



Sensibilisierungsmaterial für das Recht auf Intimität und Sexualität im dritten Lebensabschnitt

www.intimage.eu

Modul 2: Beziehungen und Intimität

Einführung

Vertreten durch Entwicklungstheoretiker wie Erik Erikson oder Robert Havighurst wird in einer Beziehung gelebte Intimität als eine der zentralen Aufgaben des früheren Erwachsenenalters gesehen. Neuere Ansätze der entwicklungspsychologischen Forschungsarbeiten der Lebensspannenpsychologie (lifespan psychology) besagen, dass sich ontogenetische Prozesse (Entwicklung des Individuums) von der Empfängnis bis zum Tod erstrecken. Menschen wählen, beeinflussen und verändern im Einklang mit ihren altersspezifischen Aufgaben und Bedürfnissen ihre unmittelbare Umwelt und damit ihre sozialen Beziehungen über die ganze Lebensspanne.

In den letzten Jahrzehnten hat sich eine Vielfalt von Liebes- und Lebensformen in Deutschland/Europa durchgesetzt. Während es bis zu Hälfte des 20. Jahrhunderts kaum eine Alternative zur Ehe als Form der Partnerschaft insbesondere für junge Frauen gab, gibt es heutzutage eine Vielzahl von Modellen Partnerschaft und Liebe bis ins hohe Alter zu leben. Im Sinne einer sexuellen und sozialen Gemeinschaft können zwei Menschen zwischen Lebensformen wie die der Ehe, der eingetragenen Partnerschaft, eheähnlichen Gemeinschaft („wilde Ehe“) oder der festen Liebesbeziehung frei wählen. Des Weiteren wird zwischen gleichgeschlechtlichen und gemischtgeschlechtlichen Gemeinschaften, Lebensgemeinschaften und Beziehungen von Paaren ohne gemeinsamen Haushalt sowie Fernbeziehungen unterschieden.

Zufriedenen Paaren ist es wichtig den gemeinsamen Alltag miteinander glücklich zu gestalten. Dazu gehört es, dass sie viel miteinander unternehmen, sich Freiräume gewähren, sich vertrauen und sich gegenseitig unterstützen. Zärtlichkeit und Sexualität ist auch im Alter ein fester Bestandteil einer innigen Beziehung (Einheit 1).

In der seit 1993 laufenden „Interdisziplinären Längsschnittstudie des Erwachsenenalters“ (ILSE) mit Fragen zur Bedeutung von Sexualität und Intimität im Alter wurde die Zärtlichkeit als der entscheidender Faktor für Partnerschaftszufriedenheit identifiziert (Müller, 2014).

Im Verlauf einer Beziehung muss die Balance zwischen Intimität und Abstand insbesondere bei Beziehungsveränderungen z. B. auf Grund neuer Lebensereignisse neu austariert werden (Einheit 2). Hierzu gehört „zwangsläufig“ der Eintritt in den Ruhestand. Mit dem Eintritt in diesen müssen bestehende häusliche und partnerschaftliche Rollenstrukturen angepasst oder neugestaltet werden. Diese und andere Beziehungsveränderungen aufgrund des Alters wie z.B. bei Krankheit oder Verlust eines Partners, Auszug der Kinder und Veränderungen der Wohnform werden in diesem Modul beleuchtet (Einheit 4).



Sensibilisierungsmaterial für das Recht auf Intimität und Sexualität im dritten Lebensabschnitt

www.intimage.eu

Homosexualität ist nach wie vor ein gesellschaftliches Thema und auch ein Thema dieses Moduls. Für die Studie des amerikanischen Pew Research Centers (2013) wurden 38.000 Menschen in 39 Ländern zum Thema Homosexualität befragt. In Westeuropa ist die Akzeptanz von Schwulen und Lesben überwiegend groß doch in Richtung Ost nimmt diese stark ab. In der Einheit 3 werden weitere Details zu dieser Studie und Homosexualität erörtert.

Insgesamt werden im Modul 2 Beziehungen und Intimität zu folgenden Themen erforscht:

- Einheit 1 Beziehungen und Intimität
- Einheit 2 Sexualität mit/ohne Partner
- Einheit 3 Homosexualität
- Einheit 4 Beziehungsänderungen (aufgrund des Alters)

- Module 2 Relationships and Intimacy
- Einheit 1 Relationships and intimacy
- Einheit 2 Sexuality with/without partner
- Einheit 3 Same sex issues
- Einheit 4 Relationship changes (due to age)

Schlüsseldefinitionen

Partnerschaft

Partnerschaft meint eine gleichzeitig sexuelle und soziale Gemeinschaft zwischen zwei Menschen. Damit sind alle auf Dauer angelegten sexuellen Beziehungen gemeint. Dabei spielt die gewählte Rechtsform der Beziehung, der sexuellen Orientierung der beteiligten Personen noch die Haushalts- und Wohnverhältnisse der Beteiligten eine Rolle.

Intimität

Intimität (lat. intimus; wörtlich dem Rand am fernsten, am weitesten innen) meint ein Verhältnis tiefer Vertrautheit. Das Wort Intimität wird heute in der Alltagssprache mit Sexualkontakt gleichgesetzt. Tatsächlich betrifft Intimität körperliche, aber genauso soziale, emotionale, mentale und spirituelle Dimensionen unseres Lebens.

