

Sexualität in stationären Altenpflegeeinrichtungen und der Einsatz von Sexualassistenten

Autorin: Karina Hoßfeld - VNB Deutschland

Sexualität ist ein grundlegendes menschliches Bedürfnis, das auch im Alter bestehen bleibt. Dennoch wird das Thema Sexualität im Alter, insbesondere in stationären Pflegeeinrichtungen, oft tabuisiert oder ausgeklammert. Die gesellschaftliche Vorstellung, dass ältere oder pflegebedürftige Menschen kein sexuelles Verlangen mehr hätten, hält sich hartnäckig und führt nicht selten zu einem entsexualisierten Bild des Alters.

Wie in Einrichtungen der Altenpflege mit Sexualität umgegangen wird interessiert mich persönlich aus mehreren Perspektiven: angestoßen durch unser Projekt Never gets old reflektiere ich als Coachin & Supervisorin in Einrichtungen der Altenhilfe sowie als Trainerin in Weiterbildungsinstituten für Pflege das Thema noch einmal ganz neu. Inwieweit kommt Sexualität als Thema in den Supervisionsstunden zur Sprache? Welche Konzepte werden entwickelt und umgesetzt um Bewohner*innen in Einrichtung der Altenpflege Intimität zu ermöglichen? Als Projektmitarbeiterin im Projekt Never gets old ist es mir ein persönliches Anliegen den Themenbereich Alter, Sexualität und Gesundheit stärker in die Öffentlichkeit zu bringen und gesellschaftliche Stereotype und Vorurteile aufzuweichen. Der vorliegende Artikel soll dazu einen Beitrag leisten.

Sexualität im Alter – ein verkanntes Bedürfnis

Der Zusammenhang von Sexualität und Gesundheit und damit auch der Lebenszufriedenheit von alten Menschen rückt seit einigen Jahren stärker in den Fokus der Forschung. Stand lange Zeit das Erkenntnisinteresse negativer gesundheitlicher Folgen, wie z.B. sexuell übertragbarer Infektionen im Vordergrund, so liegt der Fokus heute vermehrt auf den positiven Auswirkungen von Sexualität im Alter auf die Gesundheit. Mit dem Älterwerden verändern sich zwar Körper und Sexualität, doch verschwinden sexuelle Wünsche und Bedürfnisse nicht automatisch. Der Großteil der Senior*innen verspürt weiterhin ein Bedürfnis nach Zärtlichkeit, Nähe, Intimität oder hat sexuelle Fantasien. In einer Umfrage aus dem Jahr 2011 gab die Hälfte aller Frauen zwischen 60 und 80 Jahre und 90 % der Männer zwischen 50 und 90 Jahre an, erotische Fantasien zu haben (vgl. Grond 2011, S. 43). Die Zahlen zeigen, dass Sexualität kein Privileg junger Menschen ist.

Betrachten wir den Zusammenhang von Sexualität und Gesundheit, so belegen Studien inzwischen, „dass die Erfahrung von sexueller Befriedigung, sexuellem Vergnügen und positivem sexuellem Selbstwertgefühl sowohl die sexuelle als auch die psychische und körperliche Gesundheit verbessert“ (Blochwitz 2024, S. 28; zit. n. Döring 2019). Jedoch gerade in Pflegeeinrichtungen, in denen persönliche Freiheit und Privatsphäre eingeschränkt sind, kann das Ausleben von Sexualität zu einer großen Herausforderung werden.

