

Koordinationsstelle für psychische Gesundheit im Alter
Gerontopsychiatrische Fachkoordination Oberfranken (GeFa OFR)

merk!würdig

Infoblatt Gerontopsychiatrie – Ausgabe September 2023

Thema: „Sexualität im Alter“



Sehr geehrte Damen und Herren,

heute darf ich Ihnen die siebte Ausgabe des **merk!würdig** zukommen lassen. Das Infoblatt **merk!würdig** ist ein Angebot für Fachkräfte der Alten- und Gesundheitshilfe sowie alle am Thema Interessierten.

Das Infoblatt **merk!würdig** informiert über:

- jeweils ein bestimmtes Thema aus dem Bereich Gerontopsychiatrie
- Termine, Fachtage, Literatur- und Filmtipps, u.ä.
- Aktivitäten der Gerontopsychiatrischen Fachkoordination Oberfranken

Was ist das Ziel?

Ziel dieses Infoblattes ist es, für die älteren Menschen mit psychischen Problemen eine verbesserte Versorgung in Oberfranken zu erreichen, sowie Vorurteile und Ängste in der Bevölkerung abzubauen. Dies soll u.a. dadurch bewirkt werden, indem wir uns als Fachleute der verschiedenen Berufsgruppen miteinander vernetzen, weiterbilden, austauschen und zusammenarbeiten.

Zum Inhalt:

1. Thema „Sexualität im Alter“	Seite	2
1.1. Warum dieses Thema?		2
1.2. Merk!würdige Fakten		2
2. Grundsätzliches		3
2.1. Was ist Sexualität?		3
2.2. Sexualität im Alter		4
2.2.1. Gelebte Sexualität – Zuhause		5
2.2.2. Gelebte Sexualität – in Pflegeeinrichtungen		5
2.2.3 Sex im Pflegeheim – Möglichkeiten und Grenzen, Probleme und Lösungen		5
2.2.4. Handlungsempfehlungen für die Politik		6
3. Im Gespräch mit...		8
4. Aus dem Methodenkoffer...		10
5. Literatur, Filme, etc. zum Thema		11
6. Allgemeine Termine zum Thema Gerontopsychiatrie		13
7. Verfügbare Vorträge der GeFa Oberfranken		14

1. Thema „Sexualität im Alter“

1.1. Warum dieses Thema?

- Dieses Thema bzw. Fragen zum Umgang mit dem Thema „Sexualität im Alter“ kamen im Rahmen des Fachtages Gerontopsychiatrie Oberfranken 2023 auf. Teilnehmende beschrieben, dass es im Bereich der stationären Altenhilfe immer wieder Probleme im Umgang mit der sexuellen Bedürfnisbefriedigung von Bewohnerinnen und Bewohnern gäbe.
- Sexualität ist ein Thema, das oft stark schambesetzt ist, weil es - in der persönlichen Auseinandersetzung mit dem Thema - immer auch die eigene Sexualität und damit verbundene Einstellungen berührt. Dabei wird, insbesondere älteren Menschen, eine gelebte Sexualität sogar teilweise abgesprochen.
- Diese Tabuisierung des Themas führt mitunter dazu, dass es bis heute in einigen Einrichtungen der Altenhilfe noch keine klare, institutionelle Haltung - weder intern, noch nach außen - gibt. Einrichtungen meiden das Thema möglicherweise, um kein „Schmuddel-Image“ in der Öffentlichkeit zu erlangen. Dies kann aber für die einzelnen Mitarbeitenden in konkreten Situationen des Pflege- und Betreuungsalltags zu Unsicherheiten, z.B. beim Ziehen persönlicher Grenzen, führen.



Foto: iStock-1344109011

1.2. Merk!würdige Fakten

Jüngere Menschen gehen vielfach davon aus, dass Sex im Alter nicht mehr stattfindet:

„Tatsächlich gibt etwa jeder dritte Mann zwischen 70 und 79 Jahren an, sexuell aktiv zu sein, bei den Frauen sind es noch mehr. Erst in der Altersgruppe der über 80-Jährigen sind es bei den Männern nur noch 10 Prozent, bei den Frauen immerhin noch fast jede Fünfte. **Die sinkenden Zahlen wiederum sagen nichts über das sexuelle Verlangen aus.**“ ¹ AOK Gesundheitsmagazin, 2021

Folgen der Abwertung sexueller Bedürfnisse älterer Menschen:

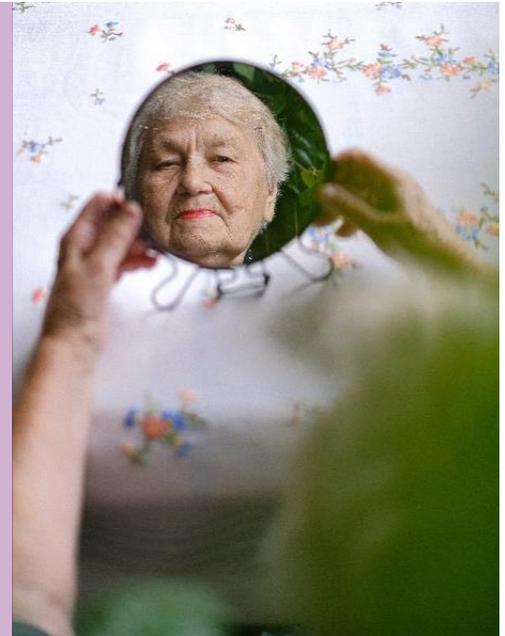
„ wird die Sexualität kranker und alter Menschen oft auf den üblichen Koitus reduziert. Ignoriert werden die vielfältigen Bedürfnisse und geringen Möglichkeiten zum Austausch von Zärtlichkeiten, zu liebevoller Zuwendung, Körperkontakt und intimer Kommunikation, besonders in Krankenhäusern, Alters- und Pflegeheimen. Das führt zu Fehldeutungen von sexuellen Verhaltensweisen Kranker und Alter und zu unzureichender Toleranz diesen gegenüber.“ ²
vgl.: Schultz-Zehden, 2013

Wie verändert sich das Bedürfnis nach Sexualität im Alter?

