

Sexualität in der Pflege

Keine Frage des Alters

Nirgendwo sind wir so verletzlich wie in unserer Sexualität. Da professionelle Pflege so körpernah wie sonst kaum ein anderer Beruf arbeitet, werden wir zwangsläufig mit der Sexualität unserer Klienten konfrontiert. Es gilt eine Haltung zu entwickeln, die von einer warmherzigen Akzeptanz bei gleichzeitiger Professionalität gekennzeichnet ist.



Sexualität ist immer Normen unterworfen

In den 60er und 70er Jahren herrschte zum Teil die Vorstellung, dass man sich von vielen Normen freimachen sollte, um eine gesunde oder unverfälschte Sexualität leben zu können. Die Liberalisierung und die Aufklärung zu sexuellen Fragen hat vielen Menschen Leid erspart, aber eine frei von Normen ausgelebte Sexualität gibt es in keiner Kultur.

Schon der Begründer der Psychoanalyse Sigmund Freud wies auf die Kulturabhängigkeit von Sexualität hin. Was in der einen Kultur verboten ist, kann in einer anderen kulturellen Lebensgemeinschaft „normal“ sein. Um insbesondere die Nachkommen, also die Kinder relativ sicher und unbeschwert aufwachsen zu lassen, bremst man sich sozusagen in seinen sexuellen Impulsen. In fast allen Kulturen gibt es sexuelle Treueversprechungen, um Familien und Sippen zu stabilisieren. Welches Leid hervorgerufen wird, wenn diese Impulskontrolle nicht funktioniert, zeigt das Beispiel Arnold Schwarzenegers, der offensichtlich die langjährige und vertraute Hausangestellte schwängerte und damit seine Kinder und Ehefrau offensichtlich zutiefst verstörte.

Da das Ausleben sexueller Impulse eine ungeheure zerstörerische Kraft entwickeln kann, ist es normal, dass es viele Tabus in diesem Bereich gibt. Es wird zwar öffentlich mehr über Sexualität gesprochen und der Zugang zu Pornografie ist sehr leicht geworden, vor allem über das Internet. Untersuchungen zeigen jedoch, dass Menschen ihr Schamgefühl nicht verlieren, sondern sich durch diese Übersexualisierung erheblich unter Druck gesetzt fühlen. Die Normen an die sexuelle Leistungsfähigkeit und körperliche Schönheitsideale werden dabei als sehr hoch erlebt.

Das Inzest-Tabu verbietet den sexuellen Kontakt unter engen Verwandten und ist in fast allen

Kulturen zu finden. Es wird auch dafür als Erklärung herangezogen, dass die Sexualität älterer Menschen tabuisiert wird. Kinder sollen und wollen sich nicht vorstellen, dass ihre Eltern sexuelle Wesen sind. Genauso ist es normal, dass junge Menschen denken, die Sexualität hört mit zunehmendem Alter auf. Gerade in der Begleitung älterer Menschen bedarf es oft eines längeren Lernprozesses, um zu akzeptieren, dass dies – Gott sei Dank – nicht der Fall ist.

Warum Sexualität und Pflege schwierig ist

Beruflich Pflegende unterstützen Menschen bei der Bewältigung von Krankheit und Pflegebedürftigkeit. Jegliche Form der Abhängigkeit wirkt sich auch auf die Lebensaktivität „sich als Frau oder Mann fühlen und verhalten“ aus. Da Menschen in ihrer sexuellen Identität so leicht verletzbar sind, ist es schwer, wenn andere Menschen Zeuge ihrer sexuellen Identität und Praktiken werden. Da Pflege so körpernah stattfindet, ist es nachvollziehbar, dass es für Pflegende als auch für Gepflegte schwierig ist, mit dem Thema umzugehen.

Pflege ist oft intimer als intim. Pflegende werden Zeugen bei den Ausscheidungsvorgängen ihrer Klienten (Patienten, Bewohner, Mieter, Tagespflegegäste). Sie bekommen im wahren Sinne des Wortes alles „hautnah“ mit und haben von daher nicht nur eine körper-

liche, sondern auch eine seelische Nähe zu den zu Pflegenden.

