzte Ausleben von nicht konformen Sexualitätsformen wie beispielsweise der Homosexualität oder auch ausserehelichem Sex. Im Zentrum der Sexualität stand damals die Fortpflanzung und die damit verbundene Gründung und Erhaltung der Familie, wobei die Heterosexualität als Norm galt und dabei das typische Familienbild und die Rolle der Frau als Hausfrau und Mutter und jene des Vaters als Ernährer im Zentrum standen (vgl. Bamler 2011: 230f). Personen, die in dieser Zeit aufgewachsen und geboren wurden, gehören zu einer Generation, die Thiele wie folgt beschreibt: „Diese Generationen sind unter einer Scham und Nacktheit tabuisierenden Erziehung aufgewachsen, Sexualverkehr war nur zur reinen Fortpflanzung gerechtfertigt. Viele, die in einem solchen moralischen Klima aufwuchsen und

sich durchaus ihrer sexuellen Bedürfnisse bewusst sind, haben Vorbehalte, zu ihrem Verlangen zu stehen.“ (Thiele 2001: 117)

Diese durch die Erziehung gelernten Muster zeigten sich natürlich auch in Ehen, die zu dieser Zeit eingegangen wurden. Kristen von Sydow nennt die Aufopferung für die Familie als zentrales Thema der damaligen Ehefrauen. Konflikte wurden vermieden und die klare Aufgabenverteilung wurde nicht hinterfragt. Es zeigte sich oft ein eher dominantes Verhalten seitens des Mannes. Diese männliche Dominanz war auch in der Sexualität für die Frauen zu spüren. Gemäss einer Umfrage von Sydow hatten 83% der Frauen mit Geburtsjahr bis in die 30er Jahre das Gefühl, dass die Wünsche des Partners vorherrschend waren. 16% der Frauen empfanden Gleichberechtigung bei der Beachtung der sexuellen Wünsche und 1%, dass die eigenen Wünsche dominierten. Durch die Jahre fand anschliessend ein Wandel dieser Ideale statt, mit der Zeit wurde offener kommuniziert und die Bedürfnisse der Frauen wurden vermehrt wahrgenommen, was einen Wandel der Sexualität zur Folge hatte (vgl. von Sydow 1994: 54-56). Die sexuelle Selbstbestimmung rückte vermehrt ins Zentrum und das Lustprinzip löste den Zwang und die Dominanz ab, so dass die Sexualität individueller gestaltet und ausgelebt wurde (vgl. Kolland 2011: 38).

Mit Blick auf die vergangenen 50 Jahre sind nach Schmidt zwei gesellschaftliche Prozesse für diesen Umschwung der Sexualverhältnisse in der Gesellschaft verantwortlich. Einerseits die Enttraditionalisierung, bei welcher es darum geht, aus den herrschenden moralischen Einstellungen und dem bisherigen sexuellen Verhalten der Gesellschaft auszubrechen. Hier bezieht Schmidt sich unter anderem auf das Sexualverhalten von Jugendlichen, welches sich in den 50er Jahren in Bezug auf das Alter des ersten Geschlechtsverkehrs drastisch verändert hat. Der Wandel des Sexualverhaltens von Jugendlichen hatte sich schliesslich Ende der 60er Jahre durchgesetzt, auch besser bekannt als die sexuelle Revolution. Andererseits veränderten sich die Moralvorstellungen von Sexualität, welche früher nur in Verbindung mit der Ehe standen. Beziehungen und die Institution Ehe und Familie erlangten neue Bedeutungen. Als einen weiteren Prozess nennt Schmidt die Gender Equalisation oder auch die sexuelle Selbstbestimmung, welche durch den Aufschwung der sexuellen Revolution vorangetrieben wurde. Im Zentrum steht dabei die neue Definition der Geschlechter in der Sexualität, vorangetrieben von der Frauenbewegung, welche unter anderem Themen wie sexuellen Zwang oder auch Sexismus ins Zentrum rückte. Der eben beschriebene Umschwung führte in vielen Bereichen dazu, dass eine neue Bewertung der moralischen Vorstellungen stattfand sowie eine Loslösung von Verboten und männlichen Privilegien. So folgten neuentwickelte Moralvorstellungen, welche nicht das Bewerten von sexuellen Akten im Vordergrund hatten, sondern die dahinterstehenden Interaktionen mit der Wichtigkeit des gemeinsamen Aushandelns der jeweils Beteiligten (vgl. Schmidt 2004: 12-24). „Die sexuelle

Liberalisierung ging einher mit einem eindrucksvollen Abbau der Frauen diskriminierenden Doppelmoral und mit der Angleichung der Geschlechter im Hinblick auf sexuelle Optionen, Rechte und Verhaltensweisen.“ (Schmidt 2013: 10).

Trotz dieses Wandels der Sexualität darf nicht vergessen werden, welche Normen und Werte in der Erziehung mitgespielt haben. Auch wenn eine heute ältere Person diese sexuelle Revolution miterlebt hat, heisst dies nicht, dass sie diese neue Lebensform auch adaptieren konnte. Mit Blick zurück ist festzustellen, dass die kindliche Sozialisation, wie bereits dargestellt, grossen Einfluss auf die Sexualität im späteren Leben haben kann. Dass diese biografischen Erfahrungen grossen Einfluss auf das aktuelle Ausleben der Sexualität haben kann, zeigt Bamler auf, indem sie sich die Frage stellt, ob die Frauen tatsächlich ein verringertes Interesse gegenüber den Männern haben. Bamler bezieht sich für die Beantwortung ihrer Frage auf unterschiedliche biografische Studien und weist darauf hin, dass es prägnante biografische Faktoren gibt, die zu diesem verminderten sexuellen Interesse führen können. Ein Grund dafür sei die Fokussierung des Partners lediglich auf den Geschlechtsakt, wobei dies gar als eheliche Pflicht empfunden werden kann, und viele Frauen berichten, hierbei nicht zum Orgasmus zu kommen. Hier spiegelt sich die mangelnde und mit Scham behaftete Aufklärung die damit verbundene Unwissenheit einer klitoralen Stimulierung. Eine weitere Rolle spielt die sexuelle Dominanz des Mannes, wobei die Frauen darunter leiden, dass die sexuellen Rahmenbedingungen für das Ausleben des Geschlechtsverkehrs meist von ihren Partnern, manchmal auch ohne ihre Zustimmung, bestimmt werden (vgl. Bamler 2011: 232f).

Das Thema der Sexualität hat sich natürlich auch in den letzten paar Jahren sehr verändert. Obwohl ein weiterer Umschwung stattgefunden hat und heute fast von einer Allgegenwärtigkeit der Sexualität gesprochen werden kann, führt Vetter ausdrücklich aus den Werken von Schmidt, (1998), Sigusch (2001) und Walder (1995) zusammen, dass ein effektiver Widerspruch zwischen den in den Medien verbreiteten Bildern der Sexualität und der in der Wirklichkeit ausgelebten Sexualität besteht. Vetter ergänzt, dass „mit der zunehmenden äusseren Sexualisierung durch eine mit Sexualreizen vollgestopfte Aussen- und Medienwelt gleichzeitig eine innere Desexualisierung stattfindet“ (Vetter 2007: 8f). Sie begründet die Abweichungen der Sexualität, die im Alltag allgegenwärtig repräsentiert wird, von der in der Wirklichkeit gelebten Sexualität damit, dass aufgrund der Flut an Darstellungen der Sexualität im alltäglichen Leben die eigenen Wünsche weniger oder gar nicht mehr bemerkt werden. Diese „Desexualisierung durch ein Überangebot an sexuellen Reizen“ ist gemäss Vetter auch in den Partnerschaften wiederzufinden, indem versucht wird, eine speziell aufregende Sexualität zu leben. Solche Bemühungen können meist jedoch nicht lange aufrechterhalten werden (vgl. Vetter 2008: 9f).

4.2.2 Wichtigkeit einer Partnerschaft

Etwas, was bisher vor allem auch in Bezug auf die Studien auffallend häufig genannt wurde, ist die Thematik bezüglich der Partnerschaft beziehungsweise der Ehe im sexuellen Kontext. Dies wurde bisher noch nicht weiter kommentiert und soll nun noch etwas vertieft werden. Obwohl die Form der Partnerschaft heute viel vielfältiger ist als früher, scheint die Wichtigkeit der Partnerschaft im Alter zu bestehen. Diese muss nicht zwingend in Form der ersten Ehe sein, sondern kann auch eine erneute Partnerschaft als Lebensgefährtin oder neuer Ehepartner nach einer Trennung oder Scheidung bedeuten. Hier gibt es jedoch beträchtliche Unterschiede in Bezug auf das Geschlecht. Von den älteren Personen über 65 Jahre sind drei Viertel der Männer und lediglich ein Drittel der Frauen noch verheiratet. Wobei dies bei den Frauen auf die höhere Verwitwungsrate als bei den Männern zurückzuführen ist. Der Verlust eines Partners kann natürlich entsprechenden Einfluss auf das Ausleben der Sexualität im Alter haben (vgl. Schultz-Zehden 2013: 56).

Aktuelle Zahlen aus dem Jahr 2017 zeigen, dass zwei Drittel der Personen der Generali Altersstudie zwischen dem 65. und dem 85. Altersjahr in einer Partnerschaft leben. Die bedeutendste Form der Partnerschaft ist nach wie vor die Ehe, wobei zwischen den Geschlechtern grosse Unterschiede bestehen. Während 82% der Männer in einer Partnerschaft leben, sind es bei den Frauen lediglich noch 56% (vgl. Generali Altersstudie 2017: 133). Dies ist auch darauf zurückzuführen, dass im Vergleich der Geschlechter ein geringerer Teil der Männer verwitwet ist und darum auch bis ins hohe Alter noch in einer Partnerschaft wie der Ehe lebt. Auf die Frage, ob sich die partnerlosen Personen einen neuen Partner wünschen, haben nur 22% der Männer und 9% der Frauen diese Frage mit "Ja" beantwortet. Obwohl daraus abzulesen wäre, dass grundsätzlich ein geringer Partnerwunsch bei Personen ausserhalb einer Partnerschaft besteht, wird in der Studie aufgezeigt, dass bei diesen Personen ein Zusammenhang zwischen der Lebenszufriedenheit und dem Wunsch nach einem Partner besteht. Bei den Personen, die sich einen Partner wünschen, ist gemäss der Studie nur jede dritte mit ihrem Leben besonders zufrieden. Personen ohne Partner, die sich auch keinen Partner wünschen, sind weitaus zufriedener, wobei jede zweite von ihnen besonders zufrieden ist mit ihrem Leben. Die Gründe, warum Personen in diesem Alter weniger neue Partnerschaften eingehen, sind weitaus weniger bekannt. Gemäss der Studie möchten 40% der befragten Personen, die ohne Partner leben, gar nichts an dem Zustand ändern, da sie die neu gewonnenen Freiheiten nicht wieder verlieren möchten. 37% ziehen eine neue Partnerschaft gar nicht in Erwägung, da die Verbundenheit zum verstorbenen Ehepartner überwiegt. 23% fühlen sich gar zu alt für einen neuen Partner (vgl. Generali Altersstudie 2017: 137-142).

In einer weiteren Erhebung wurden Befragungen unter anderem mit 329 Männern und 444 Frauen über dem 60. Altersjahr durchgeführt. Bei den Personen, welche nicht in einer Partnerschaft lebten, waren 17% der Männer noch sexuell aktiv und lediglich 4% der Frauen. Im Gegensatz dazu waren fast 2/3 der älteren Personen in einer Partnerschaft sexuell aktiv. Es wird die Vermutung aufgestellt, dass der Unterschied zwischen den Geschlechtern beim Ausleben der Sexualität ohne Partner auch darin liegt, dass Dienste wie Prostitution für Männer zugänglicher und akzeptierter sind als für Frauen. Es wurde aber auch festgestellt, dass neben einer fehlenden Partnerschaft auch andere Faktoren Einfluss auf das Ausleben der Sexualität haben, unter anderem eine frühe Arbeitslosigkeit oder Belastungen aus der eigenen Vergangenheit (vgl. Beutel/Siedentopf/Brähler 2009: 41-43).

Obwohl gemäss Schultz-Zehden die Partnerschaft ein bedeutungsvoller Aspekt mit Einfluss auf die Sexualität ist, wird dieses Themengebiet in der Forschung, vor allem in Bezug auf die langfristigen Entwicklungsprozesse, bisher vernachlässigt (vgl. Schultz-Zehden 2013: 56). Für die Zukunft gibt es Prognosen, welche besagen, dass die ehelichen Partnerschaften im Alter abnehmen werden, da die Scheidungsquoten der jüngeren Generationen steigen und die Anzahl der Eheschliessungen zugleich sinkt. Ebenfalls ist ein Anstieg der Scheidungsrate von langjährigen Ehen zu verzeichnen, wobei bei mehr als 10% der Scheidungen Ehen mit einer Dauer von 26 Jahren oder mehr betroffen sind. Eine Zunahme von Partnerschaften ausserhalb der Ehe kann somit vermutet werden. Diesbezüglich gibt es jedoch kaum wissenschaftliches Wissen in Bezug auf das Ausleben und das Befindens von Personen in ausserehelichen Partnerschaften (vgl. Re 2009: 12).

4.2.3 Religion

Ein weiterer Aspekt, der in den eigenen biografischen Aspekten genannt werden kann und bisher ausgeklammert wurde, ist die Religion. Aufgrund des Umfangs der Arbeit kann dieses Thema nicht detailliert erläutert werden. Es soll aber trotzdem seinen Platz erhalten, da die Thematik der Religion nicht aussen vor gelassen werden sollte. Denn laut von Sydow wird vermutet, dass bei sehr religiösen Personen die religiöse Prägung bereits als Kind Teil der Erziehung ist und sie daher stark von den in der Religion gelebten Idealen geprägt wurden. Zu diesen Idealen gehören beispielsweise die Keuschheit bis zur Ehe, die tolerierte Form der Sexualität als Zeugungsakt und der Sanktionierung jeglicher Form der Sexualität, die nicht dem Zeugen von Kindern dient, beispielsweise der Selbstbefriedigung (von Sydow 1994: 50-53). Von Sydows Recherchen zeigen auf, dass ein bedeutender Zusammenhang zwischen der eigenen Sexualität und der Intensität der eigenen Involviertheit in religiösen Belangen besteht. Personen mit einem hohen Grad an religiösem Engagement sind ausserhalb der Ehe weniger sexuell aktiv als Personen, die sich nicht mit einer Religion identifizieren, dazu gehört neben dem Geschlechtsverkehr auch das Ausleben von Selbstbefriedigung oder nicht

heterosexueller Kontakte. Weiter nimmt bei sehr religiösen Frauen die sexuelle Aktivität mit dem Alter stärker ab als bei Frauen, die weniger religiöses Engagement zeigen. Auch der Orgasmus ist bei Frauen mit geringerem religiösem Bezug mehr verbreitet (von Sydow 1994: 50-53).

Es ist somit belegt, dass der Grad des religiösen Engagements Einfluss auf die Sexualität hat, nicht aber, ob die Art der Konfession auch in diesem Zusammenhang steht. Gemäss dem Bundesamt für Statistik sind die christlichen Glaubensgemeinschaften in der Schweiz nach wie vor am häufigsten vertreten. Seit den 70er Jahren ist jedoch ein grosser Anstieg der konfessionslosen Personen zu messen (Bundesamt für Statistik 2018: o.S.). Ob und inwiefern die einzelnen Religionen geprägt sind von der Thematik der Sexualität und wie sich dies in den letzten Jahrzehnten bis heute entwickelt hat, sprengt leider den Rahmen dieser Arbeit und widerspiegelt auch nicht die Personen, die heute 60 Jahre und älter sind.

Natürlich haben nicht nur vergangene biografische Ereignisse Einfluss auf die Sexualität, sondern auch laufende und aktuelle Entwicklungen oder Wendungen in der eigenen Biografie der älteren Personen. Hier kann beispielsweise die Qualität der Partnerschaft oder auch der Verlust des Partners, ob infolge einer Trennung oder eines Todesfalls, genannt werden. Ein Verlust oder eine Trennung kann unterschiedliche Auswirkungen auf die Sexualität haben. Es gibt Personen, welche nach dem Verlust kein Bedürfnis mehr empfinden, sich sexuell neu zu orientieren, oder Personen, die auf der Suche nach einem neuen Partner sich selbst in einer Situation wahrnehmen, in der sie sich länger nicht mehr vorgefunden haben. So können auch vermehrt wieder Thematiken und Auseinandersetzungen mit dem eigenen Äusseren stattfinden. Im folgenden Kapitel wird etwas genauer auf diese körperlichen Veränderungen, und was sie mit sich bringen, eingegangen.