Laut einer Befragung durch Wissenschaftler der Uni Rostock nimmt die sexuelle Aktivität mit steigendem Alter zwar ab, aber die Werte für die sexuelle Zufriedenheit bleiben stabil. Zärtlichkeit nahm für die Befragten mit zunehmendem Alter immer mehr Raum ein. Im Alter von 74 Jahren fanden 91 Prozent der Männer und 81 Prozent der Frauen Zärtlichkeit besonders wichtig. Der Alterssexualität maßen nur 61 Prozent der Männer und 21 Prozent der Frauen eine größere Bedeutung bei. Im Alter geht es also nicht mehr um ausgefallene Sexstellungen, sondern verstärkt um Streicheleinheiten und körperliche Nähe. ³ vgl. Universität Rostock, 2015

Gründe für das herrschende Bild des „alternden asexuellen Menschen“:

„Die Trennung von Sexualität und Fortpflanzung sowie die gestiegene Lebenserwartung haben zwar bereits zu einer veränderten Sichtweise geführt. Doch sind es **Vorstellungen vom Altern**, welche die Auseinandersetzung mit der Sexualität behindern. Sie orientieren sich immer noch, zwar meist implizit, an der Defizit-Hypothese. Demnach verschlechtern sich körperliche und intellektuelle Funktionen – gemessen am Maßstab des jungen, gesunden Organismus – in praktisch allen Bereichen kontinuierlich ("Altersabbau"). Älter werdende Menschen können demzufolge nur ein inaktiveres Sexualverhalten aufweisen. **Die Defizit-Hypothese entspricht aber nicht dem Erleben älterer Menschen.**“ 4 vgl.: Schultz-Zehden, 2013



Sexuelle Rechte nach WHO 5 vgl. Wikipedia

„Sexuelle Rechte sind verknüpft mit den Menschenrechten (...). Sie beinhalten das Recht jedes Menschen, frei von Zwang, Diskriminierung und Gewalt,

- auf einen bestmöglichen Standard sexueller Gesundheit,
- einschließlich des Zugangs zu sexueller und reproduktiver Gesundheitsversorgung; Informationen zu Sexualität zu suchen, zu erhalten und zu verbreiten;
- auf sexuelle Aufklärung;
- auf Respekt gegenüber der körperlichen Unversehrtheit;
- auf freie Partnerwahl;
- zu entscheiden, ob er sexuell aktiv sein will oder nicht;
- auf einvernehmliche sexuelle Beziehungen;
- auf einvernehmliche Eheschließung;
- zu entscheiden, ob und wann er Kinder haben will; und
- ein befriedigendes, sicheres und lustvolles Sexualleben anzustreben.“

2. Grundsätzliches

2.1. Was ist Sexualität?

Nicola Döring, Professorin am Institut für Medien und Kommunikationswissenschaft der Technischen Universität Ilmenau, erläutert für bpb.de, sexuelles Wohlbefinden sei für die meisten Menschen ein Grundbedürfnis. Sexualität erfülle **vier wichtige Funktionen**: 6 vgl. Döring, 2019

Lustfunktion: Sexuelle Aktivitäten unterschiedlichster Art lassen körperliches und seelisches Vergnügen, Sinnlichkeit, Erregung und Entspannung empfinden, und zwar in einer Intensität und Qualität, wie sie andere Aktivitäten kaum vermitteln können.

Beziehungsfunktion: In der Partnersexualität werden zwischenmenschliche Nähe, Intimität, Verbundenheit und Geborgenheit auf einer existenziellen Ebene buchstäblich hautnah erfahrbar.

Identitätsfunktion: Sexualität vermittelt Bestätigung der eigenen geschlechtlichen und sexuellen Identität.

Fruchtbarkeitsfunktion: Sexualität ermöglicht biologische Fortpflanzung und umfasst darüber hinaus weitere schöpferische Dimensionen. So können sexuelle Aktivitäten transzendentes und spirituelles Erleben hervorbringen und stärken, etwa eine Verbundenheit mit allem Lebendigen oder mit einem göttlichen Prinzip.

„Dabei gehören zum gewünschten sexuellen Ausdruck neben Selbstbefriedigung und Geschlechtsverkehr vor allem Zärtlichkeit wie Streicheln, Küssen, Umarmungen und Massagen, Rituale, wie in einem Bett schlafen, Händchen halten, sich hübsch machen, aber auch Schwärmereien, Flirts, Komplimente, sexuelle und romantische Gespräche, Bücher, Filme, Erinnerungen und Fantasien. (...)“⁷ vgl. Döring, 2019



Foto: pexels-cottonbro-studio-6874655

Die Herstellung einer intimen Beziehung zu einem anderen Menschen und dadurch das **Bedürfnis nach Nähe, Akzeptanz und Geborgenheit zu befriedigen** (Beziehungsfunktion) sei der Grund, warum Paare auch nach der reproduktionsfähigen Zeit miteinander Sex haben. Dieses psychosoziale Grundbedürfnis bestehe ein Leben lang, formuliert Dr. med. Hermann J. Berberich, Facharzt für Urologie, Andrologie & Psychotherapie.⁸ vgl. Berberich, 2014

Sexualität begleitet den Menschen also **ein Leben lang** und ist **essenzielles Grundbedürfnis** und Teil unserer Persönlichkeit, dem wir, vor allem im Rahmen einer Beziehung, individuell unterschiedlich viel Bedeutung beimessen.

2.2. Sexualität im Alter

Die Autorin des Buches „(Kein) Sex im Altenheim?“, Frau van der Vigt-Klußmann, beschreibt, wie sich aufgrund der heute hohen Lebenserwartung der Menschen und der Veränderungen der Sexualmoral in unserer Gesellschaft, auch das Verständnis und der Umgang mit Sexualität deutlich verändert hätten. So benennt sie einen **„Verzögerungseffekt bei der Sexualmoral“**, weil sich jüngere Mitarbeitende in der Pflege oftmals die sexualfeindliche Erziehung, welche die zu Pflegenden teilweise erlebt haben, kaum vorstellen könnten.

Diese Diskrepanz in der Haltung gegenüber Sexualität könne ggf. zu Mißverständnissen, Konflikten oder (oft unbewussten) Grenzüberschreitungen führen. Als Beispiel stellt sie die Frage, wie sich wohl eine 80-jährige Bewohnerin fühlt, die sich bei der Intimpflege von einem Mann unterstützen lassen muss. Und natürlich - den in der Praxis wesentlich häufiger auftretenden Fall - der Intimpflege männlicher Bewohner, die von Pflegerinnen ausgeführt wird.

Von großer Bedeutung ist nach Frau van der Vigt-Klußmann deshalb ein **historisches Hintergrundwissen der Mitarbeitenden** über ihre Bewohner. Genauso wichtig seien **aber auch** andere **individuelle, geschlechtsspezifische und soziokulturelle Aspekte**, wie der Umgang mit bspw. homosexuellen Bewohner:innen, älteren Menschen, die Sexualität ganz für sich ablehnen, aber möglicherweise sexuellen Übergriffen von demenziell betroffenen Mitbewohnern ausgesetzt sind, oder die Kenntnis über traumatische Erlebnisse, wie z.B. Vergewaltigung u.ä.

Der auch heute noch oft angenommenen „Geschlechtslosigkeit“ älterer Menschen stehe in der Realität die **Pluralität** verschiedener Lebensweisen, unterschiedlicher Lebensformen und eben auch unterschiedlicher sexueller Bedürfnisse im Alter gegenüber. Auf diese vielfältigen, individuellen Bedürfnisse einzugehen stellt insbesondere Beschäftigte in der Altenhilfe vor enorme Herausforderungen.

