

## „Demenz - Beziehung bis zuletzt - Liebe endet nie“



**Gatterer Gerald**

Institut für Altersforschung an der Sigmund Freud Privatuniversität

(c) Gerald Gatterer 2024

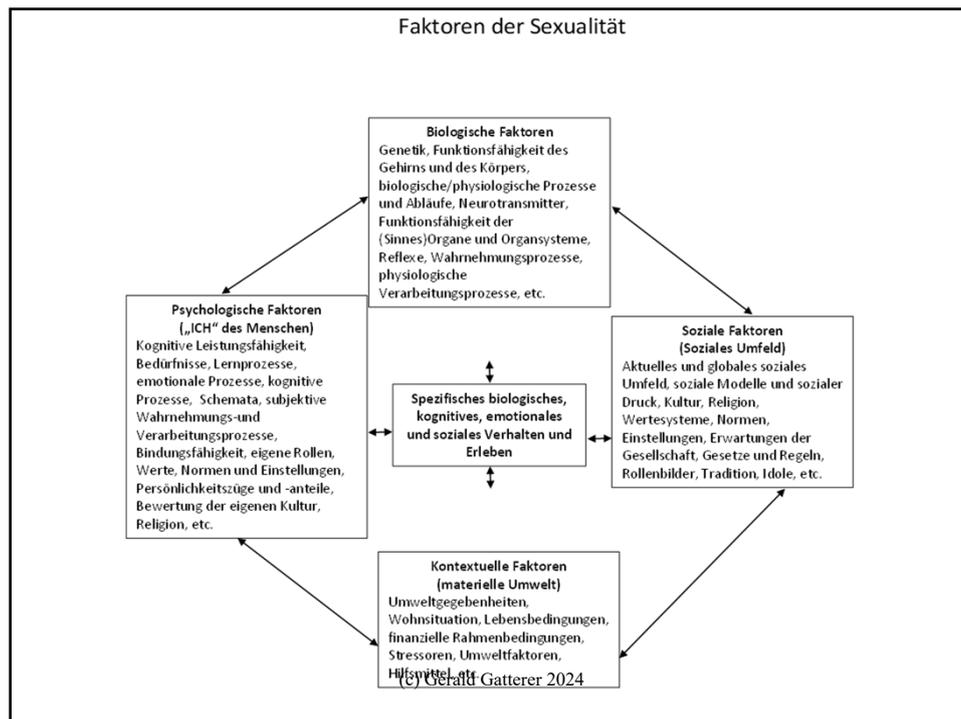
1

## Sexualität im Alter?

- Tabuthema schon bei relativ „jungen“ alten Menschen
- Oft auf Bereich der Zärtlichkeit „reduziert“
- Mit Aspekten von „noch immer“, „nett“, „lieb“, .... Verniedlicht
- „Von der Genitalität“ zur „Zärtlichkeit“
- Alternde Körper nicht attraktiv
- Wird leicht pathologisiert
- Krankheit, Demenz nicht mit Sexualität vereinbar; Problematik Heim
- Enttabuisierung erfolgt langsam

(c) Gerald Gatterer 2024

2



3

## Wie hängen Körper, Sexualität, Liebe und Beziehung zusammen?

- Sexualität als eigenständiger Bereich
- Liebe als Voraussetzung für Sexualität
- Sexualität als Zeichen von Liebe
- Eigenes Bedürfnis nach Sexualität
- Sexualität als primäres Bedürfnis der Partner:innen
- Sicht des eigenen Körpers
- Sicht der eigenen Rolle als sexuelles Wesen
- Mythen über Sexualität

(c) Gerald Gatterer 2024

4

## Aspekte der Sexualität im Alter

- Kalendarischer Aspekt (Ageism)
- Biologischer Aspekt („Alter“ der Organe und des Körpers; Funktionsfähigkeit)
- Psychologischer Aspekt (subjektives Sexualalter; eigene sexuelle Rolle; Beziehung)
- Sozialer Aspekt (Alterssexualität in Gesellschaft)
- Ökologisch/kontextueller Aspekt (Umwelt)
- Systemischer Aspekt (Zusammenspiel der Faktoren)

(c) Gerald Gatterer 2024

5

Alter	Bedürfnis	Männer %	Frauen %
18-30	Hoch	59.5	37.9
	Mittel	39.2	60,4
	Nieder	1.3	1.7
31-40	Hoch	51.2	34.3
	Mittel	48.2	63.8
	Nieder	0.6	1.9
41-50	Hoch	37.6	20.2
	Mittel	61.4	74.9
	Nieder	1.1	4.9
51-60	Hoch	16.4	8.5
	Mittel	78.1	74.6
	Nieder	5.5	17.0
61-70	Hoch	6.0	2.5
	Mittel	80.6	52.3
	nieder	13.4	46.2

