

POSITIONSPAPIER 2021

Schwule Sexualität im Alter – „Wir sind als Alte auch sexuelle Wesen“

Es gibt kein asexuelles Alter(n): Sexuelle Wünsche und sexuelles Verlangen bleiben bei Frauen und Männern bis ins hohe Lebensalter erhalten.¹

Stellenwert, Ausdrucksformen, gesundheitliche und körperliche Voraussetzungen können sich verändern. Auch die Intensität des Erlebens kann sich reduzieren. „Die Fantasie oder das Träumen müssen nicht unbedingt berührt sein“²: Sexualität verändert sich während des Älterwerdens. Mit zunehmendem Alter und/oder stärkeren gesundheitlichen Veränderungen können sexuelle Bedürfnisse oft nicht mehr im gewünschten

Umfang in die Tat umgesetzt werden. Für sexuelle Selbstbestimmung und eine befriedigende Sexualität im Alter(n) sind Informationen und Austausch über körperliche Veränderungen ebenso wichtig wie die Verständigung über Wünsche und Möglichkeiten. Dies setzt eine Enttabuisierung des Themas im gesellschaftlichen Diskurs voraus: Welchen subjektiven Stellenwert haben Erotik und sexuelle Aktivitäten im Rahmen der eigenen Möglichkeiten und Wünsche im Prozess des Alterns? Wie können wir sie im eigenen (Er-)Leben gewichten und gestalten?³

Sexualität im Alter ist nicht zu trennen von gesellschaftlichen Altersbildern und Selbstzuschreibungen: Statt sich an Defiziten und negativen Altersbildern zu orientieren, bietet das Kompetenzmodell des Alterns⁴ die Möglichkeit, altersbedingte Veränderungen auch im Hinblick auf Erotik und sexuelle Selbstbestimmung zu bewältigen und Sinnlichkeit mit Lebenssinn zu verbinden. Dies beinhaltet die Fähigkeit, sich von den



Mann am FFK-Strand

jugend- und leistungsorientierten Leitbildern der Gesundheits-, Schönheits- und Wellnesswirtschaft zu emanzipieren, aber auch von den mit Männlichkeit assoziierten Fähigkeiten wie Kraft, Potenz, Ausdauer und Leistungsfähigkeit⁵.

Schwule Sexualitäten im Alter: Gesellschaftliche Rahmenbedingungen und Entwicklungspfade

Bei älteren schwulen Männern spielt die durch Stigmatisierung und Verfolgung beeinflusste Lebensbiografie im Bereich ihrer Sexualität eine bedeutende Rolle. In deren kollektivem Erleben sind die strafrechtliche Verfolgung nach den §§ 175, 175a StGB und § 151 StGB-DDR, die AIDS-Krise in den 80er und 90er Jahren und die Konfrontation mit gesellschaftlichen Vorurteilen Einflussfaktoren auf das Erleben, Gestalten und Ausleben der eigenen Sexualität.

Seit Beginn der 70er Jahre haben diese Einflussfaktoren in verschiedene Richtungen gewirkt. Zum einen verband die schwule Emanzipationsbewegung seit Beginn der 70er Jahre ein selbstbewussteres öffentliches Auftreten und den Kampf gegen Diskriminierung und Stigmatisierung mit der Betonung sexueller Freiheit(en). Zum anderen verblieben viele Homosexuelle weiterhin im Lebensmodell einer versteckt ausgelebten Homosexualität von „bürgerlicher Wohlanständigkeit“ im Berufs- und gesellschaftlichen Leben.

Zwischen diesen und innerhalb dieser Le-

bensmodelle differenzierten sich schwule Identitäten, Lebenslagen, Lebensstile und sexuelle Ausdrucksformen wie z. B. Männer mit spätem Coming Out und schwule Väter, Singles und schwule (Ehe-)paare, zwischen Enthaltensamkeit, Monogamie und Promiskuität etc. Dabei haben schwule Männer je nach Vorlieben und Sexualitäten eine eigene sexuelle Kultur mit verschiedenen Ausrichtungen entwickelt, in der sexuelle Freiheiten bedeutsam, leicht verfügbar und in unterschiedlichen Weisen erfahren werden konnten.