2.2.1. Gelebte Sexualität – Zuhause

Wie oben bereits beschrieben, sind die sexuellen Bedürfnisse älterer Menschen vielfältig. Frau van der Vight-Klußmann erläutert, dass die Einstellung zur eigenen Sexualität im Alter stark davon abhängt, wie die Menschen diese früher gelebt und erlebt hätten. So variiert die gelebte Sexualität im Alter genauso, wie die der Jüngeren. ⁹ van der Vight-Klußmann, 2014, S.22f



2.2.2. Gelebte Sexualität – in Pflegeeinrichtungen

Die Autorin erklärt weiter, dass das Bedürfnis nach Sexualität nicht mit dem Umzug in eine Pflegeeinrichtung ende. Das Bedürfnis nach gelebter Sexualität reduziere sich zwar aufgrund verschiedener Gründe (körperliche Einschränkungen, gesundheitliche Verschlechterung, Fehlen eines Partners oder einer Partnerin, Fehlen von Privatsphäre) in Langzeitpflegeeinrichtungen deutlich, bleibe aber in der Regel weiter erhalten. ¹⁰ ebd., S.24 - 25

Verschiedene Untersuchungen belegen, dass der größte Wunsch der Betroffenen - der **Wunsch nach Zärtlichkeit** – wesentlich häufiger ist, als der Wunsch nach Geschlechtsverkehr oder Selbstbefriedigung. ¹¹ vgl. Zettl-Wiedner, 2011, S. 128f, in van der Vight-Klußmann, 2014, S. 78

Hier kann das Ausleben des individuellen Bedürfnisses nach Sexualität der Bewohnenden im Pflegealltag zu **problematischen Situationen** für die Bewohner selbst, für Mitbewohner oder auch Pflegekräfte führen. Um ein paar **Beispiele** zu nennen:

- Ein Betroffener von mittelgradiger Demenz bedrängt Mitbewohnerinnen sexuell, sucht häufig körperlichen Kontakt und fordert sie auf, sich zu entkleiden. Deutliche Ablehnung und Verneinung durch die Frauen wirken kurzfristig, aber kurze Zeit später hat er sein Verhalten und die ihm gesetzten Grenzen wieder vergessen.
- Eine Pflegekraft wird beim Betreten eines Bewohnerzimmers mit der Situation konfrontiert, dass dieser gerade masturbiert.
- Bei der Körperpflege äußert eine Seniorin anzügliche und vulgäre Äußerungen gegenüber dem Pfleger.
- Das Pflegeheimzimmer eines Bewohners betreten die Pflegekräfte nur noch zu zweit, nachdem dieser bereits mehrfach sexuell übergriffig wurde, indem er ihnen an den Busen griff und verbal anzüglich wurde.
- Ein Bewohner und eine Bewohnerin verlieben sich im Pflegeheim ineinander und sind nahezu unzertrennlich. Die Mitbewohnerin der Dame beschwert sich beim Pflegepersonal, dass es – in ihrer Anwesenheit - zu sexuellen Handlungen der beiden in ihrem gemeinsamen Zimmer käme.

2.3. Sex im Pflegeheim – Möglichkeiten und Grenzen, Probleme und Lösungen

Wie oben geschildert, sind mangelnde Privatsphäre, Mangel an Gelegenheit (bspw. Partner:in lebt noch zuhause oder ist bereits verstorben) oder körperliche Einschränkungen häufig Ursachen für eine veränderte oder abnehmende Sexualität bei Einzug in ein Pflegeheim. Die Verneinung bzw. das Negieren von Sexualität der zu pflegenden Senior:innen aufgrund falscher Annahmen, fehlender Information oder wegen eines unreflektierten Umgangs von Pflegekräften, kann allerdings für alle Beteiligten zu Problemen im Umgang miteinander führen.

Gleichzeitig kann eine **konstruktive, lösungsorientierte Diskussion innerhalb der Pflegeteams** zu Handlungssicherheit auf beiden Seiten führen. Dabei können sich u.a. folgende Fragen und Themen auf tun:

- Wie kann die Würde der Heimbewohnenden im Punkt „Sexualität“ in unserer Einrichtung gewahrt werden? Welche Verhaltensweisen des Personals sind dafür notwendig (z.B. Anklopfen an den Türen und Abwarten, bis man hereingerufen wird)?
- Gibt es Rückzugsorte und -zeiten, die im Pflegeplan berücksichtigt werden?
- Werden durch die Mitarbeitenden gewünschte Hilfsmittel, wie erotische und pornografische Materialien oder Sexspielzeuge bei Bedarf beschafft?
- Werden Pflegedoppelbetten zur Nutzung von Paaren bereitgestellt?
- Wie können wir in unserer Einrichtung unterschiedliche sexuelle Bedürfnisse von Bewohnenden akzeptieren und gleichzeitig die Grenzen derer wahren, die sie selbst nicht setzen können?
- Wie gehen wir als Pflegeteam mit den Themen Sexualassistenz, Sexualbegleitung oder Pornografie um? Wo sind für uns und unseren Träger ethische Grenzen?
- Wie stehen wir zur Verabreichung von Psychopharmaka zur Triebreduzierung bei Bewohnenden, die bspw. demenziell verändert sind?
- Wie ist die Haltung unserer Institution und unseres Teams bspw. zum Thema Homosexualität?
- Wie werden Mitarbeitende auf mögliche sexuelle Übergriffe durch Bewohnende vorbereitet?
- Wie transparent gehen wir als Pflegeeinrichtungen mit dem Thema Sexualität um? Gibt es eine Konzeptualisierung, die auch nach außen hin, bspw. auf der Homepage, für jede/n erkennbar ist?
- Wie gehen wir als Pflegeteam untereinander mit unterschiedlichen Meinungen und Haltungen zum Thema Sexualität um? Wie kann es uns gelingen, unterschiedliche Haltungen und Grenzen innerhalb unseres Teams zu tolerieren, ohne Kolleg:innen abzuwerten oder aufgrund ihrer Meinung auszugrenzen?

Dies sind nur ein paar Fragen, die sich bei der Auseinandersetzung mit dem Thema auf tun, die aber entscheidend für einen gelingenden, für alle Seiten respekt- und würdevollen Umgang von großer Bedeutung sind. Dabei gibt es keine standardisierbaren Antworten, da jede Einrichtung und jedes Pflegeteam für sich eigene Haltungen entwickeln sollte. Außerdem wird es immer notwendig sein, den **individuellen Einzelfall** zu betrachten und passende Lösungen zu entwickeln.

