

Körper *und Sexualität*

Sexualität Sexualität und körperliche und körperliche Behinderung Behinderung



Impressum: © 1997, **pro familia** Deutsche Gesellschaft für Familienplanung, Sexualpädagogik und Sexualberatung e. V., Bundesverband, Stresemannallee 3, 60596 Frankfurt am Main, Telefon 0 69 / 63 90 02, www.profamilia.de
4. überarbeitete Auflage 2008, 140. – 200.000.
Grafikdesign: www.warminski.de
Gefördert von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA).

Inhalt

| | |
|--|----|
| Auf dem Weg zur sexuellen Selbstbestimmung | 4 |
| Kindheit, Pubertät und sexuelles Erleben | 5 |
| Ein selbstbestimmtes Sexualleben | 8 |
| Sexuelle Dienstleistungen und Partnerschaftsvermittlungen | 10 |
| Hilfsmittel für die Sexualität | 11 |
| Sexualisierte Gewalt | 13 |
| Hilfe zur Selbsthilfe | 15 |
| Literatur | 17 |
| Adressen | 18 |
| Broschüren der pro familia | 20 |
| Ihre Rechte sind uns wichtig | 23 |
| Unsere Beratung soll Ihnen nützen | 23 |

Auf dem Weg zur sexuellen Selbstbestimmung

Frauen und Männer mit körperlicher Behinderung wollen genauso Geborgenheit, Zärtlichkeit und sexuelle Lust erleben wie Menschen ohne Behinderung. Nach internationalen Schätzungen gelten zehn Prozent der Bevölkerung als behindert, etwa 70 Prozent davon sind körperbehindert. Das heißt, sie sind in ihren Bewegungen, ihrem Sprach-, Seh- oder Hörvermögen eingeschränkt.

Das Recht auf sexuelle Selbstbestimmung gilt für Frauen und Männer mit Behinderung genauso wie für alle anderen Bürger und Bürgerinnen. In den »Rahmenbestimmungen für die Herstellung der Chancengleichheit für Behinderte« der Vereinten Nationen von 1993 wird unter anderem das Recht von Menschen mit Behinderung auf freie Entfaltung sexueller Beziehungen festgeschrieben. Auch das bundesdeutsche Grundgesetz garantiert allen (behinderten und nichtbehinderten) Bürgern und Bürgerinnen ein Recht auf Selbstbestimmung. Durch das Sozialgesetzbuch IX (SGB IX), das seit 2001 gilt, ist die Selbstbestimmung und gleichberechtigte Teilhabe von Menschen mit Behinderung am Leben in der Gesellschaft als Ziel aller Rehabilitationsbemühungen gesetzlich verankert worden.

Das Recht auf sexuelle Selbstbestimmung bedeutet, selber zu wählen, wie und mit wem Sexualität gelebt wird. Die Realisierung dieses Anspruchs ist für viele Menschen mit Behinderung aber nicht so selbstverständlich wie für Menschen ohne Behinderung. Einem befriedigenden Sexualleben können körperliche Probleme entgegenstehen. Es ist für die Lebenszufriedenheit der Betroffenen entscheidend, ob andere Formen der sexuellen Befriedigung entdeckt und als gleichwertig erlebt werden.

Für die Betroffenen liegen die größeren Probleme häufig darin, dass sie als Sexualpartner und Sexualpartnerin abgelehnt werden oder sich abgelehnt fühlen. Sie entsprechen meist nicht den gängigen Schönheitsnormen und haben es besonders schwer, ein positives Körpergefühl zu entwickeln.

Für die vielfältigen Themen und Fragestellungen im Zusammenhang mit der sexuellen Selbstbestimmung von Menschen mit körperlicher Behinderung gibt es keine allgemein gültigen Ratschläge oder Patentrezepte. Ein wichtiges Ziel dieser Broschüre ist jedoch erreicht, wenn möglichst viele körperbehinderte Frauen und Männer, deren Partner und Partnerin und Angehörige angeregt werden, Kontakt mit Selbsthilfegruppen, mit der Beratungsstelle einer Behindertenorganisation oder mit einer Sexualberatungsstelle aufzunehmen. Hier können sie Ansprechpartner und Ansprechpartnerinnen finden und gemeinsam überlegen, wie

mit der Behinderung die sexuelle Selbstbestimmung zu realisieren ist. Nur in sehr persönlichen Gesprächen können in einer vertrauensvollen Atmosphäre intime Fragestellungen zur Sexualität besprochen werden.

Kindheit, Pubertät und sexuelles Erleben

Nur bei knapp fünf Prozent der Menschen mit Behinderung ist die Behinderung angeboren. Wird das Kind mit Behinderung in seiner Gesamtheit angenommen und geliebt, hat dies positive Auswirkungen auf das (spätere) Körpererleben und die eigene persönliche Akzeptanz. Wird ihm seine Behinderung aber vor allem als Makel, als Defizit vermittelt, lehnt der oder die Betroffene den eigenen Körper häufig ab und kann ihn nur abwertend in seine Persönlichkeit integrieren.

Auch die Methoden in der Krankengymnastik und bei anderen Therapien trugen in der Vergangenheit häufig dazu bei, dass den Betroffenen ihr Körper fremd blieb. Die intensive Beschäftigung mit dem, was nicht in Ordnung ist, führte schließlich dazu, dass Gedanken und Gefühle verinnerlicht wurden, die besagen: Mir fehlt, was andere begehrenswert und attraktiv macht, ich bin »nicht zeigenswert«, ich bin »defekt«. Schwere Minderwertigkeitsgefühle können die Folge sein. Heute werden in der Therapie vermehrt die vorhandenen Fähigkeiten, das Vermögen und Können betont und gefördert, statt hervorzuheben, was nicht geht.

Von ihren Eltern wurden früher vor allem Mädchen mit körperlicher Behinderung zu »Geschlechtsneutren« erzogen, die nach Ansicht der Erwachsenen sowieso nie einen Partner finden würden. Heutzutage ändert sich diese Haltung zunehmend, so dass Jungen und Mädchen mit Behinderung ein Sexualleben zugestanden wird. Ein eigenes Sexualleben zu verwirklichen, ist aber nicht immer einfach.