In der Begleitung hilft es sehr, sich zu vergegenwärtigen, dass Sexualität und die Liebesfähigkeit bis zum letzten Atemzug erhalten bleiben. Dieser Lernprozess, dass wir, egal was passiert, sexuelle Wesen bleiben, ist auch etwas Schönes und Lebensbejahendes. Auch im hohen Alter, auch bei Hilfe- und Pflegebedürftigkeit können wir uns verlieben und/oder sexuelle Gefühle haben. Diese Gefühle sind auch eine Hinwendung zum Leben und treten natürlich verstärkt auf, wenn wir uns wohlfühlen. Insofern sagen wir in der Beratung auch: „Das ist doch ein Kompliment für Ihre Einrichtung, wenn sich bei Ihnen Ihre Bewohner oder Tagespflegegäste untereinander verlieben.“

Eine professionelle Haltung entwickeln

In Schulungen und Seminaren haben wir positive Erfahrungen mit folgenden Hinweisen gemacht, um zu einer professionellen Haltung zu gelangen:

1. Freuen Sie sich darüber, dass Ihre Klienten ihre Sexualität ausdrücken

Je lebendiger eine Wohn- oder Versorgungsform für Menschen mit Pflegebedarf ist, desto eher äußern die dort lebenden Menschen ihre Wünsche, auch sexueller Art. Ausgedrückte Sexualität ist ein Zeichen von Lebensfreude und Gesundheit.

Die Sexualität eines Menschen ist immer schutzbedürftig

Der Wort „Sexualität“ stammt aus dem Lateinischen („sexus“ = „Geschlecht“). Unter Sexualität des Menschen wird laut Lexikon das Verhalten zwischen Geschlechtspartnern verstanden, sei es eine heterosexuelle oder homosexuelle Beziehung. Damit bedeutet Sexualität die Gesamtheit der Lebensäußerungen, Verhaltensweisen, Empfindungen und Interaktionen von Lebewesen in Bezug auf ihr Geschlecht. Sexualität kann, muss aber nicht als möglicher Ausdruck der Liebe zwischen zwei Personen verstanden werden.

Um auch die Fortpflanzung innerhalb der Menschheitsgeschichte „attraktiv“ zu machen, sind unsere Sexualorgane sehr empfindsam, aber auch schmerzempfindlich. Von daher ist, psychologisch gesehen, die Sexualität eines Menschen immer sehr schutzbedürftig, nicht nur im körperlichen, sondern auch im seelischen Sinne. Nirgends sind wir so verletzbar wie in unserer Sexualität. Deshalb finden sich bei Gewalt gegen Menschen zum Teil auch sexuelle Komponenten, um andere zu demütigen und zu versuchen, ihre Ich-Integrität zu zerstören.

Versuchen Sie dies als Ressource und nicht als Störung zu sehen.

2. Sorgen Sie dafür, dass Menschen mit Pflegebedarf ihre Privatsphäre schützen können

Der Umgang mit Sexualität in der Pflege ist oft deshalb so problematisch, weil Klienten zu wenig Privatheit zugestanden wird. Deshalb fordern wir im Kuratorium Deutsche Altershilfe (KDA), dass in Wohnformen für Menschen mit Pflegebedarf jeder das Recht auf sein eigenes Appartement hat und nicht ständig Blicken und der Aufmerksamkeit anderer Menschen in Doppel- und Mehrbettzimmern ausgesetzt ist (Michell-Auli, Kremer-Preiß, Sowinski, Lanzerath 2010/2011)

lich freiwillig sind. Ist ein Partner an einer Demenz erkrankt, muss man sehr genau beobachten, dass diese Situation nicht von anderen Personen ausgenutzt wird und die betroffene Person sexuellen Handlungen ausgesetzt ist, die sie bei einer besseren kognitiven gesundheitlichen Situation nicht dulden würde.

Auch Kolleginnen und Kollegen müssen vor sexuellen Übergriffen geschützt werden. Ich habe es als sehr traumatisch erlebt, dass es Ende der 1970er Jahre, als ich meine Ausbildung zur Krankenschwester absolvierte, fast ein Sport war, junge Kollegen besonderen Stresssituationen auszusetzen. Gerade wir wurden zu „schwierigen“ Patienten geschickt, ohne dass die

den. Zur Verantwortung von Leitungspersonen gehört auch, dass sie Fürsorge für ihre Mitarbeitenden tragen und sie vor sexuellen Belästigungen jeglicher Art schützen.