An dieser Stelle soll aber nicht verschwiegen werden, dass – um grundsätzliche Verbesserungen im Umgang mit Sexualität im Alter sowie Sexualität in Pflegeheimen im Speziellen erreichen zu können – **nachhaltige Maßnahmen** bei den Diensten und Einrichtungen der Krankenpflege sowie der Alten- und Behindertenhilfe **notwendig** sein werden. Diese formuliert Frau Nicola Döring, Professorin am Institut für Medien und Kommunikationswissenschaft der Technischen Universität Ilmenau, in einem Artikel 2019 wie folgt:

2.4. Handlungsempfehlungen für die Politik ¹² vgl. Döring, 2019

- 2.4.1. „Die **Institution** muss für sich ein einrichtungsspezifisch ausgestaltetes, **sexualfreundliches Leitbild und Konzept** erarbeiten, das die sexuellen Schutz- und Freiheitsrechte der von ihr Betreuten gleichermaßen berücksichtigt. Reine Schutzkonzepte, die nur auf die Gewaltprävention ausgerichtet sind, greifen zu kurz. Zu fordern sind Konzepte, die den Schutz vor sexueller Gewalt mit dem Recht auf sexuelle Selbstbestimmung vereinen. Bei der Konzeptentwicklung ist externe Expertise vor allem aus dem Bereich der Sexualpädagogik hinzuzuziehen. Der Prozess der Konzeptentwicklung ist partizipativ innerhalb der Einrichtung unter Mitwirkung aller Stakeholder-Gruppen zu gestalten. Für die Umsetzung des Konzepts ist die langfristige Zusammenarbeit mit externen lokalen Diensten der Sexualberatung, Sexualtherapie und Sexualbegleitung notwendig und auch eine entsprechende

Struktur in der Einrichtung selbst zu schaffen, einschließlich enger Zusammenarbeit mit Angehörigen (...).“

2.4.2. „**Professionell Pflegende** benötigen ausreichende und wiederholte **Aus-, Fort- und Weiterbildung** zu Fragen von Sexualität, damit sie ihre Moralvorstellungen und inneren Barrieren reflektieren lernen. Das wiederum ist notwendig, um die eigene Haltung zu klären, sexualfreundliche Handlungsweisen zu erlernen, sich selbst wahrnehmen und abgrenzen, und sich fachlich sicher zu fühlen. Zudem muss es in **Supervisionen sowie in Team- und Fallbesprechungen** regelmäßig die Gelegenheit geben, aufkommende sexuelle Fragen lösungsorientiert zu erörtern. Dabei geht es um die Fürsorge für die Gepflegten und einen respektvollen Umgang mit ihren sexuellen Grenzen und Bedürfnissen. Und es geht um die Selbstfürsorge der überwiegend weiblichen Pflegenden, die sich im Pflegealltag nicht selten vor sexuellen Grenzverletzungen schützen müssen. Ein sexualfreundlicher Ansatz beachtet die Rechte aller Beteiligten und spielt sie nicht gegeneinander aus (...).“

2.4.3. „**Menschen mit Pflegebedarf** bedürfen im Sinne von Empowerment **flächendeckender inklusiver sowie migrations-, kultur- und diversitätssensibler sexueller Bildung**, um ihre individuellen sexuellen Anliegen artikulieren und vertreten zu können. Je nach Grad der vorliegenden Autonomieeinschränkungen brauchen Menschen mit Pflegebedarf zudem spezialisierte sexuelle **Assistenzkräfte und Assistenztechnologien**, um erzwungener sexueller Abstinenz zu entgehen. In Einrichtungen sollte es darüber hinaus **Partizipationskonzepte** geben, damit eine Mitbestimmung über sexuelle und sonstige Lebensbedingungen möglich ist und nicht über die Köpfe der Betroffenen hinweg entschieden wird (...).“

Fazit:

- Alle Menschen, auch Pflegebedürftige, haben vor dem Hintergrund der international anerkannten Menschenrechte sowie der UN-Behindertenrechtskonvention **ein Recht auf sexuelle Selbstbestimmung und Teilhabe**.
- „Sexuelle Menschenrechte beziehen sich sowohl auf **Schutzrechte** als auch auf **Freiheitsrechte**. Pflegekräfte und Pflegeeinrichtungen sind somit gefordert, für sexualfreundliche Rahmenbedingungen zu sorgen. Das bedeutet in der Theorie, dass Betreuten in der Pflege aktiv Möglichkeiten gegeben werden müssen, ihre Sexualitäten individuell selbstbestimmt auszuleben – das soll ohne Beeinträchtigung von Dritten geschehen, aber auch ohne Abwertung, Diskriminierung und moralische Sanktionierung durch Dritte.“ ¹³ vgl. Döring, 2019
- „Sex nicht als Tabu zu behandeln, sondern die professionelle Pflege bewusst an sexualfreundlichen Werten zu orientieren, ist durchaus mit kirchlichen, karitativen und humanistischen Werten vereinbar.“ ¹⁴ ebd.
- Die gesellschaftliche Enttabuisierung des Themas ist generell - insbesondere aber in Pflegeheimen - von großer Bedeutung für Bewohnerinnen und Bewohner, aber auch für die Pflegenden. Es ist wichtig, die Bedürfnisse der Bewohner zu erkennen, offen anzusprechen und nach möglichen individuellen Lösungen zu suchen. Das setzt voraus, die eigene Sexualität zu akzeptieren und ein Gleichgewicht zwischen Anteilnahme und Abstand zu finden.



Quellen:

AOK Gesundheitsmagazin, 07.10.2021: Sexualität im Alter: Wie sieht sie aus? Online abgerufen am 08.08.23 unter:

<https://www.aok.de/pk/magazin/familie/liebe-sexualitaet/sexualitaet-im-alter-wie-sieht-sie-aus/>

Berberich, Hermann J. 2014: Sexualität und Alter, in Sexuologie, online abgerufen am 09.08.23 unter:

<https://www.psychotherapie-sexualtherapie-rheinmain.de/fileadmin/redaktion/pdf/Dr-Hermann-Berberich-Sexualitaet-Alter.pdf>

Döring, Nicola, 2019: Bundeszentrale für politische Bildung, online abgerufen am 14.08.23 unter:

<https://www.bpb.de/shop/zeitschriften/apuz/294922/sexualitaet-in-der-pflege/#footnote-target-2>

Schultz-Zehden, Beate, 2013: Sexualität im Alter. Bundeszentrale für politische Bildung. Online am 07.08.23 abgerufen unter:

<https://www.bpb.de/shop/zeitschriften/apuz/153140/sexualitaet-im-alter/>

Universität Rostock 05.01.2015: Rostocker Forscher belegen: Senioren ist Kuscheln wichtiger als Sex. In: Medien.

Pressemitteilungen. Aktuelles. Online am 08.08.23 abgerufen unter: [https://www.med.uni-](https://www.med.uni-rostock.de/medien/pressemitteilungen/aktuelles/news/rostocker-forscher-belegen-senioren-ist-kuscheln-wichtiger-als-sex)

[rostock.de/medien/pressemitteilungen/aktuelles/news/rostocker-forscher-belegen-senioren-ist-kuscheln-wichtiger-als-sex](https://www.med.uni-rostock.de/medien/pressemitteilungen/aktuelles/news/rostocker-forscher-belegen-senioren-ist-kuscheln-wichtiger-als-sex)

van der Vight-Klußmann, Ruth, 2014: (Kein) Sex im Altenheim? Körperlichkeit und Sexualität in der Altenhilfe. Hannover: Schlütersche Verlagsgesellschaft mbH Co. KG

Wikipedia, 2020: Sexuelle Rechte. Online abgerufen am 07.08.23 unter: https://de.wikipedia.org/wiki/Sexuelle_Rechte

Zettl-Wiedner, K., 2011: Hat Sexualität im Alter in einer Langzeitpflegesituation überhaupt Platz? In Bach, D., Böhmer, F. (Hrsg.): Intimität – Sexualität, Tabuisierung im Alter: 123-130. Wien, Köln, Weimar: Böhlau Verlag.