4.3 Körperliche Veränderungen

Die Sexualität im Alter steht neben dem äusseren Einfluss der gesellschaftlichen und kulturellen Bilder sowie der Beeinflussung der eigenen Ansichten und Einstellungen, welche sich durch die Jahre entwickelt haben und durch verschiedenste Ereignisse und Erlebnisse geprägt wurden, auch unter dem Einfluss der körperlichen Veränderungen (vgl. Butler/Lewis 1996: 11). Es ist daher von zentraler Bedeutung für das Verständnis der Thematik der Sexualität im Alter, auch die körperlich verändernden Faktoren zu benennen, um die Gegebenheiten und die entsprechenden Auswirkungen kennen zu lernen. Nachfolgend wird auf die körperlichen Veränderungen im Alter und deren Auswirkungen etwas genauer eingegangen. Es werden einige markante und zentrale Veränderungen des Körpers mit dem Alter aufgezeigt. Es folgt jedoch keine vollständige Analyse der körperlichen Veränderungen, sondern lediglich eine entsprechende Auswahl. Hierbei geht es nicht primär um den

entsprechenden Umgang in Form von Theorien oder Medikamenten in Bezug auf diese Veränderungen, sondern um das Erwerben des Bewusstseins für die Ausprägungen dieser Veränderungen. Ebenfalls wird nicht auf krankheitsbedingte psychische oder physische Symptome eingegangen. Für diese Arbeit stehen die körperlichen Veränderungen des Alters im Vordergrund und nicht Krankheitsbilder, die mit dem Alter zusammenhängen können wie Herzerkrankungen, Demenz, Depressionen, Arthritis, Inkontinenz oder beispielsweise krankheitsbedingte Veränderungen des Brustgewebes oder der Gebärmutter. Es sei aber erwähnt, dass der Gesundheitszustand Einschnitte in die gelebte Sexualität im Alter haben kann. Nach von Sydow kann dies bei chronischen Krankheiten umso ausgeprägter und von langer Dauer sein, wogegen bei einer Gesundung nach einer akuten Krankheit die Sexualität auch schnell wieder zurückkehren kann (vgl. Sydow 1994: 19f). Wichtig zu wissen ist, dass eine Krankheit Einfluss auf die Sexualität haben kann und es entsprechende Lösungsansätze gibt. Wie damit umgegangen werden kann, ist wie erwähnt jedoch nicht Thema dieser Arbeit.

4.3.1 Veränderungen im Alter

Bevor einzeln spezifisch auf die körperlichen Veränderungen der beiden Geschlechter getrennt eingegangen wird, folgen zuerst einige Veränderungen, die das Alter im Allgemeinen mit sich bringt. Die Haut verändert sich bereits ab dem 20. Altersjahr und wird geprägt vom Lauf des Lebens, es entstehen Falten, die Haare werden dünner, die Haut verliert an Straffheit. Die Kraft kann mit zunehmendem Alter ebenfalls nachlassen sowie auch die Abwehrfunktion des Immunsystems. Die Zähne verändern sich und müssen allenfalls ersetzt werden. Diese und andere Veränderungen treten aber nicht bei allen Personen zur gleichen Zeit und im gleichen Ausmass auf. Die Veränderungen sind sehr individuell und abhängig von verschiedenen Faktoren wie der Lebensweise oder auch der genetischen Veranlagung (vgl. Sydow 1994: 13). Mit den Veränderungen des äusseren Erscheinungsbildes können auch Zweifel an der eigenen Attraktivität entstehen. Hier überkreuzen sich die Aspekte der körperlichen und der gesellschaftlichen Ebene, da das Aussehen stark im Fokus der Schönheitsindustrie und der Kosmetikfirmen liegt und viel Geld mit der Vermarktung von Produkten sowie dem jugendlichen Aussehen gemacht wird.

„Durch die Allgegenwart des erotischen Körpers in der simulierten Welt wird der Eindruck erweckt, Schönheit ist allgegenwärtig, sei ein reproduzierbares und von jedermann(frau) herstellbares Gut.“ (Druyen 2011: 119) Diese Vermarktung des vermeintlich perfekten Aussehens prägt die Definition von begehrenswert, was zur Schaffung von Vorstellungen führt, welchen heftig nachgeeifert wird. Hierfür stehen im heutigen Schönheitsmarkt in allen Rubriken genügend Mittel und Beispielhaftes zur Verfügung, was das Gefühl vermittelt, diese Vielfalt in Anspruch nehmen zu müssen, um dem Ideal zu entsprechen. Dabei stehen im Zentrum stets die Jugendlichkeit und die damit assoziierten Eigenschaften (vgl. Druyen 2011:

118f). „Wenn jugendliche Schönheit Gradmesser für Attraktivität, Voraussetzung für Begehren und Geliebtwerden ist, (...) ist der alte Körper entsexualisiert und im erotischen Sinne unsichtbar.“ (Druyen 2011: 119) Die Fokussierung auf das Aussehen mindert den Gedanken stark, dass Schönheit von innen kommt, im Auge des Betrachters liegt und sich entfaltet (vgl. Druyen 2011: 119). Butler und Lewis haben schon vor mehreren Jahren dafür plädiert, dass die Auffassung von Schönheit überdacht werden muss und neben dem Äusseren auch weitere Merkmale wie Charakterstärke, Intelligenz oder soziale Fähigkeiten mitgedacht werden (vgl. Butler/Lewis 1996: 16). Trotz dieser Allgegenwärtigkeit der nachzueifernden Schönheit verändert sich der Körper mit zunehmendem Alter. In den nächsten Unterkapiteln wird entsprechend auf diese körperlichen Veränderungen und das, was sie in Bezug auf die Sexualität mit sich bringen, eingegangen.

4.3.2 Veränderungen des weiblichen Körpers

Bei den weiblichen Personen spielt der Rückgang des Östrogens während der Wechseljahre eine zentrale Rolle der körperlichen Veränderungen, welche auch bis ins Alter anhalten beziehungsweise Auswirkungen haben. Dies geschieht meist zwischen dem 40. und dem 60. Altersjahr. Es können sich Symptome wie Hitzewallungen, Müdigkeit oder emotionale Labilität äussern (vgl. Bucher 2004: 199). Obwohl diese Symptome als sehr störend empfunden werden können, leiden nicht alle Frauen darunter. Dies ist sehr individuell und die Begleiterscheinungen sind meist spätestens ein Jahr nach der letzten Monatsblutung vollständig weg (vgl. Northrup 2009: 10). Bei dieser hormonellen Umstellung wird in den Eierstöcken weniger Östrogen und Progesteron hergestellt. Diese Veränderung hat zur Folge, dass die Menstruation unregelmässig wird und später ganz wegfällt, erst dann kann keine Schwangerschaft mehr eintreten (vgl. Sydow 1994: 14). Der Östrogenspiegel nimmt aber nicht rasant ab, er bleibt sogar bis fast zum Schluss der Wechseljahre gleich. Vielmehr ist es die Veränderung der Art des Östrogens, das der Körper herstellt (vgl. Northrup 2009: 9). Mit zunehmendem Alter und der Veränderung des Östrogens nimmt weiter die Produktion des weiblichen Sekrets in den Scheidewänden ab und die Betroffenen können vermehrt bei sexueller Erregung unter einer trockenen Vagina leiden, was zu Schmerzen und unangenehmen Gefühlen beim Geschlechtsverkehr führen kann. Ebenso kann der verringerte Östrogenspiegel das Milieu in der Scheide beeinflussen, wodurch Infektionen begünstigt werden können, was häufiger zu einer Blasenentzündung führen kann (vgl. Butler/Lewis 1996: 20-24). Hierfür gibt es verschiedene Mittel, die der Trockenheit entgegenwirken können. Es gibt verschreibungspflichtige Cremes mit Östrogen oder auch rezeptfreie Gleitmittel, meist auf Wasserbasis. Ebenfalls kann durch Masturbation die Trockenheit verringert werden (vgl. Hillman 2012: 179-182). Die Vagina als Organ verändert sich zudem mit zunehmendem Alter. Es kann zu einer Veränderung der Scheidenform oder auch der Scheidenwände kommen,

was zur Folge haben kann, dass der sexuelle Kontakt aufgrund einer höheren Reizempfindlichkeit, oder auch einer Verengung der Scheide selbst, als sehr schmerzhaft empfunden werden kann (vgl. Butler/Lewis 1996: 24).

In einer Studie von 708 befragten Personen, die sich in und nach den Wechseljahren befinden, gaben 94% der Frauen an, unter Symptomen zu leiden, welche auf die Wechseljahre zurückzuführen sind. Die Studie zeigte weiter auf, dass die Sexualität der Befragten aber eher gering von den Auswirkungen der Wechseljahre beeinflusst wurde, wobei das subjektive Empfinden der Frauen sehr unterschiedlich war. Daher könne kein eindeutiger Zusammenhang der gelebten Sexualität mit den Auswirkungen der Wechseljahre hergestellt werden, zumal auch andere Faktoren wie die Partnerschaft oder das eigene psychische Befinden eine Rolle spielen (vgl. Bucher 2004: 199). Die HELIOS Studie kommt zu einem ähnlichen Schluss, wobei 87% der Probandinnen angaben, die Wechseljahre entweder gar nicht oder nur am Rande wahrgenommen zu haben. (Buchner/Maier/Ullmann/Garten 2011: 92) Butler und Lewis kommen ebenfalls zum Schluss, dass die Auswirkungen der körperlichen Veränderungen auf die Fähigkeit zum sexuellen Kontakt neben den Veränderungen aufgrund der Wechseljahre eher gering sind (vgl. Butler/Lewis 1996: 22).

Dies zeigt auch eine Studie von 521 befragten Frauen im Alter von 50 bis 70 Jahren. Es wurde festgestellt, dass das sexuelle Verlangen mit den Veränderungen der Hormone nicht signifikant abnimmt, sondern dies erst mit zunehmendem Alter geschieht. Es wurde gar aufgezeigt, dass die Veränderungen durch die Wechseljahre, wie das Ausbleiben der Monatsblutung und der Wegfall der Verhütung, ein befreiendes Gefühl für die Frauen sein kann (vgl. Schultz-Zehden 2004: o.S.). Es fällt auf, dass sich diese Studien mit ihren Erkenntnissen vermehrt mit dem sexuellen Verlangen und der Fähigkeit zu sexuellem Kontakt befassen. Dies sollte jedoch nicht der einzige Fokus sein. Das Befinden der Frauen in den Wechseljahren und das anschließende Leben mit dem veränderten Körper scheint genauso relevant. Damit verbunden ist auch das Verständnis für die Veränderungen des eigenen Körpers.

Hillman weist darauf hin, dass es für Frauen wichtig ist, in oder nach den Wechseljahren über ihre körperlichen Veränderungen informiert zu sein, um so allenfalls auftauchende Schmerzen beispielsweise durch vaginale Trockenheit korrekt zuzuordnen und behandeln zu können. Dabei sollten diese Veränderungen nicht als Krankheit oder gar als Verlust der Weiblichkeit angesehen werden. Es kann eine Herausforderung sein, diese Veränderungen entsprechend einzuordnen, sodass bei einer länger andauernden Phase, bis die Vagina feucht ist, keine Selbstzweifel entstehen und dies nicht in Verbindung mit der Zuneigung zum Partner gebracht wird oder gar der Partner abweisend auf die längere Phase vor dem Sex reagiert. Oft sei es

heute aber noch so, dass diese Veränderungen falsch interpretiert würden, was zu Frustration und anderen negativen Assoziationen führen kann. Denn, um wieder auf das Beispiel der vaginalen Trockenheit zurückzukommen, könne dies nach Hillman auch von den Betroffenen fälschlicherweise mit anderen medizinischen Problemen in Verbindung gebracht werden (vgl. Hillman 2012: 170-175). Diese falsche Interpretation kann allenfalls auch eine Erklärung für die Diskrepanz sein, warum viele Frauen in Studien berichten, dass sie aufgrund der körperlichen Veränderungen durch die Menopause sexuell nicht beeinträchtigt seien. Wenn Veränderungen des Körpers nicht als solche wahrgenommen werden, kann dies auch nicht in Zusammenhang mit der Sexualität gebracht werden, und es kann sein, dass andere Gründe dafür gesucht werden, die nicht der Ursprung des eigentlichen Problems sind.

Der Zeitraum der Menopause und der anschließende Verlust der Fruchtbarkeit sind also kein Ende von etwas, sondern vielmehr der Beginn einer neuen Lebensphase mit vielen Veränderungen. Diese neue Phase kann und wird lange anhalten, zumal die Lebenserwartung in den vergangenen Jahrzehnten weiter zugenommen hat (vgl. Northrup 2009: 21f).

4.3.3 Veränderungen des männlichen Körpers

Eine Veränderung des Körpers erfahren auch die Männer, wobei es sein kann, dass individuelle Gedanken betreffend der Veränderungen in Bezug auf sexuelle Interaktionen bereits früher auftreten können als bei den Frauen. Zumal die sexuelle Leistung oft in Verbindung mit der Potenz gebracht wird. Butler und Lewis erwähnen, dass sich viele Männer aufgrund der körperlichen Veränderungen verunsichern lassen, weil sie die Veränderungen nicht oder falsch verstehen oder diese Veränderungen gar falsch interpretieren und die Leistungsfähigkeit im Zentrum steht. Der Erektionsprozess eines Mannes verändert sich mit zunehmendem Alter. Für eine Erektion benötigt ein Mann mehr Zeit und die Erektion kann etwas schwächer sein als in jüngeren Jahren. Jedoch bleibt die Erektion nach der Erregung vorhanden und kann allenfalls sogar länger andauern als früher. Die Spermaproduktion nimmt generell etwas ab, was zur Folge haben kann, dass der Samenerguss beim sexuellen Kontakt besser herausgezögert werden kann. Das Gefühl des Orgasmus verändert sich somit auch mit zunehmendem Alter. Die Ejakulation ist nicht mehr so intensiv und weniger explosiv. Wichtig ist das Erlernen des Umgangs mit den körperlichen Veränderungen (vgl. Butler/Lewis 1996: 39-43). Diese Veränderungen können ebenfalls sehr positive Auswirkungen auf das Sexualleben haben. So können viele Männer mit zunehmendem Alter ihre Erektion besser kontrollieren und den verlängerten Geschlechtsverkehr entsprechend genießen. Wobei der Druck wegfallen kann, den Orgasmus zurückzuhalten, was von vielen Männern als sehr befreiend beschrieben wird (vgl. Hillman 2012: 202). Wenn der Mann jedoch aufgrund eines Mangels der Versteifung des Penis, oder einer ungenügenden Dauer der Versteifung, keinen Geschlechtsverkehr mehr haben kann, wird von einer Erektionsstörung gesprochen. Von den

älteren Personen über 60 Jahre sind etwa 15-20% davon betroffen. Die Ursachen dieser Störung können vielseitig sein, von Krankheiten wie Diabetes oder Bluthochdruck bis hin zu Spätfolgen von Operationen oder auch psychischen Faktoren (vgl. Urologenportal 2014: o.S.)

In einer Studie mit 628 männlichen Teilnehmern gaben die Teilnehmer an, dass die abnehmende Stärke der Erektion vermehrt zum Problem wird, wenn die Leistungsfähigkeit in den Vordergrund gestellt werde. Dies bestätigt die Problematik einer im Zentrum stehenden Leistungsfähigkeit der Männer. Hierfür ist eine gewollte Beschäftigung mit der Thematik der Veränderungen im Alter und der eben erwähnten Problematik der Leistungserbringung wichtig. Ein Zurückgreifen auf Erektionshilfen ist eher weniger verbreitet, wobei 80% der Befragten bislang nicht daran gedacht haben, 16% sich bereits mit dem Gedanken befasst haben und 4% entsprechende Mittel genutzt haben (vgl. Bucher 2004: 202-204). Hillman weist darauf hin, dass das Unwissen über die Veränderungen schnell Angst und Unwohlsein bei den Betroffenen auslösen kann, was zur Folge haben kann, dass falsche Schlüsse gezogen werden. Dem kann jedoch mit Hilfe von gezielten Informationen über die entsprechenden Veränderungen im Alter entgegengewirkt werden. Dabei sollte aber nicht nur an die Information des Mannes, der diese Veränderungen durchlebt, gedacht werden, sondern auch an die Person, mit der die Sexualität ausgelebt wird. Denn in dieser Situation ist es wichtig für den Mann, dass er in der Partnerschaft auf Verständnis zählen kann. So kann Missinterpretationen vorgebäugt werden, dass beispielsweise nicht eine fehlende Anziehung der Ausschlag für die längere Anlaufphase zur Erektion ist, sondern lediglich die natürlichen körperlichen Veränderungen. Die Kommunikation der Partner steht dabei im Vordergrund (vgl. Hillman 2012: 200f).