Der gute Kumpel

Wenn behinderte und nichtbehinderte Kinder gemeinsam unterrichtet werden, entstehen weniger Berührungängste gegenüber behinderten Menschen. Aber auch körperbehinderte Mädchen, die gemeinsam mit nichtbehinderten Kindern die Regelschule besuchen, berichten von Problemen in der Pubertät: Während sie im jüngeren Alter als Schulfreundinnen und Spielgefährtinnen akzeptiert waren, geraten sie in der Pubertät leicht in eine Außenseiterstellung.

Um nicht dauerhaft abgedrängt zu werden, bemühen sich viele junge Frauen mit Behinderung, den bei ihnen sichtbaren Mangel durch Schminke, Kleidung, aber auch durch gute Gespräche, gute Leistung und vor allem durch die Rolle einer guten Freundin, die immer für alle ein offenes Ohr hat, auszugleichen. Ihre eigenen Ansprüche auf Nähe, Partnerschaft, Zärtlichkeit und sexuelle Erfüllung nehmen sie zurück: Sie wollen sich nicht aufdrängen, niemandem lästig werden und schützen sich mit ihrer Zurückhaltung zugleich davor, zurückgewiesen und seelisch verletzt zu werden. Oft werden sie so zu einem guten Kumpel, der akzeptiert und beliebt ist und als wertvoll angesehen wird.

Außerdem werden in der Pubertät die Einschränkungen, die durch Körperbehinderungen bedingt sind, besonders deutlich. Die gleichaltrigen Nichtbehinderten gehen zum Tanzkurs, machen ihren ersten Urlaub ohne Eltern, haben längst ihre erste Freundin, ihren ersten Freund. Für das Mädchen und den Jungen mit Behinderung bleiben diese sonst so selbstverständlichen Zugänge ins Erwachsensein meist viel zu lange verschlossen. Hinzu kommt, dass die Betroffenen ihre sexuellen Gefühle und Wünsche nun deutlich wahrnehmen.

Männlichkeit kann viele Gesichter haben!

Die sexuellen Phantasien, Vorstellungen und Interessen von Männern mit körperlicher Behinderung sind sehr oft von dem Männlichkeitsideal geprägt, das auch bei Männern ohne Behinderung immer noch vorherrschend ist. Im Zentrum steht von Kindheitstagen an die Erfahrung: Ich habe einen Penis! Solange ihr Penis »vorschriftsmäßig« funktioniert, sind sie sicher: Ich bin ein ganzer Mann!

Wer je mitbekommen hat, wie bereits kleine Jungen mit der Erektionsfähigkeit ihres Gliedes angeben und wie sehr erwachsene Männer leiden, wenn sie sich als »impotent« erweisen, der kann nachempfinden, was Männer durchmachen, die auf Grund ihrer Körperbehinderung »keinen mehr hochkriegen«.

Es fällt Männern meist schwer, sich von solchen Festlegungen und Überzeugungen zu befreien. Männer, die sich nicht vor allem oder auch nur vorwiegend durch ihre Erektions- und Orgasmusfähigkeit definieren, haben es leichter. Jeder Mann hat Fähigkeiten, die lebenswichtiger und für seine Persönlichkeit charakteristischer sind. Dazu zählen zum Beispiel Zuverlässigkeit oder die Art und Weise, wie er liebt und sich lieben lassen kann – und das alles hat gar nichts mit der Funktionsfähigkeit seines Penis zu tun.

Ein Mann, der auf den Rollstuhl angewiesen ist, kann oft nicht den großen Frauenheld spielen. Bevor er mit einer Partnerin intim wird, muss er mit ihr über seine körperlichen Gegebenheiten reden. Er muss sich vielleicht helfen lassen. Damit entspricht er nicht gerade dem üblichen

Männlichkeitsbild. Aber auch dieser Mann kann bei Frauen gute Chancen haben, denn er hat möglicherweise andere Qualitäten. Wenn er kein stürmischer Eroberer ist, kommt er vielleicht besonders gut an, wenn er einer Frau begegnet, die einen rücksichtsvollen und verständnisvollen, einen zu gleichberechtigter Partnerschaft fähigen Mann haben will. Männlichkeit kann nun einmal viele Gesichter haben.

Ganzkörper-Sexualität

Besonders schwer haben es die Mädchen und Jungen, die sich nur mühsam selbst befriedigen können, weil sie zu kurze oder gar keine Arme haben oder in ihrer Bewegungsfähigkeit stark eingeschränkt sind. Ein weiteres Problem stellt sich für Jugendliche mit Behinderung, die keine Empfindungen im Genitalbereich haben. Ein Sexualberater berichtet beispielsweise aus seiner Arbeit mit einer Spina bifida-Jugendgruppe, wie ihn der 17jährige Horst zum Nachdenken brachte:

Horst erklärte: »Vom Bauchnabel abwärts spüre ich nichts. Aber wenn jemand meine Schulter berührt und sogar streichelt, dann ist das ein derart geiles Gefühl für mich, dass ich denke: so muss der Orgasmus sein.« Dann fragte er mich: »Wenn ich wenigstens das erleben kann – bin ich dann ein ganzer Mann?« Diese Frage kann mit einem uneingeschränkten »ja« beantwortet werden.

Heutzutage fangen wir an, neu zu lernen, dass die Sexualität ihren Ursprung nicht in den Eierstöcken oder in den Hoden, sondern – wenn überhaupt irgendwo – im Kopf hat. In unserem Gehirn entsteht die Idee, etwas Sexuelles erleben zu wollen, und in unseren Gedanken spinnen wir aus, wie das sein soll. Es sind unsere Augen, die eine Situation als erotisch oder sexuell wahrnehmen. Nicht der pure genitale Akt ist lustvoll, sondern das Drum-und-Dran (die Phantasien, Wünsche und Gedanken, ein Duft, ein Lächeln, eine Haarkräuselung, Falten, der erhaschte Blick aus den Augenwinkeln, zärtliches Spielen). Orgastisches Erleben ist nicht auf die Intaktheit der genitalen Funktionen angewiesen (es kommt vor, dass trotz aller Intaktheit der Sexualorgane kein Orgasmus entsteht, weil die psychischen Gegebenheiten nicht stimmig sind). Es gibt so etwas wie eine Ganzkörper-Sexualität: Mit jedem unserer Sinnesorgane können wir erotische und sexuelle Reize wahrnehmen. Nicht nur die »erogenen Zonen« unseres Körpers, sondern alle Körperbereiche sind in der Lage, auf Stimulierungen sexuell zu reagieren.

