


Handout:

Sexualität im Alter und dem Pflegekontext

Vortrag in Velden am 03. April 2024

1



Sexualität und Pflege

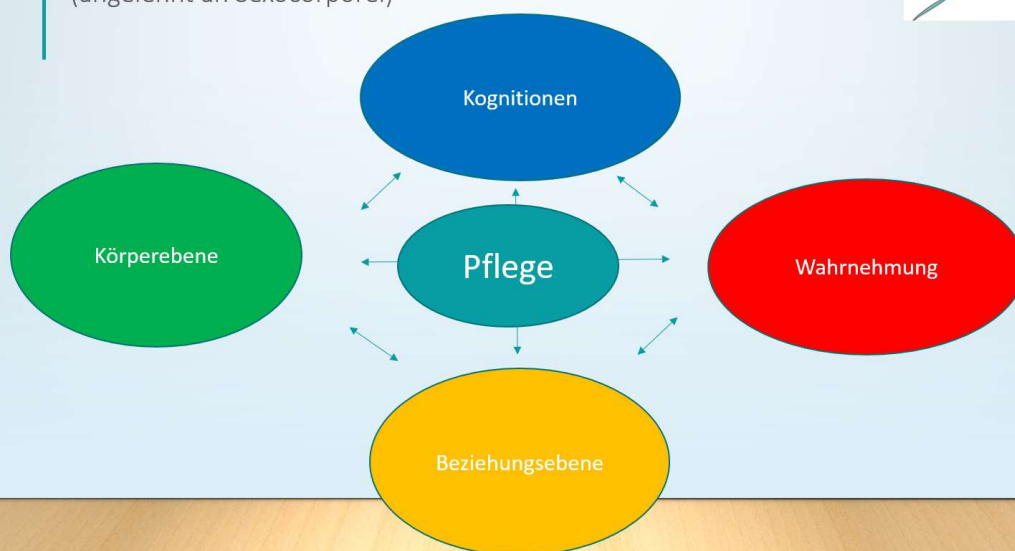
- Pflegeprozesse in unterschiedlichen Rollen und Settings
- Pflegeprozess: Begegnung von Pflegenden und zu Pflegenden auf sexuell konnotierten Ebenen
- Der Mensch als sexuelles Wesen: Sexuelle Integrität im Pflegeprozess
- Geschichtlich betrachtet ein massives Tabuthema im oft kirchlich organisierten Pflegeberuf
- Pflege im Intimbereich als sexuelle Gewaltanwendung?
- Umgang mit Patient*innenvielfalt – Alter, Geschlecht, soziokulturelle Prägung, Biographie, sexuelle Vielfalt

Berühren und berührt werden

- Kernelement im Pflegeprozess: die Berührung
- bewusste – unbewusste Berührung
- Alltagssituation vs. Pflegesituation
- Umgang mit Emotionen der am Pflegeprozess Beteiligten: Scham, Peinlichkeit, Ekel, Lust, Schuld...
- Biographie der am Pflegeprozess Beteiligten: Ängste vor (neuerlichem) Kontrollverlust etc.

2

Model sexueller Gesundheit im Pflegekontext (angelehnt an Sexocorporel)



Kompetenzen im Umgang mit Nähe und Distanz im Pflegeprozess



3

Selbstkompetenz

Basis liefert die Fähigkeit der Selbstreflexion. Weiters sind die persönliche Reife und Lebenserfahrung von Bedeutung. Reflektiert werden sollte das Verhältnis zum eigenen Körper, zur eigenen sexuellen Biografie und damit verbundenen Wünschen, Ängsten und Vorstellungen. Ebenso sollte die eigene Geschlechterrolle reflektiert werden. Diese Bereiche der Selbstkompetenz ermöglichen, sich selbst in der pflegerischen Arbeit besser verstehen zu können und so im Umgang mit Nähe und Distanz angemessen handeln zu können.

Methodenbeispiel zur Selbstreflexion:

Die „sexuelle Lebenslinie“ bietet eine wertvolle Methode, um die eigene Sexualbiographie reflektieren zu können. Man nimmt sich hierfür zumindest eine Stunde an Zeit in einem geschützten Rückzugsraum und zeichnet auf einer Lebenslinie all die Erlebnisse, Erinnerungen, Lebensabschnitte der eigenen Biographie, mit Bezug auf Sexualität, Beziehung, eigene sexuelle Körperlichkeit, Geschlechterbild etc. auf, die noch abrufbar sind. Es empfiehlt sich hierfür Stifte mit unterschiedlichen Farben zu wählen und die eher positiv, eher negativ aber auch neutral zu bewertenden Eintragungen mit verschiedener Farbgebung zu kennzeichnen.

