

Sexualität und Behinderung – doppeltes Tabu oder doppelt so gut

Sex lauert überall. Es scheint, als gäbe es dazu nichts mehr zu sagen oder zu lernen. Aber stimmt das in jedem Fall? Wie steht es um die sexuelle Selbstbestimmung von Menschen mit einer Behinderung? Es scheint, als treffen zwei Tabus aufeinander.

Menschen mit einer Behinderung stossen auf mehr Hürden als unsereins, wenn sie sexuelle Selbstbestimmung leben wollen. Ich habe den Eindruck, dass Menschen mit einer Behinderung oftmals ihr Recht auf Sexualität abgesprochen wird. Es soll kein Thema sein. Man will keine «schlafende Hunde wecken», so oftmals der Grundgedanke. Dabei sind wir doch alle sexuellen Wesen, von Geburt an.

"Je mehr ich abhängig bin auf Hilfe, Unterstützung im Leben, desto mehr bin ich auch abhängig auf andere im Ausleben der Sexualität."

Auch bin ich der Willkür der Personen, die mich betreuen ausgesetzt. Wieviel Sexualität ausgelebt werden kann oder nicht, hat auch damit zu tun, wie dieses Thema in meiner Familie geprägt ist. Wie stehen meine Assistenzpersonen dazu? Welche Werte, Normvorstellungen treffen da aufeinander?

Menschen mit Behinderung haben ein Recht darauf, dass ihre Sexualität ganzheitlich betrachtet wird. Denn die meisten Menschen suchen nicht nur Geschlechtsverkehr, sondern eine erfüllende Sexualität, welche Nähe, Intimität und Angenommensein vermittelt. Selbstbestimmte Sexualität bedeutet auch, dass selbst entschieden wird, wie sie gelebt wird und dass eigene Grenzen gesetzt sowie akzeptiert werden. Hierfür braucht es einerseits eine fundierte Sexuaufklärung und andererseits Experimentierräume sowie ein soziales Umfeld, welches die selbstbestimmten Bestrebungen von Menschen mit Behinderungen unterstützt.

Das Sexualität von Menschen mit einer Be-

hinderung noch immer mit massivem Widerstand der Gesellschaft zu kämpfen hat, zeigt folgendes Beispiel:

Pro Infirmis Zürich startete vor wenigen Jahren das Projekt «Berührer*innen». Die Behindertenorganisation setzte sich zum Ziel, den Bedarf von Klient*innen mit geistiger oder körperlicher Behinderung nach besonderen Dienstleistungen im Bereich der Sexualität zu decken. Dieses Projekt führte zu heftigen Reaktionen und Pro Infirmis Schweiz musste einen beträchtlichen Spendenrückgang feststellen. Aus diesem Grunde beschloss das Hilfswerk ein halbes Jahr später den Rückzug. Ein Projekt im Bereich des Tabuthemas "Behinderung und Sexualität" müsse klar von einer spendenfinanzierten Organisation abgekoppelt werden, hiess es in der Stellungnahme.



Vorurteile häufig

Jahn Graf formulierte in einem Interview überspitzt, der «böse Sex» passe in der Gesellschaft doch gar nicht zum «armen Behinderten». So wird Sex Menschen mit einer Behinderung oftmals abgesprochen. Dies, weil es uns oftmals überfordert. Sexualität per se tut dies schon. Auch, wenn wir denken, wir hätten weder Tabus noch Wissenslücken noch Schamgefühle in diesem Thema. Doch dem ist meist nicht so. Für viele ist es schlichtweg nicht unvorstellbar, dass Menschen mit Behinderungen auch eine Sexualität leben.



Ich treffe eine Frau, 35 Jahre alt, Mutter von zwei Kindern, im Rollstuhl. Wie reagierten die Menschen auf sie während der Schwangerschaft, so frage ich sie. Mit ihrem schwangeren Bauch im Rollstuhl sitzend, war es ja offensichtlich, dass sie Geschlechtsverkehr hatte. Sie erinnert sich an die irritierten Blicke und lacht dabei. Wenn die Leute dann noch ihren Mann ohne Behinderung neben ihr sahen, kamen die Leute gar nicht mehr klar. Aber direkt gefragt hätten die wenigsten.

Menschen mit einer Behinderung wird oftmals Sexualität abgesprochen, weil Sexualität einhergeht mit einer bestimmten Vorstellung von Gesundheit, Schönheit wie auch von bestimmten Normvorstellungen. Jedoch wer bestimmt, wer wie und mit wem Sex zu haben hat? Alles was von der Norm abweicht, wird von der Gesellschaft abgelehnt. Dieses Thema umfasst der Begriff «Internalisierter Ableismus».