Ein selbstbestimmtes Sexualleben

Für Frauen und Männer mit körperlicher Behinderung ist es ebenso wichtig wie für andere Menschen, dass sie selbst darüber bestimmen, wie sie ihre Sexualität leben wollen. Das verlangt oft eine kritische Auseinandersetzung mit der eigenen Erziehung und Mut zum eigenen Körper.

Mut zur Lust

Alles, was mit Sexualität zu tun hat, wird höchst unterschiedlich beschrieben und bewertet, je nachdem, wen man fragt. Was Sexualität sein kann, ist offensichtlich so verschieden wie die Menschen. Das hat den Vorteil, dass sich niemand in eine Norm zwingen lassen muss. Die Sexualität befähigt alle Menschen dazu, sich zu verschaffen, was ihnen gefällt, was ihnen Lust bereitet, was sie befriedigt, erregt, verbindet, tröstet und noch vieles mehr. Die Vielfalt gelebter Sexualität kann aber auch verwirren. Das gilt vor allem dann, wenn Menschen zu wenig Orientierung und Anleitung bekommen haben, wenn sie kaum ahnen, was alles mit Nähe, Zärtlichkeit, Geschlechtsverkehr, Verhütung und so weiter gemeint und verbunden ist.

Die Fähigkeit zum sexuellen Erleben bedeutet vor allem Lust und Entspannung. Es ist nicht vorgeschrieben, wie das geschehen soll. Selbstbefriedigung ist nicht nur Ersatz, sondern vollwertige Sexualität, und mit einiger Phantasie und ungehemmtem Ausprobieren lassen sich eine ganze Reihe von »Techniken« entwickeln, die geeignet sind, Selbstbefriedigung abwechslungsreich zu machen. Es ist nicht der Geschlechtsverkehr notwendig, um Lust zu erleben. Petting kann zu einem überraschenden Spiel mit den körperlichen Empfindungen werden. Wie alle Menschen müssen auch Menschen mit Behinderung herausfinden, ob sie sexuell mehr zum eigenen oder zum anderen Geschlecht oder zu beiden Geschlechtern hin orientiert sind. Homosexualität, Heterosexualität, Bisexualität sind unterschiedliche, aber völlig gleichwertige Gestaltungen partnerschaftlicher Sexualität. Moral und Ethik haben nichts damit zu tun, ob jemand mit einer Frau oder einem Mann ins Bett geht, sondern wie Menschen miteinander umgehen.

Informationen helfen

Da Menschen mit Behinderung in der Vergangenheit häufig keine Sexualität zugestanden wurde, wurden sie auch nicht umfassend aufgeklärt und informiert. Vielmehr gingen Eltern und Pädagogen und Pädagoginnen teilweise davon aus, dass keine sexuellen Bedürfnisse ent-

stunden, wenn das Thema vermieden würde. Heute weiß man, dass gerade für Jugendliche und junge Erwachsene mit Behinderung umfassende Informationen über Sexualität mit all ihren Möglichkeiten und Spielarten wichtig sind. Blinde Jugendliche können sich beispielsweise nicht durch einen raschen Blick in eine Zeitschrift informieren. Gehörlosen Mädchen und Jungen gelingt es nicht, nebenbei ein Gespräch der Erwachsenen oder eine informative Radioreportage aufzuschneiden.

Mut zu eigenen Werten

Menschen mit Behinderungen sollen selbst herausfinden, was sie mögen, was ihnen Spaß und Lust macht. Der Weg vom eigenen Defizitdenken (einem Denken, das um die eigenen Mängel und Schwächen kreist) hin zu einer sich wertschätzenden Persönlichkeit braucht Zeit.

Die eigenen Qualitäten und Vorzüge können erst entdeckt und entwickelt werden, wenn die herrschenden Vorstellungen, wie Frauen und Männer zu sein haben, für uns bedeutungslos geworden sind. Dann kann für manche Männer das Leben weniger anstrengend und zugleich vielseitiger werden, wenn sie sich erlauben, Schwächen einzugestehen, Gefühle zu zeigen und nicht immer überlegen und erfolgreich sein zu müssen.

Frauen mit – wie auch ohne – Behinderung sehen sich mit einem weiblichen Schönheitsideal konfrontiert, das von der großen Mehrzahl der Männer wie auch von den meisten Frauen verinnerlicht wurde und zudem von den Medien einheitlich und wiederholt gepriesen wird. Dieses Ideal, das Glücklichein und gesellschaftliche Akzeptanz verspricht, ist von Frauen mit Behinderung kaum zu erreichen. Gliedmaßenfehlbildungen, Inkontinenz, Speichelfluss, Stottern, im Rollstuhl sitzen, passen nicht zum Bild makelloser und erfolgreicher Schönheit. Sich selbst und auch andere zu akzeptieren, heißt, Abschied zu nehmen von dem Ziel, wie das Fotomodell zu werden, und anzufangen, eigene Werte zu entdecken und wertzuschätzen. Der Weg dahin ist so schwierig, dass es allein oftmals nicht zu schaffen ist.

Sexuelle Dienstleistungen und Partnerschaftsvermittlungen

Erfahrungsgemäß äußern Frauen mit körperlicher Behinderung seltener den Wunsch nach sexuellen Dienstleistungen als Männer. Über die Gründe für diesen Unterschied gibt es kein gesichertes Datenmaterial. Darüber lässt sich bislang nur spekulieren. Das Bedürfnis nach sexuellen Dienstleistungen kann bei Männern mit körperlicher Behinderung entstehen, wenn sie beispielsweise gerade keine Partnerin, keinen Partner haben und wenn sie sich nicht selbst befriedigen können oder wollen.

In den letzten Jahren wird das Thema der sexuellen Dienstleistungen zunehmend offen diskutiert. Dabei stehen zwei Varianten im Vordergrund: Einige Betroffene bevorzugen es, eine Prostituierte aufzusuchen, andere nehmen lieber die Dienste einer Sexualbegleitung in Anspruch.