Alterssexualität

Alterssexualität meint das sexuelle Empfinden von Menschen und das Ausleben von Sexualität im Alter. Gerade für die Zielgruppe alter Menschen wird ein breites Begriffsverständnis von Sexualität gefordert. Hier stehen oft andere sexuelle Aktivitäten, die



Sensibilisierungsmaterial für das Recht auf Intimität und Sexualität im dritten Lebensabschnitt

www.intimage.eu

über den Geschlechtsverkehr hinausgehen wie z.B. Masturbation oder den Austausch von Zärtlichkeit im Vordergrund.

Homosexualität

Homosexualität bezeichnet die sexuelle Orientierung bei der das erotische und romantische Begehren überwiegend auf Personen des gleichen Geschlechts gerichtet ist. Die damit einhergehenden Identitäten bezeichnet man als lesbisch oder schwul. Schwul ist das Synonym für die männliche, lesbisch für die weibliche Homosexualität. Die sexuelle Orientierung eines Menschen gehört zu seiner Persönlichkeit und Identität.

Weiterführende Literatur und Ressourcen

Baltes, P. B.; Lindenberger, U.; Staudinger, U. M. (1998). Life-span theory in developmental psychology. In: Lerner R M (ed.) Handbook of Child Psychology: Theoretical Models of Human Development, 5th edn., Wiley, New York, Vol. 1, pp. 1029-1143.

Bennett, Jonathan; Riedel, Matthias (2013). Was beeinflusst die Lebenszufriedenheit im hohen Alter? Repräsentative Studie zur ambulanten Altenpflege und -betreuung in der Deutschschweiz, Zeitschrift für Gerontologie + Geriatrie, 46, 1: 21-26. Brähler E, Berberich H J. [Hrsg] (2009). Sexualität und Partnerschaft im Alter. Psychosozial-Verlag Gießen.

Butler, Robert N.; Lewis, Myrna I. (1996). Alte Liebe rostet nicht: Über den Umgang mit Sexualität im Alter.

Bozon, M (2002). Sociologie de la sexualité. Paris: Nathan/VUEF.

Brähler, E, Berberich, Hermann J. [Hrsg] (2009). Sexualität und Partnerschaft im Alter. Psychosozial-Verlag Gießen.

Carstensen, L.L. & Lang, Frieder R. (2007). Sozioemotionale Selektivität über die Lebensspanne: Grundlagen und empirische Befunde. In J. Brandtstädter und U. Lindenberger (Hrsg.), Entwicklungspsychologie der Lebensspanne. Ein Lehrbuch (S. 389-412). Stuttgart: Kohlhammer.

Gatterer, G. (1994). Handbuch der Gerontopsychiatrie. Rehabilitation. Wien: Springer Verlag.

Höpflinger, F. (2014). Sozialbeziehungen im Alter – Entwicklungen und Problemfelder. (www.hoepflinger.com).



Sensibilisierungsmaterial für das Recht auf Intimität und Sexualität im dritten Lebensabschnitt

www.intimage.eu

Meyer, Peter C. (2000). Rollenkonfigurationen, Rollenfunktionen und Gesundheit. Zusammenhänge zwischen sozialen Rollen, sozialem Stress, Unterstützung und Gesundheit, Opladen: Leske + Budrich.

Müller, B., Nienaber, C. A., Reis, O., Kropp, P., & Meyer, W. (2014). Sexuality and Affection among Elderly German Men and Women in Long-Term Relationships: Results of a Prospective Population-Based Study. PLoS one, 9(11), e111404
<http://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0111404> (10.08.2015)

Riehl-Emde, A. (2008). Paartherapie für ältere Paare. Konzept einer Spezialsprechstunde und Einblick in die Praxis. Psychotherapie im Dialog (PiD) 9(1): 38-42.

Schultz-Zehden, B. (2004). Das Sexualleben älterer Frauen - ein tabuisiertes Thema. Das Wissenschaftsmagazin der Freien Universität Berlin, Ausgabe 1/2004

Sydow, K. v. (1993). Lebenslust. Weibliche Sexualität von der frühen Kindheit bis ins hohe Alter. Bern: Huber.

Vogt, M. (2004). Beziehungskrise Ruhestand. Paarberatung für ältere Menschen. Freiburg i. Br.: Lambertus.

<http://www.uni-rostock.de/detailseite/news-artikel/senioren-ist-kuscheln-wichtiger-als-sex/>
(10.08.2015)



Sensibilisierungsmaterial für das Recht auf Intimität und Sexualität im dritten Lebensabschnitt

www.intimage.eu

Einheit 1 (von 4): Beziehungen und Intimität

Einführung

Die Entwicklung auch älterer Menschen ist individuell unterschiedlich. Diese Gruppe verfügt über eine größere Differenzierung/Individualisierung im Vergleich zu den Lebensphasen davor und ist auch weniger homogen.

