

JOURNAL FÜR MENOPAUSE

ROSEMEIER HP, NAVE Y

Zur Qualität von Partnerschaft und Sexualität im Klimakterium

Journal für Menopause 1998; 5 (1) (Ausgabe für Schweiz), 9-13

Journal für Menopause 1998; 5 (1) (Ausgabe für Deutschland), 5-9

Journal für Menopause 1998; 5 (1) (Ausgabe für Österreich), 7-12

Homepage:

www.kup.at/menopause

**Online-Datenbank mit
Autoren- und Stichwortsuche**

ZEITSCHRIFT FÜR DIAGNOSTISCHE, THERAPEUTISCHE UND PROPHYLAKTISCHE ASPEKTE IM KLIMAKTERIUM

**Erschaffen Sie sich Ihre
ertragreiche grüne Oase in
Ihrem Zuhause oder in Ihrer
Praxis**

Mehr als nur eine Dekoration:

- Sie wollen das Besondere?
- Sie möchten Ihre eigenen Salate,
Kräuter und auch Ihr Gemüse
ernten?
- Frisch, reif, ungespritzt und voller
Geschmack?
- Ohne Vorkenntnisse und ganz
ohne grünen Daumen?

Dann sind Sie hier richtig



ZUR QUALITÄT VON PARTNERSCHAFT UND SEXUALITÄT IM KLIMAKTERIUM

ZUSAMMENFASSUNG

Ein Teil der Frauen erfährt die Wechseljahre mit reduzierter Libido. Unbeantwortet bleibt die Frage, ob der endokrinologisch bedingte Bedürfniswandel alleinige Ursache für den Rückgang ist oder vielmehr Zärtlichkeitsmängel in der Partnerschaft eine Rolle spielen. In allen Berliner Studien wurde eine Gruppe von Frauen festgestellt, die ohne Partner leben. Die Verfügbarkeit möglicher neuer Partner ist für die menopausale Frau aus demographischen Gründen erheblich reduziert. Andererseits ist es interessant festzustellen, daß Frauen, die in einer Partnerschaft auf Distanz leben, d. h. der Partner ist nicht ständig verfügbar, mehr sexuelle Phantasien, intensivere Bedürfnisse und einen höheren sexuellen Aktivitätsgrad aufweisen. Die ansonsten berichtete relativ große Zufriedenheit mit vorhandenen Partnerschaften kann auch der sozialen Erwünschtheit im Fragebogen-Beantworten zugeschrieben werden. Jedenfalls wäre zu wünschen, daß Frauen, die sich um neue Partnerschaften bemühen, – den Männern vergleichbar – weniger gesellschaftlich sanktioniert würden.

EINLEITUNG

Die Menopause stellt den Abschluß der reproduktiven Phase der Frau im Verlaufe ihrer biographischen Entwicklung dar. Das wurde und wird wegen des unwiderbringlichen Verlustes der fertilen Funktion als psychologische Kränkung interpretiert. Wir

fragen uns, ob und inwieweit die Interpretation des Verlusterlebens wegen der verlorenen Reproduktionsfunktion symbolisch auch für Defizite und Kränkungen der sexuellen Lustfunktion in den Wechseljahren gilt.

Die Frau in den Wechseljahren sieht sich in der Gesellschaft erheblich abgewertet, obwohl sich die Frauen selbst als durchaus attraktiv ansehen [1]. Daher interessiert die Frage, wie es um die Qualität von Partnerschaft und Sexualität der perimenopausalen Frau tatsächlich bestellt ist. Können menopausale Frauen wirklich als sexuell weniger ansprechbar angesehen werden? Sind sie in ihren sexuellen Bedürfnissen, ihrer Libido reduziert? Von der Frau in der Lebensmitte sollte angenommen werden, daß sie ihre intimen Bedürfnisse gut kennengelernt hat [2]. Mit Hilfe ihres Erfahrungspotentials könnte sie doch daher ihr Intimleben adäquat selbst bestimmen und gemäß ihren individuellen Interessen gestalten. Die Frage ist allerdings, inwieweit das psycho-soziale Umfeld diese Souveränität und den Willen der Frau unterstützt: Kann die in ihrer biographischen Reifung und Erfahrung gewachsene Intimität entsprechend differenziert gelebt werden?

