Foto: Robert/AdobeStock

»Ich will nicht unsichtbar sein«

Die gesellschaftliche Vielfalt stellt die Pflege vor Herausforderungen: Queersensible Pflegekonzepte werden dringend gebraucht – denn Sichtbarkeit, Sicherheit und Teilhabe im Alter sind grundlegende Rechte.

» Pflege darf nicht neutral sein – sie muss parteiisch sein für jene, deren Lebensrealität sonst übersehen wird.

» Queergerechtes Altern bedeutet, als Individuum mit einer queeren Biografie selbstverständlicher Teil der Gesellschaft zu sein.

» Eine zugewandte, wertschätzende Haltung kann Barrieren abbauen, Vertrauen schaffen und echte Teilhabe ermöglichen.

HANNAH BURGMEIER
ist Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin, Pflegepädagogin und Sexualwissenschaftlerin sowie Mitgründerin und Geschäftsführerin der vielfältig. GmbH in Bremen.

Ein Zitat aus der eigenen qualitativen Untersuchung „Queeres Altern in Deutschland" bringt auf eindrückliche Weise die Erfahrungen vieler älterer queerer Menschen in Pflegeeinrichtungen auf den Punkt: „Ich will nicht wieder unsichtbar sein."

Diese eine Aussage steht stellvertretend für den Wunsch nach Anerkennung, Sichtbarkeit und Sicherheit im letzten Lebensabschnitt – nach einem Leben, das oft von Verstecken, Anpassung und Ausgrenzung geprägt war.

Doch was heißt eigentlich „queer" im pflegerischen Kontext? Laut den Umfrage-Ergebnissen aus der eigenen Masterarbeit wird der Begriff als ein „offenes, nicht festgelegtes Konzept" verstanden, das „heteronormative Ordnungssysteme hinterfragt" und vielfältige sexuelle Orientierungen sowie geschlechtliche Identitäten umfasst. Diese facettenreiche Offenheit stellt Chancen dar, bringt aber auch Herausforderungen mit sich – gerade dort, wo biografische Lebensrealitäten in institutionellen Strukturen aufeinandertreffen.

Queere Menschen sind häufiger auf Wahlfamilien angewiesen. Diese sollten anerkannt werden.

Trotz wachsender gesellschaftlicher Akzeptanz bleiben die Lebensbedingungen vieler queerer Senior:innen weiterhin von Unsichtbarkeit und Ausgrenzung geprägt. In Pflegeeinrichtungen fehlen oft Angebote, die ihre spezifischen Bedürfnisse berücksichtigen.

Auch der Neunte Altersbericht der Bundesregierung vom Januar 2025 hebt hervor, wie dringend queersensible Pflegekonzepte gebraucht werden – denn Sichtbarkeit, Sicherheit und Teilhabe im Alter sind grundlegende Rechte.

UNSICHTBARKEIT UND ISOLATION IM ALTER

Viele queere Senior:innen verbergen ihre Identität erneut, sobald sie auf Pflege angewiesen sind. Diese „erzwungene Unsichtbarkeit" hat biografische Gründe: Jahrzehntelange Erfahrungen mit Diskriminierung hinterlassen Spuren.

„Ich hatte mir gewünscht, im Alter offener leben zu können. Aber in der Einrichtung spürte ich sofort, dass ich wieder aufpassen muss. Ich bin wieder zurück im Modus: vorsichtig sein", heißt es in einem weiteren Interview in der aus der qualitativen Untersuchung.

Eine weitere interviewte Person bringt es auf den Punkt: „Ich habe so viel Energie darauf verwendet, mein Leben lang sichtbar zu sein – und jetzt soll ich wieder in die Versenkung? Das fühlt sich an wie ein Verrat an meinem ganzen Weg."

