

Typisch Mann, typisch Frau

Auch im Alter stiften die Kategorien Mann/Frau Identität. Wie gendergerechte Betreuung im Alltag gelingen kann, zeigt unsere Autorin. Sie stellt dazu zahlreiche Beispiele aus ihrer Praxis vor.

Text: Sabine Richartz

Haben Sie schon einmal überlegt, was Sie persönlich zum Mann oder zur Frau macht? Sind es die hohen Schuhe, die langen Haare oder die lackierten Nägel, die Sie zur Frau machen? Oder ist es der Bart, die tiefe Stimme und die Krawatte, die Sie zum Mann machen? Ist es Ihnen wichtig, zu der einen oder anderen Kategorie zu gehören? Ist es Ihnen wichtig, dass das Gegenüber Sie mit dem korrekten Personalpronomen anspricht, Sie als Frau oder Mann wahrnimmt? Was ist mit den Pflegebedürftigen? Häufig sind im Alter Geschlechtergrenzen nicht mehr klar, insbesondere bei einem alternden Körper. Nichtsdestotrotz gehören Kategorien wie Mann/Frau oder – heutzutage auch nicht-binär, trans oder ähnliches – zu unseren wichtigsten Identitätsattributen. Auch im Alter ist die Kategorie Mann/Frau ein identitätsstärkendes Attribut und sollte – insbesondere bei einer demenziellen Veränderung und dem damit

verbundenen Schwinden der Identität – besondere Berücksichtigung im Pflegealltag erhalten. Frauen werden älter als Männer, und Männer sterben früher, so dass wir in den Langzeitpflegeeinrichtungen vermehrt mit Frauen zu tun haben und die Männer – auch in der Betreuung – häufig zu kurz kommen. Viele spezialisieren sich daher auf männergerechte Betreuung. So gehört der Stammtisch, das Werken oder Kegeln zum männergerechten Beschäftigungsrepertoire. Aber reicht das, um Geschlechterzugehörigkeit auch im Alter zu erhalten? Gerade bei Menschen mit Demenz, deren Identität sich im Zuge der degenerativen Prozesse auflöst, kann das Erinnern an das klassische Geschlechterbild die Identität möglicherweise fördern und aufrechterhalten. Schon bei den „Aktivitäten und existentiellen Erfahrungen des alltäglichen Lebens“ von Monika Krohwinkel spielt das „sich als Mann oder Frau Fühlen“ eine wichtige Rolle.

Tipps für die (weibliche) Betreuungskraft zur Ansprache von Männern

- Teilen Sie ihm mit, dass Sie seinen Rat benötigen.
- Appellieren Sie an seine Stärke und seine technischen, handwerklichen Kompetenzen.
- Geben Sie sich als Frau hilflos. Zeigen Sie ihm, dass Sie ihn brauchen.
- Wecken Sie den Kavalier in ihm.

Was Geschlechtsidentität bedeutet

Die Geschlechtsidentität betrifft den Teil der Identität, der auf das Geschlecht bezogen ist. Dabei geht es um das Erleben der Geschlechtszugehörigkeit, insbesondere, ob dies mit dem biologischen Geschlecht übereinstimmt oder ob es eine Abweichung davon gibt. Im Englischen wird eine deutliche Unterscheidung gemacht zwischen „sex“, also dem biologischen Geschlecht, und „gender“, dem sozial konstruierten Geschlecht, das sich aus der sozialen Rolle, dem Einfluss der Gesellschaft, dem persönlichen Umfeld und der Erziehung ergibt. Zur Entwicklung und Aufrechterhaltung unserer (Geschlechts-)Identität benötigen wir eine Rückmeldung aus unserer Umwelt, indem wir schon



Im Alltag tun wir bereits unbewusst viel, um Geschlechtsidentität zu stärken.



Sabine Richartz, Diplom-Pädagogin, Leitung Sozialer Dienst, QM-Beauftragte, Dozentin Seniorenzentrum St. Franziskus, St. Augustin (bei Bonn), demenz-dolmetscher.de

als Kinder Sätze wie „Du bist ein braves Mädchen“ oder „Du bist schon ein ganzer Mann!“ zu hören bekommen. Darüber hinaus gibt es Faktoren, die uns auf ein bestimmtes Geschlecht prägen sollen, wie Spielzeug, Namen und Kosennamen, Kleidung, Hobbies. Unsere Gesellschaft ist heute offener und vielfältiger als sie es vor 50 Jahren oder länger war, sodass auch unsere Geschlechtergrenzen vielfältiger und bunter werden.