5. Achten Sie auch sonst auf die Sicherheit Ihrer Klienten

Es kommt immer wieder vor, dass Klienten sich bei sexuellen Handlungen selbst verletzen. So habe ich im Altenheim erlebt, dass eine demenzkranke Bewohnerin ihre volle Sprudelflasche mit ins Bett nahm und aufgrund des Verschlusses Schnittverletzungen im Genitalbereich hatte. Wir waren damals im Team sehr beschämt und wussten nicht, wie wir damit umgehen sollten. Die Sprudelflasche wurde fortan nicht mehr in Sichtweite gestellt und die Angehörigen über den Vorfall informiert, denen das furchtbar peinlich war. Leider konnten wir uns nicht dazu durchringen, dem guten Vorschlag einer Mitarbeiterin zu folgen, einfach ein Kinder-Plastikspielzeug wie eine Giraffe anzuschaffen, das eine ähnliche Form wie die Sprudelflasche besitzt, aber vor Verletzungen schützt. Dies wäre diskreter als zum Beispiel ein Dildo.

Ebenso kam es vor, dass Bewohner, die ein Liebesverhältnis hatten, bei Umarmungen zum Teil gemeinsam hingefallen sind. Da das Paar viel Humor besaß, konnten wir erreichen, dass sie uns um Hilfe baten, sich vorher gemeinsam aufs Bett zu legen. Auch wenn das für Pflegende zum Teil schwierige und manchmal auch tragisch-komische Situationen sind, ging es ja darum, es den Menschen auf diskrete und wertschätzende Weise zu ermöglichen, ihre Sexualität auszuleben.

Auch wenn Männer in einer Wohnform für Pflegebedürftige leben und vom Zivildienstleistenden mit dem Einrichtungsbus zur langjährig vertrauten Prostituierten gefahren werden, schwitzen manche Leitungen Blut und Wasser. Sie sorgen sich, dass dem Bewohner als auch dem Mitarbeitenden im Rot-

Je lebendiger eine Wohn- oder Versorgungsform für Menschen mit Pflegebedarf ist, desto eher äußern die dort lebenden Menschen ihre Wünsche, auch sexueller Art

3. Achten Sie auf Ihre Sprache

Durch die Hilflosigkeit im Umgang mit sexuellen Äußerungen von Klienten kommt es häufig dazu, dass sexuelle Bedürfnisse oder Äußerungen abfällig bewertet werden. Dies zeigt sich zum Beispiel darin, dass in Übergabegesprächen Sätze fallen wie „Herr X ist unmöglich“, „Frau Y belästigt unsere männlichen Kollegen“ und so weiter. Da sich in der Sprache Haltung ausdrückt und wiederum Haltung durch Sprache transportiert wird, sollte gerade das Management darauf achten, sachlicher mit dem Thema Sexualität und Pflege umzugehen. In emotionalen Äußerungen drückt sich oft Hilf- und Schutzlosigkeit aus.

4. Schützen Sie Ihre Klienten als auch Ihre Mitarbeitenden vor sexuellen Übergriffen

Gerade in der Begleitung älterer Menschen, muss man sehr darauf achten, ob die sexuellen Beziehungen untereinander wirk-

Leitung sich schützend vor unerfahrene Pflegepersonen stellte. Werden Mitarbeitende von Klienten belästigt, müssen sie die Unterstützung ihrer Vorgesetzten und des Teams haben, damit sich alle gemeinsam gegen so etwas verwehren. So könnte es zum Beispiel helfen, wenn die Leitung zu Herrn X geht und klarstellt, dass er mit der jungen Frau Y so nicht umgehen darf. Von daher ist es sehr wichtig, dass gerade ältere Kollegen darauf achten, dass jüngere und unerfahrenere Mitarbeitende unterstützt werden. Oft ziehen die jüngeren Mitarbeitenden auch Verliebtheitsgefühle auf sich. Schlimm wäre, wenn die älteren Kollegen dann mit Sprüchen reagieren wie: „Bei mir macht er das aber nicht. Das muss an dir liegen, du machst etwas falsch.“

In den USA ist die sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz ein großes Thema, und es müssen zum Teil hohe Summen an Opfer sexueller Gewalt gezahlt wer-

licht-Milieu etwas passieren könnte und dass der namentlich gekennzeichnete Bus nicht weit genug von den Etablissements geparkt ist („Parken Sie bloß nicht unseren Bus vor der Bar ‚Cherie‘. Wie stehen wir denn sonst da?“).

