

«Wie können Menschen mit einer kognitiven Beeinträchtigung in ihrer Sexualität begleitet werden? »

Fachkommentar zum Impuls von Andrea Bortoluzzi,
Sexualcoach, Tantramasseurin und Sexualbegleiterin

Regina, 72

Regina freut sich an ihren Erfahrungen, scheint sehr neugierig und offen. Ihre Autonomie ist ihr sehr wichtig, und sie schützt ihre Privatsphäre ganz klar. Offensichtlich kann sie gut mit ihren Bezugspersonen über ihre Wünsche und Bedürfnisse sprechen, und diese sind in der Lage, sie ansprechend zu unterstützen. Sie geben ihr den Raum, ihre eigenen persönlichen Erfahrungen in Bezug auf Sexualität und Liebesbeziehung zu machen. Sie hat die Möglichkeit mit Hilfsmitteln zu experimentieren und zu lernen und gleichzeitig mit ihrem Freund und Sexualpartner auszuprobieren, was sie beide wollen.

Es hat mich besonders gefreut, Reginas Aussage zu sehen. Da ist eine Frau in einem reifen Körper, die gerade beginnt Sexualität zu leben. Sie geht das Thema auf eine sehr sinnliche Art an. Verbindet ihre Dates mit ihrem Liebsten mit Gaumenfreuden und Baden. Und selbstverständlich will sie, dass alles selber tun. Selber Erfahren. Selber spüren. Das Geheimnis der geschlossenen Tür hat auch was Prickelndes. Das Zugeständnis auf Geheimnisse fördert den Selbstwert und die Eigenmacht.

Emmanuel, 26

Emmanuel wünscht sich Zweisamkeit und Nähe. Sexualität wird für ihn erst mit einem anderen Menschen spannend. Allerdings hat er keine Erfahrung und fühlt sich unsicher. Es scheint als wäre er einsam. Vielleicht ist er eher ein introvertierter Mensch, der viel beobachtet und nachdenkt, bevor er handelt. Für ihn steht klar die Beziehung an erster Stelle. Das zusammen Zeit verbringen, sich näher kommen scheint wichtiger als explizit seine Sexualität.

Da ist ein junger Mann ohne sexuelle Erfahrungen und ohne Beziehungserfahrungen. In diesem Fall könnte eine Sexualbegleitung hilfreich sein. Zum einen, um ihm körperliche konkrete Erfahrungen zu ermöglichen, zum anderen, um seine Sehnsucht nach Zweisamkeit zu stillen. So kann er auf dem Körper sinnliche Erfahrungen sammeln und dabei innerlich vielleicht ein bisschen zur Ruhe kommen. Es kann sein, dass sich dann seine Suche nach einer Freundin, einer guten Kollegin entspannter gestalten kann.

Ich habe mich gefragt, woher die klare Vorstellung des besten Alters einer bzw. seiner Frau kommt und die Aussage, dass er Sexualität mit sich selber als uninteressant empfindet. Ist das seine eigene Idee?

Alex, 27

Alex hat Beziehungserfahrung und knüpft die Erfüllung seiner Sexualität klar an die Liebe. Er hat besonders viel Spass an Sex kombiniert mit Liebe. Gleichzeitig ist da die Offenheit und Experimentierfreudigkeit eines Menschen, der sich selber und seinen Körper besser kennenlernen möchte. Der bei Berührung gespannt die Reaktion seines eigenen, wie auch die des anderen Körpers beobachtet und genau spüren möchte. Bei auftretenden Fragen zum Thema hat er verschiedene Bezugspersonen, welche er um Rat fragen kann. Er wählt sehr genau, wem er was erzählt und schützt seine Privatsphäre.

Da ist ein Mann, jung an Jahren, mit einer reifen Aussage über Sexualität. Er spricht sehr differenziert über sich selber und das Thema. Scheinbar hat er sich auch in Gedanken, und ich nehme an in Gesprächen, viel mit Sexualität beschäftigt. Er geht seinen Weg und sucht sich die Hilfe die er braucht zur richtigen Zeit. Da war und ist

ein Umfeld, in dem er sich adäquat zum Thema entwickeln konnte. Körper, Herz und Geist scheinen im Einklang zu sein. Er heisst die Bewegung und den Drang neues zu lernen willkommen.