Hinzu kommt: Queere Menschen sind häufiger auf Wahlfamilien angewiesen. Wenn diese im Pflegekontext nicht anerkannt werden, verstärkt sich das Risiko sozialer Isolation. Fehlendes Wissen über queere Lebensrealitäten, falsche Anredeformen oder Schweigen und fachliche Defizite, etwa beim Umgang mit Menschen mit Körperbildveränderungen, führen zu Misstrauen gegenüber Pflegepersonal. Laut dem Verband Queere Vielfalt e.V. (LSVD+) fürchten queere Senior:innen, ihre Identität verbergen zu müssen, um Konflikten zu entgehen.

VORSTELLUNGEN VON GELEBTER SEXUALITÄT IM ALTER

Ein oft wenig thematisierter, aber zentraler Aspekt ist die Bedeutung von Sexualität und körperlicher Nähe im Alter. Die »»

›› Interviews zeigen deutlich, dass körperliche Nähe und emotionale Verbundenheit weiterhin einen hohen Stellenwert haben.

Zum Beispiel: „Im Alter vielleicht mit abnehmender sexueller Lust kann ich mir vorstellen, dass dann halt einfach so Faktoren wie körperliche Nähe und irgendwie berührt werden, dass das einfach einen größeren Stellenwert einnimmt."

Eine andere befragte Person sagt: „Das, was mir ganz spontan dazu einfällt, als allererstes ist Nähe. In welcher Form auch immer die gelebt wird, das muss ja nicht in Form von vollendeten Aktivitäten sein, das kann ja auch, weiß ich nicht, das banale Bild, das Eichhörnchen füttern sein, aber das ist ja emotionale und durchaus auch körperliche Nähe. Für mich ist es so, dass man nur körperlich nah sein kann, wenn man sich auch emotional nah ist."

Es ist der Wunsch nach bestehenbleibender Sexualität zu erkennen. Der Wunsch nach Akzeptanz, Freiheit und Unterstützungsangeboten wird deutlich.

Auch der Wunsch nach struktureller Unterstützung wird formuliert: „(...) und dort halt auch Angebote schafft oder zumindest eine Offenheit dafür schafft für solche Angebote, also beispielsweise Körpertherapeuten oder auch Sexualbegleiter:innen, dass man letztendlich einfach die Möglichkeit hat, auf solche Angebote zurückzugreifen, ohne im Endeffekt in so eine Schmuddelecke gedrückt zu werden."

Diese Aussagen verdeutlichen: Körperliche und sexuelle Bedürfnisse bleiben auch im Alter relevant. Pflegeeinrichtungen müssen Räume schaffen, in denen die Menschen respektiert und unterstützt werden, ohne Stigmatisierung oder moralische Bewertung.

PFLEGEEINRICHTUNGEN ALS SICHERE ORTE GESTALTEN

Pflege muss biografisch sensibel, diskriminierungssensibel und fachlich fundiert sein. Sichtbare Zeichen der Offenheit – etwa queer-freundliche Zertifizierungen oder geschlechtsinklusive Formulare – geben queeren Bewohner:innen Sicherheit. Noch wichtiger ist jedoch die Haltung der Menschen, die pflegen.

Pflege darf nicht neutral sein – sie muss parteilich sein für jene, deren Lebensrealität sonst übersehen wird.

Eine befragte Person berichtet: „Ich wünsche mir eine Pflegeperson, die nicht überrascht ist, wenn ich von meiner Frau erzähle. Ich will nicht immer wieder erklären müssen, dass ich lesbisch bin und das völlig normal ist."

Pflegepersonal sollte daher aktiv Fortbildungen besuchen und offen für Lebensrealitäten jenseits der cis-heteronormativen Norm sein. Eine zugewandte, wertschätzende Haltung kann Barrieren abbauen, Vertrauen schaffen und echte Teilhabe ermöglichen.

STRUKTURELLE UND POLITISCHE MASSNAHMEN

Neben der Arbeit in den Einrichtungen braucht es eine politische Rahmung: Alle Pflegeausbildungen sollten verpflichtende

Queersensible Pflege sollte in Qualitätsprüfungen und Zertifizierungsprozesse aufgenommen werden.

Module zu sexueller und geschlechtlicher Vielfalt enthalten. Antidiskriminierungsrichtlinien müssen die Träger erstellen und diese müsen in Einrichtungen verbindlich verankert werden – nicht als Zusatz, sondern als Selbstverständlichkeit.