6. Versachlichen Sie emotional schwierige Situationen

Da wir so verletzlich in unserer Geschlechtsidentität sind, ist es ein absoluter Pflegefehler, die Menschen unnötig stark zu entkleiden und nackt sitzen, stehen oder liegen zu lassen. Nicht nur, dass die Menschen frieren, sie fühlen sich im wahrsten Sinne „entblößt“. Indem ich das Schamgefühl der Menschen achte und ganz bewusst beim Umgang mit Körperflüssigkeiten Handschuhe und Schutzkleidung anlege, zeige ich, dass ich eine professionelle und keine sexuelle Handlung vollziehe. Zu den Körperflüssigkeiten zählen

dabei nicht nur Blut, Urin, Kot, Schweiß, Speichel, sondern auch Vaginalsekret und Sperma. Pflegerische Handlungen im Intimbereich müssen eindeutig sein. Gerade für Menschen mit Demenz kann die Körperpflege auch erschreckend wirken. Deshalb ist es immer wieder wichtig zu erklären, was man macht und dies auch nonverbal zu zeigen. Dies kann zum Beispiel erfolgen, indem man Kontakt aufnimmt und fragt, ob man beim Waschen helfen darf und dann in Sichtkontakt mit dem älteren Menschen die Schürze und die Handschuhe anzieht. Ein guter Schutz, auch in psychologischer Hinsicht, sind gute Handschuhe. Die Berufsgenossenschaft schreibt beim Umgang mit Körperflüssigkeiten unbedingt flüssigkeitsundurchlässige, gut sitzende Handschuhe vor. Diese Handschuhe helfen aber auch den Pflegepersonen und pflegenden Angehörigen, sich psychisch

zum Beispiel vor „Schmutzigem“ zu schützen. Der Ekel-faktor verringert sich erheblich, wenn bei der Hilfestellung beim Toilettengang die eigenen Hände nicht mit den Ausscheidungen in Berührung kommen.

Viele scheinbar sexuelle Äußerungen haben zum Teil andere Ursachen und sind oft gar nicht so gemeint. Ein großes Problem in der Körperpflege ist für Frauen die Erektion des Mannes. Diese hat aber oft sogenannte reflektorische Gründe – der Mann muss oft nur auf Toilette. In der Begleitung von Menschen mit Demenz wird zum Teil ein sehr unbefangenes Verhältnis zur Sexualität an den Tag gelegt. Dies kann auch damit zu tun haben, dass der ältere Mensch sich ein Stück weit in seine Jugend zurückversetzt fühlt und Gespräche und Neckereien zu diesem Thema oft gar keine tiefere Absicht haben.

schülke 

Sanftes Gefühl. Starke Wirkung.

NEU: octenisan® Waschhandschuhe

-  Zur sanften Reinigung und Pflege der Haut
-  Antimikrobiell wirksam (MRSA / ORSA / ESBL)
-  Mit Allantoin für zusätzliche Pflege
-  Kein Nachspülen notwendig



7. Achten Sie auf Rollentrennung

Gerade weil Pflegepersonen sozusagen „in der Unterhose“ arbeiten, sollten sie nicht diejenigen sein, die auch noch Gespräche über Sexualität führen. Es sei denn, es würde sich von selbst ergeben und beide Gesprächsteilnehmende haben keine Probleme damit.

Gerade weil Pflegepersonen sozusagen „in der Unterhose“ arbeiten, sollten sie nicht diejenigen sein, die auch noch Gespräche über Sexualität führen

Auf Kongressen und Seminaren habe ich immer wieder erlebt, dass Fachleute meinten, dass gerade Mitarbeitende, die die Körperpflege durchführen, sexuell offener sein sollten und mit den älteren Menschen darüber sprechen sollten. Gerade weil hier so eine übergroße Nähe da ist, würden wir eher davon abraten, denn eine Rollentrennung wäre sehr gut. Warum sollte nicht bei sexuellen Problemen die Wohnbereichsleitung oder die Leitung eines ambulanten Dienstes oder der soziale Dienst mit den älteren Menschen darüber sprechen. Auch der Hausarzt könnte bei entsprechender Vertrauensposition ein Ansprechpartner sein.

8. Seien Sie ehrlich

Dienstleistungen im Bereich der Pflege dürfen nie sexuell sein. Dies wäre sexueller Missbrauch. Insofern ist die Grenzziehung, zum Beispiel auch in der Körperpflege, sehr wichtig. Wenn es zu sexuellen Übergriffen seitens der Klienten kommt, sollten die Mitarbeitenden immer betonen, dass sie so etwas nicht machen können, dass sie die Pflegerin oder der Pfleger sind. Wichtig dabei ist aber auch, dass dieses natürliche Bedürfnis nicht verurteilt wird. Hier sind oft ältere erfahrene Kollegen souveräner, die beispielsweise sagen

können: „Herr X oder Frau Y, Ihr Angebot ehrt mich, aber ich kann das nicht machen. Ich mache das hier beruflich, außerdem bin ich verheiratet.“

9. Sorgen Sie dafür, dass Ihre Klienten Lebensfreude und Glück erleben können

Immer wieder taucht der Hinweis auf, Sexualassistenten – eine Form der Prostitution – hinzuzuziehen. Wir sprechen uns im Kuratorium Deutsche Altershilfe (KDA) nicht direkt gegen Sexualassistenten aus, plädieren aber dafür, es Menschen zu ermöglichen, auf natürlichem Wege ihre Sexualität auszuleben (Sowinski 2011). So sollte man Möglichkeiten schaffen, zum Beispiel in Form von Tanzveranstaltungen, damit Menschen sich kennen lernen können.