Bezüglich Sozialbeziehungen im Alter sind zwei Stereotype im öffentlichen Diskurs immer noch weit verbreitet:

Der Zerfall sozialer und familialer Generationensolidarität trotz gegenteiliger empirischer Belege. Und die „Einsamkeit im Alter“ als Thematik im Rahmen defizitärer Bilder zum Alter.

Zentrales Element sozialer Integration in jeder Lebensphase sind gute soziale Beziehungen. Das Wohlbefinden auch von älteren Menschen wird von guten sozialen Beziehungen mitbestimmt. Signifikante Einflussfaktoren für Lebenszufriedenheit sind Zufriedenheit mit der erhaltenen Unterstützung und die wahrgenommene Stärke der sozialen Netzwerke (Bennett, Riedel 2013). Die Qualität der sozialen Beziehungen mit dem Vorhandensein mindestens einer Vertrauensperson ist wichtig für das Wohlbefinden der älteren Menschen. Gutes soziales Netz mit emotionaler wie instrumenteller Unterstützung wirkt sich positiv auf die Gesundheit wie auch auf den Behandlungserfolg bei sozio-medizinischen Interventionen aus (Meyer 2000). Gute Sozialbeziehungen sind von zentraler Bedeutung sozialer Unterstützung, etwa im Fall von Hilfs- und Pflegebedürftigkeit eines älteren Menschen.

Forschungsarbeiten der Lebensspannenpsychologie (lifespan psychology) besagen, dass sich ontogenetische Prozesse (Entwicklung des Individuums) von der Empfängnis bis zum Tod erstrecken. Menschen wählen, beeinflussen und verändern im Einklang mit ihren altersspezifischen Aufgaben und Bedürfnissen ihre unmittelbare Umwelt und damit ihre sozialen Beziehungen über die ganze Lebensspanne.

Soziale Beziehungen im Alter können nach vier Hauptkriterien (Höpfinger 2014) unterschieden werden:

1. Ehepartner leben zumeist im gleichen Haushalt und fungieren damit als Unterstützungspersonen im Alltag an erster Stelle. Alle anderen sozialen Beziehungen zu Verwandten und Freunden unterliegen dem Prinzip „Intimität auf Abstand“. Freunde, Kinder, Enkelkinder, Geschwister usw. leben in anderen Haushaltungen.



Sensibilisierungsmaterial für das Recht auf Intimität und Sexualität im dritten Lebensabschnitt

www.intimage.eu

2. Familial-verwandtschaftliche Beziehungen versus nicht-familiale Beziehungen: Verwandtschaft hat einen höheren Stellenwert als Freundschaft. Ältere haben z.B. intensivere Kontakte zu ihren Enkelkindern als zu anderen Kindern oder Jugendlichen.
3. Die Beziehung zu den Angehörigen sind zugeschriebene, zu den Freunden frei gewählt.
4. Zugehörigkeit zur gleichen sozio-historischen Generation (Altersgruppe) versus Zugehörigkeit zu älteren bzw. jüngeren Altersgruppen bzw. Generationen.

Gerade für ältere Menschen ist eine glückliche Beziehung vom hohen Stellenwert. Frauen wie Männer bleiben nicht einfach mit ihrem Partner nur aus Gewohnheit, weil es sich so gehört oder wegen der Kinder zusammen. Die Älteren erleben sich heute selber als unbefangener und jünger und nicht mehr so an Konventionen gebunden wie die früheren Generationen.

Während allgemein die Zahl der Scheidungen leicht sinkt, trennen sich die Älteren immer öfter. Ein Grund könnte die wachsende Lebenserwartung sein und der damit möglicherweise verbundener Wunsch, noch einmal in ein neues Leben aufzubrechen. Ein weiterer Faktor für diese Entwicklung könnte die Individualisierung der Lebensführung sein. Nach wie vor stellen Paarbeziehungen jedoch eine wichtige Rolle, wenn Familien- und Berufsphase in den Hintergrund treten (Riehl-Emde 2008).

Als der entscheidende Faktor für Partnerschaftszufriedenheit wurde in der „Interdisziplinären Längsschnittstudie des Erwachsenenalters“ (ILSE) mit Fragen zur Bedeutung von Sexualität und Intimität im Alter die Zärtlichkeit identifiziert.

Körperliche Intimität dient dem Ausdruck von Sympathie und auch Empathie und ist die körperliche Nähe oder Berührung meist zwischen zwei Personen. Bei der körperlichen Intimität kann unterschieden werden zwischen:

1. Körperlicher Nähe meint sympathiebasierte Berührungen zum Beispiel das Einhaken der Arme, den Wangenkuss, die begrüßende Umarmung und das Händehalten.
2. Familiäre körperliche Intimitäten sind zum Beispiel das Streicheln, das Füttern, das Schmusen und das Tätscheln (sowie alle obigen Handlungen).
3. Sexuelle Intimität meint zum Beispiel den Austausch von Zärtlichkeiten, das Küssen und sexuelle Praktiken aller Art (sowie alle obigen Handlungen).