3. Im Gespräch mit...



... Simone Hartmann

... Diplom-Sozialpädagogin (FH), Systemische Familienberaterin

... Beraterin bei profamilia Nürnberg

... Kontakt:

- Tel.: 0911/555525
- Mail: simone.hartmann@profamilia.de

... Arbeitsschwerpunkte:

- Schwangerenberatung
- Schwangerschaftskonfliktberatung
- Sexualberatung
- Sexuelle Bildung im Bereich Behindertenhilfe
- Sexualität im Kontext Älterwerden und Alter

Frau Pape: Bei der Beschäftigung mit dem Thema „Sexualität im Alter“ bin ich mit gegensätzlichen Aussagen bezüglich dessen Tabuisierung konfrontiert worden:

1. Sexualität im Alter ist ein Thema, das den Alltag von Pflegekräften in stationären Seniorenheimen ständig betrifft, anscheinend gibt es hier aber – je nach Haltung des Trägers, je nach Umgang mit dem Thema im einzelnen Pflgeteam, je nach persönlicher Haltung der einzelnen Pflegekraft – unterschiedlichste Herangehensweisen. Diese reichen von bewusster Auseinandersetzung und transparenter Konzeptualisierung, bis hin zu Verdrängung und fehlender Reflexion.

2. Andererseits gibt es Aussagen, dass das Thema mittlerweile im wissenschaftlichen, wie auch gesellschaftlichen Diskurs angekommen sei.

Wie schätzen Sie das aus Ihrer Sicht ein?

Frau Hartmann: Ich denke beides stimmt. Nach meiner Einschätzung taucht das Thema in den Altenpflegeeinrichtungen vor allem dann auf, wenn es zu sexuellen Übergriffen auf das Personal kommt und überlegt wird, wie man das Personal schützen kann. Wenn es um die Akzeptanz und Unterstützung sexueller Bedürfnisse der Bewohner:innen geht, spielt meist die individuelle Haltung und Einstellung der einzelnen fachlichen Leitungen eine große Rolle. Dabei ist Selbstbestimmung, und damit auch die sexuelle Selbstbestimmung, ein Grundrecht aller Menschen. Im wissenschaftlichen Diskurs scheint einiges zum Thema „Sexualität im Alter“ in Bewegung zu sein, allerdings ist mein Eindruck, dass diese Erkenntnisse noch nicht in der Gesellschaft angekommen sind, geschweige denn umgesetzt werden. Gelebte Sexualität wird heute vor allem den „fitten Älteren“ zugestanden. Die Eingeschränkten, die körperlich Beeinträchtigten, usw., werden eher nicht mit dem Thema in Verbindung gebracht. Ich denke, es ist nach wie vor ein Tabu, was sich in den nächsten Jahren aber sicher verändern wird.

„Gelebte Sexualität wird heute vor allem den „fitten Älteren“ zugestanden. Die Eingeschränkten, die körperlich Beeinträchtigten, usw., werden eher nicht mit dem Thema in Verbindung gebracht.“

Simone Hartmann/ profamilia

Frau Pape: Sie beraten Menschen zu Fragen der Sexualität. Nutzen auch Ältere ihr Angebot? Wenn ja: Was sind es für Themen, mit denen ältere Personen zu Ihnen kommen?

Frau Hartmann: Ja, auch ältere Menschen nutzen die Beratung, allerdings im Moment noch wenige. Was aktuell zunimmt ist, dass Anfragen von Angehörigen oder Fachkräften eingehen. Hier geht es meist um allgemeine Fragen rund um das Thema Sexualität im Alter oder auch konkrete Fragen bspw. zu Sexualbegleitung und konkreter Adressvermittlung, Preisen und Organisation, aber auch Abklärung, was geht im speziellen Einzelfall und was nicht.

Frau Pape: Sie bieten also auch Beratung und Information für andere Einrichtungen, bspw. Pflgeteams, Beratungsstellen, etc., an. In welcher Form kann man diese Beratung als Institution nutzen und ist dies auch für Institutionen oder Fachkräfte aus Oberfranken möglich?

Frau Hartmann: Genau. Ich biete Beratung zum Thema Sexualität im Alter auch für Institutionen an. Dies kann ich in telefonischer und persönlicher Form oder als Videoberatung kostenlos anbieten. Darüber hinaus biete ich aber auch Schulungen, z.B. für Teams oder Gruppen, an. Dafür komme ich zu der jeweiligen Einrichtung vor Ort und gestalte einen zuvor vereinbarten Zeitraum inhaltlich zum Thema. Dieses Angebot ist dann kostenpflichtig. Wie weit ich dann fahre, ist - je nach Aufwand - immer eine Einzelfallentscheidung, aber generell auch für Oberfranken möglich.

Frau Pape: Es gibt die Befürchtung, dass Sexualität im Alter, neben den aktuellen Problemen in der Pflege, wie Fachkräftemangel oder steigende Pflegefallzahlen, als „Luxusproblem“ angesehen wird und deshalb in der Politik keine Aufmerksamkeit erhält. Wie sehen Sie das?

Frau Hartmann: Ich denke, es zählt als Luxusproblem, bzw. wird gar nicht als Thema akzeptiert oder anerkannt. Das hat auch, aber nicht nur, mit dem Druck zu tun und den mannigfaltigen Problemen, die Pflege aktuell hat. Wenn nicht jemand auffällig wird und ein Problem verursacht, dann wird es als Thema gar nicht wahrgenommen. Politisch bräuchte das Thema auf allen Ebenen viel mehr Aufmerksamkeit. Es gibt zwar entsprechende Gesetze, aber wie diese dann letztlich umgesetzt werden, interessiert dann oftmals weniger. Deswegen ist es aber auch so wichtig, dass das Thema immer mal wieder aufpoppt. Ich verstehe die

Pflegenden sehr gut, dass sie dafür nicht auch noch Zeit und Energie haben, um sich intensiv damit auseinanderzusetzen. Was aber leider unter diesen Rahmenbedingungen oft auf der Strecke bleibt sind die Bedürfnisse und Wünsche der betreuten Personen.

Frau Pape: Sexualität ist ein intimes, sehr persönliches Thema. Haben Sie Tipps für Kolleginnen und Kollegen aus Beratung, Pflege und Betreuung, was beim Umgang mit dem Thema wichtig ist? Was sollte man beachten?