Sexualbegleitung

Sexualbegleiterinnen und -begleiter bieten ihre Dienste speziell für Kundinnen und Kunden mit Behinderung an. Sie haben gegenüber Prostituierten meist den Vorzug, dass sie sich auf behinderungsspezifische Belange eingestellt haben: So können sie beispielsweise angemessener reagieren, wenn bei den Betroffenen starke Spasmen auftreten oder sie inkontinent werden. Außerdem haftet der Sexualbegleitung weniger als der Prostitution der Ruf des Unmoralischen an. Das erleichtert es Frauen und Männern mit körperlicher Behinderung möglicherweise, diese Dienste in Anspruch zu nehmen.

Auf der anderen Seite wird eine Sexualbegleitung, die sich speziell an Menschen mit Behinderung richtet, von einigen Betroffenen kritisch gesehen: Sie wird als weitere Form der »Sonderbehandlung« empfunden und aus diesem Grunde abgelehnt.

Prostitution

Der gleichberechtigten Teilhabe am Leben in der Gesellschaft entspricht es nach Ansicht der Kritiker der Sexualbegleitung eher, sich der Prostitution als sexueller Dienstleistung zu bedienen.

In allen größeren Städten gibt es Zusammenschlüsse von Prostituierten unter Namen wie beispielsweise »Hydra« oder »Kassandra«. Es kann sinnvoll sein, Vorgespräche zu führen, in denen die konkreten Vorstellungen und Wünsche thematisiert werden. Aber auch die Form der Einschränkung sollte besprochen werden. Es gibt auch unter Prostituierten Frauen und Männer, die Menschen mit Behinderung gegenüber Berührungs-

ängste haben. Deshalb ist eine größtmögliche Offenheit von beiden Seiten wichtig, um später nicht enttäuscht zu werden.

Partnerschaftsvermittlungen

Viele Menschen wünschen sich, ihre Sexualität in einer Partnerschaft leben zu können. Während viele herkömmliche Partnerschaftsvermittlungen die Vermittlung von behinderten Menschen ablehnen, gibt es inzwischen einige, die sich auf diesen Personenkreis spezialisiert haben. In jedem Fall ist es sinnvoll, sich genau über die jeweilige Partnerschaftsvermittlung zu informieren und möglichst verschiedene Dienste zu vergleichen.

Hilfsmittel für die Sexualität

Wer durch Krankheit oder einen Unfall von einem Augenblick zum anderen aus seinen sexuellen Gewohnheiten herausgerissen ist und nun merkt, was alles »nicht mehr geht«, der kämpft zunächst einmal verzweifelt darum, den alten Zustand wieder herzustellen. Der menschliche Erfindungsgeist hat eine ganze Reihe von Hilfsmitteln bereitgestellt: Es gibt Vibratoren, mit denen die Selbstbefriedigung variabel zu gestalten ist; man kann sich einen Kunstpenis umschnallen oder eine Penisprothese »einbauen« lassen; es gibt erektionsfördernde Spritzen, die einfach und selbst zu handhaben sind; schließlich werden noch stimulierende Salben empfohlen.

Normalität oder Lust?

Ehe Entscheidungen gefällt werden, die nicht mehr rückgängig zu machen sind (wie zum Beispiel eine Penisprothese), sollte sehr sorgfältig geprüft werden, ob eine bestehende Partnerschaft wirklich auf solche Hilfen angewiesen ist und ob tatsächlich eine Verbesserung der sexuellen Zufriedenheit auf beiden Seiten der Partnerschaft zu erwarten ist. Ein erigierter Penis ist zwar die notwendige Bedingung dafür, dass der Koitus (Einführung des Penis in die Scheide) vollzogen werden kann – es gibt aber durchaus auch Partner und Partnerinnen, die gar nicht so darauf aus sind, immer Geschlechtsverkehr zu haben. Es ist auch die Frage, ob der

Mann das Wahrnehmen seiner Erektion lustvoll findet, wenn er genau weiß, dass die Entspannung letztlich unvollkommen bleibt, weil ihm ein Erguss nicht möglich ist. Ähnliche Schwierigkeiten im Umgang mit sexuellen Hilfsmitteln können auch Frauen mit körperlicher Behinderung erleben. Was hat beispielsweise eine spastisch gelähmte Frau davon, wenn sie dank spasmuslindernder Mittel eine Beischlafstellung einnehmen und ruhig durchhalten kann? Eine Voraussetzung für den Koitus ist erfüllt, aber ist dadurch auch garantiert, dass diese Frau nun eine für sie befriedigende Lust erlebt?

Sexuelle Rehabilitation

Eine sexuelle Rehabilitation (also: das Erreichen des früheren Zustandes vor Auftreten der Behinderung) ist nur in ganz wenigen Ausnahmefällen möglich. Statt alle Überlegungen darauf zu konzentrieren, wie der »Defekt« behoben werden kann, sollte lieber versucht werden, den eigenen Körper ganz neu zu erforschen. Dabei werden womöglich neue Befriedigungs- und Entspannungsmöglichkeiten entdeckt, die früher verborgen waren. Durch die Konzentration auf das Verlorene besteht die Gefahr, dass auch das noch oder sogar neu Vorhandene verlorengeht. Wer sich nur noch als behindert, gestört und schadhaft erlebt, kann die möglichen Stimulationen nicht genießen und als Bereicherung erleben.

Hilfsmittel können helfen, Sexualität zu leben und lustvoll zu erleben. Sie können aber unter Umständen auch verhindern, dass neue Lusterlebnisse entdeckt werden, weil deren Verwendung möglicherweise auf alten Erfahrungen beruht. Menschen mit körperlicher Behinderung machen sich das Leben leichter, wenn sie sich keinen geltenden Normen unterwerfen, um sich und anderen den Eindruck der Normalität zu vermitteln. Stattdessen könnten sie neugierig sein und alles versuchen, um herauszufinden, wie vielfältig, wie verschieden und variantenreich sexuelles Erleben ist, wenn sich die sexuellen Empfindungen nicht in gesellschaftlich vorgegebene Muster einfügen müssen.

Sexualberatung

Wenn Menschen durch Krankheit oder Unfall behindert werden, kann sich damit auch ihre Sexualität verändern. Vielleicht können sie sich nicht mehr so bewegen wie zuvor, vielleicht empfinden sie anders, Männer haben vielleicht Erektions- und Ejakulationsstörungen, Frauen können Orgasmusprobleme zu schaffen machen. Sie alle sollten sich nicht scheuen, bei Ärztinnen oder Ärzten und Sexualberatungsstellen die Informationen und Ratschläge zu besorgen, die sie brauchen.