Eine Enttabuisierung und Aufklärung bezüglich Intimität und Sexualität und weitere Beschäftigung mit dem Thema und Entwicklung tragfähiger Konzepte in den älter



Sensibilisierungsmaterial für das Recht auf Intimität und Sexualität im dritten Lebensabschnitt

www.intimage.eu

werdenden Gesellschaften scheint dringend geboten. In Alten- und Pflegeheimen muss, mit der Intimität und Sexualität als ein Grundbedürfnis welches zum Menschsein gehört, professionell umgegangen werden. Es muss ein Klima geschaffen werden, damit die Älteren ihre Intimität und Sexualität leben können, die schließlich im Artikel 1 Grundgesetz mit dem Recht auf ein Leben in Menschenwürde verbrieft ist.

Kernaussagen

1. Menschen wählen, beeinflussen und verändern im Einklang mit ihren altersspezifischen Aufgaben und Bedürfnissen ihre unmittelbare Umwelt und damit ihre sozialen Beziehungen.
2. Die Gruppe der Älteren verfügt über eine größere Differenzierung/ Individualisierung im Vergleich zu den Lebensphasen davor und ist auch weniger homogen.
3. Zentrales Element sozialer Integration in jeder Lebensphase sind gute soziale Beziehungen.
4. Zärtlichkeit und Sexualität ist auch im Alter ein fester Bestandteil einer innigen Beziehung.

Lernziele

1. Das Erkennen der Bedeutung von Altersbildern für die eigene und die Wahrnehmung Älterer mit Reflexion der persönlichen Anschauungen.
2. Bedeutung von sozialen Netzen mit emotionaler wie instrumenteller Unterstützung für Ältere und die Auswirkung auf die Gesundheit wie auch auf den Behandlungserfolg bei sozio-medizinischen Interventionen.
3. Die Bedeutung von Intimität und Sexualität auch im Alter als einen möglichen festen Bestandteil einer innigen Beziehung erkennen und fördern.



Sensibilisierungsmaterial für das Recht auf Intimität und Sexualität im dritten Lebensabschnitt

www.intimage.eu

Einheit 2 (von 4): Sexualität mit/ohne Partner Sexuality with/without partner

Einführung

Alterssexualität meint das sexuelle Empfinden von Menschen und das Ausleben von Sexualität im Alter. Gerade für die Zielgruppe alter Menschen wird ein breites Begriffsverständnis von Sexualität gefordert. Hier stehen oft andere sexuelle Aktivitäten, die über den Geschlechtsverkehr hinausgehen wie z.B. Masturbation oder der Austausch von Zärtlichkeit im Vordergrund.

Die Alterssexualität wird von biologischen (körperliche Voraussetzungen, Erkrankungen), psychischen (kognitive Leistungsfähigkeit, Persönlichkeit, Verhalten), sozialen (soziale Beziehungen, Partnerschaft, Familie) und ökologischen/kontextuellen (Wohnverhältnisse, Infrastruktur, Finanzen) Faktoren bestimmt (Gatterer 1994).

Nach wie vor ist das Sexualeben Älterer, insbesondere älterer Frauen tabuisiert. Unsere westliche auf „ewige“ Jugend eigestellte Gesellschaft wird immer noch von „double standard of aging“ beeinflusst. Das bedeutet, dass Frauen im Gegensatz zu Männern früher als unattraktiv, alt und asexuell wahrgenommen werden.

Dabei kann Sexualität auch für Ältere als eine angenehme, lohnende und bereichernde Erfahrung zum erfüllenden Alter gehören. Die mit der Sexualität verbundenen Einstellungen und Ansichten, die wir im Laufe des Lebens erworben haben, prägen uns auch im Alter. Gerade im Alter wird man mit widersprüchlichen Einstellungen und Unkenntnis von anderen Personen, der Gesellschaft aber auch durch uns selbst zum Thema Sexualität konfrontiert.

Gerade die nachberufliche Phase eröffnet die Möglichkeit Sexualität neu zu erleben: Die Kinder sind erwachsen und haben das Haus verlassen, Frau und Mann haben mehr Zeit und Ruhe für einander. Die Sorge um eine ungewollte Schwangerschaft entfällt, die Verhütung spielt in einer vertrauten Partnerschaft keine Rolle. Die Veränderungen im Alter können durchaus zu einer befriedigenderen und erfüllteren Sexualität führen.

Studien zeigen, dass die sexuelle Aktivität sowohl bei den Frauen als auch bei den Männern im höheren Lebensalter nachlässt. Während Frauen zwischen 18 und 40 Jahren etwas sexuell aktiver sind als Männer, verändert sich diese Entwicklung im Alter deutlich zu Gunsten der Männer. Bei den über 60-jährigen sind mehr als doppelt so viele Männer als Frauen sexuell aktiv (Unger & Brähler 1998). Den wichtigsten Einfluss auf sexuelle Aktivität ist das Vorhandensein oder Fehlen einer Partnerschaft. Neben dem Fehlen von Partnerschaft haben auch soziale Benachteiligungen wie zum Beispiel frühe Arbeitslosigkeit, geringes Einkommen bei den Männern und Faktoren des Wohnsitzes negativen Einfluss auf sexuelle Aktivitäten. Sexuelle Aktivität im Alter kann sich auch aufgrund physischer und hormoneller Veränderungen verringern.