Frau Hartmann: Es ist wichtig zu verstehen, dass Sexualität zwar sehr individuell und unterschiedlich gelebt wird, aber ganz selbstverständlich zum Menschen gehört. Die Grundlage ist für mich Offenheit und eine Selbstverständlichkeit im Umgang mit dem Thema. Natürlich braucht es einen gewissen geschützten Rahmen, aber aus meiner Sicht ist es wichtig, ein Gesprächsangebot zu machen. Nicht erst zu reagieren, wenn etwas im Argen liegt, sondern sich klar zu werden, dass Sexualität ein Lebensthema ist, es als Bedürfnis nach Nähe, nach Zärtlichkeit zu betrachten. Es geht bei dem Thema nicht immer um Geschlechtsverkehr, Hilfsmittel oder Ähnliches, sondern um körperliche Nähe, Kontakt, Umgang, Beziehung und Zuwendung. Nicht als große Aufgabe, die es gilt umzusetzen. Sondern indem wir uns bewusst machen, dass jede/r Einzelne einen kleinen Teil im Umgang beitragen kann, indem respektvoll, selbstverständlich und professionell mit geäußerten Wünschen umgegangen wird. Dabei ist es auch wichtig, die eigenen Grenzen zu wahren. So ist es auch in Ordnung, als Fachkraft mal überfordert oder überrumpelt mit einer Situation zu sein. Aber es ist wichtig, nach einer gewissen Zeit der Reflexion wieder auf diesen Menschen zuzugehen und gemeinsam eine gute Lösung zu finden. Meiner Meinung nach ist es wichtig offen zu sein für die Vielfalt des Lebens und mit möglichst viel Gelassenheit an das Thema Sexualität im Alter heranzugehen.

Frau Pape: Frau Hartmann, vielen herzlichen Dank für das spannende und informative Gespräch!

„Nicht der Mensch hat am meisten gelebt, welcher die höchsten Jahre zählt, sondern der, welcher sein Leben am meisten empfunden hat.“

Jean-Jacques Rousseau

4. Aus dem Methodenkoffer...

Im Folgenden werden Handlungsweisen und Wissenswertes aufgeführt, die in der praktischen Arbeit mit älteren Menschen hilfreich sein können:

- **Das offene Gespräch und hilfreiche Umgangsformen:**

Ob in der Pflege, der Beratung oder Betreuung älterer Menschen ist es wichtig, eine Enttabuisierung der Thematik herbeizuführen. Das kann passieren, wenn wir als Fachkräfte die Bedürfnisse der Menschen erkennen, offen ansprechen und im Rahmen der Möglichkeiten gemeinsam nach individuellen Lösungen suchen.

Genauso wichtig ist eine umfassendere Vertiefung des Themas, weil die Veränderungen der Altersstruktur der Bevölkerung zu einer höheren Belastung des Personals führen wird. Es sollten also problematische Situationen **innerhalb der Teams besprochen** und **Supervision** genutzt werden, um die gegebenen Situationen zu reflektieren und eigene Einstellungen zur Sexualität zu überprüfen.

Einfache, aber **wichtige Umgangsformen**, wie das Anklopfen und Abwarten vor dem Betreten eines Zimmers, Paravents in Mehrbettzimmern, „Bitte-nicht-stören“-Schilder an Türen sowie Rückzugsmöglichkeiten, verdeutlichen, dass individuelle Grenzen in der Einrichtung akzeptiert werden.



Foto: Microsoft Archivbild

- **Praxisleitfaden für den Umgang mit Körperlichkeit und Sexualität in der Altenhilfe:** ^{14 vgl. van der Vight-Klußmann, S. 95}

Nachdem über den notwendigen Umgang mit Sexualität in der Altenpflege noch wenig bekannt ist, hat Frau van der Vight-Klußmann in ihrem Buch „(Kein) Sex im Altenheim?“ als erste Hilfestellung einen „Praxisleitfaden für den Umgang mit Körperlichkeit und Sexualität in der Altenhilfe“ erstellt (siehe Buchtipp unter Punkt 4). Dieser kann als Impuls dienen, sich als Einrichtung der Altenhilfe konzeptionell dem Thema zu nähern. Ziel wäre ebenfalls - aber auf institutioneller Ebene - einer Tabuisierung entgegenzuwirken und gleichzeitig für alle Beteiligten einen würdevollen und transparenten Umgang mit der Thematik zu schaffen.

- **Verbesserung der sexuellen Aufklärung und Beratung:** ^{15 vgl. Döring 2019}

Nicola Döring betont, dass das Thematisieren individueller sexueller Erfahrungen und Bedürfnisse in allen gesellschaftlichen Bereichen nach wie vor ausgesprochen schwierig sei, was auch die Bereiche Medizin und Pflege betreffe. Sie fordert notwendige **sexualbezogene Aufklärung und Beratung**, wenn es bspw. um zu erwartende Auswirkungen bestimmter Erkrankungen (wie Krebs, Neurodermitis, Depression, Querschnittlähmung, Autismus, Risikoschwangerschaft, Bluthochdruck, Diabetes oder Demenz) auf die Sexualität gehe: Welche Auswirkungen auf die Sexualität zu erwarten sind und wie mit diesen Effekten individuell sowie als Paar beziehungsweise als Familie erfolgreich umzugehen ist, welche Hilfsangebote es bei spezifischen sexuellen Problemen gibt, all das werde bis heute viel zu selten besprochen und/oder es fehle der Zugang zu vorhandenen spezialisierten Sexualberatungsstellen.

Eine **Vermittlung** von Bewohner:innen oder deren Angehöriger **an eine Beratungsstelle**, wie bspw. profamilia, oder auch die **Kontaktaufnahme durch eine Institution**, kann in vielen Fällen sehr hilfreich sein.

- **Verbesserung der praktischen Unterstützung für selbstbestimmtes Ausdrücken und Ausleben ihrer Sexualitäten:** ^{16 vgl. Döring 2019}

Frau Döring plädiert vor allem für Menschen mit langfristigem Pflegebedarf, diese - neben einer guten Aufklärung - in ihrer sexuellen Selbstbestimmung und Teilhabe **auf Wunsch aktiv zu unterstützen**, bspw. beim Zugang zu Hilfsmitteln, Räumen und Kontakten. Gleichzeitig solle für Schutz vor sexueller Gewalt und Grenzüberschreitungen gesorgt werden.

5. Literatur, Filme, etc. zum Thema

5.1. Bücher:

- **Taschenbuch „(Kein) Sex im Altenheim?: Körperlichkeit und Sexualität in der Altenhilfe.“ - Mit Praxisleitfaden (PFLEGE kolleg)**

Autorin: Ruth van der Vight-Klußmann, Preis: 16,95 €, erschienen: 2014, Umfang: 116 Seiten

Alte Menschen in betreuten Wohn- und Lebenssituationen haben ebenso das Bedürfnis nach gelebter Sexualität wie jüngere Personen. Dies stellt Pflege- und Betreuungskräfte jedoch vor große Herausforderungen: Wie gehen sie mit den sexuellen Wünschen ihrer Kunden um? Wie reagieren sie auf sexuelle Avancen ihrer Klienten? Wie wehren sie sexuelle Übergriffe ab? Wie gehen sie mit der Sexualität von Demenzbetroffenen um?



Was bieten Sexualbegleiterinnen und wie werden sie ggf. engagiert?