(c) Gerald Gatterer 2024

6

Variable	Männer 50-59	Männer 60-69	Männer 70+	Frauen 50-59	Frauen 60-69	Frauen 70+
Masturbation allein	72.1%	61.2%	46.4%	54.1%	46.5%	32.8%
Masturbation mit Partner	27.9%	17.0%	12.9%	17.7%	13.1%	5.5%
Oralsex von Frau	48.5%	37.5%	19.2%	0.9%	0.6%	1.5%
Oralsex von Mann	8.4%	2.6%	2.4%	34.2%	24.8%	7.8%
Oralsex zu Frau	44.1%	34.3%	24.3%	0.9%	0.9%	1,5%
Oralsex zu Mann	8.0%	2,6%	3.0%	36.2%	23.4%	6.8%
Vaginalsex	57.9%	53.2%	42,9%	51.4%	42.2%	21.6%
Analsex aktiv	11.3%	5.8%	1.7%	-	-	-
Analsex passiv	4.6%	6.0%	1.7%	5.6.%	4.0%	1.0%

(c) Gerald Gatterer 2024

7

## Kalendarischer Aspekt

- Ehen
  - Eheschließung signifikant später (Männer 33.3; Frauen 31.0)
  - Älteste Heirat Frau: sie 96 Jahre/er 78 Jahre;
  - Älteste Heirat Mann: er 94/sie79 (Stmk.) bzw. in Wien 54
  - Ältestes verschiedengeschlechtliches Brautpaar 177 (er 93/ sie 84)
  - Ältestes gleichgeschlechtliches männliches Paar 155 (80/75)

(c) Gerald Gatterer 2024

8

## Kalendarisches Aspekt

- Ältestes gleichgeschlechtliches weibliches Paar 133 (73/60)
- Größtes Altersunterschied  
verschiedengeschlechtlich 49 Jahre (er 79/sie 27); bzw. 43 Jahre (sie 71/er 28);  
gleichgeschlechtlich Männer 33 Jahre (73/44)  
bzw. 25 Jahren bei Frauen (57/32)

[https://www.statistik.at/web\\_de/statistiken/menschen\\_und\\_gesellschaft/bevoelkerung/bevoelkerungsstruktur/bevoelkerung\\_nach\\_alter\\_geschlecht/index.html](https://www.statistik.at/web_de/statistiken/menschen_und_gesellschaft/bevoelkerung/bevoelkerungsstruktur/bevoelkerung_nach_alter_geschlecht/index.html)

(c) Gerald Gatterer 2024

9

## Kalendarischer Aspekt

- Elternschaft
  - Die ältesten Eltern (von Einzelgeborenen) waren zusammen 125 Jahre alt, die Mutter 44 und der Vater 81 Jahre alt <Oberösterreich>.
  - Die älteste Mutter war 58 Jahre alt und damit um 13 Jahre älter als der Vater des Kindes <Wien>
  - Älteste Österreichische Mutter 66 Jahre alt (Steiermark); Spanierin 67 Jahre; Inderin 74 Jahre

(c) Gerald Gatterer 2024

10

## Biologische Aspekte

- Der „alternde“ Körper
- Biologie des Sexualität
- Veränderungen der Sexualität im Alter
- Konsequenzen für Sexualität für den einzelnen
- und in Paarbeziehungen