Sensibilisierungsmaterial für das Recht auf Intimität und Sexualität im dritten Lebensabschnitt

www.intimage.eu

In der seit 1993 laufenden „Interdisziplinären Längsschnittstudie des Erwachsenenalters“ (ILSE) mit Fragen zur Bedeutung von Sexualität und Intimität im Alter wurde die Zärtlichkeit als der entscheidende Faktor für Partnerschaftszufriedenheit identifiziert (Müller, 2014). 91 Prozent der Männer und 81 Prozent der Frauen im Alter von 74 Jahren räumten der Zärtlichkeit in ihren Partnerschaften einen wichtigen Platz ein. Dies ist der Schlüssel für die Partnerschaftszufriedenheit im Alter. Für 61 Prozent der Männer und für 21 Prozent der Frauen spielte die Sexualität eine bedeutende Rolle. Das Hauptanliegen von ILSE besteht darin, Bedingungen für ein gesundes, selbstverantwortliches und zufriedenes Älterwerden zu erforschen. Dabei werden individuelle, gesellschaftliche und materielle Bedingungen der Älteren berücksichtigt.

Als einzig relevant für die Partnerschaftszufriedenheit im Alter erwies sich die Zärtlichkeit. Die fünf untersuchten Aspekte in der ILSE-Studie waren: Bildungsgrad, physischer Gesundheitszustand, Dauer der Partnerschaft, Bedeutung von Sexualität sowie Zärtlichkeit.

Einer der Hauptgründe für die abnehmende Häufigkeit der sexuellen Aktivitäten im Alter ist die fehlende Partnerschaft. Gerade für Frauen ist es ein Hindernis sexuell aktiv zu sein. Einen neuen Partner zu finden erweist sich als schwierig, da die Männer im Durchschnitt früher sterben und nur noch ein Drittel der allein lebenden Frauen bereit ist, sich erneut zu binden. Generelle Beziehungsprobleme, Erkrankungen oder der Verlust des Partners können die Libido reduzieren (Schultz-Zehden 2004).

Selbststimulation oder Masturbation ist eine selbständige Spielart der Sexualität gerade dann, wenn ein Partner nicht vorhanden ist. Laut Butler u. Lewis (1996) wird die Masturbation bis ins hohe Alter hinein praktiziert. Einige Menschen beginnen auch erst im Alter, sich regelmäßig selbst zu befriedigen, z.B. weil sie keine Partnerin oder keinen Partner oder körperliche Einschränkungen haben.

Ältere sollen sich nicht von negativen gesellschaftlichen Wertmaßstäben entmutigen lassen. In jeder Phase des Lebens können neue Erfahrungen und Begegnungen auch zur Bereicherung des Sexuallebens führen.

Kernaussagen

1. Sexualleben Älterer, insbesondere älterer Frauen ist immer noch tabuisiert.
2. Sexualität kann als bereichernde Erfahrung zum erfüllenden Alter gehören.



Sensibilisierungsmaterial für das Recht auf Intimität und Sexualität im dritten Lebensabschnitt

www.intimage.eu

3. Studien zeigen, dass die sexuelle Aktivität sowohl bei den Frauen als auch bei den Männern im höheren Lebensalter nachlässt.
4. In Studien wurde Zärtlichkeit als der entscheidender Faktor für Partnerschaftszufriedenheit identifiziert.
5. Hauptgrund für die abnehmende Häufigkeit der sexuellen Aktivitäten im Alter ist die fehlende Partnerschaft.

Lernziele

1. Welche Faktoren beeinflussen die Alterssexualität?
2. Deuten Sie die zentrale Aussage der ILSE-Studie für die Bedürfnisse der Älteren.
3. Nennen Sie den Hauptgrund für die nachlassende Sexualität im Alter.



Sensibilisierungsmaterial für das Recht auf Intimität und Sexualität im dritten Lebensabschnitt

www.intimage.eu

Einheit 3 (von 4): Homosexualität/ Same sex issues

Einführung

Homosexualität bezeichnet die sexuelle Orientierung bei der das erotische und romantische Begehren überwiegend auf Personen des gleichen Geschlechts gerichtet ist. Die damit einhergehenden Identitäten bezeichnet man als lesbisch oder schwul. Schwul ist das Synonym für die männliche, lesbisch für die weibliche Homosexualität. Die sexuelle Orientierung eines Menschen gehört zu seiner Persönlichkeit und Identität.

Viele ältere lesbische Frauen und schwule Männer leben immer noch ein soziales Doppelleben und werden dadurch in unserer Gesellschaft nicht wahrgenommen. Auch in den Institutionen der Altenhilfe schützen sie ihre sexuelle Identität aus Angst vor Ausgrenzung. Die älteren Homosexuellen leben oft in sozialer Isolation und sind dadurch einsam.