Wie reagierte ihr Umfeld darauf, wenn die Frau im Wechsel tatsächlich zu experimentieren begänne? Männer in der Lebensmitte wenden sich nicht selten einer jüngeren Frau zu, ohne daß sie nennenswerte gesellschaftliche Sanktionen zu gewärtigen hätten, solange sie in der Lage sind, die Jüngere angemessen zu versorgen. Für die Frau im middle-

ren Alter ist ein solcher Neuanfang mit einem jüngeren Partner schwieriger und wird viel eher sozial negativ sanktioniert. Die fertile Frau wird in allen Gesellschaften bezüglich ihres Sexualverhaltens deshalb so genau beobachtet, damit über die Herkunft der Nachkommenschaft Kontrolle besteht. Eine mögliche sexuelle Expansivität der Frau in den Wechseljahren wird selbst dann noch intensiv gesellschaftlich überwacht, wenn der reproduktive Zweck längst entfallen ist.

INSTRUMENTE

Zur Untersuchung klimakterischer Symptome wurde die Menopause-Rating-Skala (MRS) von Hauser et al. verwendet, ein Selbsteinschätzungsinstrument, eine Beschwerdeskala für klimakterische Beschwerden. Desweiteren kamen der Partnerschaftsfragebogen von Hahlweg (PFB), ein abgewandelter Sexualfragebogen von Hartmann und ein die demographischen Variablen erfassender Fragebogen zum Einsatz.

STICHPROBE

Befragt wurden 104 Frauen zwischen 47 und 59 Jahren (Median 53 Jahre), zu 28 % prämenopausal, 27 % perimenopausal und 45 % postmenopausal. Zwei Drittel waren verheiratet, 20 % geschieden. 82 % der Befragten hatten Kinder. 65 % der Frauen waren berufstätig, die Hälfte ganztätig. 77 % leben mit einem Partner zusammen, 10 % stehen allein, 13 % haben einen Partner, leben aber nicht mit ihm zusam-

men. Die Partnerschaften bestanden seit einem halben Jahr bis zu 40 Jahren, mit einem Median der Dauer von 27 Jahren.

Mehr als die Hälfte der Partnerschaften besteht länger als 10 Jahre, ein Drittel länger als 30 Jahre.

SEXUELLE PHANTASIEN

48 % der befragten Frauen haben gelegentlich bis sehr oft tagsüber spontane sexuelle Phantasien. Ein Drittel scheint wenig Freude an solchen Phantasien zu haben, ein Viertel der Frauen genießen sie jedoch. Die größte Gruppe von Frauen (41 %) steht sexuellen Phantasien ambivalent gegenüber (vgl. Abb. 1).

SEXUELLE BEDÜRFNISSE

Insgesamt bestätigt sich, daß bei einem Teil der Frauen (27 %) das Bedürfnis nach Sexualität abnimmt (Abb. 2) und Sexualität an Bedeutung zu verlieren scheint; 32 % beantworten die Frage nach den sexuellen Bedürfnissen mit „teil-teils“. Mit zunehmendem Menopausalalter wird eine Tendenz zu rückläufiger Libido noch ausgeprägter. Die Abnahme der Bedürfnisse hat vielfältige Gründe: endokrinologische Ursachen wie beim Lubrikationsmangel oder Vaginal(epithel)atrophie wegen des Östrogendefizits, andererseits versandete Partnerschaften oder schlicht das Fehlen eines Partners durch Trennung oder Tod. Depressive Verstimmungen gehen mit Libidominderung einher.