(c) Gerald Gatterer 2024

11

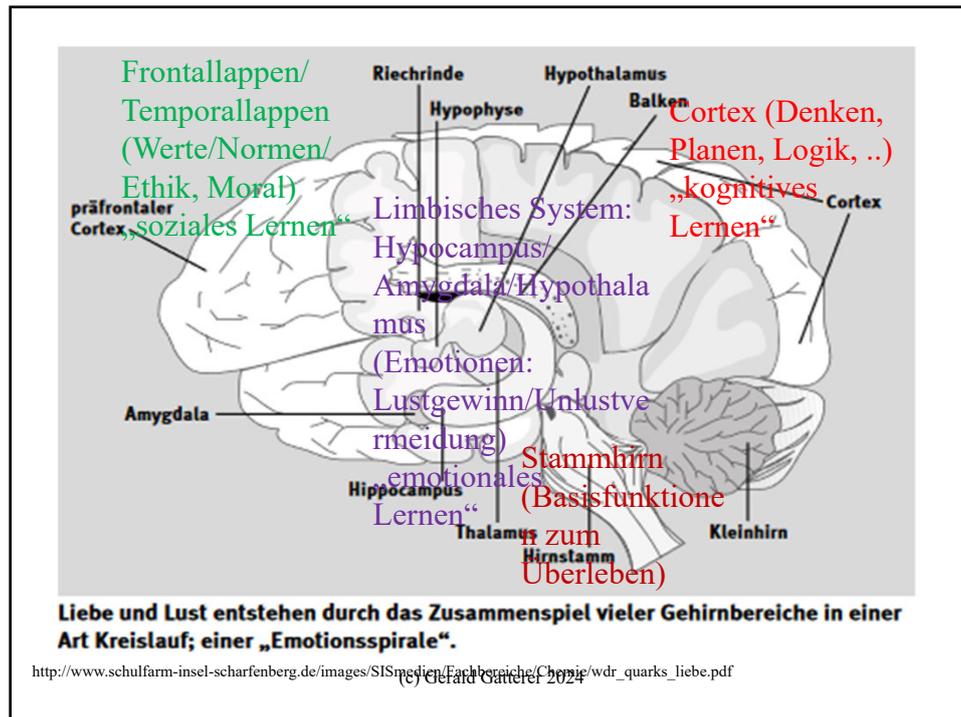
## Der „normale“ alternde Körper

- Abbau ab 30 Lebensjahr (Muskeln; Bindegewebe; Krankheiten nehmen zu)
- Belastbarkeit sinkt.
- Attraktivität?
- Funktionsfähigkeit?
- Soziale/gesellschaftliche Faktoren
- Lösungen → Alternsprävention oder „Jugendwahn?“
  - Training des Körpers
  - Kosmetika
  - Chirurgie
  - Akzeptanz?