Aber auch andere körperliche Veränderungen wie schütteres Haar, Verlust der Muskelmasse oder Zunahme des Fettgewebes in der Brustpartie betrifft Männer mit zunehmendem Alter. Diese Aspekte werden jedoch, anders als beim Körperideal der Frauen, oft nicht oder weniger beachtet, obwohl diese Veränderungen genauso Auswirkungen auf das Befinden haben können. Nach Hillman sollten diese Faktoren ebenso Thema in einer Diskussion über Sexualität und die Zusammenhänge körperlichen Veränderungen sein (vgl. Hillman 2012: 227).

4.3.4 Betroffenheit beider Geschlechter

Von den körperlichen Veränderungen sind alle älteren Personen betroffen. Diese Veränderungen sind Teil des Lebens und davon ist auch die Sexualität nicht ausgeschlossen. Es geht nicht nur um den Umgang mit den eigenen Veränderungen, sondern auch beispielsweise um die des Partners, was eine entsprechende Auseinandersetzung voraussetzt: „Die daraus resultierende Anpassung von Erwartungen an die körperlichen

Möglichkeiten, Neubewertungen und die Entwicklung von Alternativen ist eine Entwicklungsaufgabe dieses Lebensabschnittes.“ (Bucher 2009: 59) Durch die körperlichen Veränderungen der beiden Geschlechter passt sich entsprechend das Ausleben und die Empfindung der Sexualität an, wobei der „genitale Vollzug der Sexualität etwas an Bedeutung“ abnimmt und die Zärtlichkeit sowie das gemeinsame Zusammensein, das Spüren und Ausleben der Intimität, an Wichtigkeit zunehmen (vgl. Zippel 2017: 129).

„Alter bedeutet nicht notwendigerweise einen Abbau, es bedeutet jedoch immer eine Veränderung – auch der Sexualität. Diese Veränderungen können durchaus auch zu Verbesserungen der sexuellen Interaktion führen.“ (Sydow 1994: 31) Durch das vermehrte Vorhandensein von Zeit und den Wegfall von Stressfaktoren wie der Versorgung der Familie oder den Verpflichtungen im Berufsalltag entsteht ein anderes Lebensgefühl, was durchaus positive Auswirkungen auf die Sexualität haben kann (vgl. Zippel 2011: 289).

Oft sind ältere Personen selber kaum oder nicht genügend informiert über die Veränderungen, was diese mit sich bringen und wie entsprechend damit umgegangen werden kann (vgl. Bucher 2009: 62). So fehlt beispielsweise nicht nur das Wissen, was genau mit dem Körper passiert und welche Veränderungen das Alter mit sich bringt, sondern es fehlt auch die Kenntnis, dass beispielsweise Erektionsstörungen behandelbar sind oder dass Selbstbefriedigung eine vaginale Trockenheit verbessern kann. Wenn diesbezüglich zu Medikamenten gegriffen wird, ist vielen ebenfalls nicht bewusst, dass diese die Sexualität auch negativ beeinflussen und kontraproduktiv wirken können (vgl. Hillman 2012: 29). Wichtig ist dabei zu beachten, dass eine Behandlung mit Medikamenten, neben möglichen unerwünschten Nebenwirkungen, nicht einfach die sexuellen Probleme löst. Informierende und aufklärende Gespräche sollten daher nicht durch Medikamente ersetzt werden, sondern wenn, dann in Ergänzung und unter Einbezug der ganzheitlichen Situation der betroffenen Personen, wobei davon abzuraten ist, die Leistungsfähigkeit ins Zentrum zu stellen (vgl. Bucher 2009: 60f). Wie Schultz-Zehden aufzeigt, ist daher zentral, nicht den Geschlechtsverkehr an sich in den Mittelpunkt zu stellen, sondern die Veränderungen zu verstehen und entsprechend den neuen Möglichkeiten und veränderten Bedürfnissen sich zu entwickeln. Wobei die Kommunikation von hoher Bedeutung ist, um entsprechend auch die Toleranz innerhalb einer Partnerschaft erhöhen zu können, was sich positiv auf mit Scham behaftete Themen auswirken kann (vgl. Schultz-Zehden 2013: 56).

Zum Schluss soll noch ein Gedanke von Hillman aufgenommen werden. Sie bezieht noch einen weiteren spannenden Faktor in diese Diskussion der körperlichen Veränderungen mit ein. Sie weist auf die mangelnde Diversität in der Modebranche hin. Altersbedingte Veränderungen können auch die Versteifung der Gelenke, geringere Beweglichkeit oder

Geschicklichkeit bedeuten, was Einfluss auf die Wahl der Kleidung haben kann. Es werden allenfalls Schuhe oder Verschlüsse an Jacken und Blusen benötigt, welche den veränderten Bedürfnissen gerecht werden. Bislang gibt es solche Mode für diese speziellen Bedürfnisse eher in Spezialgeschäften und vielleicht auch nicht in topmodischer Ausführung, dafür jedoch zu einem entsprechenden Preis. Hillman verweist auf die fehlende Aufmerksamkeit der Modeindustrie, auch älteren Personen zu ermöglichen modische und bequeme Kleidung einfach und erschwinglich beziehen zu können. Das kann für Betroffene sehr unangenehm und frustrierend sein (vgl. Hillman 2012: 188). Wenn dies in Kontext mit den gesellschaftlichen Anforderungen an Schönheit gebracht wird, wird die Misere noch etwas deutlicher und es wächst der Wunsch nach Alternativen und passenden Angeboten für betroffene ältere Personen.

4.4 Ein Blick in die Zukunft

Aufgrund der Zahlen und Prognosen ist festzustellen, dass es in Zukunft immer mehr ältere Menschen geben wird. Im Jahr 2016 betrug die durchschnittliche Zahl der zu erwartenden Lebensjahre im Alter von 65 Jahren für die Männer 19,8 und für die Frauen 22,6 (vgl. Bundesamt für Statistik 2016: o.S.). Es zeigt sich aber auch, dass nicht nur die Lebensjahre steigen, sondern auch die Lebensqualität, was sich in erhöhter geistiger und körperlicher Verfassung im Alter zeigt. Wobei auch die Lernfähigkeit der älteren Personen stets vorhanden ist und nicht wie oft angenommen mit zunehmendem Alter abnimmt. So bietet die höhere Lebenserwartung Möglichkeiten, die bisher aber kaum in ihren vollen Potenzialen genutzt wurden (vgl. Höffe: 2013: 11).

Diesbezüglich ist es auch wichtig, den Begriff der Babyboomer-Generation hinzuzuziehen. Damit sind die Personen gemeint, welche in den geburtenstarken Jahren der Nachkriegszeit geboren wurden, wobei die Geburtenraten bis in die 60er Jahre hoch blieben. Einer der Gründe für den Anstieg der Geburten wird in der Konstellation der Ehe und der traditionellen Familie gesehen, welche sich auf den Mann als Ernährer und die Frau als Hausfrau abstützte. Aufgewachsen sind die Babyboomer also mit sehr traditionellen Werten einer Gesellschaft, zumal in den 50er Jahren eine Familie mit Kindern ausserhalb der Konstellation der Ehe gar verboten war. Trotz dieser von den Eltern gelebten Traditionen und Werte kam die Generation der Babyboomer zu einem späteren Zeitpunkt mit einer vermehrt globalisierten Welt und einer neuen Musikkultur in den 70er Jahren in Kontakt. Wie im Kapitel 4.2 bereits aufgezeigt, entstanden Entwicklungen und Veränderungen von traditionellen Familienmodellen zu eher liberalen Vorstellungen über das eheliche Zusammenleben sowie andere Wohnformen und das Single-Sein. Hier ist ebenfalls die Generation der Babyboomer einzuordnen, welche teilweise aktiv in dieser Bewegung mitagierte (vgl. Perrig-Chiello/Höpflinger 2009: 16-

19/113). Dieser mehr liberale Blick auf die Familiensysteme zeigt sich auch darin, dass heute vermehrt auch Beziehungen nach der ersten Ehe gelebt werden, auch ohne erneut den Bund der Ehe zu schliessen. Dabei ist auch zu erwarten, dass die Zahl der gleichgeschlechtlichen Partnerschaften in den kommenden Jahren im Alter zunehmen wird, dies vor allem in städtischen Milieus (vgl. Perrig-Chiello/Höpflinger 2009: 114).

Trotz dieser damaligen liberaleren Entwicklung auch in Bezug auf Wohngemeinschaften zeigt sich heute klar eine Tendenz zu Einpersonenhaushalten im Alter. Wichtig dabei ist zu erwähnen, dass das Alleinwohnen nicht einfach mit Alleinsein in Verbindung gebracht werden soll, da viele Personen auch in Einzelhaushalten aktiv sind und gute Kontakte zur Aussenwelt pflegen. Jedoch sollen die Statistiken von alleinlebenden Personen aufgrund der gravierenden Veränderungen zu früher nicht aussen vor gelassen werden. In Zahlen gesprochen, hat sich die Anzahl allein wohnender älterer Personen im Vergleich von 1960 zum Jahr 2000 gar verdoppelt. So sind bei den Männern zwischen 65 und 74 Jahren heute 15 Prozent in einem Einpersonenhaushalt, früher waren es 7 Prozent. Bei den Frauen in diesem Alter ist die Zunahme von 21 auf 45 Prozent gar noch gravierender. Die Gründe dafür sehen Perrig-Chiello und Höpflinger in folgenden Faktoren: Eine verbesserte wirtschaftliche und soziale Selbstständigkeit, die erhöhte Scheidungshäufigkeit, und die verstärkte Individualisierung neuer Rentengenerationen. Der höhere Anteil Männer in einer Partnerschaft ist im Alter darauf zurückzuführen, dass sie eine kürzere Lebenserwartung haben und teilweise auch in Verbindung mit jüngeren Frauen Beziehungen oder Ehen eingegangen werden (vgl. Perrig-Chiello/Höpflinger 2009: 114f).

Bevor im nächsten Teil die zweite Fragestellung aufgenommen wird, folgt jetzt eine Zusammenfassung der bisherigen Erkenntnisse und die Beantwortung der ersten Fragestellung, welche Aspekte Einfluss auf die Sexualität im Alter haben können.

4.5 Zusammenfassung der Ergebnisse, Beantwortung erste Fragestellung

Anhand der Analyse der Studien wurde klar deutlich, dass das Thema Sexualität auch im Alter ein relevantes Thema ist und bleibt. Sexuelles Interesse ist bis im hohen Alter vorhanden. Es zeigt sich auch, dass es eine Verringerung des sexuellen Interesses gibt, je älter die Personen werden, wobei die Gründe dafür nicht grundsätzlich im Alter liegen. Der Austausch von Zärtlichkeiten wird bis ins hohe Alter am meisten getätigt. Weiter konnte bei Befragungen keine grosse Unzufriedenheit in der Beurteilung der eigenen Sexualität festgestellt werden, wobei aber die Wichtigkeit einer Bezugsperson oder einer Partnerschaft gemäss den Ergebnissen diverser Studien in Zusammenhang mit der Zufriedenheit steht. Da sich das Konzept der Ehe und die Arten von Partnerschaften stark im Wandel befinden, können keine Aussagen darüber gemacht werden, wie sich dies langfristig auswirkt, der Partnerschaft als bedeutungsvollen

Aspekt sollte also noch etwas mehr Aufmerksamkeit geschenkt werden. Der subjektiven Bedeutung der Sexualität wird grosse Wichtigkeit zugesprochen. Für die sexuelle Zufriedenheit konnten die Erkenntnisse und Aufarbeitung aus der Vergangenheit bei negativen Erlebnissen, der Auseinandersetzung mit dem Leistungsprinzip, die sexuelle Selbstbestimmung sowie das Mitteilen von Bedürfnissen als zentrale Aspekte benannt werden.

Durch die Literaturrecherchen konnte weiter herausgefunden werden, dass die Sexualität im Alter individuell und sehr vielschichtig ist und dabei von unterschiedlichen Aspekten geprägt wird. Ganz prägnant hierfür ist der Aspekt der Altersbilder in unserer Gesellschaft. Noch immer bestehen Altersbilder in unserer Gesellschaft, in denen das Alter mehrheitlich mit negativen Attributen verbunden wird. Es ist jedoch ein Wandel des Altersbildes hin zum Positiven und Aktiven zu beobachten. Dies bezieht sich jedoch wenig auf die Thematik der Sexualität im Alter, der Wandel des Altersbildes ist entsprechend noch nicht bei der Sexualität im Alter eingetroffen und es zeigt sich nach wie vor eine Tabuisierung dieser Thematik. Noch immer wird die Sexualität meist jüngeren Personen oder Personen mit solchen Attributen zugesprochen. Auch steht dies in Verbindung mit den gesellschaftlichen Vorstellungen von Sexualität. Die Zurückhaltung der Gesellschaft gegenüber dem Thema der Sexualität im Alter kann ein entsprechendes Tabu fördern und wird der nächsten Generation weitergegeben, was es erschwert, einen Wandel dieser bestehenden Bilder zu erwirken. Wenn das Leistungsprinzip und die Bedürfnisbefriedigung für die Sexualität im Vordergrund steht, wirkt sich dies entsprechend negativ auf die Auslebung der Sexualität im Alter aus. Die Medien und die darüber verbreiteten Bilder spielen dabei eine massgebende Rolle. Die Sexualität im Alter wird vornehmlich mit Vorstellungen von aktiven, gesunden und jung aussehenden älteren Personen in Verbindung gebracht und repräsentiert, was als problematisch interpretiert wird, da das Alter nicht als ganzes Spektrum miteinbezogen wird. Es wird vermutet, dass diese noch mehrheitlich negativ behafteten Altersbilder und Vorstellungen über die Sexualität im Alter belastend für die älteren Personen sein können.

Weiter wird die Sexualität im Alter auch durch eigene biografische Ereignisse geprägt. Die frühkindliche Erziehung sowie die Sozialisation zur Sexualität spielt eine zentrale Rolle, wie die Sexualität im Alter ausgelebt und empfunden wird. Eine Tabuisierung der Sexualität im Elternhaus, teilweise verbunden mit der Ausübung einer Religion, kann einschneidende Erfahrungen zur Folge haben. Hierbei spielen erfahrene Normen und Werte eine wichtige Rolle, wie beispielsweise jene, dass Sexualverkehr nur für die Fortpflanzung zu rechtfertigen ist oder die typischen Rollenverteilungen von Mann und Frau. Ein Wandel dieser Werte bis ins heutige Zeitalter ist klar festzustellen, es fand ein Umschwung der Sexualverhältnisse statt zur Loslösung von fest zugeschriebenen Rollen. Die Selbstbestimmung rückte vermehrt ins

Zentrum. Dies führte auch dazu, dass sich die Moralvorstellungen neu entwickelten. Es zeigte sich aber auch, dass der Einfluss dieser biografischen Ereignisse sehr individuell ist, es können keine Verallgemeinerungen getroffen werden.

Ebenfalls sind die körperlichen Veränderungen im Alter sehr prägnant für das Ausleben und Erleben der Sexualität im Alter. Der Körper verändert sich zunehmend, was sich auch auf die Sexualität auswirkt. Die Vagina wird trockener, der Erektionsprozess verändert sich und der allgemeine Alterungsprozess der Haut, der Haare und der Zähne wirkt entsprechend auf das äussere Erscheinungsbild ein. Dies wiederum steht im Kontext der in der Gesellschaft vorherrschenden Bilder von Schönheit und Sexualität. Einerseits ist der Umgang mit den Veränderungen sehr zentral, andererseits sind viele ältere Personen nicht korrekt über die körperlichen Veränderungen informiert und es können Fehlschlüsse entstehen, was zu Frustration und auch Selbstzweifeln führen kann. Andererseits spielen die gesellschaftlichen Bilder eine Rolle, denn wie Schönheit und Sexualität gesehen werden, ist meist nicht deckungsgleich mit dem Erscheinungsbild älterer Personen. Ob dies Einfluss auf das eigentliche Denken und Ausleben der Sexualität von älteren Personen hat, ist nicht bekannt.