Der Rolle entsprechen

Zusätzlich zu den Erwartungen, Rollenzuschreibungen und anderen Faktoren erlernen wir, wie wir uns als Frau oder als Mann zu verhalten haben, indem wir uns das Verhalten von anderen anschauen. So sind Eltern die ersten prägenden Rollen, was Geschlechterzuschreibungen angeht. Auch später identifizieren wir uns mit Vorbildern und berühmten Personen. Wir fühlen uns zu bestimmten Gruppen und Menschen zugehörig und schauen

uns Rollenverhalten ab. Geschlechterrollen umfassen die allgemeinen gesellschaftlich akzeptierten Erwartungshaltungen an das Verhalten von Männern und Frauen in bestimmten Lebenssituationen, wie Familie und Beruf, im sozialen Miteinander und im politischen Handeln. Einer von der Gesellschaft erwarteten Rolle nicht zu entsprechen, ist immer schwerer, als sich dieser zu fügen. Rollenerwartungen bieten uns auch einen gewissen Schutz und Bewegungsrahmen. Denn soziale Rollen schreiben uns auch unsere Verhaltensweisen vor, sogenannte Skripte. Als Frau muss ich mir beim ersten Date nicht so viele Gedanken machen, wer das Essen bezahlt, da es einen erwarteten Verhaltenskodex gibt (welchen man(n) jedoch nicht immer befolgt). Die Geschlechtsidentität unserer Bewohner:innen richtet sich derzeit überwiegend nach dem klassischen Rollenbild einer Frau beziehungsweise eines Mannes:



Visuelle Reize können Impulsgeber für Themenstunden rund um den typischen Mann oder die typische Frau sein.

hose? Berührend war eine Situation, in der eine Dame im Flur sitzend schrie: „Ich bin nackt!“, obwohl sie bekleidet war. Die Pflegekraft hatte vergessen, ihr den Büstenhalter anzuziehen. Die Dame fühlte sich sichtlich unwohl. In Pflegehandlungen sehen wir also den Aspekt „sich als Frau/Mann fühlen“ von Krohwinkel. Und in der Betreuung? Können wir das Geschlecht über bestimmte Aktivierungsangebote und Beschäftigungsideen erhalten, fördern oder daran erinnern?

Geschlechtsidentität im Alter und bei demenziell veränderten Menschen stärken

Einen großen Teil an Förderung der Geschlechtsidentität erfolgt mit der ersten Pflegehandlung am Morgen. Welche Kleidung wird angezogen? Wird der Dame Schmuck angelegt, wird sie geschminkt oder frisiert? Aber auch in der Betreuungsarbeit können wir einiges leisten, um die Bewohner:innen daran zu erinnern, welchem Geschlecht sie angehören: Es ist meines Erachtens unerlässlich, sie mit Herr oder Frau anzusprechen. Ein höflicher Umgangston, der an die Geschlechtszugehörigkeit erinnert, ist eine fast nebensächliche Alltagshandlung, dennoch nicht immer Standard. Auch wenn wir ein anderes Verständnis vom Mannsein/Frau-sein haben, so hilft es zu akzeptieren, dass unsere Betreuten in der Regel in ihrer Geschlechtsidentität klassisch sozialisiert und erzogen worden sind und der klassischen Rollenverteilung einen hohen Stellenwert geben. So können wir manchmal nicht akzeptieren, dass der ältere Herr sich nichts von einer jungen Frau sagen lassen möchte, oder die ältere Dame immer am Essen meckert. Wenn Sie sich auf die klassische Rollenverteilung einstellen, so können Sie sich selbst – zumindest was die Interaktion mit dem Gegenüber anbelangt – dem klassischen Rollenbild fügen und den Herrn um seine Hilfe oder die Dame um eine Expertise in Haushaltsdingen bitten. Mit geschlechtsspezifischen Aktivitäten wie Kochen, Backen oder Handarbeiten für die Damen und Kegeln, Werken oder dem Männerstammtisch für die Herren schaffen wir ein Gemeinschaftsgefühl untereinander. Zudem können wir über bestimmte Geschlechterstereotypen direkt in Kontakt treten und ein anregendes Gespräch führen. Stereotypen stellen überspitzt dar, wie sich Geschlechter verhalten sollten und welche Eigenschaften sie haben. Wir