(c) Gerald Gatterer 2024

12



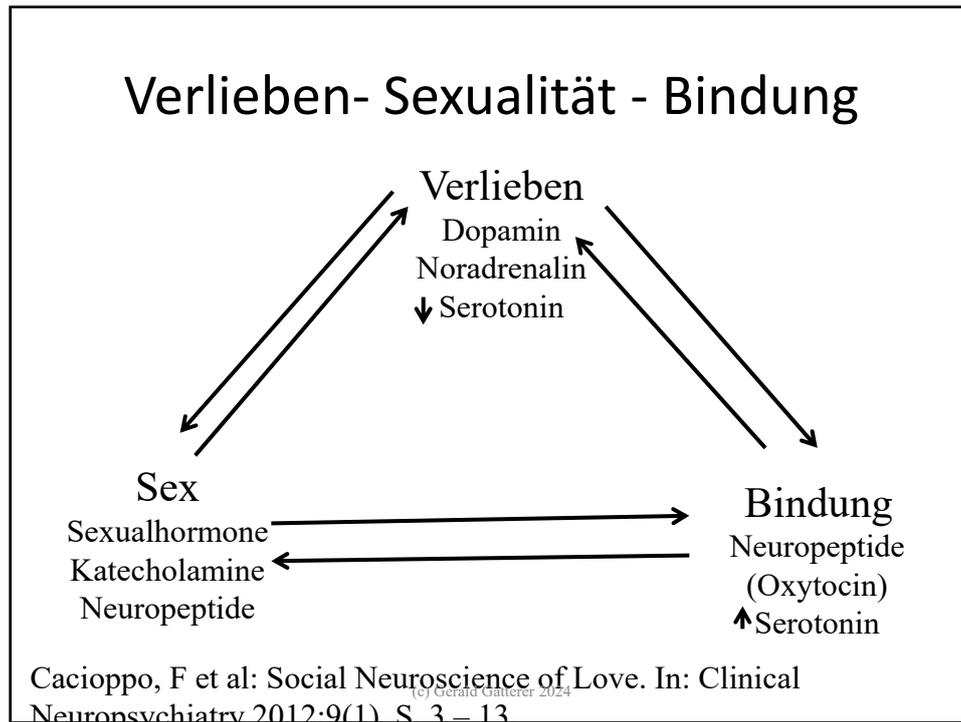
13

## Unterschiedliche Formen von Sexualität

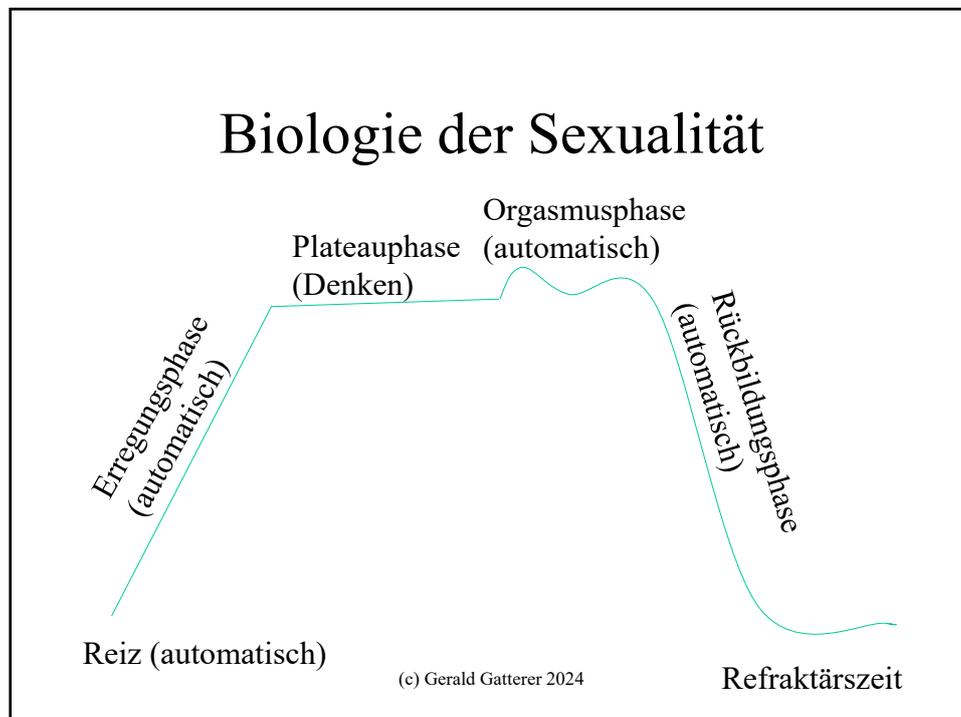
- Biologische Sexualität
  - Stammhirn – Reflexe
  - Limbisches System – Lustbefriedigung
- kortikale Sexualität
  - Gelernte Sexualität
  - Techniken
  - Kultur
  - Rollen, .....
- Frontallappen Sexualität
  - Ethik, Moral, Normen, ...
  - Scham, Schuld, ....

(c) Gerald Gatterer 2024

14



15



16

## Sexualität im Alter – Biologie der Frau

- Reize bleiben aber „habituierten“ in alternder Ehe
- Klimakterium: Hormonelle Umstellung mit psychischen Auswirkungen
- Erregungsphase: weniger intensiv, langsamer, weniger körperliche Veränderungen, Risiko von Verletzungen
- Plateauphase: weitgehend unbeeinflusst
- Orgasmusphase: weitgehend unbeeinflusst – oft besser.
- Rückbildungsphase: Schneller
- Refraktärzeit: Verlängert

(c) Gerald Gatterer 2024

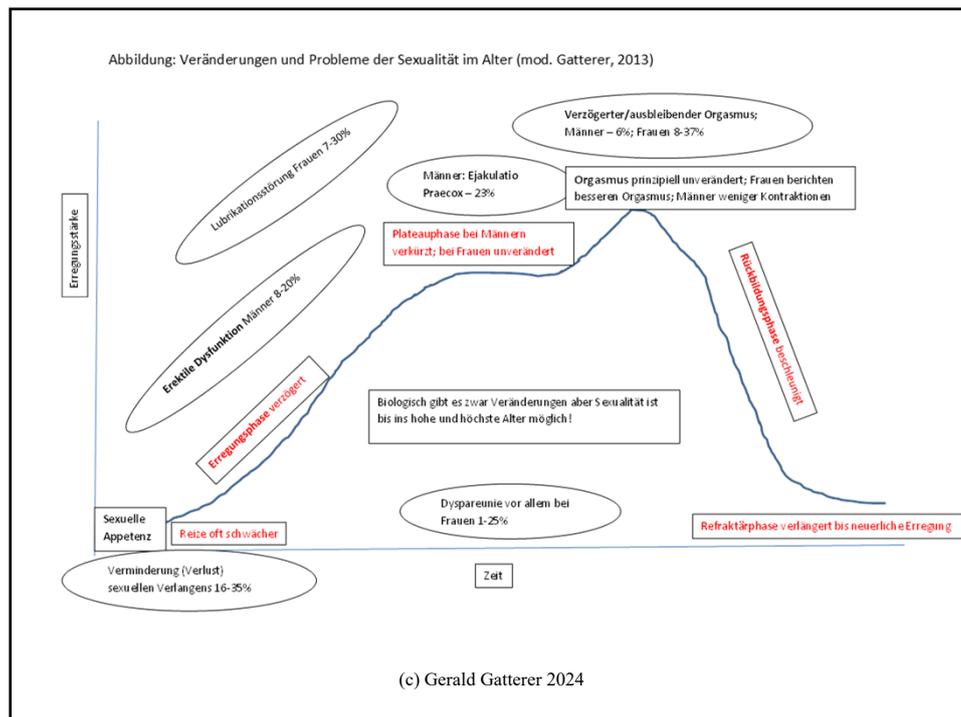
17

## Sexualität im Alter – Biologie Mann

- Auch hormonelle Umstellung ab 40 Lj.
- Erregungsphase: Zunahme zeitweiser erektiler Dysfunktionen, verlängerte Erektionszeit.
- Plateauphase: Oft verkürzt
- Orgasmusphase: Kürzer, weniger intensiv
- Rückbildungsphase: Schneller
- Refraktärzeit: Verlängert