Für 30 % der Frauen hat Sexualität „kaum“ oder „überhaupt

Abbildung 1: Sexuelle Phantasien: „Ich habe Spaß an sexuellen Gedanken und Phantasien“

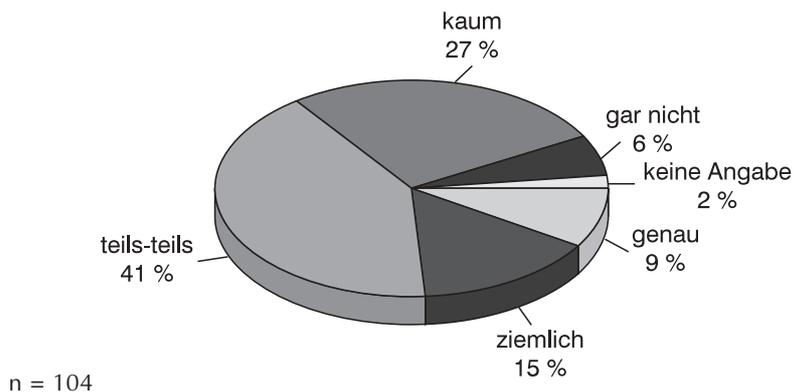
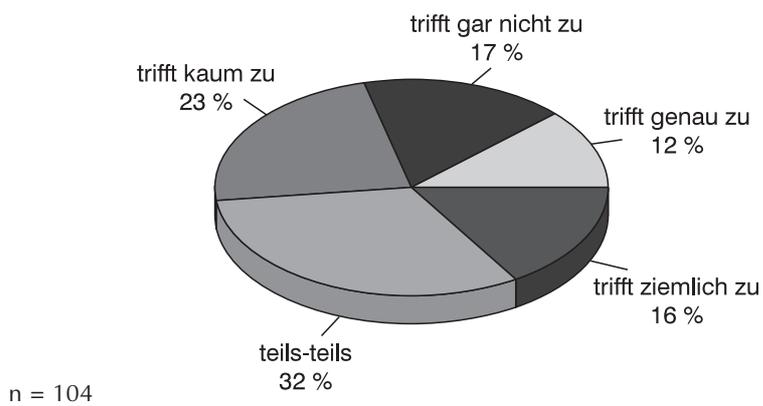


Abbildung 2: Sexualität hat an Bedeutung verloren ...



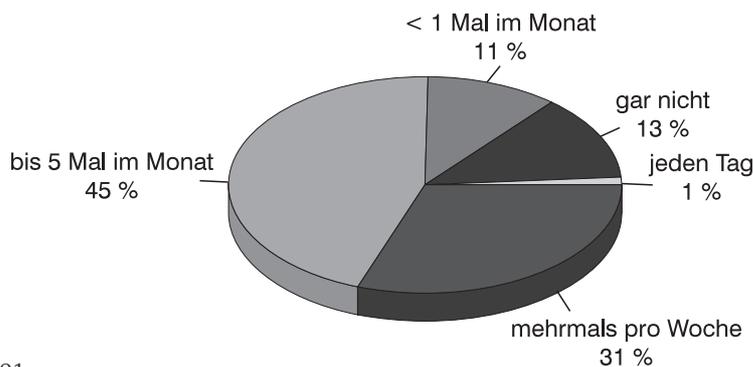
nicht“ an Bedeutung verloren. Das Spektrum der sexuellen Bedürfnisse ist weit und reicht vom täglichen Wunsch nach sexuellem Kontakt bis zur völligen Ablehnung desselben. Wie häufig sich die befragten Frauen Geschlechtsverkehr wünschten, zeigt Abbildung 3. Die Mehrheit wünscht sich regelmäßige Aktivität, nur 12 % wollen gar keine sexuellen Kontakte.