Das Ziel sollte doch sein, weg vom Defizitorientierten hin zu der Frage, was ist denn möglich und was ist anders möglich?

Ich habe ein Paar befragt, welches dazu einen Workshop besucht hat.

Hilfestellungen, Sextoys

Er ist ein 50jähriger Mann, sitzt im Rollstuhl (Cerebralparese) und seine Freundin ist gleichalt und ebenfalls im Rollstuhl (Paraplegikerin). Sie haben sich im Rollstuhl-Schwimmen kennengelernt. Er kommt ins Schwärmen, als er von ihrer ersten Begegnung erzählt. Ihm sei ihre fröhliche Art, ihre schönen Augen und ihr Lächeln sofort aufgefallen. Bis zu ihrem ersten Date vergingen einige Wochen Schwimmtraining. Auf dem Sonnenuntergangschiff auf dem Vierwaldstättersee funkte es. Sie ist seine erste Freundin, die auch im Rollstuhl sitzt. Dies sei unkomplizierter. Warum, so frage ich nach. Weil sie sich nicht erklären müssten. Nach zwei Wochen Beziehung, fragte sie ihn, ob er bereit wäre mit ihr einen «Workshop Sexualität» im SPZ Nottwil zu besuchen. Seine Reaktion war überrascht und freudig zugleich. Er brachte nur ein «Hoppla» heraus. Der Workshop dauerte einen ganzen Tag. Es waren weitere Paare da, aber auch Einzelpersonen. Die Stimmung sei offen und vertrauensvoll gewesen. Sie lernten verschiedene Stützfunktionen kennen zum Beispiel mit Kissen unter dem Becken, im Rücken oder wo es nötig sei. Aber auch handelsübliche Sextoys welche man allein oder zu zweit einsetzen kann oder Felle, wurden vorgestellt. Aus dem Workshop kam das Paar mit der Erkenntnis, dass so viel mehr möglich sei als gedacht. Sie hatten Lust einiges auszuprobieren. «Wir müssen beim Sex kreativer sein und probieren dadurch mehr Dinge aus, die für Menschen ohne Beeinträchtigung seltener in Frage kommen. Dies weil sie sie nicht brauchen oder auch weil anderes gut funktioniert».



Berührer*innen versus Sexarbeiter*innen

Im Bereich Sexualität erscheint mir der rechtliche Aspekt besonders wichtig. Begleitpersonen dürfen keine direkte Hilfe leisten. Daher können sie sowohl jemanden anleiten zu masturbieren, ohne sich zu verletzen, jedoch nicht selbst «Hand anlegen». Unterstützung bieten im Finden des geeigneten Toys kann jedoch geleistet werden.

Berührer*innen sind mehr und mehr auch in Institutionen zugelassen. Als Berührer*in

gel an körperlicher Nähe von Menschen kann das Bedürfnis nach einer Behandlung wecken.

Berührer*innen dürfen alles ausser Geschlechtsverkehr haben mit den Klient*innen. Doch was, wenn der Mensch mehr möchte? Wenn er sich penetrativen Sex wünscht. Dann bleibt nur der Eskortservice - das Beanspruchen der Dienste einer Prostituierten, eines Prostituierten.



wird eine Person bezeichnet, die Menschen mit Behinderung dabei hilft, Lust zu empfinden und ein liebevolles Gefühl zu ihrem Körper zu entwickeln. Im Gegensatz zur Sexassistenz bei der mehr im therapeutischen Kontext an einem Patienten sexuelle Handlungen vollführt werden, ist für den Beruf Berührer*in keine therapeutische Ausbildung notwendig. Viele der in diesem Beruf tätigen Personen kommen aber aus pflegerischen und sozialen Berufen. Die Klient*innen sind Menschen, die aus den unterschiedlichsten Gründen ihre Sexualität nicht eigenständig ausleben können. Dabei sind körperliche oder geistige Behinderungen der häufigste Grund, die Dienste einer Berührerin in Anspruch zu nehmen. Aber auch psychische Faktoren wie die Angst vor Sex oder Traumata, die durch Missbrauch entstanden sind, können als Gründe infrage kommen. Auf physischer Ebene kann das Ausbleiben der Erektion ein möglicher Grund für die Behandlung sein. Aber auch der Man-