Der Neunte Altersbericht fordert klare politische Signale. Pflegeeinrichtungen benötigen Anreize, um queere Lebensrealitäten aktiv mitzudenken. Kooperationen mit spezialisierten Trägern wie „vielfältig. GmbH" können helfen, Konzepte nachhaltig zu verankern.

Zudem sollte queersensible Pflege auch in die Qualitätsprüfungen und Zertifizierungsprozesse der prüfenden Instanzen professioneller Pflege aufgenommen werden. Nur so kann ge-

FAZIT

›› 1.

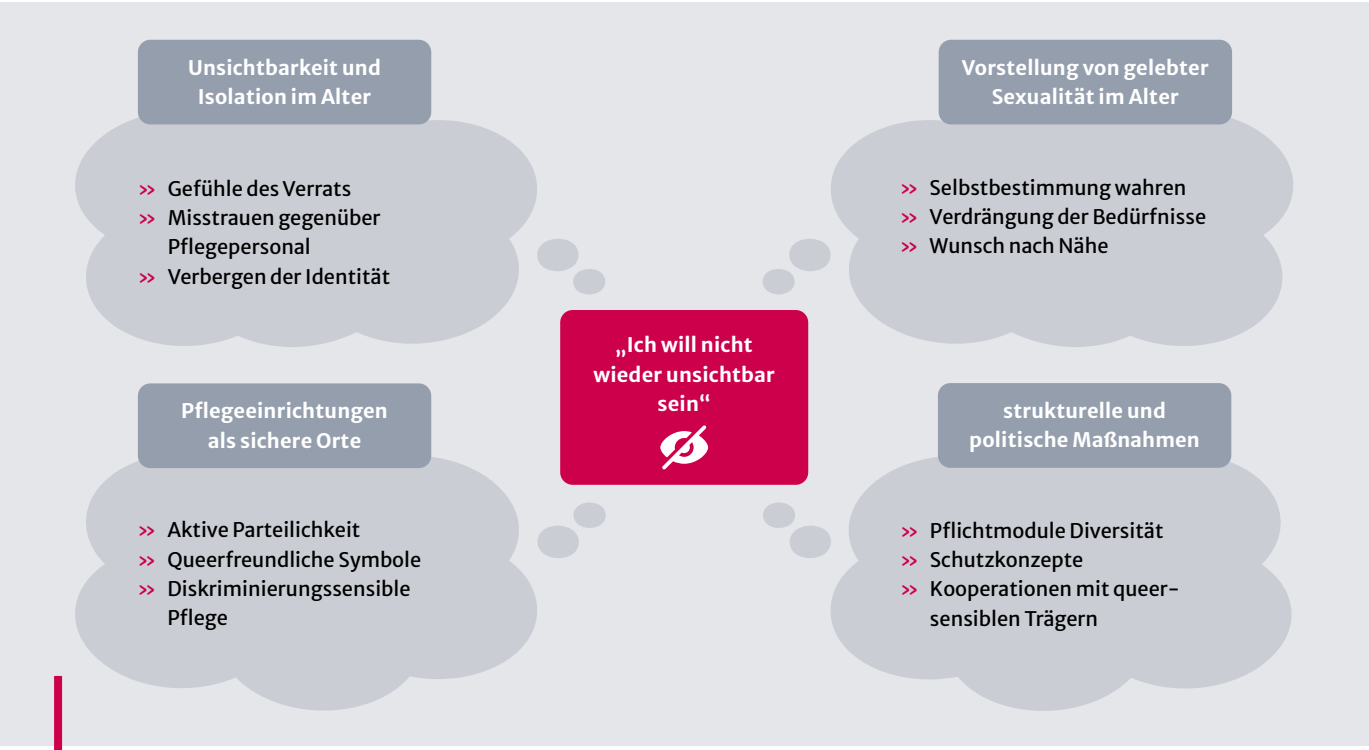
Queeres Altern stellt besondere Anforderungen an Pflege – nicht nur strukturell, sondern vor allem menschlich. Offenheit, Respekt und Sichtbarkeit sind Grundpfeiler einer inklusiven Pflegepraxis.