Auf diese und weitere Fragen bietet das Buch Antworten. In gut verständlicher Sprache werden Probleme erörtert und Perspektiven aufgezeigt - viele Beispiele vermitteln dabei einen direkten Praxisbezug. **Das Besondere:** Dieses Buch enthält einen praktischen Leitfaden, der Pflegenden als Orientierungs- und Entscheidungshilfe und im Alltag dienen kann.

- **Taschenbuch „Sexualität und Partnerschaft im Alter“ (Beiträge zur Sexualforschung)**

Herausgeber: Elmar Brähler, Hermann J. Berberich, Preis: 22,90 €, erschienen: 2008, Umfang: 202 Seiten

Sexualität und Partnerschaft werden häufig als ein Privileg der Jüngeren gesehen. Doch auch für alte Menschen spielen diese Bedürfnisse eine wichtige Rolle. Die Gesellschaft tut sich allerdings immer noch schwer, dies zu akzeptieren und offen zu thematisieren. Die Beiträge des Bandes beleuchten verschiedene Aspekte sexueller und partnerschaftlicher Probleme im Alter und behandeln diese unter psychologischen, medizinischen und soziologischen Gesichtspunkten. Bislang vernachlässigte Perspektiven werden thematisiert: von der weiblichen Sicht auf sexuelle Probleme über die spezifischen Probleme der Paartherapie im Alter bis hin zu schwulen und lesbischen Beziehungen.



5.2. Kostenlose Broschüre: „Liebe und Sex im Alter“, Deutsche Seniorenliga e.V.

Online als PDF zum Download, Umfang: 24 Seiten

Inhalt: 1. Sex im Alter – ein Tabu?

2. Weniger ist mehr – Liebe und Sexualität im Wandel

3. Was der Lust im Wege steht – körperliche Veränderungen und gesundheitliche Einschränkungen

4. Frisch verliebt? Aber sicher! Worauf ich beim Sex in einer neuen Beziehung achten sollte

5. Zu alt? Von wegen! Tipps für ein erfülltes Sexleben im Alter

Hier der Link zum Download der Broschüre..

5.3. Film: „Von wegen alt und lustlos – Das Verlangen bleibt“

vom 27.10.21, Exakt – Die Story, MDR-Fernsehen, Dauer: 29:45 Minuten

Vielen Menschen sind sexuelle Lust und Sinnlichkeit auch im Alter wichtig. Wie groß ist die Sehnsucht nach Berührungen und Zärtlichkeiten und wie können Bedingungen geschaffen werden, diese Sehnsucht auszuleben?

„Sehenswert!“

Hier geht es zum Film...

5.4. Projekt: „EDUSEXAGE“

Das Projekt “Education for healthy sexuality in older age” (EDUSEXAGE) wird durch das Erasmus+ Programm finanziert. Das Projekt **begann im**

November 2021 und endet im November 2023. Das Projektkonsortium besteht aus gemeinnützigen Organisationen, privaten Unternehmen, Beratungsanbietern, Forschungszentren und Universitäten aus Frankreich, Irland, Slowenien, Deutschland, Italien und Spanien. Das Projekt EDUSEXAGE zielt darauf ab, das Sozialleben, das Selbstwertgefühl und das Sexuelleben von Senioren (65+) zu fördern. Außerdem sollen Stereotype über die Sexualität von Senioren abgebaut und aktuelle Schulungsangebote sowohl für Senioren als auch für pflegende Angehörige und professionell Pflegende entwickelt werden.

Mehr Infos zum Projekt finden Sie hier...

5.5. Live Online Seminar: „Sexualität und Alter“ – ISP Institut für Sexualpädagogik

- Seminarinhalte:** Was ist Sexualität, Sexualität im Alter, sexuelle Zufriedenheit im Alter?
Selbstreflexion/Reflexion
Umgang mit Sexualität in Institutionen
Das Seminar wird von den Teilnehmer*innen aktiv mitgestaltet und hat einen direkten Praxisbezug.
- Termin:** 29.11.2023, 9.00 Uhr bis 13.30 Uhr
- Ort:** Link wird bekannt gegeben
- Kosten:** bei Anmeldung bis 18.10.2023: 100 €, danach 120 €

Klicken Sie hier für mehr Infos zum Seminar...

6. Allgemeine Termine zum Thema Gerontopsychiatrie

• Angehörigenschulung „Depression im Alter“ – Kronach:

- Termin:** Teil 1 am Dienstag, 19. September 23
Teil 2 am Dienstag, 26. September 23
jeweils von 17.00 bis 19.00 Uhr
- Zielgruppe:** Angehörige älterer Menschen, die an Depressionen erkrankt sind
- Ort:** Schwedenstraße 2, 96317 Kronach, Eingang Rückgebäude, Nähe Rosenau
- Referentinnen:** Alexandra Pape, Koordinationsstelle für psychische Gesundheit im Alter und Simone Raps, Gerontopsychiatrische Beraterin, Fachdienste für seelische Gesundheit Kronach
- Kosten:** 5,- € Unkostenbeitrag
- Anmeldung:** Sozialpsychiatrischer Dienst Hof
Tel.: 09281 / 837 530
Mail: sozialpsychiatrischerdienst@diakonie-hochfranken.de

Aktuelle Termine der GeFa OFR finden Sie hier auch online...

INFO:

Weitere

„Angehörigenschulungen Depression im Alter“ 2023

in Rödental:

- 06.11. und 13.11.23
- 17.00 bis 19.00 Uhr

in Marktredwitz:

- 02.11. und 16.11.23
- 17.00 bis 19.00 Uhr

• Wochen der seelischen Gesundheit 2023:

Ab dem 10.10.23 – dem „Welttag der seelischen Gesundheit“ – gibt es oberfrankenweit wieder verschiedene **kostenfreie Veranstaltungen für die Öffentlichkeit** zum Thema „Seelische Gesundheit“. Hier ein paar Tipps zu Angeboten rund um die psychische Gesundheit im Alter:

- Bamberg:** Impuls-Vortrag und Austausch zum Thema „Einsamkeit im Alter“, Referentin: Alexandra Pape/ GeFa OFR, Termin: 20.10.23, 14.15 – 15.00 Uhr, Ort: OASE Bamberg, Heiliggrabstraße 16R, 96052 Bamberg

- Bayreuth:** Umfangreiches Programm des SpDi Bayreuth-Kulmbach, u.a. mit verschiedenen **Aktionsräumen** und der Möglichkeit, sich dem Thema „Angst“ anzunähern. Bspw. der **„Angst vor Einsamkeit im Alter“**. Referentinnen: Susanne Werbter und Anna Schomacher/ Gerontopsychiatrische Beratung des SpDi Bayreuth, Termin: 10.10.23, ab 14.00 Uhr, Ort: Sozialpsychiatrischer Dienst Bayreuth, Bahnhofstraße 4B, 95444 Bayreuth

Geben Sie diese Informationen bitte an mögliche Interessierte weiter und melden Sie sich bei Fragen zu den Veranstaltungen gerne bei mir!