(c) Gerald Gatterer 2024

18



19

## Sexualität im Alter? - Realität

- Ist biologisch bis ins hohe Alter möglich und wie Studien zeigen auch gesund
- Notwendigkeit der Modifikation und vermehrter offener Gespräche bei Paaren
- Große Unterschiede zwischen den Menschen
- Auch in Heimen und bei Krankheit Thema

(c) Gerald Gatterer 2024

20

## Zum Störungsbegriff der Sexualität und seinen Veränderungen

- Idealnorm: Optimale „Vollkommenheit in allen Bereichen“. Vgl. alte WHO-Definition von ..... Gesundheit in allen Bereichen
- Biologische Norm: Funktionsfähigkeit, Schmerzen, Symptome, .....
- Statistische Norm: Häufigkeit, Dauer, Art der Sexualität im Vergleich zum Durchschnitt
- Gesellschaftliche Norm: Gesetze, Werte, Normen der Gesellschaft
- Individuelle Norm: Sichtweise der einzelnen Menschen oder von kleinen Gruppen

(c) Gerald Gatterer 2024

21

## Hilfen für Ihn und Sie bei Problemen

- Funktionale Störungen
  - Medikamentöse Therapie
  - (Erektile Dysfunktion) Vakuumpumpe und Penisring; Hilfsmittel; Operative Eingriffe
  - Psychotherapie (Angst; Depression; Skills;....)
- Sexuelle Unlust/Orgasmusprobleme/  
Bedürfnisse/Ängste/Schmerzen/ ....
  - Psychotherapie
  - Paartherapie

(c) Gerald Gatterer 2024

22

## Psychologie der Sexualität

- Sexuelle Lerngeschichte
- Eigene Werte, Normen, Einstellungen, Rollen
- Gesellschaftliche Normen
- Beziehungsgestaltung
- Emotionale Aspekte
- Verarbeitung von Veränderungen und Problemen