Auf die Frage, ob Bedarf an Unterstützung für ältere Personen in Bezug auf ihre Sexualität besteht, konnte leider keine Antwort gefunden werden. Es hat sich gezeigt, dass es für diese Personen schwierig sein kann, über ihre Sexualität zu sprechen. In den Studien wurde jedoch nicht danach gefragt, ob und in welcher Form ältere Personen sich Unterstützung wünschen würden.

Wie aufgezeigt wurde, ist die Sexualität der unterschiedlichen Personen so individuell wie ihre Lebensläufe. Die Personen stehen nicht nur unter dem Einfluss ihrer körperlichen Veränderungen, sondern auch unter den gesellschaftlich vorherrschenden Bedingungen sowie ihrer eigenen Biografie. Diese Erkenntnisse bilden auch für Zippel das Fundament „für neue (und alte) Ansätze und Arbeitskonzepte in der Altenarbeit“ (vgl. Zippel 2011: 286). Im folgenden Kapitel wird nun entsprechend der zweite Teil der Fragestellung mit dem Bezug zur Sozialen Arbeit behandelt.

5 Sexualität im Alter – ein Thema der Sozialen Arbeit

Welche Möglichkeiten können sich durch das erarbeitete Wissen der ersten Frage für die professionelle Soziale Arbeit ergeben? Zur Erarbeitung dieser Fragen, sowie der aufgelisteten Unterfragen in der Einleitung folgt nach der Definition der Sozialen Arbeit, die Thematisierung der Sozialen Arbeit im Alter sowie der Thematik der Sexualität im Alter mit Einbezug der erarbeiteten Ergebnisse der ersten Fragestellung. In dieser Arbeit wird einfachheitshalber die professionelle Soziale Arbeit auch als Soziale Arbeit bezeichnet. Die Bezeichnungen stehen jedoch beide für die gleichen Ausführungen des folgenden Kapitels.

5.1 Definition der professionellen Sozialen Arbeit

Im Juli 2014 wurde eine revidierte Fassung der Definition der Sozialen Arbeit an der Generalversammlung der International Federation of Social Workers (IFSW) verabschiedet. Eine Übersetzung der Definition wurde anschliessend von AvenirSocial (AvenirSocial o.J.: 1) veröffentlicht:

Soziale Arbeit fördert als Profession und wissenschaftliche Disziplin gesellschaftliche Veränderungen und Entwicklungen, den sozialen Zusammenhalt und die Ermächtigung und Befreiung von Menschen.

Dabei sind die Prinzipien der sozialen Gerechtigkeit, der Menschenrechte, der gemeinschaftlichen Verantwortung und der Anerkennung der Verschiedenheit richtungweisend.

Soziale Arbeit wirkt auf Sozialstrukturen und befähigt Menschen so, dass sie die Herausforderungen des Lebens angehen und Wohlbefinden erreichen können.

Dabei stützt sie sich auf Theorien der eigenen Disziplin, der Human- und Sozialwissenschaften sowie auf das Erfahrungs-Wissen des beruflichen Kontextes.

Der Berufskodex der Sozialen Arbeit fasst hierbei die Grundwerte der Sozialen Arbeit auf den drei Ebenen der Menschenwürde, der Menschenrechte und der sozialen Gerechtigkeit zusammen. Das Handeln in der Sozialen Arbeit ist dabei abgestützt auf der Achtung der Würde sowie der Rechte jedes Menschen. Daraus erfolgen unterschiedliche Grundsätze wie beispielsweise der Grundsatz der Gleichbehandlung, bei dem jeder Person die Menschenrechte zu gewähren sind. Oder auch der Grundsatz der Selbstbestimmung, bei welchem jede Person das Anrecht hat, eigene Entscheidungen im Hinblick auf das eigene Wohlbefinden zu treffen, ohne dabei Rechte oder Interessen anderer zu gefährden. Weiter gelten in Bezug auf die soziale Gerechtigkeit Grundsätze wie die Verpflichtung zur Zurückweisung von Diskriminierung (vgl. AvenirSocial 2010: 8).

Bei der Förderung gesellschaftlicher Veränderungen und Entwicklungen wird davon ausgegangen, dass zur Erreichung des Wohlbefindens, sowie der Entwicklung der Menschen

die sozioökonomischen, die kulturellen, die sozial-räumlichen und die politischen Verhältnisse, wie auch die persönlichen Möglichkeiten, Chancen oder Hindernisse darstellen können. Die Praxis der Sozialen Arbeit umfasst somit viele unterschiedliche Arbeitsfelder und Arbeitsweisen. Dazu gehören beispielsweise Beratung, Gruppenarbeit, Gemeinwesenarbeit, aber auch politische Interventionen. Für die Soziale Arbeit ist diesbezüglich ein grosses Spektrum an Kompetenzen, Techniken, Strategien und Handlungsprinzipien notwendig. Die Soziale Arbeit ist in ihrer Funktion hierbei neben ihrer praktischen Tätigkeit auch forschend-wissenschaftlich tätig. Die ganzheitlichen Strategien der Sozialen Arbeit zielen „auf die Stärkung der Hoffnung, des Selbstwertgefühls und des kreativen Potentials der Menschen, um sie dadurch zu befähigen, repressiven Machtverhältnissen und strukturellen Ursachen für Ungerechtigkeiten entgegenzutreten und diese zu bekämpfen“. Die Soziale Arbeit agiert hierbei nach zentralen Grundsätzen wie ‚Achtung des innewohnenden Wertes‘, ‚Anerkennung der Würde des Mensch-Seins‘, ‚keinem Menschen Schaden zufügen‘, ‚Anerkennung der Verschiedenheit‘ und der ‚Verteidigung der Menschenrechte und der sozialen Gerechtigkeit‘ (vgl. AvenirSocial o.J.: 1-4).

„Die Professionellen der Sozialen Arbeit wählen ihre Methoden differenziert je nach der Lage der Situation [und] den individuellen Gegebenheiten (...). Sie gründen ihre Interventionen auf wissenschaftliche Erkenntnisse, die ihnen erlauben, Situationen richtig zu analysieren, zu beurteilen und methodisch zielgerichtet und wirkungsvoll zu gestalten.“ (AvenirSocial 2014: o.S.).

5.2 Soziale Arbeit und Alter

Die Soziale Arbeit bietet Unterstützung für Menschen jeglichen Alters. Das Alter ist eine eigenständige Lebensphase, mit vielfältigen Lebensstilen und Lebensformen. Das Alter wird heute nicht mehr einfach als Endphase des Lebens betrachtet, sondern vielmehr als Lebensabschnitt, der gestaltbar ist und auch die Notwendigkeit der Gestaltung dieser Lebensphase erkannt wurde. Das Alter läuft entsprechend nicht mehr als standardisierte Phase ab, es gehört nun zur Normalität, dass diese Lebensphase geprägt von der Biografie individuell angesehen wird. Dies bringt sehr viel Spielraum für Gestaltungsmöglichkeiten, aber auch Verunsicherung mit sich. Dabei ist zu beachten, dass die „klassischen Altersrisiken“ wie beispielsweise Armut oder Einsamkeit nach wie vor bestehen können. Die Soziale Arbeit setzt an diesen Punkten an, ältere Menschen bei der Gestaltung dieser Lebensphase zu unterstützen (vgl. Schweppe 2012: 505f).

Die Soziale Arbeit mit älteren Personen kann verschiedene Formen von Hilfestellungen und Angeboten umfassen. Dazu gehören Angebote zur Unterstützung der Verwirklichung der Bedürfnisse und Rechte dieser Personen, vorübergehende Unterstützung in

Problemsituationen sowie länger andauernde Hilfe aufgrund von Einschränkungen. Durch den Wandel des Altersbildes vom pflegebedürftigen Alter hin zu einem eher aktiven und produktiven Altersbild, haben sich auch die Angebote der Sozialen Arbeit angepasst. Das Ziel für professionelles Handeln wandelt sich weg vom Gedanken der betreuenden Unterstützung, hin zur Aktivierung und Hilfestellung in der Nutzung vorhandener Ressourcen und Kompetenzen (vgl. Backes/Clemens 2008: 318f).

Durch die Anerkennung der zuvor erwähnten Individualisierung des Alters ergeben sich neue Herausforderungen für die Soziale Arbeit, so wurden in den letzten Jahren Strategien für eine „zeitgemässe Altenarbeit“ entwickelt, wobei sich diese Strategien zur Problemlösung am Individuum und entsprechend an der Autonomie dieser Individuen orientieren (vgl. Backes/Clemens 2008: 322f):

Lebensweltorientierung: Zentral hierfür ist die Orientierung an der Lebenswelt älterer Menschen, wobei der Zugang zu der Lebenswelt dieser Klienten anhand der Aushandlung der gemeinsamen Handlungsziele geschaffen wird.

Biografieorientierung: Die Orientierung an der Biografie dieser Personen ist wichtig, wobei die Soziale Arbeit an diesen Biografien anzusetzen hat, um Anknüpfungspunkte für die Entwicklung neuer Perspektiven zu finden.

Kompetenzorientierung: Die Handlungskompetenz ist ebenfalls ein Ziel der Sozialen Arbeit mit älteren Menschen, die Förderung der Kompetenzen ist entsprechend wichtig, dies kann anhand der Förderung der Kompetenzen bei den Klienten direkt, oder deren Umwelt sein.

Obwohl sich die Soziale Arbeit in den 90er Jahren im Themenbereich des Alters zu etablieren begann, und wie eben beschrieben entwickelt hat, hat sie gemäss Böhnisch trotz der aktuellen Entwicklungen noch nicht die gleiche Repräsentanz erreicht wie in anderen Lebensphasen. Der Sozialen Arbeit fehlt es seiner Meinung nach, im Vergleich zu anderen in der Altenarbeit sehr etablierten Fachgebieten, nach wie vor an der Infrastruktur für Angebote der Sozialen Arbeit, obwohl das Bedürfnis für Hilfestellung in Problemlagen des Alters die Unterstützung von Professionellen der Sozialen Arbeit rechtfertigen würde. Den Grund sieht Böhnisch unter anderem auch in den in dieser Arbeit bereits zuvor schon diskutierten Altersbildern (vgl. Böhnisch 2010: 187).

Nach Böhnisch kann sich die Soziale Arbeit im Bereich des Alters erst richtig etablieren und entwickeln, wenn das Alter entsprechend so behandelt wird, dass diese Personen Teil der ganzen Gesellschaft sind, was einen Altersdiskurs und eine Auseinandersetzung mit den Altersbildern sowie des Begriffes des Alters im Allgemeinen voraussetzt. Dabei soll das Alter nicht vorschnell als „gesellschaftlicher Ort der Hilfsbedürftigkeit“ gesehen werden (vgl.

Böhnisch 2010: 193). Diese Meinung teilt auch Schweppe. Sie zeigt auf, dass das Altenhilfesystem auf der medizinischen Grundlage sehr verlässlich und gut strukturiert vorhanden ist. Diese Unterstützungsmöglichkeiten basieren jedoch auf dem abhängigen Alter, weit weg von der differenzierten Lebenslage des Alters, wobei grosse Lücken in Unterstützungsmöglichkeiten ausserhalb von Krankheit bestehen (vgl. Schweppe 2012: 516).

Auch Backes und Clemens unterstützen diese Aussagen. Die Soziale Arbeit wird ihrer Meinung nach den Besonderheiten des Alters dort nicht gerecht, wo die Professionellen der Sozialen Arbeit nicht auf diese Bedürfnisse des Alters und der demografischen Entwicklung vorbereitet sind. Die Praxis der Sozialen Arbeit sollte ihre Kompetenzen an der Lebenswelt und der Ressourcen der älteren Menschen und der entsprechenden Bedürfnisse orientieren. Das Arbeiten mit entsprechenden Konzepten wie der Lebensweltorientierung und des Empowerments hat sich bisher nur teilweise durchgesetzt (vgl. Backes/Clemens 2008: 323).

5.3 Sexualität (im Alter) – ein Thema der Sozialen Arbeit?

Es stellt sich nun die Frage, ob die Sexualität im Alter auch ein Thema der Sozialen Arbeit darstellt. Dieser Frage soll in diesem Unterkapitel nachgegangen werden. Der Bezug zum Alter ist im Titel bewusst in Klammern gesetzt, da zuerst auf die Sexualität als Thema der Sozialen Arbeit im Allgemeinen eingegangen wird und anschliessend der Bogen zum Alter gespannt wird. Es ist hier noch zu erwähnen, dass für diese Arbeit nicht das Verständnis der Sexualpädagogik gemeint ist, sondern die Soziale Arbeit mit ihrem Auftrag, wie zu Beginn dieses Kapitels erläutert wurde. Es soll aber vermerkt sein, dass die Sexualpädagogik eine nicht minder wichtige Form der Arbeit mit Klienten ist. Sexualpädagogik ist eine Form der Pädagogik, welche neben der sexuellen Sozialisation auch die Sexualerziehung als ihre Aufgabe sieht, diese zu erforschen und auf wissenschaftlicher Basis zu hinterfragen. Oft wird dies in Verbindung mit Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen gebracht. Das heutige Verständnis von Pädagogik weitet sich jedoch auf alle Lebensbereiche aus und schliesst somit auch Erwachsene und ältere Personen mit ein. Jedoch besteht beispielsweise für den Themenbereich der Sexualität im Alter auf pädagogischer Ebene eine grosse Lücke (vgl. Schmidt/Sielert 2012: 34). Nach wie vor ist in der Literatur auch zu beobachten, dass in der Pädagogik vermehrt Themen der Sexualität im Jugendalter oder auch der Sexualität von beeinträchtigten Personen zu finden sind. Hier besteht also noch Entwicklungsbedarf.

Die Soziale Arbeit hat viele grundlegende und teils auch sehr akute Lebenslagen der Menschen im Fokus. Lautmann zeigt sehr treffend auf, dass es in der Sozialen Arbeit sehr viele unaufschiebbare Problemlagen gibt, die dringende Unterstützung benötigen, unter anderem die Auswirkungen vielschichtiger Problematiken von Armut, Arbeitslosigkeit und Randständigkeit sowie von Delinquenz und Kriminalität (vgl. Lautmann 2008: 273). Dabei

erscheint das Thema der Sexualität fast schon unbedeutend. Bei einem Blick in die Vergangenheit wird gemäss Lautmann (2008: 273) aber etwas deutlicher, dass die Sexualität nicht so fernab von der Sozialen Arbeit ist, wie auf den ersten Blick vielleicht gedacht:

Die Kontrolle der Sexualität ist in Europa seit langem dem Trio Religion-Psychiatrie-Strafrecht anvertraut. In deren verschiedenen Organisationen wird vielfach auch Soziale Arbeit geleistet. Es sind ja nicht immer die Pastoren, Ärzte und Richter, welche eine falsche Sexualität sanktionieren. Kirchen, Gesundheitseinrichtungen und Justiz beschäftigen ein zahlreiches Personal Sozialer Arbeit, welches sich der Korrektur geschlechtlicher Verirrungen bei Gemeindemitgliedern, Patienten, Beschuldigten und Vollzugsinsassen befasst.

Oft wird bei der Thematik der Sexualität in der Sozialen Arbeit, an die Arbeit mit Jugendlichen in Bezug auf ihre Sozialisation und Entwicklung gedacht, aber auch Opfer von sexueller Gewalt oder das Thema der Sexualität von Personen mit körperlichen oder geistigen Beeinträchtigungen sind viel beschriebene Themengebiete in Fachbüchern und Zeitschriften. Personen des Alters gehen diesbezüglich mehrheitlich vergessen, ausser ihre Problemlage tritt in Verbindung beispielsweise mit sexueller Gewalt.