- Coburg:** Vortrag „Depression im Alter“, Referentin: Alexandra Pape/ GeFa OFR,
Termin: 31.10.23, 16.30 – 18.00 Uhr, Ort: Landratsamt Coburg, Lauterer Straße 60,
96450 Coburg, Anmeldung erwünscht bei: Tamara Freitag, Landratsamt Coburg ,
Telefon: 09561 / 514 – 2501
- Ebermannstadt (FO):** Vortrag „Depression im Alter“, Referentin: Alexandra Pape/ GeFa OFR,
Termin: 26.10.23, 16.30 – 19.00 Uhr, Ort: Bellini, Diakoniestation Ebermannstadt,
Bahnhofstraße 14, 91320 Ebermannstadt
- Hof:** Information und Austausch „Pflegegrad bei Depression?“, Kooperation
zwischen Pflegestützpunkt Hofer Land und Gerontopsychiatrischen Beratung des
Sozialpsychiatrischen Dienstes Hof, Termin: 19.10.23, 18.30 Uhr - 20.00 Uhr, Ort:
Leitstelle Pflege Hofer Land, Berliner Platz 3, 95030 Hof, Anmeldungen erwünscht bei:
Katja Müller, Leitstelle Pflege, Tel.: 09281 / 546 99 49 - 01
- Hof:** Vortrag „Die Seele für das Alter stärken“, Referentin: Alexandra Pape/ GeFa OFR,
Termin: 25.10.23, 15.00 – 16.30 Uhr, Ort: Seniorenstift der Hospitalstiftung,
Gabelsberger Str. 81a, 95028 Hof
- Rehau (HO):** Vortrag „Unterscheidung von Depression – Demenz“, Referent: Dr. Torsten Brückner/
Chefarzt der Bezirksklinik Rehau, Termin: 23.10. um 18:30 Uhr, Ort: Pavillon der
Münch-Ferber-Villa, Münch-Ferber-Straße 1, 95028 Hof
- Rödental (CO):** Vortrag „Depression im Alter“, Referentin: Alexandra Pape/ GeFa OFR,
Termin: 11.10.23, 17.00 – 19.00 Uhr, Ort: Rathausaal, Bürgerplatz 1, 96472
Rödental
- Wiesenttal (FO):** Vortrag „Depression im Alter“, Referentin: Alexandra Pape/ GeFa OFR,
Termin: 17.10.23, 14.30 – 16.30 Uhr, Ort: Fachstelle für pflegende Angehörige,
Bayreuther Str. 6, 91346 Wiesenttal, Anmeldung erwünscht bei: Birgit Pohl/ Fachstelle
für pflegende Angehörige Forchheim, Tel.: 09191 / 61 56 071
- Wunsiedel:** Vortrag „Einsamkeit im Alter“, Referentin: Alexandra Pape/ GeFa OFR,
Termin: 24.10.23, 18.00 – 19.30 Uhr, Ort: FAM-EJF Familienzentrum, Karl-Marx-Str. 8,
95100 Selb

- **„Aromatherapie in der psychiatrischen Pflege - Einfach dufte...“ - Veranstaltung der GeBO-Akademie:**

Aromatherapie ist ein Teil der Pflanzenheilkunde (Phytotherapie) und hat zum Ziel, mit Hilfe von ätherischen Ölen die psychische und physische Gesundheit positiv zu beeinflussen.

- Datum:** Dienstag, 26.09.2023, 09:00 bis 13:00 Uhr
Ort: Bezirksklinik Rehau, Multimediarraum, Fohrenreuther Str. 48,
95111 Rehau
Referentin: Ursula Hösch, Fachkrankenschwester, Aromafachberaterin,
GeBO-Akademie
Kosten: 60,00 € für externe Teilnehmer

Klicken Sie
hier für mehr
Infos zur
Veranstaltung
der GeBO...

- **Basiskurse Gerontopsychiatrie der GeFa Oberfranken:**

Vermittlung grundlegender Basisinformationen zur Gerontopsychiatrie für Mitarbeitende ambulanter und stationärer Einrichtungen der Alten- und Gesundheitshilfe, für Betreuungskräfte

nach §43b, §53b sowie §45a, b SGB XI und alle Interessierten. Der 2-tägige Basiskurs Gerontopsychiatrie umfasst 16 Unterrichtseinheiten (à 45 Minuten).

Inhalte: Angststörungen im Alter, Sucht im Alter, Depression im Alter, Krankheitsbild Demenz

Kosten: 150,- €

Termine:

- Mittwoch, 29.11.23 und Donnerstag, 30.11.23, in Coburg – **AUSGEBUCHT**
- Mittwoch, 24.04.24 und Donnerstag, 25.04.24, Veranstaltungsort: Wirtschaftsgebäude des Bezirkes Oberfranken, Bayreuth

Anmeldung: Sozialpsychiatrischer Dienst Hof, Tel.: 09281 / 837 530,

Mail: sozialpsychiatrischerdienst@diakonie-hochfranken.de

7. Verfügbare Vorträge der GeFa Oberfranken

Folgende Vorträge können oberfrankenweit und kostenlos unter Absprache mit Frau Pape gebucht werden. Fachkräfte können zu diesen Themen auch bezüglich mehrstündiger Schulungen anfragen:



Foto: pexels-karolina-grabowska-4195401

Angsterkrankungen im Alter

Einsamkeit im Alter

Psychotische Störungen im Alter

Suizidalität im Alter

Depression im Alter

Resilienz im Alter

Falls Sie andere Themenwünsche zur Gerontopsychiatrie haben, melden Sie sich gerne.

Kommen Sie bitte generell bei Fragen, Wünschen oder Anmerkungen gerne auf mich zu, ich freue mich immer über eine gute und konstruktive Zusammenarbeit! Ich hoffe, dass ich Ihnen mit dieser siebten Ausgabe des Infoblattes Gerontopsychiatrie „**merk!würdig**“ ein paar hilfreiche Anregungen für Ihre Arbeit mit Senior:innen geben konnte.

Mit kollegialen Grüßen,

Alexandra Pape

Alexandra Pape

Dipl.-Sozialpädagogin (FH)

Systemische Therapeutin (DGSF)

Fachtherapeutin Gerontopsychiatrie (GGSD)

**Koordinationsstelle für
psychische Gesundheit im Alter**

Gerontopsychiatrische Fachkoordination
Oberfranken (GeFa OFR)

Biengässchen 5, 95028 Hof

Tel.: 09281 / 140 12 11

Mail: alexandra.pape@diakonie-
hochfranken.de



Die Gerontopsychiatrische Fachkoordination Oberfranken (GeFa OFR) richtet sich an alle in der Gerontopsychiatrie Tätigen, an Fachkräfte der Alten- und Gesundheitshilfe, an Betroffene und Angehörige. Ziele sind die Verbesserung der Versorgungsstruktur älterer Menschen mit psychischen Belastungen, die Stärkung präventiver Maßnahmen zur Vermeidung oder Verzögerung intensiverer Behandlungsformen, sowie die Zusammenführung und Vermittlung gerontopsychiatrischer Kompetenzen auf verschiedenen Ebenen. Dabei liegt der Fokus auf allen psychischen Erkrankungen **neben** der Demenz.