Mit der steigenden Akzeptanz der unterschiedlichen sexuellen Identitäten in der Gesellschaft treten nun auch die älteren Homosexuellen in die Öffentlichkeit und fordern ihr Recht nach Akzeptanz. In dieser Generation in Deutschland stehen Frauen und Männer zum ersten Mal offen zu ihrer sexuellen Identität. Damit beanspruchen sie in ihren Rechten den Heterosexuellen gleich behandelt zu werden und fordern, dass auch ihre Bedürfnisse berücksichtigt werden. Jedoch bleibt eine ablehnende Haltung gegenüber sexuellen Bedürfnissen von betreuungs- und pflegebedürftigen Personen oft aufrechterhalten. Bei Personen im vierten Lebensalter, die in Heimen leben und damit ihre soziale Autonomie verlieren, werden sexuelle Regungen weniger akzeptiert (Bozon 2002).

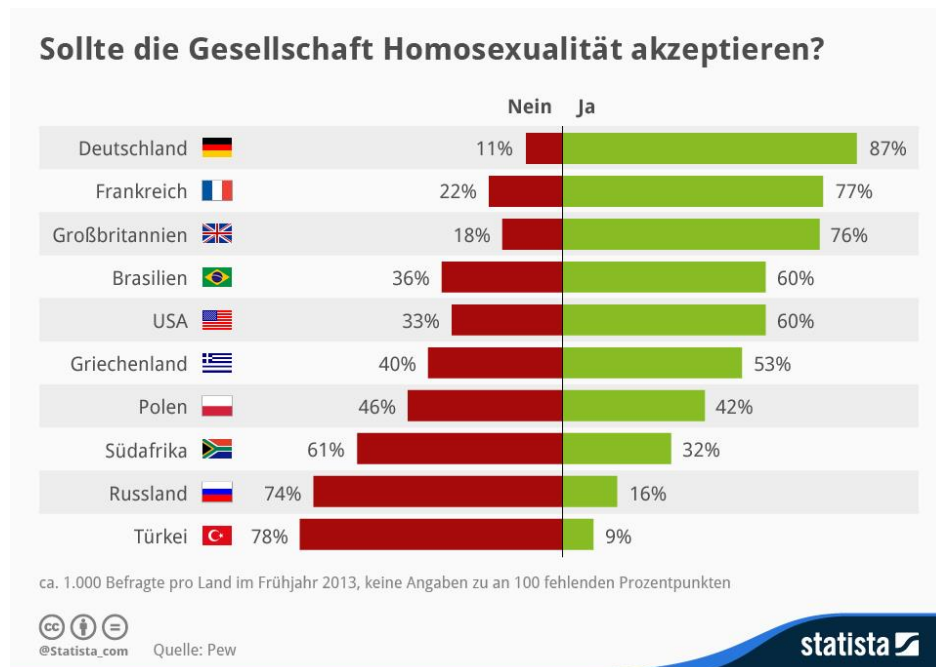
In Deutschland können sich seit 2001 homosexuelle Paare als Lebensgemeinschaft eintragen lassen. Dadurch sind sie in vielen Bereichen einer Ehe gleichgestellt.

Für die Studie des amerikanischen Pew Research Centers (2013) wurden 38.000 Menschen in 39 Ländern zum Thema Homosexualität befragt. In Westeuropa ist die Akzeptanz von Schwulen und Lesben überwiegend groß doch in Richtung Ost nimmt diese stark ab.

Sensibilisierungsmaterial für das Recht auf Intimität und Sexualität im dritten Lebensabschnitt

www.intimage.eu

Grafik 1: Ergebnisse einer Umfrage zur gesellschaftlichen Akzeptanz von Homosexualität in verschiedenen Ländern



Kernaussagen

1. Das Thema Homosexualität bei Älteren ist immer noch tabuisiert.
2. Ältere lesbische Frauen und schwule Männer leben häufig noch ein soziales Doppelleben und geraten dadurch leichter in soziale Isolation.
3. Heterosexuelle fordern die Gleichbehandlung und Berücksichtigung ihrer Bedürfnisse.
4. In Westeuropa ist die Akzeptanz von Schwulen und Lesben überwiegend groß doch in Richtung Ost nimmt diese stark ab.

Lernziele

1. Die eigene Einstellung zur Homosexualität auch in Hinblick auf Ältere reflektieren.
2. Das Recht auf mögliche sexuelle Bedürfnisse von betreuungs- und pflegebedürftigen Personen anerkennen ggf. unterstützen.
3. Die unterschiedlichen kulturellen und religiösen Einstellungen und Hintergründe zur Homosexualität in europäischen Ländern kennenlernen.



Sensibilisierungsmaterial für das Recht auf Intimität und Sexualität im dritten Lebensabschnitt

www.intimage.eu

Einheit 4 (von 4): Beziehungsänderungen (aufgrund des Alters)

Einführung

Im Verlauf einer Beziehung muss die Balance zwischen Intimität und Abstand insbesondere bei Beziehungsveränderungen zum Beispiel auf Grund neuer Lebensereignisse neu austariert werden. Hierzu gehört „zwangsläufig“ der Eintritt in den Ruhestand. Mit dem Eintritt in diesen müssen bestehende häusliche und partnerschaftliche Rollenstrukturen angepasst oder neugestaltet werden. Diese und andere (Lebens-)Veränderungen aufgrund des Alters wie zum Beispiel bei Krankheit oder Verlust eines Partners, Auszug der Kinder und Veränderungen der Wohnform ziehen auch Beziehungsveränderungen nach sich.