Für viele Menschen stellen Älter- und Altwerden einen biografischen Bruch dar; bei älteren Schwulen kommt hinzu, dass ihre Identität weiterhin von biografischen Brüchen und kollektiven Erfahrungen von Diskriminierung geprägt sind. Infolgedessen kann das sexuelle Selbstbewusstsein (das selbstverständliche Ausleben der eigenen Sexualität) fragil und angreifbar sein mit der Folge, dass sexuelle Bedürfnisse oft weniger selbstbewusst vertreten werden.

Welche Sexualität leben ältere und alte schwule Männer? Wie gehen sie mit dem Verschwinden der traditionellen Treffpunkte und Orte – auch des „schnellen Sex“ – um? Welche Bedeutung haben für ihre Sexualität digitale Plattformen und auch käuflicher Sex?

Diesen Fragen geht BISS in einer explorativen Befragung nach. Ein erster Überblick über die Ergebnisse ist am Schluss des Positionspapiers zu finden.



Detailaufnahme eines nackten älteren Mannes

Ob hetero, schwul, bi, trans* oder inter*: Sexuelle Selbstbestimmung und sexuelle Gesundheit müssen auch im Alter möglich sein

Sexualität und sexuelle Identität sind Bestandteil jeder Persönlichkeit. Jeder Mensch hat ein Recht auf die Befriedigung seiner sexuellen Bedürfnisse bei gegenseitigem Einverständnis.

Sexualität im Alter muss daher enttabuisiert und besprechbar werden: Es geht darum, altersbedingte Veränderungen auch im Hinblick auf Erotik und sexuelle Selbstbestimmung zu bewältigen und Sinnlichkeit mit Lebenssinn zu verbinden.

Sexualität im Alter, sexuelle Selbstbestimmung und ihr Beitrag zu Wohlbefinden und Gesundheit müssen daher Thema und Aufgabe der Angebotspolitik von Alten- und Selbsthilfe (Verbände, Seniorenbüros

u.a.m.) werden, die Raum für Information, Beratung und Austausch bieten sollen.

Was uns schwulen Männern im Alter wichtig ist

Wir möchten uns im Alter nicht erneut mit alten Vorurteilen und Diskriminierungen konfrontiert sehen. In der Altenhilfe und in der Gesundheitsselbsthilfe müssen daher entsprechende Angebote und Strukturen aufgebaut werden. Die bundesweit bestehenden Gruppen älterer schwuler Männer können daran beteiligt werden („Gay and Gray“, „50plus“). Besonders bei Pflegebedürftigkeit älterer schwuler Männer gilt:

- **Pflege- und Betreuungskräfte sind in besonderem Maße gefordert, sexuelle Bedürfnisse älterer Menschen und damit auch schwuler Männer wahrzunehmen, zu ermitteln und sie bei der Realisierung zu unterstützen.**

- ▶ **Voraussetzung dafür ist ein sensibler Umgang, um die Sexualität älterer schwuler Männer vor erneuter Tabuisierung zu schützen.**
- ▶ **In der Begleitung sind schwulen Männern barrierefreie Sexualität, körperliche Zuneigung und Geborgenheit oder Liebe zu ermöglichen, wenn dies erwünscht ist.**

Vor der Pflegebedürftigkeit steht eine hoffentlich lange Phase des aktiven Alterns und der lebensbejahenden Auseinandersetzung mit Gesundheitsfragen und gesundheitlichen Einschränkungen:

Unsere explorative Studie „Bedarfserhebung Vielfalt in der Gesundheitsselbsthilfe“⁶ hat gezeigt: Schwule ältere Männer wollen Akzeptanz, um sich in Angebote des Mainstreams integrieren zu können – sie benötigen für (Gesundheits-)Fragen, die ihre sexuelle Identität betreffen, aber auch eigene Strukturen und Angebote.