Ich treffe den 31jährigen Mann zum Gespräch, er ist Single und sitzt im Rollstuhl (Cerebralparese). Auf die Frage, wie er zur Sexualität stehe, sagt er, dies sei seine Achillesferse. Will heissen, Sex sei ihm sehr wichtig. Der Dienst der Berührerin gehe ihm zuwenig weit und die Kosten seien gleich hoch wie die des Eskortservice. Da er in keiner Beziehung lebe, nutze er den käuflichen Sex. Früher brauchte er diesen Kick oft. Da seine Mutter sein Geld verwaltete, war dieser Kostenpunkt oft ein Anlass zu Diskussionen. Er hätte auf gutes Essen verzichtet, wenn er sich dafür einmal mehr den Eskortservice leisten konnte. Dass er im Rollstuhl sitze, habe er jeweils am Telefon bereits kommuniziert. Er habe jeweils auf Inserate oder Webseiten mit geschultem Eskortpersonal reagiert. Eine Stunde Dienstleistung koste da gerne mal Fr. 500.--, immerhin gäbe es als IV-Bezüger 10% Rabatt. Darüber müssen wir beide herzlich lachen. Dennoch sickert im Gespräch auch die dunkle Seite von Sexarbeit



selbst bestimmte liebe

durch. Ihm ist durchaus bewusst, dass dies ein sehr schwerer, harter Job sei. Seine «Perlen» hätte er immer wieder dadurch verloren, als dass sie der Sexarbeit ihren Rücken gekehrt hätten. Dies, weil sie in diesem Bereich nicht mehr arbeiten konnten und wollten. Seit drei Jahren bucht er nur noch die eine Frau. Sex – so sagt er – sei noch immer wichtig und doch wachse in ihm der Wunsch nach einer tiefen, echten Beziehung. Die Suche nach einer Partnerin sei sehr schwer. Auf den einschlägigen Dating-Plattformen wie Tinder oder Parship zeige er sich mittlerweile aktiv. Auf den Fotos ist der Rollstuhl sichtbar. Diese Transparenz sei ihm wichtig. Im Ausgang eine Frau zu treffen, sei ebenfalls nicht leicht. Frauen seien oftmals in der Gruppe unterwegs. Da reinzukommen als Mann sei schwierig. Als Mann im Rollstuhl nochmal mehr. An seine Partnerin hat er recht klare Wünsche. Sie solle nicht seine Krankenschwester sein. Vielmehr müsse es jemand sein, der ihm die Stirn bieten könne. In erster Linie soll sie ihn sehen, dann den Hetero-Mann, dann sein fahrender Untersatz. Und dies genau in dieser Reihenfolge.

Sowohl die Dienste einer Berührer*in wie auch einer Sexarbeiter*in sind nicht gerade preiswert und es ist Sex auf Termin. Eventuell muss gar jemand informiert werden über diesen Plan. Dann zum Beispiel, wenn man Unterstützung braucht beim Transfer ins Bett.

Klar, ich brauche niemanden zu informieren, mit wem ich, wann Geschlechtsverkehr haben möchte. Es reicht, wenn wir zwei oder mehre-

re Beteiligten einen Konsens finden. Und dennoch kenne ich Sex auf Termin schon auch. Als Eltern von Kindern, die noch nicht in geschlossenen Zimmern schlafen, lohnt es sich Sex-Dates zu vereinbaren. Sex auf Termin, das klingt unromantisch, aber es hilft ungemein. So haben wir beide die Zweisamkeit auf dem Schirm und räumen ihr den nötigen Raum ein. Denn wenn alles Drunter und Drüber geht, ist es das, was wir am einfachsten streichen können. Wenn es dazwischen spontan auch dazu kommt, wunderbar. Wenn nicht, auch nicht schlimm, wir haben ja ein Date. Eines auf das man sich freuen kann. Und Vorfreude ist was Grossartiges!

Zum vertiefen:

Das SPZ Nottwil leistet viel Aufklärungsarbeit im Bereich «Behinderung und Sexualität».

<https://community.paraplegie.ch/>

Vier Übersichtsartikel zum Thema, teilweise aufgeteilt für Frauen und für Männer:

<https://community.paraplegie.ch/de/wiki/gesundheitssexualitaet/>

Sextoys und Stützkissen (inkl. Shops die extra eine Rubrik für Menschen mit Handicap haben): <https://community.paraplegie.ch/de/blog/gesellschaft/die-revolution-der-sexspielzeuge>

Text: Nadja Stadelmann Limacher

Wir bleiben dran:

Podiumsdiskussion Sexualität und Behinderung

Mittwoch, 06. April 2022 im Marianischer Saal in Luzern **Moderation:** Jahn Graf

Themen Abende Sexualität im Haus 81 bei Procap Zentralschweiz

Die Themen Abende finden in Kleingruppen statt. (8-10 Personen).

Jeweils am Freitag: 20. Mai 2022 / 03. Juni 2022 / 17. Juni 2022 / 01. Juli 2022