Das Modell der selektiven Optimierung und Kompensation (SOK-Modell; siehe Anhang) beschreibt die Kompetenz, dass Ältere ein Maximum an Lebensqualität (z.B. in sozialen Beziehungen) erzielen können, durch bestmögliche Erschließung der verbleibenden Ressourcen und Fähigkeiten (Baltes et al. 1998).

Der Eintritt in die nachberufliche Phase bedarf einer längeren Anpassungsphase aller beteiligten Personen. Die neue intensivere Nähe kann bestehende Probleme und Konflikte stärker in den Vordergrund rücken, kann aber auch stimulierend für die Beziehung sein. Paare haben mehr Zeit und Ruhe um neue gemeinsame Ideen zu verwirklichen, und auch für die Sexualität ergeben sich neue Möglichkeiten.

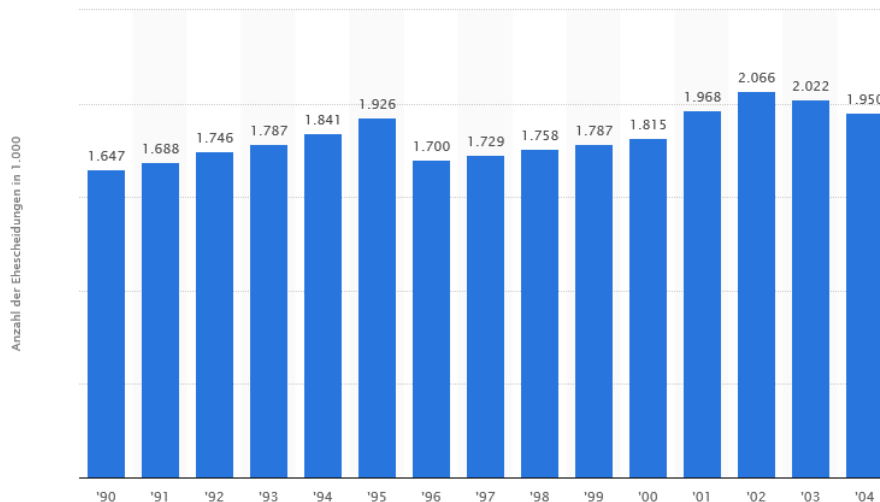
Trennung und Scheidung gehört zu den einschneidenden Veränderungen in einer (Ehe-) Beziehung. Die deutsche Statistik weist aus, dass weniger Ehen geschieden werden. Hier schlägt sich nieder, dass weniger geheiratet wird. Bezüglich der Älteren zeigen die Zahlen, dass sich die Scheidungsraten nach der Silberhochzeit (25 Jahre Ehe oder ein viertel Jahrhundert mit ein und demselben Partner) in den letzten 20 Jahren verdoppelt haben. Daneben wird noch die Trennung ohne Scheidung praktiziert, um bei Tod des Partners die Rentenansprüche nach dem deutschen Recht nicht zu verlieren.

Die folgende Grafik zeigt die Statistik der Anzahl der Ehescheidungen in Europa als Zeitreihe von 1990 bis 2004. Im Jahr 1990 wurden in Europa 1.646.616 Ehen geschieden. Für den Europa-Wert wurden Daten folgender europäischer Länder aggregiert: Deutschland, Belgien, Bosnien und Herzegowina, Bulgarien, Dänemark, Estland, Finnland, Frankreich, Griechenland, Großbritannien, Island, Italien, Kroatien, Lettland, Litauen, Luxemburg, Mazedonien, Republik Moldau, Niederlande, Norwegen, Österreich, Polen, Portugal, Rumänien, Russische Föderation, Schweden, Schweiz, Spanien, Tschechische Republik,

Sensibilisierungsmaterial für das Recht auf Intimität und Sexualität im dritten Lebensabschnitt

www.intimage.eu

Türkei, Ukraine, Weißrussland, Zypern. Die Daten wurden den Statistischen Jahrbüchern für das Ausland der Jahre 1994 bis 2006 entnommen.



Grafik 2: Statistik Anzahl der Ehescheidungen in Europa; Quelle: Statistisches Bundesamt

Mit steigendem Alter nimmt die Wahrscheinlichkeit die Partnerin oder den Partner durch Tod zu verlieren zu. Verlust und Trauer müssen verarbeitet und akzeptiert werden. Den Alleingeblienen fällt es oft schwer eine neue (Liebes-)Beziehung aufzubauen. Mit dem Verlust umzugehen, gehen Menschen unterschiedliche Wege. Während die einen schnell einen neuen (Sexual-)Partner suchen, verlieren andere den Wunsch nach neuer Partnerschaft und Intimität. Sexualität in einer neuen Beziehung wird oft im näheren Umfeld z. B. aus Scham nicht thematisiert. Insgesamt ist die Trauerbewältigung bislang ein wenig erforschtes Forschungsfeld.