Sexualisierte Gewalt

Exaktes Zahlenmaterial über das Ausmaß der sexualisierten Gewalt in Deutschland existiert nicht. Nach UNO-Angaben sind Mädchen und Frauen mit Behinderung etwa doppelt so häufig von sexualisierter Gewalt betroffen wie Mädchen und Frauen ohne Behinderung. ExpertInnen gehen davon aus, dass Jungen und Männer mit Behinderung zwar nicht so häufig Opfer werden wie Mädchen und Frauen mit Behinderung, aber häufiger als Jungen und Männer ohne Behinderung.

Ungleiche Machtverhältnisse

Alle Formen von Abhängigkeit und ungleichen Machtverhältnissen bilden einen Nährboden für Gewalt. Das gilt auch und in besonderem Maße für Mädchen und Frauen, für Jungen und Männer mit Behinderung. Wenn sie in ihrem Alltag auf Hilfe und Unterstützung angewiesen sind, können ungleiche Machtverhältnisse zwischen dem Menschen mit Behinderung und der Hilfsperson entstehen.

Das trifft vor allem für Menschen mit Behinderung zu, die in Institutionen leben, in denen ihre Selbstbestimmung eingeschränkt ist. Hier können restriktive Hausordnungen, die keine Privatsphäre zulassen beispielsweise mit Besuchsregelungen, festen Zubettgehzeiten, strikt geschlechtsgetrennten Wohngruppen die Selbstbestimmung hinsichtlich der eigenen Lebensführung – und diese schließt Sexualität mit ein – sehr einengen. In solchen Strukturen kann es dazu kommen, dass Gewalt vor allem gegen Mädchen und Frauen mit Behinderung begünstigt wird und die Täter sich geschützt fühlen. Die Mädchen und Frauen haben manchmal von Kindheit an die Erfahrung gemacht, dass ihre Intimsphäre nicht respektiert und geschützt wird. Sie haben nicht gelernt, »nein« zu sagen, so dass die sexualisierte Gewalt für sie nur ein Übergriff mehr ist. Wenn der Täter, die Täterin aus dem Kreis des Personals stammt, so kann er oder sie die Abhängigkeit des Opfers ausnutzen und versuchen, die betroffene Frau zur Geheimhaltung zu verpflichten. Fachleute berichten, dass viele Einrichtungen gleichzeitig um ihren guten Ruf fürchten und deshalb Vorkommnisse der sexualisierten Gewalt vertuschen, so dass die Opfer nicht geschützt und die TäterInnen nicht bestraft werden.

Jedoch sollte nicht vergessen werden, dass die ungleichen Machtverhältnisse auch im familiären Kontext zu schwierigen Situationen oder Übergriffen führen können. Hier haben es die Betroffenen besonders schwer, weil es ihnen im Zweifelsfall kaum gelingen wird, sich ohne Unterstützung durch dritte (Beratungsstelle, Selbsthilfegruppe) zur Wehr zu setzen.

Pflegekräfte des eigenen Geschlechts

Schon lange fordern besonders Frauen mit Behinderung das Recht auf Pflegekräfte des eigenen Geschlechts. Sie erleben es als entwürdigend, dazu gezwungen zu werden, sich auch im Intimbereich von Männern helfen zu lassen. Außerdem besteht die Gefahr, dass so sexualisierte Gewalt provoziert wird. Ein Recht auf Pflegekräfte des eigenen Geschlechts kann nach Ansicht der Betroffenen die Gefahr der sexualisierten Gewalt vermindern.

Viele ambulante Pflegedienste nehmen Rücksicht, wenn Menschen mit Behinderung nur weibliche oder nur männliche Pflegepersonen wünschen. Wenn Menschen mit Behinderung aber in Institutionen leben, haben sie keine Garantie dafür, die notwendigen Hilfen nur von Pflegekräften des eigenen Geschlechts zu erhalten.

Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurse

Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurse gelten als geeignete Präventionsmaßnahmen gegen sexualisierte Gewalt. Ein wichtiges Ziel solcher Kurse für Mädchen und Frauen mit Behinderung ist es, dass die Betroffenen ihre Grenzen wahrnehmen und sie selbstbewusst verteidigen. Dazu ist weder Sportlichkeit noch große Kraft nötig, oft reicht ein deutliches »Nein«, um potentielle Täter abzuschrecken.

Mit dem Sozialgesetzbuch IX (SGB IX), das seit 2001 gilt, wurde in § 44 die Möglichkeit geschaffen, »Übungen für behinderte oder von Behinderung bedrohte Frauen und Mädchen, die der Stärkung des Selbstbewusstseins dienen«, im Rahmen des Rehabilitationssports von den jeweiligen Rehabilitationsträgern finanzieren zu lassen.

Leider profitieren von dieser Vorschrift nur die Mädchen und Frauen mit Behinderung, die Rehabilitationsleistungen erhalten, also nur ein kleiner Teil der potentiellen Opfer.

Weitere Rechte von Menschen mit Behinderung zum Schutz vor oder bei sexualisierter Gewalt

- Das Gesetz zum Schutz vor sexueller Belästigung am Arbeitsplatz (**Beschäftigtenschutzgesetz**) von 1994 ist ein Arbeitsschutzgesetz. Es gilt auch in den Einrichtungen der beruflichen Rehabilitation und ist aushangpflichtig.
- Das **Gewaltschutzgesetz** regelt seit 2002, dass bei häuslicher Gewalt dem Täter, der Täterin verboten werden kann, die Wohnung der Partnerin oder des Partners, ihren oder seinen Arbeitsplatz, den Kindergarten oder die Schule aufzusuchen.
- Das **Gerichtsverfassungsgesetz** (GVG) sieht seit Sommer 2002 Erleichterungen für hör-, sprach-, sehbehinderte,

blinde und gehörlose Zeuginnen und Zeugen vor Gericht vor: Auf Staatskosten können nun Personen zur Dolmetschung oder technische Hilfsmittel zur Verständigung hinzugezogen werden. Blinde Menschen können verlangen, dass ihnen Schriftstücke in einer für sie wahrnehmbaren Form vorgelegt werden.