10. Trennen Sie Berufs- und Privatleben

Nicht nur für die beruflichen Begleiter von Menschen mit Pflegebedarf, sondern auch für pflegende Angehörige ist es wichtig, Auszeiten zu haben. Sonst brechen sie unter der Last dieser oft auch körpernahen Arbeit zusammen.

Hilfreich sind Rituale, die Arbeit und Freizeit voneinander trennen. Nicht nur im Pflegeberuf, sondern auch in anderen Berufen markieren viele Menschen diesen Übergang durch kleine, aber zum Teil auch aufwendige Handlungen. Oft wird der Weg nach Hause als Trennung zwischen Beruf und Privatleben angesehen. Gerade in der Pflege spielt das Duschen und Baden nach der Arbeit eine wichtige Rolle. Man zieht sich um, cremt sich vielleicht mit bestimmten Mitteln ein, sodass alleine der Duft einer Körperlotion oder das Anziehen der gemütlichen Sachen schon die andere, die private Rolle signalisiert.

Viele vermeiden es strikt, sich nach der Arbeit im Fernsehen berufsverwandte Themen anzuschauen. Gerade das Leben in zwei Rollen (beruflich und privat) oder Pflegenden Angehörigen versus ein Leben mit Auszeiten

kann dem Burnout entgegenwirken.

Auf die Freiwilligkeit der Beziehungen achten

Es ist ein Gewinn für alle, wenn es Pflegebedürftigen ermöglicht wird, sich neu zu verlieben und einen Partner zu finden. Dabei ist es aber wichtig, darauf zu achten, dass diese Beziehungen, wie auch sexuelle Kontakte, freiwillig sind. Es kann nicht sein, dass gerade Menschen mit Demenz, die sich oft schlechter wehren können, Opfer von sexuellen Übergriffen werden.

In vielen Häusern ist es inzwischen normaler geworden, dass sich Paare finden. Oft zieht man dann auch in ein gemeinsames Zimmer oder Appartement. Für die Kinder der älteren Menschen ist es oft ein schmerzhafter Prozess, sich daran zu gewöhnen. Die Zeiten, als noch galt, dies müsse im Alter unterbunden werden, sind zum Glück vorbei.

Literatur:

- Freud, S. (1905): Drei Abhandlungen zur Sexualtheorie. In: Reclam 2010, Stuttgart
 Freud, S. (1912/1913): Totem und Tabu/Das Unbehagen in der Kultur. In: Anaconda 2010, Köln
 Michell-Auli, P.; Kremer-Preiß, U.; Sowinski, Chr. (2010): Akteure im Quartier für einander und miteinander. In: ProAlter, Heft 6, Kuratorium Deutsche Altershilfe, Köln
 Michell-Auli, P.; Sowinski, Chr.; Lanzerath, M. (2011): Eigener Herd ist Goldes wert. Das Appartement im KDA-Quartiershaus der 5. Generation. In ProAlter, Heft 2, Kuratorium Deutsche Altershilfe, Köln
 Sowinski, Chr. (2011): Prostituierte im Pflegeheim? In: Die Schwester Der Pfleger, Heft 2, S. 122–133, Bibliomed Verlag, Melsungen
 Berufsgenossenschaft für Gesundheit und Wohlfahrtspflege, www.bgw.online.de
<http://www.diakoniewerk.at/assets/DZ-Salzburg/download/DiakonieDialoge2009.pdf>, Diakonie-Zentrum Salzburg 2009
 „Frühlingsgefühle im Herbst des Lebens.“ Liebe, Erotik, Sexualität im Alter und ihr Einfluss auf Betreuungsbeziehungen. 15. Salzburger Diakonie-Dialoge 26. Juni 2009

Anschrift der Verfasserin:

Christine Sowinski, Krankenschwester,
 Diplom-Psychologin
 Leiterin Bereich Beratung von
 Einrichtungen und Diensten
 Kuratorium Deutsche Altershilfe
 An der Pauluskirche 3. 50677 Köln
 E-Mail: christine.sowinski@kda.de
www.kda.de