Blanca, 62 und Silvio, 70

Blanca und Silvio erzählen die Geschichte einer klassischen Paarbeziehung. Sie haben sich nicht gesucht und auf eine ganz einfache Weise zueinander gefunden. Sie ergänzen sich und sind füreinander da. Sexualität miteinander zu teilen, ist ein fester Bestandteil der Beziehung. Jemanden zu haben an seiner Seite, zu zweit zu sein und einen gemeinsamen Weg zu gehen, scheint trotzdem viel wichtiger. Blanca erwähnt das Kuschneln und Küssen, Silvio spricht von Nacktsein und auch davon, die Intimen Zonen von sich selber und der Partnerin zu spüren und zu fassen. Obwohl sie sehr offen über sich als Paar sprechen und auch Einblick geben in ihr Sexualleben, schützen sie diesen privaten Paar Raum klar.

Da ist ein Paar, welches im Einklang sich zusammen auf den Weg macht, den Alltag und alles was eine Paarbeziehung ausmacht, zu erforschen. Sie bekommen den Raum dazu von ihrem Umfeld bzw. der Institution, in der sie leben. Die Unterstützung hatte Silvio im Vorfeld mit einem Kurs über Berührung und Sexualität.

Daniel, 23

Daniel hat ein natürliches Verhältnis zu seiner Sexualität. Durch seine körperliche Beeinträchtigung ist es praktisch unmöglich für ihn, Frauen in seinem Alter ohne Behinderung kennenzulernen. Es macht ihn traurig, dass ihn niemand anfassen will. Es macht ihn traurig, dass die Menschen solch grosse Berührungängste gegenüber Menschen im Rollstuhl haben. Er lebt seine Sexualität mit Selbstbefriedung und indem regelmässig eine Frau gegen Bezahlung bei ihm ist.

Da ist ein junger Mann, der seine Bedürfnisse und Wünsche gut kennt, in der Lage ist über seine Gefühle zu sprechen und sie auch zulassen kann. Es geht vielleicht darum, dass er alles was er zur Verfügung hat noch mehr in Einklang bringt. Ich denke das Ausleben von Sexualität mit einer Frau und sich selber ist enorm wichtig. Das hilft ihm, sich selber besser kennenzulernen und herauszufinden was alles möglich ist mit dem Körper welchen er hat. Seine Sehnsucht ist aber eine andere. Das Bedürfnis geliebt zu werden, so wie man ist. Kommt uns das bekannt vor? Wenn man in der Situation ist, mit einem körperlichen Handicap unterwegs zu sein, gestaltet sich das noch schwieriger, und manchmal ist es fast unmöglich, auf einem üblichen Weg, jemanden kennenzulernen, der passt. Seine Traurigkeit ist bezeichnend und kenne ich aus meinem Berufsalltag gut.

Als Sexualbegleiterin/Sexualassistentz/Berührerin könnte ich theoretisch jeden der Befragten begleiten und unterstützen. Es gehört zu meinem Beruf, die Menschen genau da abzuholen wo sie stehen, mit ihrem eigenen Verständnis von Sexualität und Beziehung. Es gibt kein richtig und falsch. Die Sexualität der Menschen ist so vielfältig wie unsere Gesichter. Wir alle sind Menschen, sind aber doch klar zu unterscheiden. Egal mit welchem Rucksack wir uns auf unserem Lebensweg befinden. Ich kann unterstützen, wenn der Mensch offen ist dafür. Seine Privatsphäre zu schützen, gerade wenn es um die eigene Sexualität geht ist ganz natürlich. Unsere Sexualität zu zeigen braucht Mut, weil es Nah ist und wir gerade da sehr verletzlich sind. Es braucht also Mut, von jedem einzelnen Klienten und Kunden, der sich bei mir meldet. Und es braucht eine gute Portion Vertrauen. Genau da setzt die Arbeit der Unterstützer an. Wenn die Menschen uns vertrauen, erzählen sie uns was sie brauchen. Und wenn ich selber offen bin im Thema Sexualität, mich selber gut kenne, kann ich die Menschen besser begleiten. Das heisst, die Herausforderung des Sozialpädagogen ist es, den Mut zu haben sich selber und seine eigene Sexualität kennenzulernen. Dabei neugierig zu bleiben, vielleicht ein Leben lang. Dann können wir die Menschen, welche auf Betreuung angewiesen sind, optimal, achtsam und liebevoll begleiten, auch in ihrer Sexualität.