Neue Anforderungen an Pflegeausbildungen

Aus-, und Weiterbildungen in der Pflege werden zunehmend akademisiert. Habe ich vor 10 Jahren noch in vielen Weiterbildungsinstituten in Kursen für Pflegekräften für Leitungsaufgaben unterrichtet, so werden diese Kurse heutzutage teilweise gar nicht mehr angeboten. Die Begründung lautet, dass Interessierte sich heute vermehrt für ein Studium zum Beispiel im Pflegemanagement entscheiden würden. In den letzten Jahrzehnten sind diverse Pflegewissenschaften entstanden und damit auch neue akademische Weiterbildungsmöglichkeiten. Das Thema Sexualität findet dort jedoch selten Eingang (vgl. Blochwitz 2024, S. 29). Aus dem Unterricht an verschiedenen Pflege Schulen sind mir Pflege Theorien bekannt, die die Grundlage für die Pflegepraxis bilden und durch die Schüler*innen ein ganzheitliches Pflegeverständnis entwickeln sollen. Insbesondere das Modell der „Aktivitäten und existenzielle Erfahrungen des Lebens“ (AEDL's nach der deutschen Pflegewissenschaftlerin Monika Krohwinkel 1984) spielt in der Ausbildung eine zentrale Rolle. In diesem Modell wie auch in der Weiterentwicklung des Konzeptes wird zwar die Bedeutung sozialer Beziehungen integriert, doch ein Recht auf Sexualität wird in den 13 Bereichen nicht erwähnt. „Sich als Mann oder Frau fühlen“ käme diesem Aspekt theoretisch wohl am nächsten, zeugt jedoch von einem veralteten Verständnis von Geschlecht, angesichts diverser sexueller Identitäten. Um ein tiefgehendes Verständnis im Umgang mit sexuellen Bedürfnissen alter Menschen in Pflegeeinrichtungen zu erwirken, muss das Thema Sexualität im Alter stärker Eingang in die Lehre von Aus-, und Weiterbildungsinstituten integriert werden. Nur dann können entsprechende Konzepte in Einrichtungen überhaupt erst umgesetzt werden.

Herausforderungen in stationären Pflegeeinrichtungen

In meiner Arbeit als Supervisorin in stationären Altenhilfeeinrichtungen erlebe ich die meisten Mitarbeitenden als engagiert. Ein Leben in Würde und Selbstbestimmung zu ermöglichen ist angestrebtes und erklärtes Ziel. Dennoch ist allen Beteiligten bewusst, dass die Situation im Hinblick auf die Umsetzung von Bedürfnissen nach Intimität und einer befriedigenden Sexualität komplex ist. Die folgenden Herausforderungen basieren auf meiner Erfahrung aus der Praxis und auf Gesprächen, die ich mit Pflegepersonal geführt habe:

- Nähe, die zwischen Bewohner*innen und Mitarbeitenden durch die Art der Arbeit entsteht, kann missverstanden und fehlinterpretiert werden.
- Unsicherheiten in Bezug auf Sexualität, die an pubertäre Verhaltensformen erinnern. Sowohl Pflegenden als auch die Mitbewohnenden versuchen wegzuschauen. Beispielsweise werden Pornohefte versteckt, es wird getratscht und getuschelt und auf

diese Weise eine wirkliche Auseinandersetzung mit dem Thema vermieden (vgl. Marien-stiftung 2017, S.7).

- Fehlende Privatsphäre spielt eine zentrale Rolle: Mehrbettzimmer, häufige Kontrollen und Pflegeabläufe lassen wenig Raum für Intimität.
- Tabuisierung durch Personal oder Angehörige: Pflegende oder Familienangehörige empfinden sexuelles Verhalten älterer Menschen manchmal als „unangemessen“ oder „peinlich“.
- Homophobie und Diskriminierung: LGBTQ+-Personen erfahren oft keine Akzeptanz oder fühlen sich gezwungen, ihre Identität zu verstecken.
- Demenz & kognitive Einschränkungen: Hier stehen die Beteiligten vor der Herausforderung die Einwilligungsfähigkeit der Betroffenen zu beurteilen und diese vor möglichen Übergriffen zu schützen.

Angeregt durch das Projekt Never gets old frage ich die Pflegekräfte in meinen Veranstaltungen nach ihren Erfahrungen zum Thema Sexualität in Einrichtungen der Altenpflege. Die o.g. Aspekte spielen in allen Antworten eine zentrale Rolle. In den Supervisionsstunden spielt das Thema Sexualität in den Einrichtungen tatsächlich nur im Zusammenhang mit Demenz oder erlebten Übergriffen eine Rolle. Daraus ergibt sich die zentrale Frage: Wie können Menschen in Pflegeeinrichtungen respektvoll ihre Sexualität erleben?