Schwule Sexualität im Prozess des Älterwerdens – erste Einblicke in unsere Befragung

Die Online-Befragung von BISS e.V. zum Thema Schwule Sexualität im Alter verwendete das Online-Befragungstool der SoSci Survey GmbH. Der Link zur Online-Befragung ist über die Newsletter von BISS e.V. sowie über die Newsletter und Social-Media-Kanäle der Mitgliedsorganisationen von

BISS e.V. veröffentlicht worden. Insgesamt wurde der Link zur Befragung 2.067-mal angeklickt. Die Befragung wurde von 654 Teilnehmenden abgeschlossen. Auswertbar waren 572 Datensätze. Die Rücklaufquote der Befragung liegt demnach bei 27,72 Prozent. Diese ist nach gängigen Standards für Online-Befragungen zufriedenstellend und zeigt ein generell hohes Interesse am Thema der Umfrage. BISS e.V. hatte keinen Einfluss auf die Auswahl und Teilnahme der Befragten. Die Umfrage ist als unabhängig zu betrachten. Die Aussagekraft der Ergebnisse beschränkt sich auf einen rein explorativen Charakter und erhebt keinen Anspruch auf die Verallgemeinerung von Ergebnissen. Die gültige Gesamtstichprobe n572 wird im Rahmen der Auswertung in die folgenden Cluster untergliedert:

Bezeichnung Cluster	Abkürzung
Teilnehmende Singles mit festem Sexpartner und Teilnehmende mit monogamer Beziehung	n418
Teilnehmende Singles und Teilnehmende mit offener Beziehung	n423
Teilnehmende mit Inanspruchnahme sexueller Dienstleistungen	n120
Teilnehmende mit einem positiven HIV-Status	n96

Die Befragten von n572 sind im Durchschnitt 45 Jahre alt. Von diesen geben 92 Prozent an, schwul oder homosexuell zu sein. Die überwiegende Mehrheit verwendet dabei für sich den Begriff schwul zum Ausdruck ihrer sexuellen Orientierung. Je-

weils drei Prozent sagen, dass sie bisexuell sind oder eine andere Bezeichnung für ihre sexuelle Orientierung bevorzugen.

Wohnen

Circa zwei Drittel der Befragten wohnen in Großstädten (>100.000 Einwohnende), gefolgt von 21 Prozent, die in Kleinstädten (<20.000 Einwohnende) leben. Fünfzehn Prozent leben in Mittelstädten (20.000 bis 100.000 Einwohnende). Alleinwohnend sind von n572 47 Prozent. 48 Prozent leben mit ihrem festen Freund oder (Ehe-)Partner zusammen. Ein geringer Anteil von drei Prozent lebt in einer Wohngemeinschaft mit anderen schwulen Männern.

Zum Erreichen von u. a. Geschäften des täglichen Bedarfs, Restaurants, Bars, Saunen und Cruisinggebieten der Community besteht bei 76 Prozent die größte Mobilität durch die Nutzung eines Autos, gefolgt von Taxis und dem öffentlichen Personennahverkehr. 58 Prozent der Befragten erreichen diese ohne Probleme mit dem Fahrrad. Durch Immobilität können acht Prozent besagte Orte selten oder gar nicht aufsuchen. 92 Prozent sind nicht von dieser betroffen.

Sexualleben

Insgesamt sind 58 Prozent der Befragten von n572 mit ihrem Sexleben zufrieden. 42 Prozent geben an, dies nicht zu sein. Die folgenden fünf Gründe werden diesbezüglich am häufigsten genannt.

Gründe für Unzufriedenheit mit dem eigenen Sexleben	Prozentuale Häufigkeit
1. Der Wunsch nach mehr Sexpartnern.	49%
2. Der Wunsch nach mehr Sex mit dem Mann/den Männern, mit dem/mit denen die Befragten Sex haben.	48%
3. Die Befragten sind in sexueller Hinsicht nicht so selbstsicher, wie sie es gerne wären.	36%
4. Der Wunsch nach einer festen Beziehung.	33%
5. Erektionsprobleme.	31%

Offenbleiben muss, inwieweit ein Teil der Aussagen über die Gründe einer Unzufriedenheit im Sexualleben nicht nur auf das Älterwerden zurückzuführen sind, sondern auch in jüngeren Jahren biografisch eine Rolle gespielt haben.