(c) Gerald Gatterer 2024

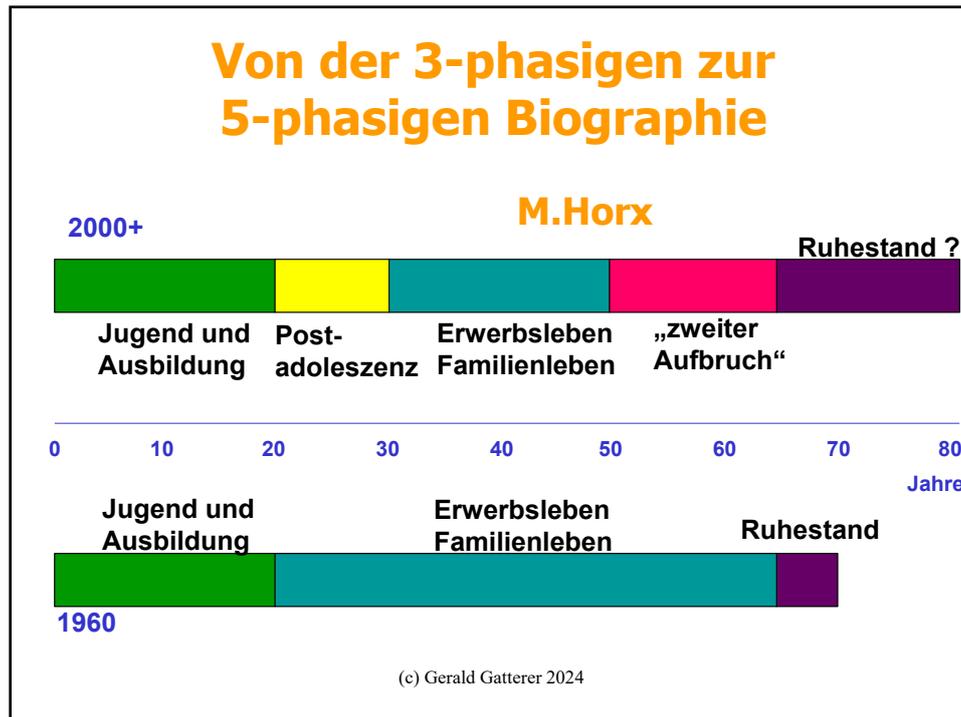
23

## Wie hängen Körper, Sexualität, Liebe und Beziehung zusammen?

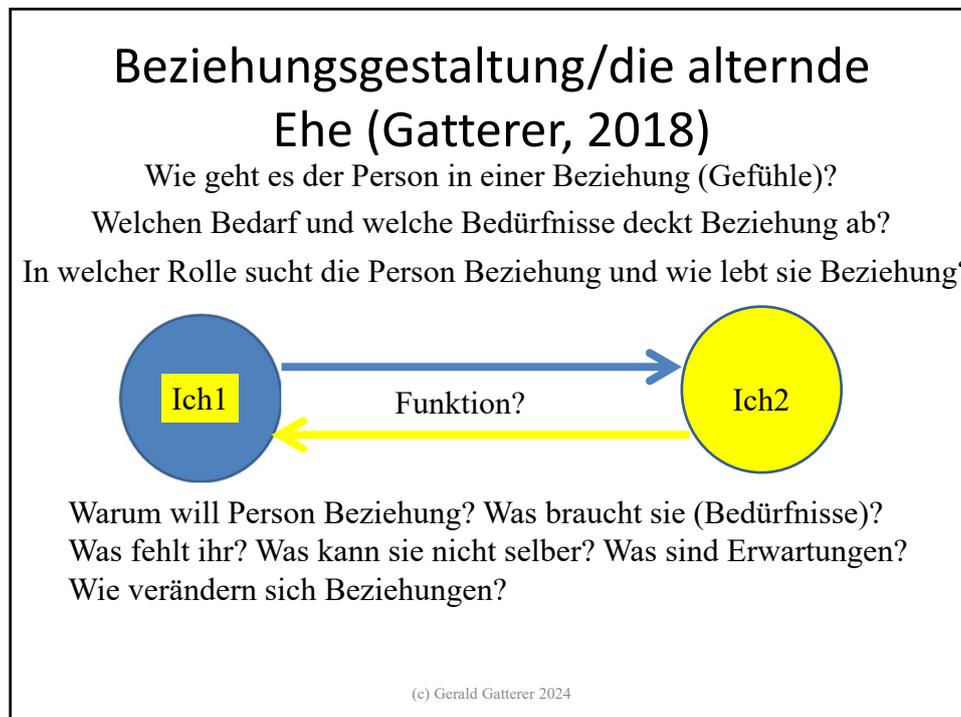
- Sexualität als eigenständiger Bereich
- Liebe als Voraussetzung für Sexualität
- Sexualität als Zeichen von Liebe
- Eigenes Bedürfnis nach Sexualität
- Sexualität als primäres Bedürfnis des Partners
- Sicht des eigenen Körpers
- Sicht der eigenen Rolle als sexuelles Wesen
- Mythen über Sexualität