Sexualassistenz – eine mögliche Unterstützung?

Ein Ansatz, um das sexuelle Wohlbefinden älterer oder pflegebedürftiger Menschen zu unterstützen, ist das Konzept der Sexualassistenz. Grundgedanke ist, Teilhabe und sexuelle Selbstbestimmung zu ermöglichen. Im Rahmen der Diskussion um Selbstbestimmung in der Behindertenhilfe hat die deutsche Organisation Pro Familia im Jahr 2005 mit einer Ausarbeitung eine fachliche und gesellschaftspolitische Auseinandersetzung mit der sexuellen Assistenz angestoßen (vgl. Pro Familia 2005, S. 4). Inzwischen haben sich entsprechende Konzepte etabliert, die Akzeptanz erfahren. So heißt es beispielsweise auf der Homepage einer der führenden Krankenkassen in Deutschland:

„Intimität, zärtliche Berührungen, Erotik und Sexualität gehören zu den menschlichen Grundbedürfnissen, die für unser körperliches und psychisches Wohlbefinden unerlässlich sind. Sexualität bedeutet dabei viel mehr als nur den eigentlichen geschlechtlichen Akt. Sexualität ist für soziale Beziehungen und das eigene Selbstverständnis von großer Bedeutung. Eine unerfüllte Sexualität kann Menschen belasten.“ (AOK 2025).

Gleichwohl wird der Einsatz von Sexualassistenten sehr kontrovers diskutiert. Bei der Sexualassistenten handelt es sich in der Regel um entsprechend geschulte Personen, die intime Berührungen, Gespräche oder auch sexuelle Handlungen anbieten – stets auf Wunsch und im Rahmen vorher definierter ethischer und rechtlicher Standards. Verschiedene Formen der Sexualassistenten werden unterschieden:

- **Passive Sexualassistenten**

Hierzu zählt beispielsweise die Bereitstellung von Verhütungsmitteln, Sexspielzeugen oder anderen Hilfsmitteln (etwa pornografische Produkte) sowie die Vermittlung einer sexuellen Begleitung. Entscheidend ist: Bei der passiven Sexualassistenten ist die helfende Person an keiner sexuellen Handlungen direkt beteiligt (vgl. AOK 2025).

- **Aktive Sexualassistenten**

In diesem Fall unterstützt die helfende Person beispielsweise bei der Selbstbefriedigung oder beim Geschlechtsverkehr von Paaren mit eingeschränkter Bewegungsfähigkeit. Es handelt sich also um eine direkte Beteiligung an sexuellen Handlungen. Deshalb sind die Grenzen zwischen aktiver Sexualassistenten und Sexualbegleitung fließend (vgl. AOK 2025).

- **Sexualbegleitung**

Bei einer Sexualbegleitung erfüllt eine außenstehende Person die konkreten sexuellen Wünsche des beeinträchtigten Menschen. Da es sich um sexuelle Dienstleistungen gegen Bezahlung handelt, gilt die Sexualbegleitung aus rein rechtlicher Perspektive als Prostitution.

Dennoch stehe laut AOK (2025) anders als bei Prostitution nicht explizit die sexuelle Befriedigung im Vordergrund, sondern der ganzheitliche Zugang zu Nähe, Körperlichkeit und Selbstbestimmung. Auch hat die Sexualbegleitung in diesem Verständnis eine klare gesundheitliche Betonung. Da Sexualität ein wichtiger Aspekt für die eigene Persönlichkeit und das soziale Leben ist, dient die Sexualbegleitung vor allem dazu, das Selbstwertgefühl, die Selbstbestimmung und die Persönlichkeit zu fördern (vgl. ebd.).

Ethische und rechtliche Aspekte

- **Selbstbestimmung vs. Schutzbedürfnis:** Wann ist eine Person in der Lage, eine solche Dienstleistung selbstbestimmt in Anspruch zu nehmen? Wie wird mit Menschen mit Demenz umgegangen?
- **Pflegepersonal und deren Rolle:** Dürfen Pflegekräfte Kontakte zu Sexualassistenten*innen vermitteln oder diese dulden?