Sexualität – vor Corona

34 Prozent der Befragten von n572 sind Single. Davon geben 80 Prozent an feste Sexualpartner zu haben. In einer Partnerschaft leben hingegen zwei Drittel der Befragten. In ihren Partnerschaften geben 26

Prozent an, ein monogames und 39 Prozent ein offenes Beziehungsmodell zu leben. Vor der Corona-Pandemie hatten die Befragten immer bis häufig die fünf folgenden Arten von Sex mit ihren Sexpartnern

Arten von Sex mit festem/n Partner(n) n418	Prozentuale Häufigkeit
1. küssen	60%
2. kuscheln	58%
3. Oralverkehr aktiv	49%
4. masturbieren	48%
5. Oralverkehr passiv	45%

Arten von Sex mit anderem Partner n423	Prozentuale Häufigkeit
1. Oralverkehr aktiv	60%
2. Oralverkehr passiv	58%
3. masturbieren	56%
4. küssen	49%
5. Analverkehr aktiv/passiv	35%

Sexualität – während Corona-Lockdown 2 und 3

Durch die Corona-Pandemie und die gegoltenen Kontaktbeschränkungen haben die Teilnehmenden von n423 am häufigsten weniger bis gar nicht mehr die folgenden Arten von Sex mit anderen Partnern aus- und erleben können: S/M, den Gebrauch von Fetischen, Analverkehr aktiv und passiv sowie küssen.

Von n572 hatten jeweils ein Viertel der Befragten während der Lockdowns Sex entweder nur mit einer Person, zwei bis fünf oder mehr als zehn Personen. Elf Prozent hatten Sex mit sechs bis zehn Personen. Neun Prozent haben in dieser Zeit komplett auf Sex verzichtet/verzichten müssen. Bei n423 ist bei 23 Prozent die Anzahl der Sexualpartner im Zeitraum von 12 Monaten gleichgeblieben. Neun Prozent gaben an, mehr oder wesentlich mehr Sexualpartner gehabt zu haben. Weniger Sex mit anderen Partnern hatten insgesamt 55 Prozent der Befragten.

Sexualität – im Prozess des Älterwerdens

Bei den Befragten von n572 bleibt bei einem Großteil das Verlangen nach Sex im Prozess des Älterwerdens gleich. 30 Prozent geben an, dass dieses weniger bis gar nicht mehr vorhanden ist. Wesentlich mehr bis mehr erleben hingegen 28 Prozent ihr Verlangen nach Sex. Dabei verändert sich auch die Bevorzugung verschiedener Arten von Sex.



Mann im Freien unter der Dusche

Veränderung	Arten von Sex im Prozess des Älterwerdens	Prozentuale Häufigkeit
mehr	1. kuscheln	37%
	2. küssen/Analverkehr passiv	27%
	3. Oralverkehr aktiv/passiv, Analverkehr aktiv	26%
	4. gegenseitiges Masturbieren	25%
	5. Gebrauch Fetisch	17%
bleibt gleich	1. gegenseitiges Masturbieren, Oralverkehr aktiv	60%
	2. küssen	59%
	3. Oralverkehr passiv	56%
	4. Analverkehr passiv	39%
	5. S/M	34%
weniger	1. S/M, Gebrauch Fetisch	46%
	2. Analverkehr aktiv/passiv	32%
	3. Oralverkehr passiv	18%
	4. masturbieren	15%
	5. Oralverkehr aktiv, küssen	14%

Das Bedürfnis nach Berührung in Form von Kuscheln und Küssen nimmt am meisten zu. Überwiegend gleich bleiben bei circa zwei Dritteln der Befragten u. a. das Verlangen nach gegenseitigem Masturbieren und aktivem Oralverkehr. Deutlich verringert sich das Aus- und Erleben von S/M und der

Gebrauch von Fetischen.

Potenzsteigernde Mitteln (z.B. Viagra, Cialis, Levitra etc.) werden im Verlauf des Älterwerdens bei n572 von sechzehn Prozent sehr häufig bis häufig genutzt. 63 Prozent geben an diese nicht zu nutzen. Teilweise bis seltener nutzen diese neunzehn Prozent. Die steigende Verwendung von luststeigernden Substanzen (z.B. Poppers, GHB, Amphetamine, Tina etc.) trifft bei fünfzehn Prozent völlig bis überwiegend zu. 23 Prozent geben an, diese teilweise oder selten zu konsumieren. Kein Konsum findet bei 62 Prozent statt.