(c) Gerald Gatterer 2024

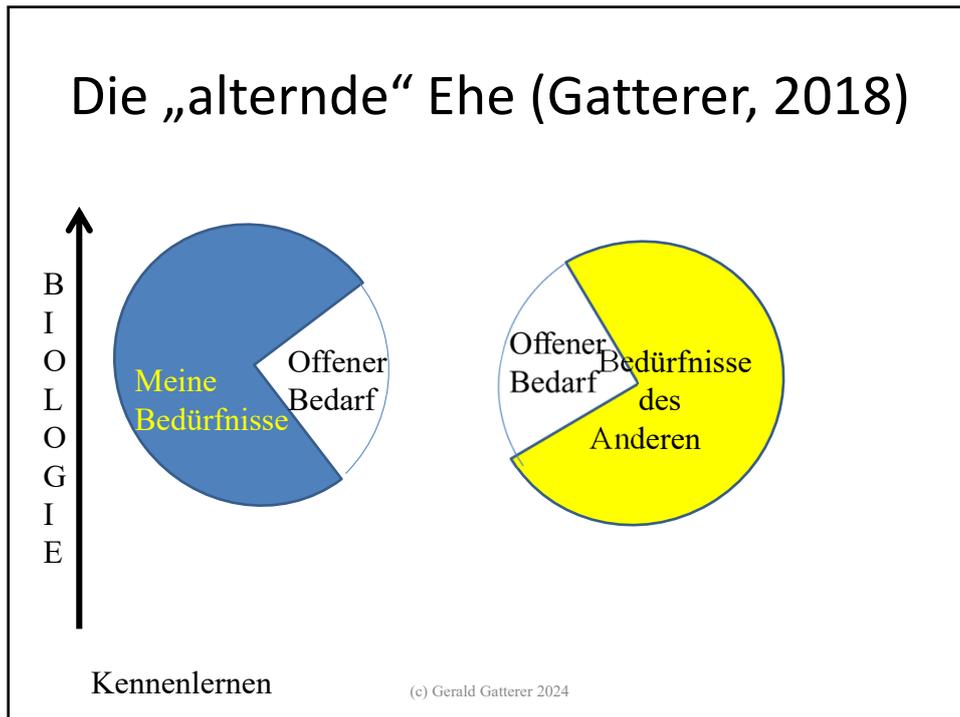
24



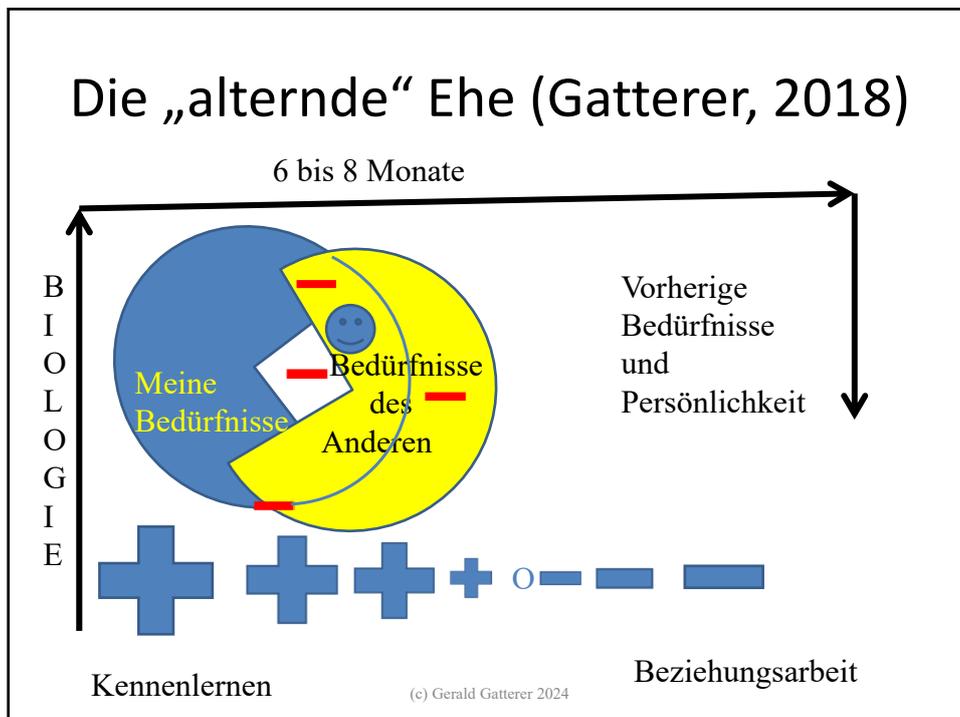
25



26



27



28

## Beziehungsmuster (Gatterer, 2018)

- Funktionale Beziehung (Lustbefriedigung)
- Bindungsorientierte Beziehung (Liebe; Bindung)
- Austauschbeziehung (Kosten/Nutzen)
- Rollen-/Aufgabenorientierte Beziehung (Werte)
- Emotionsorientierte Beziehung (Spaß; Konflikte)
- Ich-orientierte Beziehung (Autonomie)
- Objektbeziehung (Sicherheit)
- Dependente Beziehung (Sicherheit; Kontrolle)

(c) Gerald Gatterer 2024

29

## Veränderungen im Alter

- Anstieg Objektbeziehungen, Rollenspezifische Beziehungen (z.B. bei pflegenden Angehörigen)
- Abnahme Bindungsorientierte Beziehungen
- Konflikte durch nicht erfüllte Austauschbeziehungen und funktionale Beziehungen
- Dependente Beziehungen oft lange unglücklich

(c) Gerald Gatterer 2024

30

## Verlieben im Alter und bei Demenz

- Biologisch immer möglich (keine Altersgrenze)
- Auch so von den Menschen beschrieben
- Sozial sehr negativ gesehen; wird besser
- Liebeskummer wird noch stärker erlebt
- Ängste vor Ablehnung groß
- Auch neue „Internetportale“ für ältere Menschen

(c) Gerald Gatterer 2024

31

## Problembereiche im Alter

- Normalität von Alterssexualität; Praktiken; Häufigkeit
- Normalität von Sexualität bei Krankheit
- Normalität von Sexualität bei Demenz
- „Sexualität“ bei Pflegehandlungen
- Sexualbereich oder Ausscheidungsbereich
- Nähe und Distanz in der Pflege
- Beziehung, Werte, Normen, Rollen und Bedürfnisse

(c) Gerald Gatterer 2024

32

## Fragen bei Therapie

- Was konkret ist passiert?
- Was macht es (emotional) zum Problem?
- Wer hat es? Welche Bedürfnisse, Normen, Vorstellungen, Gesetze etc. spielen eine Rolle?
- Wer leidet? Wie gefährlich ist es?
- Wer soll verändert werden? In welche Richtung? Wer definiert es?
- Wie soll verändert werden?
- Was ist dann besser? Für wen? Welche „Gefahr“ gebannt? Was sagt Gesetzgeber?
- Wer ist dann glücklich?