- Das **Sexualstrafrecht** war lange Zeit umstritten, weil die Vergewaltigung so genannter »widerstandsunfähiger« Opfer geringer bestraft wurde als die Vergewaltigung von Personen, die als widerstandsfähig gelten. Zum Jahresbeginn 2004 ist der Strafraum weitgehend angeglichen worden.

Hilfe zur Selbsthilfe

In dieser Broschüre werden viele Themen angesprochen, aber es werden keine fertigen Lösungen angeboten. Das kann nicht anders sein, denn Handlungsmöglichkeiten, die in die eigene Lebenspraxis umgesetzt werden können, müssen »personennah« gegeben werden: im persönlichen Gespräch, im vertrauten Miteinander, manchmal auch in einer längeren Begleitung zum Beispiel durch professionelle Beraterinnen und Berater. Eine wesentliche Unterstützung sind Beratungen und Hilfestellungen, die Menschen mit körperlicher Behinderung sich gegenseitig geben können, beispielsweise in Beratungen auf der Grundlage des Peer-Counseling (Betroffene beraten Betroffene) oder in Selbsthilfegruppen.

Sexualberatung nach dem Prinzip des Peer-Counseling

Peer-Counseling ist ein Beratungsansatz, der aus den USA stammt und mit »Betroffene beraten Betroffene« übersetzt werden kann. Diesem Beratungsansatz liegt die Erfahrung zugrunde, dass das Vorbild eines gleich oder ähnlich Betroffenen einen eindrucksvolleren und nachhaltigeren Erfolg hat als der Einsatz der besten nichtbehinderten ExpertenInnen.

Die professionellen selbst betroffenen Beraterinnen und Berater begleiten die Ratsuchenden beispielsweise in einer Trauerphase, wenn es nach einer Krankheit oder einem Unfall darum geht, Verluste zu betrauern und zu akzeptieren. Sie können die Ratsuchenden aber anschließend auch überzeugend ermutigen, neue Wege auszuprobieren und ihre Sexualität möglicherweise neu zu entdecken.

Beraterinnen und Berater, die selbst behindert sind, haben einen ähnlichen Erfahrungshintergrund wie die Ratsuchenden, und der Kontakt kann gleichberechtigter sein als zwischen einem/einer nichtbetroffenen »Helfenden« und einem/einer behinderten Ratsuchenden. Beratungsangebote nach dem Prinzip des Peer-Counseling verstehen sich als Ergänzung, nicht als Konkurrenz zu anderen Beratungsangeboten.

Selbsthilfegruppen

Oft wird erst in einer Selbsthilfegruppe erlebt: Endlich bin ich mit Menschen zusammen, die mich ohne Erklärungen verstehen. Sie helfen mir, mich so zu akzeptieren wie ich bin und Ansprüche nicht nur immer an mich, sondern auch an andere zu stellen, weil ich wertvoll bin.

In Selbsthilfegruppen hat sich besonders bewährt, wenn zumindest vorübergehend auch ein Zusammentreffen und gemeinsames Arbeiten in geschlechtsgleichen Gruppen möglich ist.

Allerdings gibt es hier ein Problem, das nicht nur Menschen mit Behinderung haben: Es fällt den meisten Menschen schwer, über ihre sexuellen Bedürfnisse, Wünsche, Phantasien und Träume mit anderen zu sprechen.

Lernen, sich mitzuteilen, über sich zu sprechen, ist eine der wichtigsten Aufgaben, die in Selbsthilfegruppen zu lösen ist. Vielleicht fällt es schwer, die eigene Scheu zu überwinden – aber erfahrungsgemäß profitieren die meisten Menschen davon, wenn sie Kontakt zu einer Selbsthilfegruppe aufgenommen haben.

Literatur

Partnerschaft und Sexualität

Ein Aufklärungsbuch für junge Menschen mit Spina bifida
Arbeitsgemeinschaft Spina bifida und Hydrocephalus e.V. (1997)
Vertrieb: ASbH e. V., Münsterstraße 13, 44145 Dortmund,
Tel.: 02 31 / 86 10 50-0, Fax: 02 31 / 86 10 50-50
www.asbh.de

Behinderte Sexualität – verhinderte Lust?

Bannasch, Manuela (Hrsg.)
Neu-Ulm, (2002)

Lust, Liebe, Leidenschaft

WIR – Magazin der Fürst Donnersmarck-Stiftung 1/2004
Fürst Donnersmarck-Stiftung zu Berlin (2004)
Vertrieb: Fürst Donnersmarck-Stiftung, Dalandweg 19, 12167 Berlin,
Tel.: 0 30 / 76 97 00-27, Fax: 0 30 / 76 97 00-30
www.fdst.de

Sexualität und Behinderung

Umgang mit einem Tabu
Landesverband für Körper- und Mehrfachbehinderte
Baden-Württemberg e.V. (1998)
Vertrieb: LV für Körper- und Mehrfachbehinderte
Baden-Württemberg e.V., Haußmannstr. 6, 70188 Stuttgart,
Tel.: 07 11 / 21 55-2 20, Fax: 07 11 / 21 55-2 22
www.lv-koerperbehinderte-bw.de

Behinderung und Sexualität

pro familia magazin 02/2003
pro familia Bundesverband, Deutsche Gesellschaft für
Familienplanung, Sexualpädagogik und Sexualberatung e.V. (2003)
Vertrieb: pro familia Bundesverband, Stresemannallee 3,
60596 Frankfurt a.M.
Tel.: 0 69 / 63 90 02, Fax: 0 69 / 63 98 52
www.profamilia.de

Hautnah

Neue Wege der Sexualität behinderter Menschen
Sandfort, Lothar
Neu-Ulm, (2002)

Schluss mit Lust und Liebe?

Sexualität bei chronischen Krankheiten und Körperbehinderungen
Delisle, Birgit / Haselbacher, Gerhard / Weissenrieder, Nikolaus (Hrsg.)
München, (2002)

**Sexualbegleitung und Sexualassistenz bei
Menschen mit Behinderung**

Walter, Joachim (Hrsg.)
Heidelberg, (2004)

Sexuelle Gewalt gegen behinderte Menschen und das Recht

Zinsmeister, Julia (Hrsg.)
Wiesbaden, (2003)

**Gegen sexuelle Gewalt an
Mädchen und Frauen mit Körperbehinderung**

Ein Handbuch für Prävention und Beratung

Wildwasser e.V. (Hrsg.)

Freiburg, (2002) Vertrieb: Wildwasser Freiburg e.V., Erbprinzenstr. 4,
79098 Freiburg, Tel./Fax: 07 61 / 3 36 45

Adressen

Aus Platzgründen können hier nur einige weiterführende Adressen genannt werden. Stellvertretend für Behindertenorganisationen und -verbände seien hier genannt:

**Bundesarbeitsgemeinschaft Hilfe
für Behinderte e. V.**

Kirchfeldstraße 149, 40215 Düsseldorf
Tel.: 02 11 / 3 10 06-0, Fax: 02 11 / 3 10 06-48
www.bagh.de

Bundesverband Kleinwüchsiger Menschen und ihre Familien e.V.

Hillmannplatz 6, 28195 Bremen
Tel.: 04 21 / 50 21 22, Fax: 04 21 / 50 57 52

Bundesverband für Körper- und Mehrfachbehinderte e. V.

Brehmstraße 5-7, 40239 Düsseldorf
Tel.: 02 11 / 6 40 04-0, Fax: 02 11 / 6 40 04-20
www.bvkm.de

Deutscher Behindertenrat (DBR)

Aktionsbündnis der deutschen Behindertenverbände
mit jährlich wechselndem Sitz des Sekretariats
www.deutscher-behindertenrat.de

Interessenvertretung Selbstbestimmt Leben Deutschland e.V. (ISL)

Kölnische Str. 99, 34119 Kassel

Tel.: 05 61 / 7 28 85-46/-47, Fax: 05 61 / 7 28 85-58

www.isl-ev.org

Weibernetz e.V. – Bundesnetzwerk von FrauenLesben und Mädchen mit Beeinträchtigung

Kölnische Str. 99, 34119 Kassel

Tel.: 05 61 / 7 28 85-85, Fax: 05 61 / 7 28 85-53

www.weibernetz.de

Adressen von Selbsthilfegruppen können Sie erfahren über:

Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e. V.

Friedrichstraße 28, 35392 Gießen

Tel.: 06 41 / 9 94 56 12, Fax: 06 41 / 9 94 56 19

Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (NAKOS)

Wilmsdorfer Straße 39, 10627 Berlin

Tel: 0 30 / 31 01 89 60, Fax: 0 30 / 31 01 89 70

www.nakos.de

pro familia ist schwerpunktmäßig auf den Gebieten Sexualberatung und Sexualpädagogik tätig. Welche **pro familia**-Einrichtungen über Angebote zum Thema Sexualität und körperliche Behinderung verfügen, können Sie über die jeweiligen Landesverbände erfahren; die Adressen finden Sie auf der Rückseite dieser Broschüre.

Weitere Adressen von Beratungsstellen und Selbsthilfegruppen, möglichst nahe bei Ihnen, sind am ehesten zu erfahren über

1. Telefonbücher

(unter: »Selbsthilfe«, »Beratung«, »Familie und Gesundheit«)

2. Telefonseelsorge

3. Jugend-, Sozial-, Gesundheitsämter, Krankenkassen

4. Beratungsstellen und Selbsthilfegruppen

Broschüren der pro familia

Folgende Broschüren können Sie – soweit vorrätig – in den pro familia- Beratungsstellen oder über die Bundesgeschäftsstelle der pro familia, Stresemannallee 3, 60596 Frankfurt am Main, Tel.: 0 69 / 63 90 02 erhalten. Die mit * gekennzeichneten Titel können Sie auch im Internet unter www.profamilia.de als PDF-Datei downloaden.

Broschürenreihe

Verhütungsmethoden

- Chemische Verhütungsmittel*
- Das Diaphragma*
- Das Kondom*
- Die Pille*
- Die Portiokappe*
- Die Spirale*
- Hormonale Langzeitverhütung*
- »Pille danach« und »Spirale danach«*
- Sterilisation*
- Vaginalring*
- Verhütungspflaster*

Broschürenreihe Körper und Sexualität

- Chlamydieninfektion*
- Menstruation*
- Körperzeichen weisen den Weg*
- Lustwandel. Sexuelle Probleme in der Partnerschaft*
- Schwangerschaftsabbruch*
- Sexualität und körperliche Behinderung*
- Sexualität und geistige Behinderung*
- Sexuell übertragbare Krankheiten*

Broschürenreihe Sexualität und Älterwerden

- Wechseljahre*
- Wenn Probleme auftauchen...*

Broschürenreihe Schwangerschaft

- Vorgeburtliche Untersuchung*
- Unerfüllter Kinderwunsch*

Informationsmaterialien für Jugendliche

- Deine Sexualität – deine Rechte*
- Auf Nummer sicher mit der Pille danach*
- Man(n) nehme...ein Kondom, das passt*

Broschüren und Informationsmaterialien für ausländische Ratsuchende

- Wer bietet was auf dem Gebiet der Familienplanung, Sexualität und Partnerschaft, bei Fragen der Gesundheit? (In Arabisch, Englisch, Französisch, Griechisch, Italienisch*, Persisch, Polnisch, Portugiesisch, Rumänisch, Russisch*, Serbokroatisch, Spanisch, Türkisch*)
- Empfängnisregelung – womit? (In Arabisch, Englisch*, Französisch*, Griechisch, Italienisch*, Persisch, Polnisch, Portugiesisch, Rumänisch, Serbokroatisch, Spanisch)
- Kondom. Pariser. Gummi. Präser(vativ) (In Arabisch, Griechisch, Persisch, Polnisch, Rumänisch, Russisch, Serbokroatisch, Türkisch)
- Medikamentöser Schwangerschaftsabbruch (In Serbokroatisch* und Türkisch*, Faltblatt)
- Schwangerschaftsabbruch (In Serbokroatisch*, Russisch* und Türkisch*)
- »Pille danach« und »Spirale danach« (In Russisch* und Türkisch*)
- Verhütung (In Türkisch-Deutsch* und Russisch-Deutsch*)



Ihre Meinung zählt

Liebe Leserin, lieber Leser,

pro familia möchte zuverlässig und gut verständlich über Sexualität, Verhütung und Partnerschaft informieren. Wir arbeiten an der ständigen Verbesserung unseres Angebots. Deshalb möchten wir gern von Ihnen erfahren, wie zufrieden Sie mit der Broschüre »Sexualität und körperliche Behindertung« waren.