›› 2.

Die Aussage „Ich will nicht wieder unsichtbar sein" steht sinnbildlich für eine Generation, die zwischen Repression und Emanzipation gelebt hat. Im Alter verdienen queere Menschen mehr als nur Toleranz – sie verdienen Anerkennung. Einrichtungen, die diesen Weg mitgehen, schaffen echte Lebensqualität. Denn gute Pflege ist vielfältig – und das im besten Sinne.

›› 3.

Pflege, die Vielfalt sichtbar macht, ist ein Zeichen gesellschaftlicher Reife. Und ein Versprechen: Niemand soll im Alter das verlieren, was ein Leben lang errungen wurde – die eigene Würde, die eigene Geschichte und die eigene Sichtbarkeit.



Grafik: Hannah Burgmeier

Der Wunsch nach Anerkennung, Sichtbarkeit und Sicherheit steht im Mittelpunkt – nach einem Leben, das oft von Verstecken, Anpassung und Ausgrenzung geprägt war.

währleistet werden, dass queere Senior:innen nicht auf individuelles Glück angewiesen sind, sondern auf strukturelle Sicherheit vertrauen können.

Queergerechtes Altern bedeutet, als Individuum mit einer queeren Biografie selbstverständlicher Teil der Gesellschaft zu sein.

Pflegepersonal sollte Fortbildungen besuchen und offen für Lebensrealitäten jenseits der Norm sein.

Oder mit den Worten einer interviewten Person: „Ich will nicht als Ausnahme gelten, sondern als Teil des Ganzen. Auch mit meiner Geschichte.“

PRAXISBEISPIEL: VIELFÄLTIG. GMBH BREMEN

Ein konkreter Praxistransfer aus der eigenen Masterarbeit ist die Gründung der „vielfältig. GmbH“ in Bremen. Wir machen Sexualität und geschlechtliche Vielfalt aktiv sichtbar.

Als ambulanter Pflegedienst einerseits bieten wir mit „vielfältig. Lernen“ andererseits praxisnahe Workshops und Fortbildungsangebote für Pflegeeinrichtungen, um Sexualität besprechbar zu machen, queersensible Strukturen aufzubauen, Kommunikations- und Fachkompetenz zu stärken sowie Vorbehalte abzubauen. In einem Workshop für Pflegefachpersonen zeigt sich: Unsicherheiten entstehen oft aus Unwissen. Eine Pflegefachperson sagte in einem Workshop: „Ich hatte Angst, etwas falsch zu sagen. Jetzt weiß ich, dass Zuhören und Fragen besser ist als Schweigen.“

Erfahrungen wie diese machen deutlich, wie wichtig niedrigschwellige Bildungsangebote sind. Nur durch kontinuierliche Sensibilisierung kann Pflege wirklich inklusiv werden. «‹

freie Mitarbeit: Karen Roske
Eine Literaturliste kann angefordert werden.
Kontakt: hallo@vielfaeltig-bremen.de

MEHR ZUM THEMA

Literaturtipp: Heinz-Joachim Büker, Margret Schumacher: Lebensweltorientierte Pflege. Lehrbuch für die Ausbildung zur Pflegefachfrau/zum Pflegefachmann. Vincentz Network. **https://vinc.li/lwp**

Zum Weiterlesen: Umfrage unter Pflegefachkräften, Heimleitungen und Auszubildenden: Wie Pflegende damit umgehen können, wenn manche Bewohner:innen Vorbehalte gegenüber der Vielfalt geschlechtlicher Identitäten haben, war auch Thema der Rubrik „Ansichtssache“ in **Altenpflege** 7.2022 **https://altenpflege-digital.net**

mega com
ein deutscher Hersteller für
Bewegungsmelder
drahtlos, kompatibel mit fast allen Schwesternrufanlagen.
Info unter 04191/9085-0
www.megacom-gmbh.de