Hinsichtlich des allgemeinen Gebrauchs von Computern, Smartphones und dem Internet schätzen 82 Prozent aller Befragten ihre Fähigkeiten als sehr hoch bis hoch ein. 15 Prozent beschreiben diese als mittelmäßig. Als niedrig bis gar nicht ausgeprägt beschreiben zwei Prozent ihre digitalen Fähigkeiten. Mehr als die Hälfte bis alle Sexpartner werden über Online-Dating-Seiten (am PC) gefunden. Bei Dating-Apps (Smartphone) beträgt dieser Erfolg nur noch vierzehn Prozent und bei Online-Video-Chats (PC/Smartphone) zwei Prozent. Von n572 nutzen 48 Prozent keine Online-Video-Chats, 38 Prozent keine Dating-Apps und 33 Prozent keine Online-Dating-Seiten im Internet. Für diese hat das Offline-Dating einen höheren Stellenwert.

In Ihrem Prozess des Älterwerdens haben 21 Prozent der Befragten (n120) schon einmal das Angebot sexueller Dienstleistungen in Anspruch genommen. Davon nehmen diese acht Prozent immer bis häufig in Anspruch. Selten bis sehr selten nehmen

69 Prozent von n120 dieses Angebot wahr. Dreizehn Prozent nehmen sexuelle Dienstleistungen gelegentlich in Anspruch. Siebzehn Prozent geben an, HIV-positiv zu sein. 74 Prozent von n572 haben nach ihrem letzten HIV-Test ein negatives Testergebnis erhalten. Noch nie einen HIV-Test gemacht haben neun Prozent. 51 Prozent der Teilnehmenden mit einem positiven HIV-Status (n96) sehen ihre Sexualität und ihr Sexleben gar nicht beeinträchtigt. Beeinträchtigt sehen hingegen 49 Prozent ihre Sexualität durch ihre HIV-Infektion. Die ausführlichen Befragungsergebnisse werden zeitnah durch BISS e.V. veröffentlicht.



Portrait eines älteren Mannes, oberkörperfrei

Literaturverzeichnis

- ¹ **Schultz-Zehden, B. (2013).** Sexualität im Alter. Aus Politik und Zeitgeschichte, 63 (4-5), 53-56.
- ² **Gerlach H. & Szillat, C. (2020).** Sexualität im Alter bei schwulen Männern. Köln: Bundes Interessenvertretung schwuler Senioren (BISS) e.V. Zugriff am 27.10.2021. Verfügbar unter <https://schwuleundalter.de/download/sexualitaet-im-alter-bei-schwulen-maennern/>
- ³ **Brähler, E., Gunzelmann, T. & Rusch, B.-D. (2004).** Einstellungen zu Erotik und sexueller Aktivität bei über 60-Jährigen. Das Gesundheitswesen, 66 (1), 15-20.
- ⁴ **Olbrich, E. (1990).** Zur Förderung von Kompetenz im höheren Lebensalter. In A. Kruse, E. Olbrich & R. Schmitz-Scherzer (Hrsg.), Altern – Ein lebenslanger Prozeß der sozialen Interaktion (S. 7-27). Darmstadt: Steinkopf Verlag.
- ⁵ **Aigner, J. C. (2013).** „Und wie die Alten sangen...“ – Das Sexualleben als „pharmako-soziales Konstrukt“. pro familia magazin, 41 (4), 4-7.
- ⁶ **Bundesinteressenvertretung schwuler Senioren (BISS) e.V. (Hrsg.). (2019).** Bedarfserhebung Vielfalt in der Gesundheitsselbsthilfe. Köln: Hrsg. **Beutel, M., Brähler, E. & Merbach, M. (2003).** Sexualität des alternden Mannes. FORUM Sexualaufklärung und Familienplanung, (1-2), 7-11.
- Reimann, K. (2008).** Homosexuelle Männlichkeit und Körperlichkeit im Alter(n): eine Gender-theoretische Perspektive. In K.-S. Rehberg (Hrsg.), Die Natur der Gesellschaft: Verhandlungen des 33. Kongresses der Deutschen Gesellschaft für Soziologie in Kassel 2006 (S. 1401-1408). Frankfurt am Main: Campus Verlag.

Mit freundlicher Unterstützung durch:

