

# Sex, Drugs und Rollatoren

**Sexualität im Alter ist ein sensibles Thema, das in der stationären Langzeitpflege oft übersehen wird. In diesem Beitrag erfahren Sie, wie Pflegekräfte, Führungspersonal und soziale Dienste Bewohner dabei unterstützen können, ihre Bedürfnisse nach Nähe und Intimität auszuleben – und welche Herausforderungen dabei entstehen. Themen wie offene Kommunikation, Privatsphäre, Diversität und der Umgang mit Demenz werden praxisnah beleuchtet. So schaffen Sie ein Umfeld, das Selbstbestimmung ermöglicht und zugleich Schutz bietet.**



Intimität und körperliche Nähe sind grundlegende Bedürfnisse auch von Bewohnerinnen und Bewohnern stationärer Einrichtungen der Altenpflege.

Foto: Werner Krüper

## **Sexualität im Alter: Ein Tabuthema mit Bedeutung**

Sexualität im Alter ist ein wichtiges, aber oft immer noch tabuisiertes Thema. Sie als Pflegepersonen, Führungskräfte oder Mitarbeiter der Lebensalltagsgestaltung (Sozialer Dienst/Beschäftigung) in der stationären Langzeitpflege haben eine entscheidende Aufgabe. So, können Sie ein respektvolles und unterstützendes Umfeld schaffen, in dem pflegebedürftige Menschen ihre Bedürfnisse nach Nähe und Intimität ausleben können. Es ist wichtig, Barrieren abzubauen, eine offene Kommunikation zu fördern und sowohl rechtliche Aspekte (Großkopf) zu berücksichtigen, damit die Bewohner ein erfülltes Leben führen können.

## Inhalt



---

Seite 1 – **Recht auf sexuelle Selbstbestimmung in Pflegeeinrichtungen**

---

Seite 2 – **Vielfalt anerkennen: Homosexualität und sexuelle Diversität im Alter**

---

Seite 3 – **Herausforderungen im Umgang mit Sexualität bei Demenz und kognitiven Veränderungen**

---

Seite 4 – **Umgang mit Grenzüberschreitungen und rechtliche Rahmenbedingungen**

---

Seite 5 – **Fazit:**

---

### **Recht auf sexuelle Selbstbestimmung in Pflegeeinrichtungen**

„In einer Pflegeeinrichtung haben Bewohner grundsätzlich das Recht auf ein selbstbestimmtes Sexualleben, sofern sie einwilligungsfähig sind und niemand zu Schaden kommt. Dieses Recht auf sexuelle Selbstbestimmung ist in den Grundrechten verankert und wird durch zahlreiche pflegeethische Leitlinien untermauert.“ (Großkopf V. u., 2025)

Die Auseinandersetzung mit den Herausforderungen der Sexualität im Alter sollte ein fester Bestandteil der Ausbildungen und des Alltags in Pflegeeinrichtungen sein.

### **Wie können Sie einfühlsam mit diesem sensiblen Thema umgehen, ohne Scham oder Ablehnung auszulösen?**

Besonders herausfordernd wird es, wenn sich das Sexualverhalten aufgrund kognitiver Veränderungen ändert. Hier stellt sich die Frage, wie man Selbstbestimmung und Schutz voneinander abgrenzt. Wo verlaufen die Grenzen zwischen der Selbstbestimmung der Betroffenen und der notwendigen Fürsorge? Zudem sollten rechtliche Vorgaben und ethische Richtlinien in diesem Kontext beachtet werden.

### **Aus der Praxis:**

Ein 83-jähriger Bewohner und eine 80-jährige Bewohnerin lernen sich in der Einrichtung kennen und verstehen sich sofort sehr gut. Im Laufe der Zeit entwickelt sich eine enge Beziehung zwischen ihnen, die auch zu sexuellen Aktivitäten führt. Dies bleibt weder dem Personal noch den Kindern des Bewohners/der Bewohnerin verborgen. (Großkopf V. u., 2025)

**Überlegen Sie kurz: Wie könnte die Geschichte weiter gehen?**

- a) Die Beziehung wird wohlwollend von allen unterstützt.
- b) Die Kinder beider Pflegebedürftigen verstehen und akzeptieren die Beziehung nicht.
- c) Wie würde sich die Geschichte verändern, wenn einer der beiden dementiell erkrankt wäre.

**▪ Videotipp****Zunächst jedoch, was ist Sexualität?**

Sexualität ist eine menschliche intime Erfahrung, die mehr als nur körperliche Aspekte umfasst. Sie kann auf einer körperlichen Ebene stattfinden, ist jedoch meist tief verknüpft mit emotionaler Nähe, dem Bedürfnis nach Kontakt und dem Wunsch, dazuzugehören.

**Überlegen Sie kurz, wie viel körperliche Nähe erfährt ein Bewohner?**

Wenn wir geboren werden, erleben wir viele Zärtlichkeiten und Berührungen. Auch in einer Partnerschaft ist Nähe sehr wichtig. Doch ältere Menschen, die allein leben, erfahren oft nur noch selten Berührungen. Diese sind dann meist nur noch funktionell.

Oft wird angenommen, dass ältere Menschen weniger sexuelles Interesse haben oder nicht die gleichen Bedürfnisse wie jüngere Menschen. Diese Sichtweise ist jedoch zu einfach und berücksichtigt nicht die Komplexität menschlicher Beziehungen sowie das Bedürfnis nach Respekt und Wertschätzung und Privatsphäre.

Haben Bewohner in einer stationären Langzeitpflege tatsächlich Privatsphäre? Kann nicht jederzeit jemand in das Zimmer des Bewohners eintreten. Selbst, wenn angeklopft wird, ist die Zeit, bis die Tür geöffnet wird, kurz. Oder das Klopfen wird überhört.

Kennen Sie die „Bitte nicht stören“-Schilder aus Hotels? Warum sollten Sie nicht solche Schilder für Ihre Bewohner einführen? Das wäre außerdem eine schöne Beschäftigung für die Bewohner, die Schilder selbst gestalten zu können. So könnten Sie gemeinsam mit den Bewohnern, die dazu in der Lage sind, besprechen, dass sie, wenn sie das Schild an die Tür hängen, nicht gestört werden möchten. Wenn jedoch jemand nicht zu den Mahlzeiten in die Wohnküche kommt, würden Sie nach ihm sehen.

## **Vielfalt anerkennen: Homosexualität und sexuelle Diversität im Alter**

Es ist zu beobachten, dass Mitarbeiter in einer Einrichtung unterschiedliche Ansichten zum Thema Sexualität im Alter haben. Zwischen der Reaktion mit einem Lächeln bis zur kompletten Ablehnung, ist alles zu finden.

Fördern Sie einen sensiblen Umgang mit dem Thema Sexualität. Ein sensibler Umgang mit Sexualität im Alter beginnt mit einem offenen, respektvollen und wertfreien Dialog. Mitarbeiter sollten regelmäßig Fortbildungen erhalten, um Vorurteile und Stereotypen abzubauen. Eine vertrauensvolle Beziehung zwischen Pflegepersonen und Bewohnern ist hierbei entscheidend. Ältere Menschen müssen sich sicher und akzeptiert fühlen, damit sie ihre Bedürfnisse offen ansprechen können.

Jeder Mensch hat unterschiedliche Wünsche und Bedürfnisse in Bezug auf Sexualität, und es ist wichtig, diese Unterschiede zu respektieren, ohne zu verallgemeinern. Das betrifft auch das Thema Homosexualität. Es ist wichtig zu verstehen, dass Homosexualität in Deutschland lange Zeit strafbar war.

Wie viele Menschen leben wohl in unseren Einrichtungen, die jahrelang ihre Sexualitäten nicht leben konnten? Homosexualität und sexuelle Diversität im Alter sind wichtige Themen, die oft übersehen werden.

Viele ältere LGBTQ+Menschen haben Diskriminierung erfahren, was Leben stark beeinflusst hat. Sie sollten in Ihrer Einrichtung aktiv eine akzeptierende Atmosphäre schaffen, in der Vielfalt geschätzt und unterstützt wird. Dies erfordert ebenfalls Schulungen und regelmäßige Reflexionen.

Ein Austausch mit lokalen LGBTQ+ Gemeinschaften oder Organisationen in Ihrer Nähe kann Ihnen helfen, die Bedürfnisse Ihrer Bewohner besser zu verstehen und passende Ressourcen bereitzustellen.

## **Herausforderungen im Umgang mit Sexualität bei Demenz und kognitiven Veränderungen**

Ein weiterer wichtiger Aspekt der Sexualität im Alter sind die kognitiven Veränderungen. Erkrankungen wie Demenz oder andere kognitive Beeinträchtigungen können die Bedürfnisse nach Sexualität stark beeinflussen. Es ist eine Herausforderung, zwischen dem recht auf Selbstbestimmung und dem Schutz der Bewohner zu unterscheiden.