Während der Mann Oberhaupt der Familie, Ernährer und Respektperson war, war die Frau abhängig vom männlichen Beschützer – finanziell, persönlich und familiär. Meist haben die Männer eine höhere Schulbildung und eine Ausbildung durchlaufen, während die Damen auf ihre hauswirtschaftlichen und familiären Pflichten vorbereitet wurden. Sie hatte schön und attraktiv zu sein, gleichzeitig keusch und zurückhaltend, während der Mann der Eroberer war, der sexuell aktive, kämpferisch starke Jäger.

Wenn das klassische Rollenbild brüchig wird

Schauen wir uns jetzt die Klassiker im Alter an: der einstige Leistungsträger, der kämpferische und sexuell aktive Mann, erlebt den Verlust seiner Fähigkeiten. Er geht keinem Beruf mehr nach, der ihn am meisten geprägt hat, ist weder als Ehemann noch als Familienoberhaupt gefragt. Vielleicht erlebt er auch den Verlust seiner sexuellen Aktivität. Die betagte Dame hingegeben erlebt den Verlust ihrer Attraktivität. Sie ist in der Mutterrolle, in der Rolle als Ehefrau nicht mehr gefragt. Ihre Hauptaufgabe, den Haushalt, übernehmen andere für sie. Wie können diese Menschen, die ihre Geschlechtsidentität verlieren, sich weiterhin als Mann oder Frau erleben?

Unser Körper ist unser Ausdrucksmittel. Über Kleidung oder Frisur können wir unsere Identität zeigen. Kann der Körper auch im Alter Ausdrucksmittel für die Geschlechtsidentität sein? Wer schminkt Frau Müller und schminkt sie abends wieder ab? Wird Herrn Walter der Anzug mit Krawatte angezogen oder doch lieber die bequeme Jogging-

orientieren uns an ihnen, weil es für uns leichter ist, Eigenschaften des Gegenübers zu beurteilen und unsere Reaktionen darauf zu beziehen.

Über Stereotypen ins Gespräch kommen

Gerade die Werbung suggeriert uns gerne klassische Stereotypen. Wenn wir also wissen wollen, wie offen unsere Gesellschaft heute Geschlechtervielfalt zulässt, so lohnt sich ein Vergleich mit einer Werbung aus den 1950er-Jahren, in der die brave Hausfrau das Essen für den werten Ehegatten vorbereitet, während 2022 ein geschminkter Mann einen anderen Mann küsst. Auch hier merkt man, dass unsere Geschlechterrollen eng mit Sexualität verbunden sind, da wir in einer hetero-normativen Gesellschaftsform leben und unser Geschlecht unsere Partnerwahl beeinflusst.

- Einige in der Medienlandschaft erfolgreiche Comedians arbeiten mit Stereotypen und polarisieren damit ihr Publikum. Diese gängigen Vorstellungen von Mann und Frau polarisieren nicht nur. Sie sind Anlass für eine lebendige Diskussion und regen zum Erinnern und Erzählen an. Versuchen Sie es doch selbst einmal mit folgenden Aussagen:
- Frauen telefonieren stundenlang, während Männer wortkarg sind.
 - Männer sind eindeutig die besseren Autofahrer, während Frauen nicht einparken können.
 - Männer verdienen das Geld hart, Frauen können es mit großen Händen wieder ausgeben

Solche Aussagen lassen Sie ins Gespräch kommen (auch wenn das nicht unbedingt Ihre Meinung ist), und mit diesen Aussagen können Sie biografisch arbeiten und erfragen, wie das bei Ihrem Gegenüber war. Sie können die Stereotypen umkehren, um so noch etwas provokanter ins Gespräch einzusteigen: „Männer sind im Grunde viel sensibler als Frauen. Frauen sind das eigentliche starke Geschlecht!“ Solche Impulse sind gleichermaßen Ansporn, für Männer wie Frauen, zum Erzählen und um in Erinnerungen zu schwelgen. Oft können Sie dies nebenbei einbringen – wenn mal wieder Ihr Telefon klingelt und die Kollegin einfach nicht zum Punkt kommt. Eine Aktivierungskiste rund um die Hochzeit, Bilder von berühmten Frauen oder Männern oder Modeschmuck – visuelle Reize können Impulsgeber für Themenstunden rund um den typischen Mann oder die typische Frau sein.