- **Gesetzliche Rahmenbedingungen:** Sexualassistenz ist in Deutschland rechtlich nicht klar geregelt. Es besteht die Gefahr der Verwechslung mit verbotener Prostitution im Pflegekontext.

Die ethische Auseinandersetzung mit diesen Fragen erfordern einen offenen Dialog, in dem die Bedürfnisse der Betroffenen im Mittelpunkt stehen, aber auch Schutzmaßnahmen und professionelle Standards beachtet werden. Gabriele Paulsen, Gründerin einer Agentur für Sozialassistenz, betont außerdem die Wichtigkeit der Qualifikation von Menschen, die Sozialassistenz anbieten.

„Für mich persönlich unterscheidet sich die Sexualassistenz von der Prostitution durch die Qualifikation der Kollegen. Sie haben sich auf Menschen mit körperlich-geistiger Behinderung oder Senioren spezialisiert. [...] In der Regel haben die einen pflegerischen oder sozialpädagogischen Hintergrund. Sie müssen auf jeden Fall in einer Pflegeeinrichtung tätig gewesen sein. Viele kommen aus dem therapeutischen Bereich oder aus dem Tantra“ (Paulsen in: Landwehr 2017).

In der Praxis ist Sexualassistenz in Deutschland bisher wenig verbreitet, bewegt sich in einem rechtlichen Graubereich, ist gesellschaftlich stark umstritten und wird von Pflegeeinrichtungen nur selten offiziell unterstützt.

Fazit und Ausblick

Sexualität im Alter verdient mehr Aufmerksamkeit, Anerkennung und Respekt – auch und gerade in stationären Pflegeeinrichtungen. Die Bedürfnisse nach Nähe, Zärtlichkeit und Sexualität verschwinden nicht mit dem Eintritt ins Heim oder mit zunehmender Pflegebedürftigkeit. Insgesamt ist anzunehmen, dass sich Strukturen und das Leben in Einrichtungen der Altenpflege verändern werden (müssen). In den nächsten Jahren kommt die Generation der sogenannten Babyboomer ins Alter, die mit anderen Werten, alternativen Lebensstilen und sexuellen Identitäten aufgewachsen ist. Pflegeeinrichtungen sollten dabei unterstützt werden, Konzepte zu entwickeln, die Privatsphäre, Aufklärung und ein tolerantes Umfeld fördern. Der Einsatz von Sexualassistenten kann für manche Bewohner*innen dabei eine sinnvolle Unterstützung darstellen, sollte jedoch eingebettet sein in klare ethische Leitlinien, transparente Kommunikation und den respektvollen Umgang mit individuellen Bedürfnissen. Letztlich geht es darum, alten Menschen ein würdiges, selbstbestimmtes und erfülltes Leben zu ermöglichen – in allen Lebensbereichen.

Literatur

- AOK Krankenkasse** (2025): Was bedeutet eine Sexualbegleitung für Menschen mit Behinderung? <https://www.aok.de/pk/magazin/familie/liebe-sexualitaet/sexualbegleitung-unterstuetzung-fuer-menschen-mit-behinderung/> (Zugriff 13.10.2025; 12:00 Uhr).
- Blochwitz, Melanie** (2024) Sexuelle Rechte im Alten- und Pflegeheim. Können Pflegeeinrichtungen von Angeboten der Sexualassistenten profitieren? Eine Untersuchung zur Umsetzung der sexuellen Rechte im Alten- und Pflegeheim. Masterarbeit 2024 Hochschule Merseburg https://repo.bibliothek.uni-halle.de/bitstream/1981185920/120898/1/BlochwitzMelanie_Sexuelle%20Rechte%20im%20Alten-%20und%20Pflegeheim.pdf (Zugriff 06.10.2025; 10:00 Uhr).
- Döring, N.** (2019). Sexualität in der Pflege. Zwischen Tabu, Grenzüberschreitung und Lebenslust. Aus Politik und Zeitgeschichte. Zeitschrift der Bundeszentrale für politische Bildung (APuZ). 69. Jahrgang, S. 24 – 30.
- Grond, Erich** (2011): Sexualität im Alter. Was Pflegekräfte wissen sollten und was sie tun können.
- Landwehr, Tobias und Paulsen, Gabriele** (2017): Sexualassistenten. Ist das jetzt Förderung der Prostitution oder Zuhälterei? Interview in „Die Zeit“, 9. Januar 2017, 20:14 Uhr: <https://www.zeit.de/wissen/gesundheit/2017-01/sexualassistenten-spd-gruene-demenz-nessita-interview/komplettansicht> (Zugriff 07.10.2025; 15:00 Uhr).
- Marienhausstiftung** (Hrsg.) 2017: Konzept „Sexualität leben“ in den Senioreneinrichtungen der Marienhaus Stiftung. https://www.marienhaus.de/fileadmin/user_upload/01_Traeger/News/2023/02_Februar/Konzept_Sexualitaet_leben.pdf (Zugriff 07.10.2025; 15:00 Uhr).
- Pro Familia** (Hrsg.) (2005): Expertise: Sexuelle Assistenz für Frauen und Männer mit Behinderung. Frankfurt.
- Pro Familia** (2018). Hintergrund Sexuelle Vielfalt. In Sexualberatung und Sexualpädagogik im Kontext sexueller und reproduktiver Rechte. pro familia Bundesverband. Frankfurt.