Zippel bestärkt die Wichtigkeit der Ansicht, dass die Sexualität mit ihrer Allgegenwärtigkeit nicht nur bei jungen Menschen, sondern auch bei alten Menschen thematisiert und miteinbezogen werden sollte. Es sei jedoch zu bemängeln, dass bislang nur marginale Andeutungen von Denkansätzen und Praktiken vorhanden sind, welche diese sexuellen Themengebiete mit Klienten ansprechen und beleuchten (vgl. Zippel 2011: 286). Bamler kommt zum Schluss, dass die „Sexualität eine zentrale Bewältigungsaufgabe im Alter darstellt“. Sie bezieht sich dabei vermehrt auf den hohen Stellenwert der Lebensgeschichte jeder einzelnen älteren Person und sieht darin ebenfalls eine Aufgabe der Sozialarbeit, mit Hilfe von entsprechenden Angeboten Klienten dabei zu unterstützen, ihre eigene Sexualität zu gestalten (vgl. Bamler 2008: 194). Lautmann erwähnt, dass bei Nichtbeachtung der sexuellen Aspekte des Alters eine Gefahr der Normalisierung droht und so fälschliche Annahmen entstehen, wie jene, dass Alte kein Verlangen mehr spüren (vgl. Lautmann 2008: 284f). Es scheint also sehr wichtig, das Thema der Sexualität im Alter zu beachten und die Würde der zu dieser Gruppe gehörenden Personen zu schützen. Bach sieht hinter dieser Würde auch den Begriff der Förderung der Selbstbestimmung der älteren Personen, eigens über ihre sexuelle Aktivität oder deren Verzicht entscheiden zu können (vgl. Bach 2011: 161).

Dies zeigt die Wichtigkeit der Beachtung dieses Themas. Es stellt sich nun die Frage, welche Aufgaben der Sozialen Arbeit zukommen können? Wie im Kapitel 5.1 beschrieben, agiert die Soziale Arbeit unter anderem auch nach dem Grundsatz der Verteidigung der Menschenrechte. Sexuelle Rechte sind sexualitätsbezogene Menschenrechte. Sexuelle

Gesundheit Schweiz (2018) listet diese auf Grundlage der Charta der Sexuellen Rechte der International Planned Parenthood Federation (IPPF) wie folgt auf:

- γ Das Recht auf Gleichstellung, gleichen Schutz durch das Gesetz und Freiheit von allen Formen der Diskriminierung aufgrund von Geschlecht, Sexualität oder Gender
- γ Das Recht auf Partizipation unabhängig von Geschlecht, Sexualität oder Gender
- γ Die Rechte auf Leben, Freiheit, Sicherheit der Person und körperliche Unversehrtheit
- γ Das Recht auf Privatsphäre
- γ Das Recht auf persönliche Selbstbestimmung und Anerkennung vor dem Gesetz
- γ Das Recht auf Gedanken und Meinungsfreiheit, das Recht auf freie Meinungsäusserung und Versammlungsfreiheit
- γ Das Recht auf Gesundheit und das Recht, am wissenschaftlichen Fortschritt und dessen Errungenschaften teilzuhaben
- γ Das Recht auf Bildung und Information
- γ Das Recht auf freie Entscheidung für oder gegen die Ehe und für oder gegen die Gründung einer Familie sowie das Recht zu entscheiden, ob, wie und wann Kinder geboren werden sollen
- γ Das Recht auf Rechenschaftspflicht und Entschädigung ⁵

Für die Praxis der Sozialen Arbeit beziehen sich Nideröst und Kunz auf die Theorien von Thiersch und Staub-Bernasconi und heben hervor, dass die Soziale Arbeit durch Bildung, Beratung und Prävention zu einem gelingenden Leben beitragen kann, womit die Soziale Arbeit einen Beitrag als Menschenrechtsprofession zur Achtung, Gewährleistung und zum Schutz dieser sexuellen Rechte aller Menschen leistet (vgl. Nideröst/Kunz 2010:35). Zu diesen Rechten gehört auch das Recht auf sexuelle Gesundheit. Gemäss der WHO wird dieses Recht nach der Übersetzung der Eidgenössische Kommission für sexuelle Gesundheit (2015) wie folgt definiert:

Die Weltgesundheitsorganisation WHO definiert sexuelle Gesundheit als Zustand physischen, emotionalen, geistigen und sozialen Wohlbefindens in Bezug auf die Sexualität. Das bedeutet nicht nur die Abwesenheit von Krankheit, Funktionsstörungen oder Gebrechen. Sexuelle Gesundheit setzt einen positiven und respektvollen Zugang zu Sexualität und sexuellen Beziehungen voraus, wie auch die Möglichkeit, genussvolle und risikoarme sexuelle Erfahrungen zu machen, frei von Zwang, Diskriminierung und Gewalt. Sexuelle Gesundheit lässt sich erlangen und erhalten, wenn die sexuellen Rechte der Menschen geachtet, geschützt und garantiert werden.

Nideröst und Kunz (2016: 34f) stellen die Förderung der sexuellen Rechte sowie die Erhaltung der sexuellen Gesundheit ins Zentrum als Aufgaben der Sozialen Arbeit. Hierfür fehle jedoch aktuell noch ein ganzheitliches Verständnis. Daher plädieren sie dafür, dass sich neben der Politik auch die Soziale Arbeit für eine entsprechende Wahrnehmung und eine

⁵ Die detaillierte Ausformulierung der Rechte sind zu finden unter:
https://www.ippf.org/sites/default/files/ippf_sexual_rights_declaration_german.pdf

umfassende Sichtweise diesbezüglich einsetzt (vgl. Nideröst/Kunz 20016: 34f). Weiter ist der Aspekt des Schutzes vor Diskriminierung zentral. Gemäss dem Berufskodex von AvenirSocial sind Professionelle der Sozialen Arbeit verpflichtet, jegliche Diskriminierungen zurückzuweisen: „Diskriminierung, sei es aufgrund von Fähigkeiten, Alter, Nationalität, Kultur, sozialem oder biologischem Geschlecht, Familienstand, sozioökonomischem Status, politischer Meinung, körperlichen Merkmalen, sexueller Orientierung oder Religion, kann und darf nicht geduldet werden.“ (AvenirSocial 2010: 9)

Auch wenn andere Problembereiche womöglich als dringlicher empfunden werden, weist Lautmann darauf hin, dass das Thema der Sexualität allgegenwärtig ist und immer in Verbindung zu anderen Thematiken steht und daher auch in unterschiedlichen Gebieten der Sozialen Arbeit angetroffen wird. Die Sexualität ist somit immer Bestandteil einer Person, und ein Querschnittsthema der Sozialen Arbeit. Die Sexualität kann durch eine erschwerte Lebenslage beeinflusst werden oder aber die Sexualität selbst ist der Auslöser der Problematik (vgl. Lautmann 2008: 284f). Das Ziel sollte sein, die Soziale Arbeit für das Thema der Sexualität im Alter zu sensibilisieren, um einen offenen und unvoreingenommenen Umgang mit der Thematik zu finden (vgl. Thiele 2001: 113). Dieses Ethos sollte als Basis dienen, um professionell auf die Bedürfnisse und Anliegen der Klienten eingehen zu können. In der heutigen Praxis ist es für den Umgang mit der Thematik der Sexualität im Alter wesentlich, die Veränderungen aufgrund des Älterwerdens ins Zentrum zu stellen. Das setzt voraus, dass sich die Betroffenen mit ihren körperlichen Veränderungen und den eigenen sexuellen Fähigkeiten sowie den eigenen Bedürfnissen befassen (vgl. Huck 2015: 160).

5.4 Möglichkeiten der Sozialen Arbeit

In diesem Kapitel nun soll eine Annäherung stattfinden, welche Möglichkeiten sich für die professionelle Soziale Arbeit mit älteren Personen aus den erarbeiteten Aspekten in Kapitel 4 ergeben können. Folgende Themen haben sich durch die Recherchen der ersten Fragestellung herauskristallisiert. Es ist noch zu erwähnen, dass dies nicht als eine vollständige Analyse gesehen werden kann, es werden lediglich prägnante Aspekte aus diesen Erkenntnissen abgeleitet und es findet ein erster Denkanstoss statt, welche Möglichkeiten diese Wissensaspekte über die Sexualität im Alter für die Soziale Arbeit beinhalten können.

5.4.1 Förderung der sexuellen Gesundheit

Im Kapitel 5.3 wurde aufgeführt, dass die sexuelle Gesundheit sehr zentral ist, und vermehrt ins Zentrum gestellt werden sollte. Unter Bezugnahme auf Kapitel 5.2 ist eines der Kriterien für eine „zeitgemässe Altenarbeit“ die Kompetenzorientierung (vgl. Backes/Clemens 2008:

322f). Die Soziale Arbeit hat gemäss dem Berufskodex unter anderem auch den Auftrag Menschen in ihrer Entwicklung zu fördern (vgl. AvenirSocial 2010: 6).

Für die Umsetzung in der Soziale Arbeit steht beispielsweise das Modell sexueller Gesundheit nach Sexocorporel zur Verfügung. Mit diesem Konzept kann eine genaue Analyse aller relevanten sexuellen Komponenten (Kognitive-, Physiologische-, Sexodynamische- und Beziehungskomponenten) stattfinden und ermöglicht damit ein Verständnis und Diagnosemöglichkeit, so dass Möglichkeiten für die Gestaltung der Sexualität aufgezeigt und damit jeweilige Kompetenzen gefördert werden können. Dies trägt wesentlich zur Förderung der sexuellen Gesundheit bei (vgl. Kostenwein 2011: 200f)⁶.

Dies ist auch insofern wichtig, da anhand der Studien in Kapitel 3 deutlich wurde, dass das sexuelle Interesse bis ins hohe Alter vorhanden sein kann und auch gelebt wird oder allenfalls Wünsche bestehen, diese Sexualität auszuleben. Somit besteht auch Bedarf an der Beachtung und Förderung dieser Interessen.

5.4.2 Veränderungen des Alters

Mit dem Alter gibt es viele Veränderungen, unter anderem auch die in Kapitel 4.3 erarbeiteten körperlichen Veränderungen. Diese Veränderungen können für die älteren Personen viele Umstellungen zur Folge haben, wobei allenfalls Unterstützung benötigt wird. Ein wichtiges Thema der Sozialen Arbeit ist diesbezüglich die Hilfestellung bei der Gestaltung von Übergängen. Auf die körperlichen Veränderungen scheint es vielleicht schwierig vorstellbar, welche Unterstützung diesbezüglich von der Sozialen Arbeit angeboten werden könnte, da dieses Gebiet auch sehr mit dem medizinischen verbunden ist.

Bei den körperlichen Veränderungen kann es für die Professionellen der Sozialen Arbeit wichtig sein, sich zu informieren und Bescheid über die diversen körperlichen Veränderungen und Umstellungen zu wissen. Ziel soll es nicht sein, allfällige Probleme direkt beheben zu können. Auch wenn die Professionellen der Sozialen Arbeit schlussendlich nicht diejenigen sind, welche die Probleme mit den Klienten lösen, ist es von grosser Bedeutung zu wissen, welche Problematiken aufgrund der Veränderungen auftreten können und wie am besten damit umgegangen werden kann. Dies bedingt auch die Kenntnis der Hilfenetzwerke oder der entsprechenden Stellen, um die Klienten zu informieren und allenfalls an die entsprechende Fachstelle zu verweisen. Gemäss dem Berufskodex der Sozialen Arbeit ist es wichtig, Klienten

⁶ Ausführungen zu diesem Modell in Bezug auf die Arbeit mit älteren Personen können nachgelesen werden unter: Kostenwein, Wolfgang (2011). Sexuelle Kompetenz. In: Bach, Doris/Böhmer, Franz (Hg.). Intimität, Sexualität, Tabuisierung im Alter. Wien, Köln, Weimar: Böhlau Verlag. S. 199-218.

über die Möglichkeiten und Grenzen des eigenen professionellen Handelns zu informieren (vgl. AvenirSocial 2010: 11).

5.4.3 Individualität der Lebenslage, Einbezug der Biografie

Wie im Kapitel 4.2 herausgearbeitet wurde, sind die eigenen biografischen Erfahrungen älterer Personen zentral in Bezug auf ihre Sexualität. Bamler fasst dies noch einmal sehr passend und prägnant zusammen: „Die jeweiligen biografischen Erfahrungen wirken auf das sexuelle Erleben, Verhalten und Handeln eines Menschen, beeinflussen seine sexuelle Identitätsentwicklung und prägen seine Einstellungen zum Thema Sexualität. Deshalb muss in der Auseinandersetzung mit Sexualität (im Alter) immer auch unter anderem danach gefragt werden.“ (Bamler 2011:231). Dies widerspiegelt erneut die Individualität der Lebenslage.

Unter Bezugnahme auf Kapitel 5.2, sind zwei der Kriterien für eine „zeitgemässe Altenarbeit“ die Lebensweltorientierung sowie die Biografieorientierung (vgl. Backes/Clemens 2008: 322f). Hierfür können in der Sozialen Arbeit unterschiedliche Theorien, Methoden und Konzepte gefunden werden.

Sehr passend für die Orientierung an der individuellen Lebenslage erscheint die Lebensweltorientierte Soziale Arbeit. Das Konzept hebt hervor, dass der Sozialen Arbeit als Ausgangspunkt die „alltäglichen Deutungs- und Handlungsmuster“ sowie die „Bewältigungsanstrengungen“ der Klienten zu Grunde liegen und der Alltag der Klienten unter Einbezug ihrer Stärken und Ressourcen zu einem gelingenden Alltag gewandelt werden soll. Zentral hierbei sind die Beachtung und Einbezug der individuellen Lebenserfahrungen sowie der Bedürfnisse der jeweiligen Klienten (vgl. Grundwald/Thiersch 2016: 24). Dabei soll eine ganzheitliche Sichtweise entstehen können, was bei der der Thematik der Sexualität im Alter von hoher Wichtigkeit ist, da so viele unterschiedliche Einflüsse auf die älteren Personen einwirken können.

Bezüglich der Wichtigkeit der eigenen Biografie bietet sich für die praktische Soziale Arbeit unter anderem die Methode der Biografiearbeit an. Sich erinnern zu können, ist ein wichtiger Bestandteil, um die Vergangenheit als sinnhaft zu erleben. Das Ziel ist es, ein Vertrauen zu sich selbst entwickeln zu können, was eine Auseinandersetzung mit sich selber und den dabei möglicherweise entstehenden Widersprüchen bedingt. Die Biografiearbeit hilft dabei, diese Widersprüche in ein Gleichgewicht zu bringen (vgl. Mahnke 2013: 696). Hierbei kann das Erzählen der Lebensgeschichte für die jeweilige Person als Entlastung empfunden werden. Auch erhält die Person durch das Mitteilen ihrer Lebensgeschichte entsprechendes Interesse vom Gegenüber, was ihr Wohlbefinden durch eine entgegengebrachte Wertschätzung entsprechend steigern kann. Weiter ist es durch die Biografiearbeit möglich, individuelle

Ressourcen kennen zu lernen und diese entsprechend zu aktivieren.⁷ Mit dem Verständnis und den Informationen über die jeweilige Lebensgeschichte kann die Situation der Person besser verstanden werden und so können Handlungsmöglichkeiten ausgearbeitet werden (vgl. Matolycz 2016: 45f). Dies kann die sexuelle Selbstkenntnis erhöhen und somit die sexuelle Zufriedenheit steigern (vgl. Bucher 2004: 205f).