Im Anschluss kann diese Timeline Rückschlüsse auf die eigene sexuelle Biographie, sexuelle Sozialisation etc. liefern die das eigene Verhalten im Kontext der Betreuung von Klient*innen für sich selbst besser nachvollziehbar machen kann.



Sozialkompetenz (Interaktionskompetenz / Kommunikationskompetenz)

In diesen Kompetenzbereich fallen Grundfähigkeiten wie:

- Kontaktfähigkeit
- Empathie
- Emotionalität
- Präsenz
- selektive Offenheit

Ebenso fallen Fähigkeiten der sozialen Wahrnehmung in diesen Kompetenzbereich. Dies bezieht sich auf die Wahrnehmung von verbalen und auch nonverbalen Signalen, der unterschiedlichen Prozesse in Gruppen sowie des allgemeinen Beziehungsgeschehens.

Eine große Rolle spielt auch die Sprachkompetenz wobei hierbei die Fähigkeiten zu verhandeln, zu benennen, zu klären und sich zu verständigen im Vordergrund stehen.



Rollenbewusstsein

Für ein adäquates Rollenbewusstsein ist es wesentlich Klarheit über die Beziehung, in der man zueinander steht zu schaffen. Klare Grenzen sind zu ziehen und auch einzuhalten, je klarer die Rolle ist, desto leichter gelingt es Klient*innen diese zu respektieren und angemessen Nähe und Distanz zu regulieren.

Das Wahrnehmen der eigenen Gefühle und der Gefühle der Klient*innen, um in einem weiteren Schritt diese auch anzusprechen spricht für ein gut entwickeltes Rollenbewusstsein. Gleichzeitig ermutigt es KlientInnen selbst auch unangenehme und schwierige Themen anzusprechen.

Es ist wesentlich selbst Grenzen klar und verständlich zu setzen, dies bestärkt Klient*innen darin die eigenen Grenzen ebenso zu setzen. Der gegenseitige Respekt dieser eigenen und fremden Grenzen bietet eine gesunde Basis für eine gelungene Nähe-Distanz-Regulierung.

In der Rolle als Betreuungsperson ist es auch von Bedeutung sich bewusst zu sein, dass man in jedem Moment auch Vorbild für die Rolle als Mann bzw. Frau ist.

Sind Reaktionen bzw. Handlungen notwendig sollten diese immer aus einer gewissen (körperlichen und inneren) Distanz heraus, gesetzt werden.

Aus einer professionellen Distanz heraus gelingt es auch erheblich leichter die eigene persönliche Meinung in den Hintergrund zu stellen und die Förderung der Kompetenzerweiterung der Klient*innen als primäre Aufgabe in Bezug auf Nähe-Distanz-Regulierung zu erkennen.



Sachkompetenz

Das Wissen um die sexuelle Entwicklung, diverse Limitierungen durch Behinderungen, Medikationen, Erkrankungen etc. sowie deren Auswirkungen auf den Umgang mit Nähe und Distanz ist wesentlich. Sich sicher fachspezifischer Begrifflichkeiten zu bedienen ist ebenso wichtig, wie eine klare Motivation und Wissensgrundlage warum eine adäquate Nähe-Distanz-Regulierung für Klient*innen von so großer Bedeutung ist.

In diesen Bereich fällt auch das Wissen über kulturelle bzw. gesellschaftliche Aspekte und deren Auswirkungen. Hinzu kommt das Wissen rund um rechtliche Grundlagen des eigenen Tätigkeitsfeldes und Basiswissen über sexuelle Körperlichkeit und Vielfalt.

Literaturtipps

Pflege und Sexualität – Die „Sexualitätsthematik“ eingebettet in das Lehr-Lernfeld, Rosa Maria Kramer, Akademikerverlag, 2015

Was Pflegekräfte über Sexualität im Alter wissen sollten: Bedürfnisse – Grenzen – Strategien, Gabriele Paulsen, Reinhardt Verlag, 2018

Kontakt: Mag.^a (FH) Christiane Hintermann – Sexualpädagogik Kärnten
Sexualpädagogin, Sexualberaterin, Klinische Sexologin,
Lebens- und Sozialberaterin, Gesundheits- und Pflegemanagerin
0650/7817512 - info@sexualberatung-hintermann.at