(c) Gerald Gatterer 2024

33

## Entscheidungen bei Therapie

- Funktionales sexuelles Problem bei guter Beziehung
- Funktionales sexuelles Problem, welches zu Beziehungsproblemen führt
- Beziehungsprobleme die zu sexuellen Problemen führen
- Werte, Normen, Einstellungen
- Individuelle Probleme eines Partnerteiles

(c) Gerald Gatterer 2024

34

## Demenz und Sexualität

- Sexualität auch bei Menschen mit Demenz normal; Emotionale Fähigkeiten werden oft stärker
- Meist weniger Sexualität (Probleme der Durchführung)
- Bei „auffälligem“ Verhalten Abklärung der Gefährdung
  - „Selbstbestimmung“
  - Fähigkeit abzulehnen; Entscheidungsfähigkeit
  - Keine negativen Auswirkungen auf den Menschen mit Demenz

(c) Gerald Gatterer 2024

35

## Sexualität und Demenz?

- „Demenz“ als Krankheit – was ist normales Verhalten? (Rollen, Normen, Sichtweise)
- Wessen Bedürfnisse zählen?
- Wahrnehmung von Sexualität durch Partner
- Bisheriges Leben wesentlich
- Häufig Konfliktthema (Heim/Partnerschaft) und Indikation für Therapie
- Wer wird behandelt?

(c) Gerald Gatterer 2024

36

## Sexualität und Demenz

- Bedürfnisse auf beiden Seiten oft vorhanden aber auch Ängste und Schuldgefühle (pervers?)
- Biografie der Generation wichtig
- Oft kann im Rahmen der Demenz erst Sexualität gelebt werden
- Ist eine Möglichkeit für Nähe und Austausch auch wenn Sprache verloren gegangen ist

(c) Gerald Gatterer 2024

37

## Sexualität und Demenz

- Bei Angehörigengruppen schildern mehr Männer mit ihren dementen Partnerinnen noch Sex zu haben. Haben aber oft Schuldgefühle.
- Woran erkenne ich dass Partnerin will?
- Frauen leiden häufig unter wieder erwachter Sexualität beim Ehemann.
- Enttabuisierung und Gespräche in Angehörigengruppen wichtig.

(c) Gerald Gatterer 2024

38

## Sexualität und Demenz

- Demenz und Sexualität schließen sich nicht aus.
- Die Möglichkeit für Paare auch bei schwerer Demenz sich nahe zu sein
- Zärtlichkeit und Kuscheln entschärft „Geschlechtsverkehrsvorstellung“
- Verhaltensstörung sind Problem (Medikament?)

(c) Gerald Gatterer 2024

39

## Therapie

- Klare Problemdefinition; Beide Seiten sehen
- Therapie der Sexualstörung
- Paartherapie
- Genusstraining
- Bearbeitung von Schemata, Werten, Normen, Beziehungsgestaltung
- Strukturelle Therapie (z.B. Heimgestaltung)

(c) Gerald Gatterer 2024

40

## Kritische Betrachtungen

- Sollte man überhaupt von Alterssexualität bzw. bei Krankheit sprechen?
- Was ist „die Sexualität“? Nicht nur Genitalität!
- Vorsicht vor einem „Defizitmodell“ orientiert an Jungen, Gesunden und sozialen Normen!
- Sexualität ist ein Grundbedürfnis (auch bei Menschen mit Demenz), individuell und wie jedes Verhalten einem Wandel unterworfen!
- Altern und Sexualität sind Entwicklung!
- Wesentlich ist der „Spaßfaktor“ und die „Beziehung“!!

(c) Gerald Gatterer 2024

41

Viel Spaß bei  
Sexualität im  
Alter und mit  
Demenz!  
Use it or lose it!

Vielen Dank für Ihre  
Aufmerksamkeit!

(c) Gerald Gatterer 2024

42

## Anschrift des Autors

- Univ. Doz. Dr. Gerald Gatterer, Schlossmühlgasse 22; 2351 Wiener Neudorf
- c/o Institut für Altersforschung der Sigmund Freud Privatuniversität Wien

[gerald@gatterer.at](mailto:gerald@gatterer.at); [www.gatterer.at](http://www.gatterer.at)

### Literatur

- Gatterer G (2013) Paarbeziehungen und Sexualität im Alter. Psychologie in Österreich 5.
- Gatterer g (2018) Liebe, Partnerschaft, Sexualität im Alter. Psychologie in Österreich 4.
- Gatterer, G. (2019) Sexuelle Gesundheit und Demenz. In: Gebhard, D., Mir, E. (Hrsg.) Gesundheitsförderung und Prävention für Menschen mit Demenz Berlin: Springer
- Miksch C (2021) Liebeskummer in den verschiedenen Lebensphasen. Abschlussarbeit zur Erlangung des Grades Bakkalaurus der Psychotherapiewissenschaft. Sigmund Freud Privatuniversität, Wien.