Hier überschneidet sich auch die Ebene der Gesellschaft mit den eigenen biografischen Erlebnissen. Wie in Kapitel 4.1 erwähnt, können ältere Personen durch die in der Gesellschaft vermehrt negativen Altersbilder sich selber diese Defizite zuschreiben, obwohl diese nicht der Wirklichkeit entsprechen. Mit der biografischen Arbeit wird versucht, neben der Auseinandersetzung mit der eigenen Biografie sich auch mit diesen von der Gesellschaft aufgedrängten Bildern auseinanderzusetzen und ein eigenes Bild für sich selbst zu erschaffen, wobei die Unterscheidung von eigenen und aufgezwungenen Ansichten zentral ist (vgl. Mahnke 2013: 706).⁸

5.4.4 Auseinandersetzung mit dem Altersbild

Im Kapitel 4.1 wurden die in der Gesellschaft bestehenden Altersbilder in Hinblick auf das Alter und die Sexualität im Alter herausgearbeitet. Diese Erkenntnisse können für die Soziale Arbeit in Bezug auf die Sexualität im Alter sehr wichtig sein. Dabei ist der Blick auf mögliche Diskriminierungen der von dieser Thematik angesprochenen Personen zu richten, denn die vorherrschenden Altersbilder haben einen ausschlaggebenden Einfluss auf mögliche Benachteiligungen dieser Gruppe (vgl. Krämmer-Rütten 2015: 114). „Altersdiskriminierung ist dadurch gekennzeichnet, dass im Umgang mit älteren Menschen zu Unrecht andere Maßstäbe angelegt werden als etwa bei jüngeren Menschen.“ (Krämmer-Rütten 2015: 114). „Wichtig für eine gelungene Inklusion von älteren Menschen ist das Überwinden von [...] starren konventionellen Normvorstellungen, um zu mehr Vielfalt, Individualität und gegenseitiger Wertschätzung der Generationen und unterschiedlichen Gruppen hinweg zu gelangen.“ (Krämmer-Rütten 2015: 120). Den Missständen beispielsweise aufgrund des immer noch negativ geprägten Altersbildes in Bezug auf die Sexualität können die Professionellen der Sozialen Arbeit nicht direkt entgegenwirken. Es ist jedoch wichtig, diese Form der Ausgrenzung zu erkennen und festzustellen, dass diese vorhandenen Strukturen veränderbar sind und Alternativen entwickelt werden können (vgl. Krämmer-Rütten 2015: 119). Daher ist es für Professionelle der Sozialen Arbeit wichtig, in ihrer Arbeit mit älteren Menschen eine alterssensible Professionalität zu erwerben, um mögliche Formen der

⁷ Vera Bamler hat in ihrem Buch vertiefende Informationen mit praktischen Fragen aufgelistet, welche für ein Gespräch hilfreich sein können: Bamler 2011 Seite 231f.

⁸ Weitere Informationen zu diesem Thema können im Beitrag von Elke Mahnke gefunden werden: Mahnke 2013 Seite 696-700.

Diskriminierung zu erkennen und entsprechend professionell und klientenbezogen zu reagieren (vgl. Krämmer-Rütten 2015: 117).

Hierbei sind das Bewusstsein und der Leitfaden für einen entsprechenden Umgang mit älteren Personen zentral, einerseits als Professionelle der Sozialen Arbeit und andererseits auch als Institution, in welcher entsprechende Werte in einem Leitbild erarbeitet und verpflichtend genannt werden können. Hierfür gibt es beispielsweise Richtlinien und Leitsätze, an welchen sich Institutionen orientieren können. Im Jahr 2010 hat CURAVIVA Schweiz, der Dachverband Schweizer Heime und Institutionen, eine Charta der Zivilgesellschaft zum würdigen Umgang mit älteren Menschen lanciert. Die Charta setzt sich unter anderem dafür ein, ältere Menschen als bedeutendes Segment der Gesellschaft zu sehen, wobei Altersdiskriminierung in jeglicher Form zu verhindern ist. Weiter sollen ältere Personen dabei unterstützt werden, sich nicht an einem unmöglich zu erreichenden Massstab der Jugendlichkeit messen zu müssen, sondern selbstbewusst in ihrer eigenen Lebensphase in einer entsprechenden Alterskultur weiterentwickeln und entfalten zu können und dies in Form der Selbstbestimmung. Weiter soll das Alter nicht ausgeklammert, sondern als wichtiger Teil des Lebens betrachtet werden. Zentral dabei ist eine positive Bewertung und Sichtweise des Alters mit all seinen Facetten, ohne dabei die beschwerlichen Seiten auszublenden (vgl. CURAVIVA 2010: 1-20). Mit der Orientierung an diesen Richtlinien kann ein grosser Beitrag im Umgang mit älteren Personen geleistet werden. Dies lässt sich auch auf die Ebene der Sexualität im Alter entsprechend auslegen. Hierbei erscheint es besonders wichtig, die Förderung der Selbstbestimmung der älteren Personen zu wahren und zu respektieren.

Es ist ebenfalls wichtig zu beachten, dass Altersbilder auch immer massgeblich mit Emotionen und Wertungen verbunden sind. Dabei können sich in Altersbildern auch Ängste und Vorurteile, verbunden mit dem eigenen Altersprozess, widerspiegeln. Diese Ängste können zu einer Distanzierung gegenüber dem Thema Alter und den älteren Personen führen, wobei eine Auseinandersetzung mit dem eigenen Alter vermieden wird. Positiv betrachtet können Altersbilder aber auch Vorstellungen und Aussichten für die persönliche Zukunft schaffen und so als Motivator agieren (vgl. BMFSFJ 2010: 500f). Es liegt also ein grosses Potenzial in den Ansichten der Altersbilder.

5.5 Chancen und Herausforderungen

Nachdem einige Möglichkeiten der Sozialen Arbeit auf die Besonderheiten der Sexualität im Alter aufgezeigt wurden, soll nun das Augenmerk noch auf die Chancen und Herausforderungen dieses Themenbereichs in der Sozialen Arbeit gerichtet werden.

5.5.1 Zusammenarbeit mit Klienten

Es kann für die Professionellen der Sozialen Arbeit eine Herausforderung sein, die Thematik Sexualität im Alter anzusprechen, einerseits für die Klienten und andererseits auch für die Professionellen der Sozialen Arbeit. Wie im Kapitel 3 schon angemerkt wurde, kann es für ältere Personen schwierig sein über das Thema Sexualität zu sprechen, geschweige denn, über die eigene Sexualität. Gemäss Hillmann reagieren Ältere Personen positiv darauf, wenn sie vor dem Ansprechen dieses Themas gefragt werden, ob es in Ordnung ist, Fragen zum Thema Sexualität zu beantworten. Hierbei erhalten die Befragten die Möglichkeit, selber Kontrolle über die Situation zu haben und sich nicht etwas auszusetzen, was sie selber nicht möchten. Ebenfalls kann es für den Verlauf des Gesprächs sehr von Vorteil sein, wenn den Klienten bewusst gemacht werden kann, dass sie von einer offenen und ehrlichen Kommunikation am meisten profitieren können. Falls eine Person dennoch ablehnt, ist es wichtig mitzuteilen, dass dies respektiert und akzeptiert wird. Es kann jedoch auch nachgefragt werden, was die Gründe dafür sind und warum die Klienten es bevorzugen nicht darüber zu sprechen (vgl. Hillman 2012: 175f). Wichtig dabei ist, die Einstellungen der älteren Person zu respektieren, was allenfalls heissen kann, das Thema nicht weiter anzusprechen (vgl. Hillman 2012: 182).

In Bezug auf die Beratung von Männern weist Hillman darauf hin, dass es je nachdem, wer dem Klienten gegenüber sitzt, problematische Situationen hervorrufen kann. So kann es sein, dass ein älterer Mann sich nicht wohl fühlt, mit einer jüngeren Frau Probleme seiner Sexualität zu besprechen, weil er es sich nicht gewohnt ist und dies ein Tabu für ihn darstellt. Diese Problematiken könnten jedoch auch mit jüngeren Männern in der beratenden Funktion auftauchen. Daher ist es gemäss Hillman wichtig, diese Bedenken seitens der Klienten anzusprechen, hierbei kann bereits die Frage, wie sich der Klient fühlt, die Wege für Diskussionen ebnen (vgl. Hillman 2012: 202).

5.5.2 Forschung

Im Kapitel 3 wurde bereits erwähnt, dass die Studien zu Sexualität im Alter nicht sehr zahlreich sind, erst in den letzten Jahren wurde erfreulicherweise der Fokus vermehrt auch auf das Verhalten und Erleben der Sexualität im Alter gelegt. Spannend ist, dass diese Forschungslücke nicht nur in Bezug auf ältere Personen bemängelt wird. Kunz und Freigang haben anhand einer wissenschaftlichen Literaturrecherche Forschungslücken zu Themen von Beziehung, Sexualität und sexueller Gesundheit in der Schweiz identifiziert: „Eine umfassende repräsentative Studie zum sexuellen Verhalten, zu den Einstellungen zu und dem Erleben von Sexualität in der Schweiz existiert bislang nicht. Fragen zum Empfinden und Erleben von Sexualität und Partnerschaft in der Schweizer Bevölkerung lassen sich mit den aktuell zur

Verfügung stehenden Daten nur eingeschränkt bis gar nicht wissenschaftlich valide beantworten.“ (Kunz/Freigang 2016:35) Hierfür wäre eine Querschnittsstudie in der Schweiz zum aktuellen Beziehungs- und Sexualleben notwendig, mit dem Ziel, Bezugsgrößen liefern zu können, auf welche sich die vorhandenen und künftigen Untersuchungen mit den entsprechenden Ergebnissen beziehen könnten (vgl. Kunz/Freigang 2016:35).

Kunz hebt hervor, dass die Soziale Arbeit ihr Handeln als Profession auf Daten und Fakten abstützt. Hierbei bemängelt er nicht eine Unkenntnis über diesen Themenbereich, sondern vielmehr den aktuellen Zustand eines fehlenden wissenschaftlichen Wissens bezüglich der sexuellen Gesundheit: „Die Ursachen, die zu Problemen sexueller Gesundheit führen, wurden in der Regel nicht untersucht. Sexualität ist aber mehr als nur ein biologisches Bedürfnis, sie beruht in umfassender Weise auf Wechselwirkungen mit psychischen und sozialen Aspekten, die sich auf sexuelles Verhalten und Erleben auswirken.“ (Kunz 2016: o.S.) Diese ganzheitliche Sichtweise wurde bereits in der Definition der sexuellen Gesundheit der WHO wiedergegeben. Diese Perspektive von Sexualität bildet den neuen Grundgedanken von sexueller Gesundheit, mit Blick auf die entsprechenden Ressourcen. Daher bestehen die Lücken in der Forschung vermehrt im Bereich des Erlebens und des Fühlens von Sexualität. Ein zusätzlich vertieftes und wissenschaftlich fundiertes Wissen würde die Arbeit mit Klienten in der Sozialen Arbeit erleichtern (vgl. Kunz 2016: o.S.).

Schade ist, dass bei der Erkenntnis dieser Forschungslücken das Alter nicht erwähnt wird. Der Fokus liegt nach wie vor vermehrt auf der sexuellen Entwicklung bis ins Erwachsenenalter sowie auch dem entsprechenden Ausleben der Sexualität mit Blick auf die sexuelle Vielfalt. Es wäre wünschenswert, wenn die Sexualität von älteren Personen diesbezüglich nicht ausgeklammert werden würde. Denn wie die zu Beginn dieser Arbeit aufgeführten Studien aufgezeigt haben, besteht grosser Bedarf, auch diese Altersgruppe mit einzubeziehen, um entsprechend auf deren Bedürfnisse eingehen zu können.

5.5.3 Eigene Ansichten als Professionelle der Sozialen Arbeit

Auch die eigenen Ansichten und Einstellungen sind ein wichtiges Thema in der Arbeit mit Klienten, so auch im Bereich Sexualität und Alter. Hillman plädiert dafür, dass es nicht genügt, die Einstellungen und Ansichten der Klienten zur Sexualität im Alter und die Ansichten und Gegebenheiten der Gesellschaft zu kennen. Ebenso wichtig ist für sie das Bewusstsein der eigenen Einstellung und die eigenen Ansichten zum Thema Sexualität im Alter als professionelle Person. Dabei weist sie darauf hin, dass nicht im Vordergrund steht, ob die eigenen Ansichten bezüglich des Themas eher tolerant oder mehr zurückhaltend sind – wichtig ist das Wissen um die eigenen Ansichten und der Umgang damit. Es ist zentral, die eigenen Gefühle zur Sexualität im Alter wahrnehmen zu können, sodass die Klienten unbedacht der

eigenen Ansichten angemessene und sachliche Informationen und Betreuung erhalten können (vgl. Hillman 2012: 59f).

Um entsprechende Handlungskompetenzen aufweisen zu können, ist es wichtig, eine eigene Haltung in Bezug auf die Sexualität zu entwickeln und sich dieser bewusst zu sein. Hierbei ist auch aufgrund des gesellschaftlichen Kontextes die Fähigkeit zur Reflexion sehr wichtig. Einerseits, da das Thema immer noch mit einem Tabu in Verbindung gebracht wird, und andererseits, weil eine Auseinandersetzung mit sich selber als Professionelle der Sozialen Arbeit verpflichtend ist, zumal die Sexualität allgegenwärtig ist und auch immer eigene Gedanken und Ansichten mitspielen, was herausfordernd sein kann (vgl. Voss 2017: 55). Denn gerade weil in der Gesellschaft immer noch eine Form von Tabu und Verslossenheit betreffend der Sexualität im Alter besteht, ist es von hoher Wichtigkeit, als Professionelle der Sozialen Arbeit diesem Themengebiet offen gegenüberzustehen um den Klienten ein unbefangenes Gespräch zu ermöglichen (vgl. Hillman 2012: 81).

Bevor abschliessend in den Schlussteil der Arbeit eingeleitet wird, findet noch ein Exkurs zur Heteronormativität statt. Bei den Literaturrecherchen drängten sich Gedanken zu diesem Thema stetig auf, und verdienen daher ihren Platz in dieser Arbeit.

6 Exkurs Heteronormativität

Heteronormativität beschreibt ein zweipoliges Geschlechtersystem, das auf dem Grundgedanken einer dichotomen Weltanschauung beruht, in dem die Heterosexualität als Norm ausgelegt wird. Hierbei definieren Frauen und Männer mit der entsprechend zugeschriebenen weiblichen oder männlichen Geschlechterrolle sowie den dazugehörigen körperlichen Geschlechtsmerkmalen den Begriff der Heteronormativität. Da dies als Standard gilt, werden in einer heteronormativ geprägten Weltanschauung alle anderen von diesem Standard abweichenden Formen von sexueller Orientierung oder auch geschlechtlicher Identität als nonkonform betrachtet (vgl. Vetter 2010: 67f). Heteronormativität ist somit die Absolutsetzung heterosexueller Lebensformen, wobei diese Formen der Beziehungen als natürlich und normal angesehen wird. Durch die sexuelle Liberalisierung in den 60er Jahren gelang es, einige Vorurteile und Herabsetzungen von nichtheterosexuellen Lebensformen in Bezug auf rechtliche Belange, das Alltagsleben oder auch prominent vertretene Personen in der Öffentlichkeit auszuräumen. Jedoch bestehen bis heute Vorurteile gegenüber Lebensformen, welche den lange in der Gesellschaft vorherrschenden Rollensystemen der Familie widersprechen (vgl. Schmauch 2015: 101).

In den Literaturrecherchen, den Studien sowie der Erarbeitung der Thematik für diese Arbeit, ist ganz zentral immer wieder der Aspekt der Heteronormativität unterschwellig aufgetaucht. Nicht ausgesprochen, aber unausgesprochen. Genau in der Form, dass davon ausgegangen wird, dass es Mann und Frau sind, die sexuellen Kontakt pflegen oder eine Partnerschaft eingehen. Das Thema wird also sehr bipolar gedacht, es gibt nur die männlich oder die weibliche Sicht. Auch beim Lesen der Literatur schwingt der Grundgedanke dieser Absolutsetzung der Geschlechter und der Lebensformen mit. Natürlich gibt es auch entsprechende Literatur, in welcher beispielsweise auf homosexuelle oder lesbische Sexualität im Alter im Speziellen eingegangen wird. Jedoch schwingen nach wie vor in der allgemeinen und generellen Literatur und den Untersuchungen die heteronormativen Vorstellungen mit, und alles, was davon abweicht, ist speziell und extra zu erwähnen und somit nicht der Norm entsprechend. Mit diesem kurzen Denkanstoß soll hier auf die Thematik hingewiesen und aufmerksam gemacht werden.

Das Ziel sollte sein, nicht nur die Heteronormativität zu erkennen, sondern einen Wandel hin zur sexuellen Vielfalt zu schaffen. Schmauch fasst unter der sexuellen Vielfalt neben der sexuellen Orientierung (Homo-, Bi- und Heterosexualität) auch die unterschiedlichen Formen sexueller und/oder geschlechtlicher Identität (Transsexualität, Transgender, Intersexualität)

zusammen (vgl. Schmauch 2015: 103).⁹ Wie in den vorhergehenden Kapiteln bereits erarbeitet wurde, ist erkennbar, dass es für ältere Personen viele Einflussfaktoren gibt, welche prägend für das Ausleben ihrer Sexualität sein können. Dies wurde ausführlich anhand der drei verschiedenen Ebenen beschrieben. In Bezug auf die Heteronormativität und die Lebensformen, welche von diesen Normen abweichen, kommen noch viele weitere Ebenen und Herausforderungen hinzu. Betroffene Personen benötigen gemäss Schmauch viel Mut und Kraft, aus diesen, auch in unserer Gesellschaft, immer noch bestehenden Normativitäten auszubrechen. Es entstehen Konflikte aus den eigenen Wünschen und Vorstellungen zu der in der Gesellschaft vorherrschenden Realität der heteronormativen Orientierung. Je nach Lebenssituation können diese Widersprüche stärker oder auch weniger prägnant ausfallen, aber sie bleiben unbedacht der Intensität stets vorhanden. Hierfür ist es wichtig, Strategien zur Bewältigung dieses Spannungsfeldes der inneren und der gesellschaftlichen Normen zu entwickeln (vgl. Schmauch 2015: 106f).