Einige in der Medienlandschaft erfolgreiche Comedians arbeiten mit Stereotypen und polarisieren damit ihr Publikum. Diese gängigen Vorstellungen von Mann und Frau polarisieren nicht nur. Sie sind Anlass für eine lebendige Diskussion und regen zum Erinnern und Erzählen an. Versuchen Sie es doch selbst einmal mit folgenden Aussagen:

Mehr zum Thema
Echte Kerle, Mit Geschichten erinnern und aktivieren, Maria Metzger, Vincentz Network, 2020, 21,90 Euro, aktivieren.net/shop/aktivieren/buecher/echte-kerle
Flotte Lotte, Mit Geschichten erinnern und aktivieren, Maria Metzger, Vincentz Network, 2021, 19,90 Euro, aktivieren.net/shop/aktivieren/buecher/flotte-lotte
Lesen Sie auch den **aktivieren**-Beitrag „Mit Würfelspielen Männer begeistern“ von Dorothee Rottmann-Heuer (1/2021).

Wie Sie die klassische Frau ansprechen

- Lassen Sie sich von der perfekten Hausfrau Tipps rund um Haus und Hof geben.
- Teilen Sie ihr mit, dass Sie ihren Rat benötigen.
- Appellieren Sie an ihre Kompetenzen rund um Haushaltsführung, Erziehung und das Eheleben.
- Beachten Sie das Bedürfnis nach Schönheit, Adrettsein und Gepflegtsein.

Ob nun Themen zur Partnerwahl, Eheleben, stereotypische Verhaltensweisen, Kleidung, Benimmregeln – die Geschlechtsidentität bietet ein umfangreiches Themenspektrum. Sie betrifft uns alle und schafft somit auch Gemeinsamkeiten zwischen der Betreuungskraft und dem zu Betreuenden.

An das Geschlecht erinnern – auch bei Demenz

Auch wenn die demenzielle Veränderung weiter fortschreitet, so ist die Geschlechtsidentität oft noch vorhanden. Der unruhige demenzkranke Mann schraubt so lange an den Tischschrauben, bis diese locker sind. Die Dame zerreißt fein säuberlich die Papierservietten am Tisch. Machen Sie ihnen geschlechtsspezifische Beschäftigungsangebote: Das Arbeiten mit Puppen kann an die Elternrolle erinnern. Mit geschlechtsspezifischen Puzzlen kann die Dame die Teile zu einer Küche zusammensetzen, während der Herr sich mit dem Geräteschuppen auseinandersetzt (Beispiel „Puzzle und mehr“: aktivieren.net/shop/aktivieren/spiele/puzzle-und-mehr). Mit individuellen Nesteldecken können sich unruhige Finger geschlechtsspezifisch beschäftigen. Nesteldecken für Herren können mit kleinen Werkzeugen, einem alten Hemd zum Zuknöpfen oder einem reizvollen Damenslip gestaltet werden. Die für Damen mit Blumen-dekor, Stoffen und Verschlüssen erinnern an Handarbeiten. Wir tun unbewusst schon viel, um Geschlechtsidentität zu stärken. Werden Sie sich bewusst, wie wichtig das ist.

Angebote, die Männer und Frauen gezielt ansprechen, finden Sie in der Ideendatenbank von **aktivieren^{plus}** (aktivieren-plus.de), zum Beispiel „Quiz 1950er Jahre“, aktivieren-plus.de/aktivierungsangebote/quiz-1950er-jahre. Der Zugang ist im Abonnement der Zeitschrift inkludiert, für die erstmalige Registrierung bitte Abo-Nummer bereithalten.