Αναφορές

AOK-Krankenkasse (2025): Was bedeutet eine Sexualbegleitung für Menschen mit Behinderung? <https://www.aok.de/pk/magazin/familie/liebe-sexualitaet/sexualbegleitung-unterstuetzung-fuer-menschen-mit-behinderung/> (Zugriff 13.10.2025; 12:00 Uhr).

Blochwitz, Melanie (2024) Sexuelle Rechte im Alten- und Pflegeheim. Können τα ιδρύματα φροντίδας να επωφεληθούν από τις προσφορές σεξουαλικής συντροφιάς; Μια έρευνα για την εφαρμογή των σεξουαλικών δικαιωμάτων σε γηροκομεία και οίκους ευγηρίας. Μεταπτυχιακή εργασία 2024, Πανεπιστήμιο Merseburg https://repo.bibliothek.uni-halle.de/bitstream/1981185920/120898/1/BlochwitzMelanie_Sexuelle%20Rechte%20im%20Alten-%20und%20Pflegeheim.pdf (Zugriff 06.10.2025; 10:00 Uhr).

Döring, N. (2019). Sexualität in der Pflege. Zwischen Tabu, Grenzüberschreitung und ζωηρότητα. Από την πολιτική και την σύγχρονη ιστορία. Περιοδικό της Ομοσπονδιακής Υπηρεσίας Πολιτικής Εκπαίδευσης (APuZ). 69. Jahrgang, S. 24 – 30.

Grond, Erich (2011): Sexualität im alter. Was Pflegekräfte wissen sollten und was sie tun können.

Landwehr, Tobias και Paulsen, Gabriele (2017): Σεξουαλικός βοηθός. Πρόκειται για προώθηση της ή μαστροπείας; Συνέντευξη στο «Die Zeit», 9 Ιανουαρίου 2017, 20:14: <https://www.zeit.de/wissen/gesundheit/2017-01/sexualassistentz-spd-gruene-demenz-nessita-interview/komplettansicht> (Zugriff 07.10.2025; 15:00 Uhr).

Marienhausestiftung (εκδ.) 2017: Konzept „Sexualität leben“ in den Senioreneinrichtungen der Marienhaus Stiftung. https://www.marienhaus.de/fileadmin/user_upload/01_Traeger/News/2023/02_Februar/Konzept_Sexualitaet_leben.pdf (Zugriff 07.10.2025; 15:00 Uhr).

Pro Familia (εκδ.) (2005): Έκθεση εμπειρογνωμοσύνης: Σεξουαλική βοήθεια για γυναίκες και άνδρες με αναπηρία. Φρανκφούρτη.

Pro Familia (2018). Hintergrund Sexuelle Vielfalt. In Sexualberatung und Sexualpädagogik στο πλαίσιο των σεξουαλικών και αναπαραγωγικών δικαιωμάτων. Pro Familia Bundesverband. Φρανκφούρτη.