Eine weitere Veränderung der partnerschaftlichen Beziehung kann der Auszug der Kinder aus dem gemeinsamen Haushalt mit sich bringen. Die „Empty Nest-Phase“ bringt nicht nur strukturelle Veränderungen in das familiäre System. Für Eltern bringt diese neue Situation emotionale, psychische und soziale Herausforderungen die sich positiv, aber auch negativ auf ihr Leben und Beziehung auswirken können. Während früher die postparentale Phase im mittleren Erwachsenenalter angesiedelt (40-60 Lebensjahr) war, verschiebt sich diese bedingt durch die spätere Erstgeburt und die verlängerte Ausbildungsphase der Kinder. Bei der sich prognostizierten verlängernden Lebenserwartung kann sie bis 30 Jahre andauern.

Eine schwierige (Partner-)Entscheidung ist es, den richtigen Zeitpunkt zu finden, in ein Alten- oder Pflegeheim umzuziehen. Sehr häufig besteht der Wunsch Älterer so lange wie möglich



Sensibilisierungsmaterial für das Recht auf Intimität und Sexualität im dritten Lebensabschnitt

www.intimage.eu

in der gewohnten häuslichen Umgebung verbleiben zu können. Als pflegebedürftig gelten Personen, die wegen einer körperlichen, geistigen oder seelischen Krankheit oder Behinderung im Bereich der Körperpflege, der Mobilität, der Ernährung und der hauswirtschaftlichen Versorgung auf Dauer (mindestens 6 Monate) in erheblichem oder höherem Maße der Hilfe bedürftig sind.

Wenn Grenzen häuslicher Betreuung erreicht sind muss mit dem Partner oder wenn es nicht mehr möglich (z.B. wegen einer dementiellen Erkrankung) mit nahen Angehörigen oder mit dem Hausarzt die weitere Vorgehensweise zur Unterbringung abgeklärt werden.

Kernaussagen

1. Auf Grund neuer Lebensereignisse muss die Balance zwischen Intimität und Abstand neu austariert werden.
2. Mit dem Eintritt in den Ruhestand müssen bestehende häusliche und partnerschaftliche Rollenstrukturen angepasst oder neugestaltet werden.
3. Trennung und Scheidung gehört zu den einschneidenden Veränderungen in einer (Ehe-) Beziehung.
4. Gemeinsame (Partner-)Entscheidung für die geeignete Wohnform im hochbetagten Alter suchen sollte bei Zeiten gesucht werden.

Lernziele

1. Benennen Sie die zentrale Aussage des Modells der selektiven Optimierung und Kompensation im Alter.
2. Überlegen Sie, wann der richtige Zeitpunkt um die jetzige Wohnsituation (die ihrer Eltern) zu ändern (bezogen auf Alter), sein könnte.

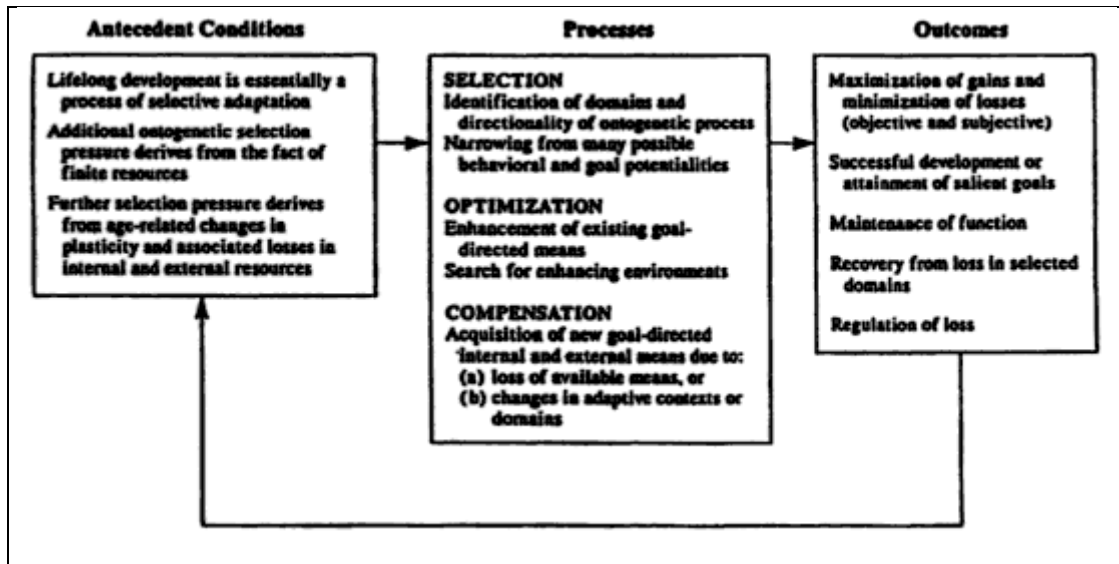


Sensibilisierungsmaterial für das Recht auf Intimität und Sexualität im dritten Lebensabschnitt

www.intimage.eu

Anhang

The life-span model of selective optimization with compensation (Baltes et al 1998).



Dieses Projekt wurde mit Unterstützung der Europäischen Kommission finanziert. Die Verantwortung für den Inhalt dieser Veröffentlichung trägt allein der Verfasser; die Kommission haftet nicht für die weitere Verwendung der darin enthaltenen Angaben.