Für die Soziale Arbeit sieht Schmauch wichtige Handlungsfelder der Sozialen Arbeit in Bezug auf die sexuelle Vielfalt. Die Diskriminierung soll verringert werden, um die Klienten in ihrer Entwicklung zu unterstützen (vgl. Schmauch 2015: 170.) Mögliche Massnahmen hierfür können die Ausbildung und Weiterbildung des Teams und der Fachkräfte sein, die Einbettung dieser Erkenntnisse in Leitbilder der Institution, die Erstellung von Informationsmaterial unter dem Einbezug aller Lebensweisen sowie auch die Reflexion zum eigenen Handeln und Denken als Professionelle der Sozialen Arbeit. Wenn bei dieser Auseinandersetzung mit sich selber festgestellt wird, dass vielleicht sogar eine ablehnende Haltung anderer Lebensformen besteht, sei dies nicht negativ zu betrachten, sondern als Zeichen von Kompetenz. Dies öffnet den Raum für Weiterentwicklung (vgl. Schmauch 2015: 175-177). Auch in der Forschung könnte die Soziale Arbeit vermehrt aktiv werden. Zurzeit sind Studien über die gleichgeschlechtliche Sexualität im Alter weitaus weniger vertreten (vgl. Huck 2015: 160).

Auch wenn die Generation der älter werdenden Babyboomer teilweise noch negative Anschauungen von alternativen Beziehungen hat, wird immer mehr das Verständnis und die Akzeptanz für diese Lebensformen aufgebracht (vgl. Hillman 2012: 9). Wobei das Anerkennen der Vielfalt im Vordergrund stehen sollte. „Der positive Begriff der Vielfalt will sichtbar machen, dass Liebe, Sexualität und Identitäten auf sehr verschiedene Weisen gelebt werden und dass diese verschiedenen Liebes- und Lebensweisen als gleichberechtigt anzuerkennen sind.“ (Schmauch 2015: 103)

⁹ Ausführliche Begriffserklärungen können in Schmauch 2015 S. 103 nachgelesen werden. Ausführungen zur der Entwicklung dieser Thematik kann ebenfalls in Schmauch 2010 S.170-172 nachgelesen werden.

7 Schlussfolgerungen

In diesem abschliessenden Kapitel werden die Ergebnisse der Literaturrecherchen zur zweiten Frage zusammengefasst und die Frage beantwortet, welche Möglichkeiten sich durch das erarbeitete Wissen der ersten Frage für das professionelle Handeln in der Sozialen Arbeit ergeben können. Anschliessend folgen die Erkenntnisse und Schlussfolgerungen über die ganze Arbeit sowie die kritische Würdigung.

7.1 Zusammenfassung der Ergebnisse, Beantwortung zweite Fragestellung

Es wurde aufgezeigt, dass die Soziale Arbeit die Lebensphase des Alters als Lebensabschnitt betrachtet, deren Notwendigkeit der Gestaltung auch ausserhalb von Themen wie Armut oder Einsamkeit erkannt wurde. Aufgrund der Individualisierung dieser Lebensphase ergeben sich viele Gestaltungsmöglichkeiten und somit auch Chancen und Risiken dieser Möglichkeiten. Durch den laufenden Wandel des Altersbildes passen sich auch die entsprechenden Angebote in der Sozialen Arbeit an, weg von dem Gedanken der betreuenden Unterstützung hin zur Aktivierung und Hilfestellung in der Nutzung vorhandener Ressourcen. Hierbei steht die Orientierung an der Lebenswelt, der Biografie sowie der Kompetenzen und Ressourcen der jeweiligen Klienten im Zentrum. Es wurde aber auch festgestellt, dass die Soziale Arbeit anderen Fachgebieten der Altenarbeit noch hinterherhinkt. Hierfür ist das nach wie vor eher negativ geprägte Altersbild ein wichtiger Grund, da Lücken in Unterstützungsmöglichkeiten weg vom abhängigen Alter bestehen und somit den eigentlichen Besonderheiten des Alters nicht gerecht wird. Es gibt also noch viel Entwicklungsbedarf.

Weiter hat sich klar gezeigt, dass die Sexualität im Alter ein Thema der Sozialen Arbeit darstellt. Es wurde aufgezeigt, dass sexuelle Rechte ebenfalls Menschenrechte sind. Die Soziale Arbeit hat als Menschenrechtsprofession den Auftrag zur Achtung und Gewährleistung dieser sexuellen Rechte. Dazu gehört die Förderung der sexuellen Gesundheit sowie der Schutz vor Diskriminierung. Die Sexualität im Alter kann in der Sozialen Arbeit als Querschnittsthema gesehen werden, welches neben anderen akuten Problemlagen allgegenwärtig ist und Bewältigungsaufgaben beinhalten kann, die Hilfe zur Gestaltung benötigen können. Aufgaben die der Sozialen Arbeit hierbei zukommen können sind Schutz der sexuellen Rechte, worunter beispielsweise das Recht auf Gleichstellung, das Recht auf Gesundheit, das Recht auf Selbstbestimmung sowie auch das Recht auf Bildung und Information gehört. Durch Bildung, Beratung und Prävention soll zu einem gelingenden Leben beigetragen werden können. Die Soziale Arbeit hat sich jedoch in diesem Bereich noch keineswegs etabliert, und steht noch in ihren Anfängen. Dieser Meinung ist auch Bach, sie bestätigt, dass wir uns bei der Thematisierung der Sexualität im Alter immer noch am Anfang befinden (vgl. Bach 2011: 170). Leider ist auch festzustellen, dass bislang sehr bipolar und

heteronormativ gedacht wird. Hier bedarf es entsprechender Entwicklung für eine Gendergerechte professionelle Sozialen Arbeit.

Für die Soziale Arbeit sind hinsichtlich der erarbeiteten Aspekte der Sexualität im Alter aus der Frage eine viele Möglichkeiten ersichtlich. Förderung der sexuellen Gesundheit mit entsprechenden Kompetenzen, Möglichkeiten der Unterstützung in den Übergängen und Veränderungen des Alters in Bezug auf die Sexualität, der Einbezug der individuellen Lebenslage und Biografie sowie Thematisierung der Altersbilder und dem entsprechenden bewussten Umgang damit in den Institutionen. Für die Umsetzung dieser Möglichkeiten hat die Soziale Arbeit das notwendige Werkzeug, in Form beispielsweise der lebensweltorientierten Sozialen Arbeit, anhand der Biografiearbeit oder auch der Einbezug und Erarbeitung von Leitbildern in Institutionen die eine alterssensible Professionalität fördern.

Wie in den Studien ersichtlich wurde, kann es den Befragten oder den Klienten schwer fallen, über ihre Sexualität zu sprechen. Daher kann es schwierig sein, ein Zugang zu den Klienten zu finden. Das Setting scheint hier entsprechend eine wichtige Rolle zu spielen. Auch die Einstellungen bezüglich der Sexualität im Alter kann für die Professionellen der Sozialen Arbeit eine Herausforderung darstellen, es ist wichtig sich dieser Gedanken und Gefühle bewusst zu sein, was sehr herausfordernd sein kann. Auch wurde aufgezeigt, dass wissenschaftlich fundiertes Wissen in diesem Bereich noch eher spärlich vorhanden ist, und Beachtung verlangt, da dies die Arbeit mit Klienten fördern würde.

Positiv zu bewerten ist, dass die Informationen über die Sexualität im Alter vorhanden sind, und sich Professionelle der Sozialen Arbeit entsprechend weiterbilden können. Dies ist insofern wichtig, da diese Wissensbezüge unabdingbar sind für eine Arbeit mit den Klienten. Zumal gerade bei der Sexualität im Alter viele ältere Personen nicht korrekt informiert sind und sich daraus Fehlschlüsse und Frustrationen ableiten können.

7.2 Erkenntnisse / Schlussfolgerungen

Die Thematik der Altersbilder und des Begriffes des Alters hat in dieser Arbeit viel Platz eingenommen. Es zeigt, dass der Diskurs rund um das Alter heute aktueller ist denn je. Auch wenn eine Entwicklung der Altersbilder hin zum Positiven mit vermehrten Blick auf die Ressourcen zu beobachten ist, und das durchaus auch begrüsst wird, ist Vorsicht geboten. Es muss auch immer mitgedacht werden, was der Wandel dieses Bildes für Personen bedeutet, die gebrechlich und hilfsbedürftig sind. Es sollte entsprechend immer auf die Individualität Rücksicht genommen werden. Dies gilt auch für die Sexualität im Alter, sexuelle Aktivität sollte kein Indikator für erfolgreiches Altern sein. Trotzdem ist es überaus wichtig, die Sexualität im Alter auch im Fokus der Altersbilder zu thematisieren, denn zusammenfassend lässt sich auch

nach Ansicht von Lautmann sagen, dass bei Nichtbeachtung der sexuellen Aspekte des Alters eine Gefahr der Normalisierung droht und so fälschliche Annahmen entstehen, wie jene, dass ältere Personen kein Verlangen mehr spüren (vgl. Lautmann 2008: 284f).

Die Studien zu diesem Themengebiet liefern wichtige Erkenntnisse. Aufgrund der Ergebnisse sollten jedoch keine Normvorstellungen von Klienten für die Soziale Arbeit entstehen. Auch wenn beispielsweise von den weiblichen Befragten vermehrt angegeben wurde, dass die Ausübung der Sexualität nur in einer Partnerschaft stattfindet, kann dies nicht verallgemeinert werden. Es ist zu beachten, dass diese Studien keine Richtwerte liefern, sondern die Individualität der Personen in dieser Lebensphase zeigen, wobei wichtige Themen erkennbar sind, denen auch Rechnung getragen werden sollte. Jedoch lassen sich diese Erkenntnisse nicht auf alle Personen übertragen, der Individualität jedes Menschen sollte entsprechend Rechnung getragen werden. Zumal die Aussagen auch durch Befangenheit aus verschiedenen Gründen beeinflusst werden können.

Eine wichtige Thematik, die sich ebenfalls herauskristallisierte, ist die Gestaltung der Beratung. Hierzu gehören die Wünsche und Bedürfnisse der Klienten. Aufgrund der Recherchen der Studien konnte nicht herausgefunden werden, ob und welcher Unterstützungsbedarf überhaupt von den älteren Personen gefordert wird. Ebenfalls wurde erkenntlich, dass sich eine allfällige Arbeit schwierig gestalten kann, einerseits liegt dies an der Schwierigkeit für die älteren Personen überhaupt über ihre Sexualität zu reden, und andererseits aber auch daran, dass nicht danach gefragt wurde, welches Setting denn förderlich wäre.

Es zeigt sich also, dass das Thema der Sexualität im Alter grundsätzlich ein wichtig zu beachtendes Thema darstellt. Die Soziale Arbeit hat sich aber in diesem Bereich der Altersarbeit noch nicht etablieren können, obwohl die Aufgaben aufgrund des Auftrags der Sozialen Arbeit erkennbar wären. Einerseits hängt dies immer noch mit der laufenden Entwicklung der Sozialen Arbeit in der Altersarbeit zusammen und andererseits in der Schwierigkeit des Zugangs zu den Klienten und der Unklarheiten des Unterstützungsbedarfs in der Thematik der Sexualität im Alter.

7.3 Kritische Würdigung

Es wäre wünschenswert, wenn die Forschung sich vertieft mit dem Gebiet der Sexualität im Alter beschäftigen würde, um mehr über das Erleben und Ausleben der Sexualität im Alter zu erfahren. Unter anderem sollte auch den Altersbildern mehr Aufmerksamkeit geschenkt werden, und zwar in Bezug auf die Auswirkungen dieser Altersbilder auf die älteren Personen, darüber ist kaum etwas bekannt. Es wäre wichtig Zusammenhänge zu erkennen und falls notwendig angehen zu können.

Es besteht Bedarf genauer herauszufinden, was die Bedürfnisse der älteren Personen an eine Beratung und Unterstützung der Sozialen Arbeit wären und wie das Setting aussehen müsste. Auch über den Zugang, und wie die älteren Personen erreicht werden können ist nicht viel bekannt. Dies wären wichtige Wissensgrundlagen um erfolgreiche Soziale Arbeit gestalten zu können. Vielleicht sind das auch fehlende Grundlagen die dazu beitragen, warum sich die Soziale Arbeit bislang in diesem Themengebiet noch nicht richtig etablieren konnte.

Zum Schluss soll noch erwähnt werden, dass diese Arbeit in keiner Weise ein Bild vermitteln möchte, dass die Sexualität im Alter aktiv gelebt werden muss. Die Sexualität soll jeder Person zustehen, und entsprechend auch jeder Person freigestellt sein, ob und wie die Sexualität im Alter gelebt wird. Im Vordergrund dieser Arbeit steht das Verständnis für die Sexualität im Alter und die Lebenslage älterer Personen in diesem Kontext, mit der Hoffnung, aufgrund dieser erarbeiteten Informationen auch einen Beitrag zur Enttabuisierung des Themas zu leisten und die Schönheit und Entwicklungsmöglichkeiten in dieser wunderbaren Lebensphase zu sehen. In diesem Sinne wird die Arbeit mit folgendem Schlusszitat geschlossen:

„Im Alter schliesslich haben wir die einmalige Chance, die Erfahrungen unseres gesamten Lebens und die besondere Perspektive der letzten Lebensjahre zu einer gereiften Kunst des Liebens zusammenzuführen. Wir haben viel von all den Menschen zu lernen, denen es gelungen ist, diese komplexe, wundervolle Kunst über viele Jahre hinweg zur Meisterschaft zu bringen.“ (Butler/Lewis 1996: 223)

8 *Literaturverzeichnis*

- AvenirSocial** (2010). Berufskodex Soziale Arbeit Schweiz. Ein Argumentarium für die Praxis der Professionellen. Bern: AvenirSocial – Professionelle Soziale Arbeit Schweiz.
- AvenirSocial** (2014) Berufsbild der Professionellen Sozialer Arbeit. Bern: AvenirSocial – Professionelle Soziale Arbeit Schweiz.
- Bach**, Doris (2011). Die Tabuisierung von Intimität und Sexualität im Alter. In: Bach, Doris/Böhmer, Franz (Hg.). Intimität, Sexualität, Tabuisierung im Alter. Wien, Köln, Weimar: Böhlau Verlag. S. 159-172.
- Backes**, Gertrud M./Clemens, Wolfgang (2008). Lebensphase Alter: eine Einführung in die sozialwissenschaftliche Altersforschung. 3. Überarbeitete Auflage. Weinheim/München: Juventa.
- Bamler**, Vera (2008). Sexualität in der dritten Lebensphase. In: Buchen, Sylvia/Maier, Maja S. (Hg.). Älterwerden neu denken. Interdisziplinäre Perspektiven auf den demografischen Wandel. Wiesbaden: Verlag für Sozialwissenschaften. S. 181-194.
- Bamler**, Vera (2011). Sexualität im Alter unter lebenslaufbezogener Perspektive. In: Kollwe, Carolin/Schenkel, Elmar (Hg.). Alter: unbekannt. Über die Vielfalt des Älterwerdens. Internationale Perspektiven. Bielefeld: transcript Verlag. S. 223-241.
- Beier**, Klaus/Loewit, Kurt (2004). Lust in Beziehung. Berlin Heidelberg: Springer-Verlag.
- Berner**, Frank/Rossow, Judith/Schwitzer Klaus-Peter (2012). Individuelle und kulturelle Altersbilder. Expertisen zum sechsten Altenbericht der Bundesregierung. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Beutel**, Manfred E./Siedentopf, Friederike/Brähler, Elmar (2009). Sexuelle Aktivität und Zufriedenheit mit Sexualität und Partnerschaft im Alter. In: Brähler, Elmar/Berberich, Hermann J. (Hg.). Sexualität und Partnerschaft im Alter. Griesen: Psychozial-Verlag. S. 27-44.
- BMFSFJ** Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (2010). Sechster Bericht zur Lage der älteren Generation in der Bundesrepublik Deutschland. Altersbilder in der Gesellschaft. Berlin/Bonn.
- Böhnisch**, Lothar (2010). Alter, Altern und Soziale Arbeit – ein sozialisatorischer Bezugsrahmen. In: Aner, Kirsten/Karl, Ute (Hg.). Handbuch Soziale Arbeit und Alter. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften. S. 187-193.
- Bucher**, Thomas (2004). Sexualität in der zweiten Lebenshälfte: Alter, Partnerschaft und Zufriedenheit. In: Hornung, Rainer/Buddeberg, Claus/Bucher, Thomas (Hg.). Sexualität im Wandel. Zürich: vdf Hochschulverlag AG. S. 195-208.
- Bucher**, Thomas (2009). Altern und Sexualität. In: Brähler, Elmar/Berberich, Hermann J. (Hg.). Sexualität und Partnerschaft im Alter. Griesen: Psychozial-Verlag. S. 45-63.