Ihr Alter: _____

Ihr Geschlecht

weiblich männlich

Wo haben Sie die Broschüre erhalten?

- pro familia* Beratungsstelle
 andere Beratungseinrichtung
 Arztpraxis / Apotheke
 Schule
 Privatperson
 andere _____

Welche Informationen haben Sie vermisst?

Sonstige Anregungen / Anmerkungen

Fühlen Sie sich nach Lektüre der

Broschüre umfassend informiert?

- ja nein weiß nicht

Bitte ausfüllen, ausschneiden und schicken an:

pro familia Bundesverband

Stresemannallee 3

60596 Frankfurt am Main

oder faxen an: Fax 0 69 / 63 98 52

Vielen Dank!

War der Text der Broschüre verständlich?

- sehr gut gut zufriedenstellend
 unzureichend





Name

Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Bitte
freimachen



pro familia Bundesverband

Streseemannallee 3

D-60596 Frankfurt am Main

Ihre Rechte sind uns wichtig

Wenn Sie zu **pro familia** kommen, haben Sie das Recht auf umfassende Information und Beratung. Ganz gleich, was Sie zu uns führt, wir nehmen Sie ernst und achten Ihre persönliche Würde. Wir behandeln Ihre Anfragen vertraulich und sorgen dafür, dass Ihre Privatsphäre zu jeder Zeit gewahrt bleibt. Bei uns begegnen Ihnen fachlich erfahrene Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die zur Verschwiegenheit verpflichtet sind und Sie auch beraten, wenn Sie anonym bleiben möchten.

Wenn Sie zu **pro familia** kommen, haben Sie das Recht auf Ihre eigene Meinung und Entscheidung. Mit unseren Angeboten wollen wir Ihnen frei von Vorurteilen nützliche Informationen geben, so dass Sie danach selbst entscheiden können, was Sie tun; zum Beispiel, ob Sie unsere weiteren Dienstleistungen in Anspruch nehmen möchten oder nicht.

Zu **pro familia** können Sie gern mehrmals kommen. Sie haben Anspruch auf Nachberatungen, und wir begleiten Sie auch über längere Zeiträume, wenn Sie das wünschen. Sollten wir Ihnen einmal nicht weiterhelfen können, so nennen wir Ihnen andere Einrichtungen, die auf die Besonderheiten Ihrer Probleme spezialisiert sind. Auf Ihrem Weg dorthin werden wir Sie unterstützen.

Auch wir sind nicht allwissend. Schwachstellen oder Fehler können wir aber nur beseitigen, wenn wir sie kennen. Darum sind wir auf Ihre kritische Meinungsäußerung angewiesen. Sprechen Sie offen mit uns: Ihr Recht auf Kritik hilft uns.

Unsere Beratung soll Ihnen nützen

In der Beratung kommt es uns darauf an, Ihnen umfassende Informationen auf verständliche Weise zu vermitteln. Bitte überprüfen Sie, ob uns das gelungen ist: Können Sie jetzt eine Entscheidung treffen, oder haben Sie noch Fragen? Wenn ja, scheuen Sie sich nicht, uns nochmals anzurufen oder zu besuchen. Sie können dazu Ihren Partner, Ihre Partnerin jederzeit gerne mitbringen.

pro familia Landesverbände

Baden-Württemberg

Haußmannstraße 6
70188 Stuttgart
☎ 07 11 / 2 59 93 53
lv.baden-wuerttemberg@profamilia.de

Bayern

Rumfordstraße 10
80469 München
☎ 0 89 / 29 08 40 46
lv.bayern@profamilia.de

Berlin

Kalkkreuthstraße 4
10777 Berlin
☎ 0 30 / 2 13 90 20
lv.berlin@profamilia.de

Brandenburg

Gartenstraße 42
14482 Potsdam
☎ 03 31 / 7 40 83 97
lv.brandenburg@profamilia.de

Bremen

Hollerallee 24
28209 Bremen
☎ 04 21 / 3 40 60 60
lv.bremen@profamilia.de

Hamburg

Seewartenstraße 10
20459 Hamburg
☎ 0 40 / 3 09 97 49-30
lv.hamburg@profamilia.de

Hessen

Palmengartenstraße 14
60325 Frankfurt/Main
☎ 0 69 / 44 70 61
lv.hessen@profamilia.de

Mecklenburg-Vorpommern

Barnstorfer Weg 50
18057 Rostock
☎ 03 81 / 3 13 05
lv.mecklenburg-vorpommern@profamilia.de

Niedersachsen

Steintorstraße 6
30159 Hannover
☎ 05 11 / 30 18 57 80
lv.niedersachsen@profamilia.de

Nordrhein-Westfalen

Hofaue 21
42103 Wuppertal
☎ 02 02 / 2 45 65 10
lv.nordrhein-westfalen@profamilia.de

Rheinland-Pfalz

Schießgartenstraße 7
55116 Mainz
☎ 0 61 31 / 23 63 50
lv.rheinland-pfalz@profamilia.de

Saarland

Mainzer Straße 106
66121 Saarbrücken
☎ 06 81 / 96 81 76 77
lv.saarland@profamilia.de

Sachsen

Weststraße 56
09112 Chemnitz
☎ 03 71 / 3 55 67 90
lv.sachsen@profamilia.de

Sachsen-Anhalt

Richard-Wagner-Straße 29
06114 Halle
☎ 03 45 / 5 22 06 36
lv.sachsen-anhalt@profamilia.de

Schleswig-Holstein

Marienstraße 29-31
24937 Flensburg
☎ 04 61 / 9 09 26 20
lv.schleswig-holstein@profamilia.de

Thüringen

Erfurter Straße 28
99423 Weimar
☎ 0 36 43 / 77 03 03
lv.thueringen@profamilia.de

Ihre nächste Beratungsstelle

Stempel der Beratungsstelle

pro familia tritt für den verantwortlichen Umgang mit knappen Ressourcen ein.

Wenn Sie diese Broschüre nicht mehr benötigen, geben Sie sie bitte an

Interessierte weiter. Vielen Dank.