Das Recht auf Selbstbestimmung bleibt! Sie müssen jedoch als Pflegepersonen auch Anzeichen von Überforderung oder die Unfähigkeit zur Einwilligung erkennen.

Hierbei ist es oft schwierig, die richtige Balance zu finden: Wie viel Freiheit kann man zulassen, ohne die Sicherheit der Bewohner zu gefährden? Bei Bewohner mit kognitiven Einschränkungen kann es schwerer sein, eigenen Grenzen zu erkennen und auszudrücken. Daher ist es wichtig, die Bedürfnisse der Bewohner zu verstehen und zu hinterfragen. Führen Sie Fallbesprechungen durch?

Es ist notwendig, klare ethische Richtlinien für den Umgang mit Sexualität in der Pflege zu formulieren. Gibt es dafür bereits Verfahrensweisungen? Die Einhaltung gesetzlicher Vorgaben sowie die Entwicklung praxisorientierter Richtlinien, die individuelle Werte und kulturelle Hintergründe der Bewohner berücksichtigen, sind entscheidend.

### **Umgang mit Grenzüberschreitungen und rechtliche Rahmenbedingungen**

Ein weiterer Bereich betrifft unangemessenes Verhalten gegenüber dem Personal.

#### **Beispiel aus der Praxis:**

In den letzten Tagen haben sich mehrere Pflegepersonen über einen 78-jährigen Bewohner, der sexuell übergriffig geworden ist, beschwert. Die Vorfälle reichen von unangemessenen Berührungen bis zu sexuellen Kommentaren gegenüber dem Personal. Die erste Beschwerde kam von einer Pflegehelferin, die erzählte, dass der Bewohner sie wiederholt an die Brust gefasst hat, während sie ihn gepflegt hat.

Weitere Pflegepersonen berichten von ähnlichen Erlebnissen. Diese Vorfälle haben das Wohlbefinden der Pflegepersonen beeinträchtigt und eine angespannte Atmosphäre im Wohnbereich geschaffen.

#### **Überlegen Sie kurz, was ist zu tun?**

Bitte melden Sie die Vorfälle umgehend der Einrichtungsleitung/Pflegedienstleitung. Alle Vorfälle sind genau dokumentiert, dazu gehören alle beteiligten Personen und die genauen Handlungen.

Es ist wichtig, ein einfühlsames Gespräch mit dem Bewohner zu führen, um seine Perspektive zu verstehen und ihm die Grenzen im Umgang mit dem Pflegepersonal deutlich zu machen.

Weiterhin ist mit dem Bewohner zu besprechen, wie seine sexuellen Bedürfnisse erfüllt werden können. Könnte es eine Möglichkeit geben, Kontakt zu einer Sexualtherapeutin / Prostituierte herzustellen?

Bedenken Sie bitte, dass auch Medikamente als Nebenwirkungen die Libido eines Menschen erhöhen kann. Dazu können Antidepressiva gehören, L-Dopa Präparate, Testosteron oder psychoaktive Substanzen. Für weitergehende Informationen stehen Ihnen die Apotheken zur Verfügung.

### **Fazit:**

Sexualität im Alter ist ein komplexes und oft sensibles Thema, das in der stationären Langzeitpflege besondere Beachtung finden muss. Es ist wichtig, eine respektvolle und unterstützende Umgebung zu schaffen, in der Bewohner ihre Bedürfnisse nach Nähe und Intimität ausleben können. Hierzu ist eine offene Kommunikation unerlässlich, die Vorurteile abbaut und rechtliche sowie ethische Aspekte berücksichtigen.

Ein einfühlsamer Umgang mit diesem Thema beginnt mit Schulungen für das Personal, um das Verständnis für die Vielfalt menschlicher Bedürfnisse zu fördern. Die Privatsphäre der Bewohner sollte gewahrt werden. Gleichzeitig sollten klare Richtlinien entwickelt werden, um den Umgang mit schwierigen Situationen, wie unangemessenes Verhalten oder kognitiven Einschränkungen, zu regeln.

Es ist wichtig eine Balance zwischen Selbstbestimmung und Schutz zu finden. Am Ende ist ein offener, respektvoller und wertfreier Austausch wichtig. Sexualität im Alter ist ein natürlicher Teil des Lebens, der mit Würde und Empathie begegnet werden sollte.

### **Literaturverzeichnis**

Großkopf, V. & Stöcker, Margarete (2025). Rechtsfälle in der Pflegepraxis.  
Hannover: Vincentz.

Großkopf, V. (kein Datum). App Rechtsdepesche.