- Buchner**, Judith/Maier, Vera/Ullmann, Ramona/Garten, Thomas (2011). Sexualität im Alter. Ergebnisse einer Pilotstudie der HELIOS Klinik Berching. In: Bach, Doris/Böhmer, Franz (Hg.). Intimität, Sexualität, Tabuisierung im Alter. Wien, Köln, Weimar: Böhlau Verlag. S 69-95.
- Butler**, Robert/Lewis, Myrna (1996). Alte Liebe rostet nicht. Über den Umgang mit Sexualität im Alter. Bern: Verlag Hans Huber.
- CURAVIVA** Schweiz (2010). Zum würdigen Umgang mit älteren Menschen. Bern: CURAVIVA Schweiz, Fachverband Alter.
- Druyen**, Thomas (2011). Die Zukunft des Alters. Wien: Sigmund Freud University Press.
- Ebberfeld**, Ingelore (2005). Sexualität von Frauen im Alter. Münster: Lit Verlag.
- Eidgenössische** Kommission für Sexuelle Gesundheit (2015). Sexuelle Gesundheit – eine Definition für die Schweiz. Bern: Eidgenössische Kommission für sexuelle Gesundheit (EKSG).
- Frank**, Michael (2006). Sexualität im Alter – ein Tabu? In: Jedelsky, Elisabeth (Hg.). Heimhilfe. Praxisleitfaden für die mobile Betreuung zuhause. Wien: Springer Verlag. S.168-172.
- Generali** Altersstudie (2017). Wie ältere Menschen in Deutschland denken und leben. Berlin: Springer-Verlag GmbH.
- Grundwald**, Klaus/Thiersch, Hans (2016). Praxishandbuch Lebensweltorientierte Soziale Arbeit. Handlungszusammenhänge und Methoden in unterschiedlichen Arbeitsfeldern. 3. Auflage. Weinheim und Basel: Juventa Verlag.
- Hillman**, Jennifer (2012). Sexuality and Aging. Clinical Perspectives. New York: Springer Science+Business Media.
- Höffe**, Otfried (2013). In Würde altern. In: Rentsch, Thomas/Zimmermann, Harm-Peer/Kruse, Adreas (Hg.). Altern in unterer Zeit. Späte Lebensphasen zwischen Vitalität und Endlichkeit. Frankfurt am Main: Campus Verlag GmbH. S.10-26.
- Hornung**, Rainer/Bucher Thomas (2004). Sexualität und Alter. In: Hornung, Rainer/Buddeberg, Claus/Bucher, Thomas (Hg.). Sexualität im Wandel. Zürich: vdf Hochschulverlag AG. S. 181-194.
- Huck**, Wilfried (2015) Eros und Sexus im Alter. In: Sollberger, Daniel/Kapfhammer, Hans-Peter/Boehlke, Erik/Stompe, Thomas (Hg.). Eros und Sexus. Berlin: Frank & Timme GmbH. S. 159-174.
- Kolland**, Franz (2011). Sexualität und Lebenszufriedenheit im Alter. In: Bach, Doris/Böhmer, Franz (Hg.). Intimität, Sexualität, Tabuisierung im Alter. Wien, Köln, Weimar: Böhlau Verlag. S. 37-54.
- Kostenwein**, Wolfgang (2011). Sexuelle Kompetenz. In: Bach, Doris/Böhmer, Franz (Hg.). Intimität, Sexualität, Tabuisierung im Alter. Wien, Köln, Weimar: Böhlau Verlag. S. 199-218.

- Krämer-Rütten**, Ursula (2015). Vielfalt im Alter: Altersbilder, Altersdiskriminierung und Soziale Arbeit. In: Bretländer, Bettina/Köttig, Michaela/Kunz, Thomas. Vielfalt und Differenz in der Sozialen Arbeit. Perspektiven auf Inklusion. Stuttgart: W. Kohlhammer GmbH. S. 111-133.
- Kruse**, Andreas (1994). Alter im Lebenslauf. In: Baltes, Paul B./Mittelstrass, Jürgen/Staudinger, Ursula M. (Hg.). Alter und Altern: Ein interdisziplinärer Studententext zur Gerontologie. Sonderausgabe des 1992 erschienen 5. Forschungsberichts der Akademie der Wissenschaft zu Berlin. Berlin: Walter de Gruyter. S. 331-355.
- Kunz**, Daniel/Freigang, Detlev (2016). Datengestützte Beantwortung von Fragen bzw. Identifizierung von Forschungslücken zu Themen von Beziehung, Sexualität und sexueller Gesundheit in der Schweiz. Luzern: Hochschule Luzern – Soziale Arbeit.
- Lautmann**, Rüdiger (2008). „Gibt es nichts Wichtigeres?“ Sexualität, Ausschluss und Soziale Arbeit. In: Anhorn, Roland/Bettinger, Frank/Stehr, Johannes (Hg.). Sozialer Ausschluss und Soziale Arbeit. Positionsbestimmungen einer kritischen Theorie und Praxis Sozialer Arbeit. 2., überarbeitete und erweiterte Auflage. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften. S. 273-289.
- Lob-Hüdepohl**, Andreas (2016). „Und alle Lust will Ewigkeit“ Moraltheologische Erkundungen zur Sexualität im Alter(n). In: Sill Bernhard (Hg.). Alter(n). St. Ottilien: EOS Verlag. S. 239-259.
- Mahnke**, Elke (2013). Sexualbiografische Arbeit. In: Schmidt, Renate-Berenike/Sielert, Uwe (Hg.). Handbuch Sexualpädagogik und sexuelle Bildung. 2., erweiterte und überarbeitete Auflage. Weinheim und Basel: Beltz Juventa. S. 696-707.
- Matolycz**, Esther (2016). Pflege von alten Menschen. 2. Auflage. Berlin/Heidelberg: Springer Verlag.
- Northrup**, Christiane (2009). Lustvoll durch die Wechseljahre. Sexualität, Lebensfreude und Neuorientierung in der zweiten Lebenshälfte. München: Goldmann Arkana Verlag.
- Perrig-Chiello**, Pasqualina/Höpflinger, François (2009). Die Babyboomer. Eine Generation revolutioniert das Alter. Zürich: Verlag Neue Zürcher Zeitung.
- Re**, Susanne (2009). Entwicklungsformen der Partnerschaft im Alter. In: Brähler, Elmar/Berberich, Hermann J. (Hg.). Sexualität und Partnerschaft im Alter. Griesen: Psychosozial-Verlag. S. 7-26.
- Schmidt**, Gunter (2004). Sexualität und Kultur. Soziokultureller Wandel der Sexualität. In: Hornung, Rainer/Buddeberg, Claus/Bucher, Thomas (Hg.). Sexualität im Wandel. Zürich: vdf Hochschulverlag AG. S.11-28.
- Schmidt**, Gunter (2013). Sexuelle Modernisierung und die Folgen. In: Sternberg, Thomas/Lanwer, Sebastian (Hg.). Sexualität zwischen Tabu und Laissez-Faire. Entwicklungen in Gesellschaft und Kirche. Münster: dialogverlag. S. 9-25.
- Schenk**, Herrad (2011). Vorhang auf für die neuen Alten! Vom allmählichen Wandel unseres kulturellen Altersbildes. In: Kollwe, Carolin/Schenkel, Elmar (Hg.). Alter: unbekannt. Über die Vielfalt des Älterwerdens. Internationale Perspektiven. Bielefeld: transcript Verlag. S. 27-39.

- Schmauch**, Ulrike (2015). Sexuelle Abweichungen oder sexuelle Vielfalt? Zur Verschiedenheit im Bereich sexueller Orientierungen und Identitäten / Sexuelle Vielfalt und Regenbogenkompetenz in der Sozialen Arbeit. In: Bretländer, Bettina/Köttig, Michaela/Kunz, Thomas. Vielfalt und Differenz in der Sozialen Arbeit. Perspektiven auf Inklusion. Stuttgart: W. Kohlhammer GmbH. S. 100-110 / S. 170-178.
- Schmidt**, Renate-Berenike/Sielert, Uwe (2012). Sexualpädagogik in beruflichen Handlungsfeldern. Köln: Bildungsverlag EINS GmbH.
- Schroeter**, Klaus R. (2009). Studienbrief. Gesundheits- und Sozialmanagement. Senioren. Allgemeine Grundlagen. Hamburg: HFH Hamburger Fern-Hochschule.
- Schroeter**, Klaus R. (2012). Altersbilder als Körperbilder: Doing Age by Bodyfication. In: Berner, Frank/Rossow, Judith/ Schwitzer Klaus-Peter (Hg.). Individuelle und kulturelle Altersbilder. Expertisen zum sechsten Altenbericht der Bundesregierung. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften. S. 153-230.
- Schweppe**, Cornelia (2012). Soziale Altenarbeit. In: Thole, Werner (Hg.). Grundriss Soziale Arbeit. Ein einführendes Handbuch 4. Auflage. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften. S. 505-521.
- Sydow**, Kirsten v. (1994). Die Lust auf Liebe bei älteren Menschen. München: Ernst Reinhardt GmbH.
- Thiele**, Gisela (2001). Soziale Arbeit mit alten Menschen. Handlungsorientiertes Grundwissen für Studium und Praxis. Köln: Fortis Verlag GmbH.
- Türcke**, Christoph (2011). Ästhetik des Alters. In: Kollwe, Carolin/Schenkel, Elmar (Hg.). Alter: unbekannt. Über die Vielfalt des Älterwerdens. Internationale Perspektiven. Bielefeld: transcript Verlag. S. 19-25.
- Vetter**, Brigitte (2007). Sexualität: Störungen, Abweichungen, Transsexualität. Stuttgart: Schattauer GmbH.
- Vetter**, Brigitte. (2010). Transidentität – ein unordentliches Phänomen. Wenn das Geschlecht nicht zum Bewusstsein passt. Bern: Verlag Hans Huber AG.
- Zippel**, Christian (2011). Sexualität und Alter – über den Umgang mit einem Tabuthema. In: Zippel, Christian/Kraus, Sibylle (Hg.). Soziale Arbeit für alte Menschen. Frankfurt am Main: Mabuse-Verlag GmbH. S. 285-300.
- Zippel**, Christian (2017). Sex im Alter – es lebt sich gut damit. In: Zippel, Christian/Hoff, Andreas (Hg.). Älter werden – Älter sein. Ein Ratgeber. Frankfurt am Main: Mabuse-Verlag GmbH. S. 125-143.

Magazine

- Bucher**, Tomas/Hornung, Rainer/Buddeberg, Claus (2003). Sexualität in der zweiten Lebenshälfte. Ergebnisse einer empirischen Untersuchung. In: Zeitschrift für Sexualforschung 16 (3). S 249-271.

Nideröst, Sibille/Kunz, Daniel (2016). Das Recht auf sexuelles Wohlbefinden. Wie die Soziale Arbeit zur Neukonzeption von sexueller Gesundheit beitragen kann. In: SozialAktuell Nr.2_Februar 2016. S. 34-35.

Schultz-Zehden, Beate (2013). Sexualität und Älterwerden. Zwischen Vorurteil, Tabu und Realität. In: Psychotherapie im Dialog. Heft 2. S.56-60.

Sydow, Kirsten v. (2009). Sexuelle Probleme und Störungen bei älteren Menschen. In: Psychotherapie im Dialog 14. Im Jahr 2009 Bd. 14, Heft 2. München: CIP-Medien. S. 297-305.

Voss, Heinz-Jürgen (2017). Das Thema Sexualität in der Qualifikation für Soziale Arbeit. Bedarfe in Aus-, Fort- und Weiterbildung. In: Blätter der Wohlfahrtspflege. Deutsche Zeitschrift für Soziale Arbeit. Sexualität 2/2017, März/April, Jahrgang 164, S. 55-58.

Internetquellen

AvenirSocial Soziale Arbeit Schweiz (o.J.) IFSW-Definition der Sozialen Arbeit von 2014 mit Kommentar. URL: <http://www.avenirsocial.ch/de/p42014537.html> [Zugriffsdatum: 15.08.2018].

Bildtgard, Torbjörn (2000). The Sexuality of Elderly People on Film – Visual Limitations. In: Journal of Aging and Identity. Vol. 5 Nr. 3 URL: http://www.academia.edu/9775576/The_Sexuality_of_Elderly_People_on_Film_Visual_Limitations [Zugriffsdatum: 02.05.2018].

Bundesamt für Statistik (2016). URL: <https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/bevoelkerung/geburtentodesfaelle/lebenserwartung.assetdetail.3222129.html> [Zugriffsdatum: 19.05.2018].

Bundesamt für Statistik (2018). URL: <https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/bevoelkerung/sprachenreligionen/religionen.assetdetail.4402543.html> [Zugriffsdatum 07.10.2018].

Kunz, Daniel (2016). Intimes Wissen für die Professionalisierung der Sozialen Arbeit. URL: <https://www.hslu.ch/de-ch/soziale-arbeit/ueber-uns/aktuell/2016/10/11/sexuelle-gesundheit-der-schweizerinnen-und-schweizer/> [Zugriffsdatum 20.10.2018].

Sexuelle Gesundheit Schweiz (2018). Sexuelle Rechte. URL: <https://www.sante-sexuelle.ch/was-wir-tun/sexuelle-rechte/> [Zugriffsdatum 07.07.2018].

Schultz-Zehden, Beate (2004). Wie wandelt sich Sexualität im Alter? Das Sexualleben älterer Frauen – ein tabuisiertes Thema. URL: https://www.fu-berlin.de/presse/publikationen/fundiert/archiv/2004_01/04_01_schultz-zehden/index.html [Zugriffsdatum 12.07.2018].

Rudas, Stephan. Kulturwissenschaftliche Fakultät. Tabuforschung. URL: <https://www.kuwi.europa-uni.de/de/lehrstuhl/sw/sw2/forschung/tabu/herkunft/index.html> [Zugriffsdatum 07.05.2018].

Urologenportal (2014). Erektionsstörungen. URL:

<http://www.urologenportal.de/patienten/patienteninfo/patientenratgeber/erektionsstoerungen.html> [Zugriffsdatum 14. August 2018].

WHO (2002). Aktiv Altern. Rahmenbedingungen und Vorschläge für politisches Handeln.

URL:

http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/67215/WHO_NMH_NPH_02.8_ger.pdf?sequence=2 [Zugriffsdatum: 14. Juli 2018].

WHO (2006). Defining sexual health. Report of a technical consultation on sexual health, 28-31 January 2002, Geneva. URL:

www.who.int/reproductivehealth/publications/sexual_health/defining_sexual_health.pdf [Zugriffsdatum 02.05.2018].

Ehrenwörtliche Erklärung

Ich erkläre hiermit ehrenwörtlich, dass ich die vorliegende Bachelor Thesis selbstständig, ohne unerlaubte Hilfe und nur unter Benutzung der angegebenen Quellen, Hilfsmittel und Hilfeleistungen verfasst und sämtliche Zitate kenntlich gemacht habe. Die Arbeit wurde bisher in gleicher oder ähnlicher Form, auch nicht in Teilen, keiner anderen Prüfungsinstanz vorgelegt und auch nicht veröffentlicht.

Datum: 22.12.2018

Unterschrift:

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'C. Ludwig', is written on a light yellow rectangular background.