

Paarbeziehungen und Sexualität im Alter

Romantic Relationships and Sexuality of Elderly People

Gerald Gatterer

Themenschwerpunkt Paarbeziehungen

Zusammenfassung

Partnerschaft und Sexualität stellen im Bereich der Altersforschung noch immer vernachlässigte Bereiche dar. Oft werden sie auch unter dem Aspekt des „Defizitmodells“ diskutiert. Neue Untersuchungen zeigen jedoch, dass Partnerschaft und Sexualität bis ins höhere Lebensalter erfüllt gelebt werden können, dazu aber Anpassungs- und Lernprozesse notwendig sind. Der vorliegende Artikel diskutiert die biologischen, psychologischen, sozialen und kontextuellen Veränderungen im Alter und stellt darauf aufbauend präventive und therapeutische Behandlungsmöglichkeiten dar.

Abstract

There is a lack of literature and research on romantic relationships and sexuality of elderly people. Most times these themes are discussed by using a model of deficits. But there are new studies describing a positive relationship and sexuality within old age by using adaptation and learning strategies. This paper describes problems of relationships and sexuality based on biological, psychological, social and contextual aspects. Furthermore, different approaches to prevention and intervention are summarized.

1. Einleitung

Obwohl die Lebenserwartung ständig ansteigt sind Studien zu Paarbeziehungen und Sexualität im höheren Lebensalter noch immer Mangelware. Oft werden diese Bereiche unter dem Aspekt des „Defizitmodells“ des Alterns (Gatterer, 2013 im Druck) dargestellt und mit den Kriterien von körperlichem Verfall, Verwitwung, alternder Ehe, Abnahme von Sexualität und körperlicher Lust sowie Einsamkeit verbunden.

Dagegen stehen aber auch neue, stark zukunftsorientierte Konzepte, wie etwa jenes von Horx, der das alte Biografiemodell von Kindheit, Jugend, Erwachsenenalter und hohem Alter mit seinen klar definierten Lebensaufgaben modifiziert. Neue Lebensstile, z.B. kürzere Partnerschaften, Einfamilienhaushalte, entstehen und verändern somit die Lebensaufgaben von Menschen.

So definiert etwa Horx (2010; <http://www.horx.com/Zukunftsforschung/Docs/02-M-13-Sozio-Panel.pdf>) die „neuen Alten“ folgendermaßen:

- Die VIBs (Very Important Baby Families) – Die Spätkinderkrieger-Familien, die ihre Kinder erst in der dritten Lebensphase bekommen und dann ihre Lebens- und Arbeitswelt um die Kinder herum zentrieren.
- Die Tiger Ladies – Die neuen nach Selbständigkeit strebenden Frauen um die 50.
- Die Silverpreneure – Die, die auch nach dem „Rentenbeginn“ weiterarbeiten, sich gesellschaftlich, politisch und beruflich engagieren.
- Die Greyhopper – Die freizeitorientierten Alten mit hoher Konsum- und Reisepräferenz, die bald die „alternden 68er“ sein werden.
- Die Super Grannys – Die erziehungs-aktiven Großeltern, die sich intensiv um ihre Enkel kümmern und dadurch jung und aktiv bleiben.

Auch wenn diese Gruppen noch nicht die Mehrheit darstellen erfordert dies doch auch ein Umdenken im Bereich der Gesellschaft und auch bei psychologischen Maßnahmen.

2. Beziehungen im Alter

Mit zunehmendem Alter leben Männer und Frauen weniger häufig in einer Partnerschaft als jüngere Menschen.