SEXUELLE AKTIVITÄTEN

Gibt es Hinweise auf eine Diskrepanz zwischen den Bedürfnissen

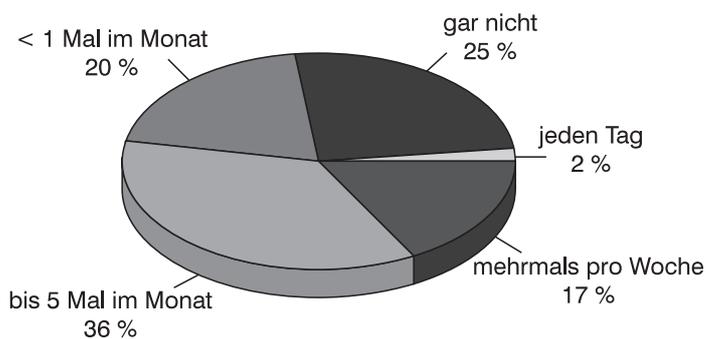
der Frau und der tatsächlich gelebten oder lebbar Sexualität im Verhalten? Vergleicht man das Verhältnis von geäußertem Bedürfnis und der tatsächlichen sexuellen Aktivität, so zeigt sich, daß es eine kleine Gruppe von Frauen gibt, die mehr sexuellen Verkehr haben, unter Umständen also hinnehmen oder auch erdulden, als sie es sich wünschen. Bei der größten Gruppe von Frauen entsprachen sich Bedürfnis und Aktivität. Die zweitgrößte Gruppe hatte weniger Verkehr, als sie es sich wünschte. Die realen Aktivitäten (heterosexueller Koitus) werden in Abbildung 4 gezeigt.

Abbildung 3: Sexuelle Bedürfnisse: Wunsch nach sexuellen Kontakten (Koitus/Petting)



n = 101

Abbildung 4: Sexuelle Aktivität in der letzten Zeit



n = 101

15 % der Frauen gaben an, ihre sexuellen Wünsche oder Neigungen in der Beziehung zu ihrem Partner nicht befriedigen zu können.

SEXUELLE BEFRIEDIGUNG

Wie häufig die sexuell aktiven Frauen im Menopausealter beim Koitus einen Orgasmus berichten, zeigt Abbildung 5. Etwa die Hälfte erlangte häufig bzw. immer einen Höhepunkt, ein Drittel nur gelegentlich, 14 % jedoch nie. Im Vergleich mit anderen Statistiken deutet sich hier an, daß Frauen in der Lebensmitte öfter über eine

geglückte, vielleicht ausgereifere Befriedigung verfügen, als das bei der jüngeren Frau beobachtet wird.

KOMMUNIKATION IN DER SEXUELLEN BEZIEHUNG

Nach Auskunft der befragten Frauen artikulieren die Männer ihre eigenen Bedürfnisse selten verbal: etwa 80 % sprechen selten oder nie über ihre sexuellen Wünsche. 12 % der Frauen beklagen mangelndes Verständnis des Partners für ihre Probleme, so daß sie sich in ihrer sexuellen Beziehung dadurch belastet fühlen. Die geringe Kommunika-

tion wirkt sich verständlicherweise negativ auf die Partnerschaftszufriedenheit aus. Wenn es um den Austausch von Informationen über sexuelle Bedürfnisse in der Partnerschaft geht, so beschreibt nur gut die Hälfte der Frauen, daß ihr Partner positiv auf ihre Wünsche reagiere.

NICHT GELEBTE SEXUALITÄT

Nach den Untersuchungsergebnissen von Jürgensen [3] verfügten von 219 Patientinnen einer Menopausensprechstunde nur 48 % eindeutig über eine gelebte Sexualität. 12 % waren, aus welchen Gründen auch immer, trotz vorhandener Partner sexuell inaktiv. 16 % hatten keinen Partner; zu einem auffällig hohen Anteil von 24 % wurden keine Angaben gemacht. In unserer Untersuchung hatten insgesamt 24 % der Frauen keinen sexuellen Verkehr. Trotz vorhandenem Partner waren 15 % inaktiv, ohne Partner waren 77 % sexuell inaktiv.

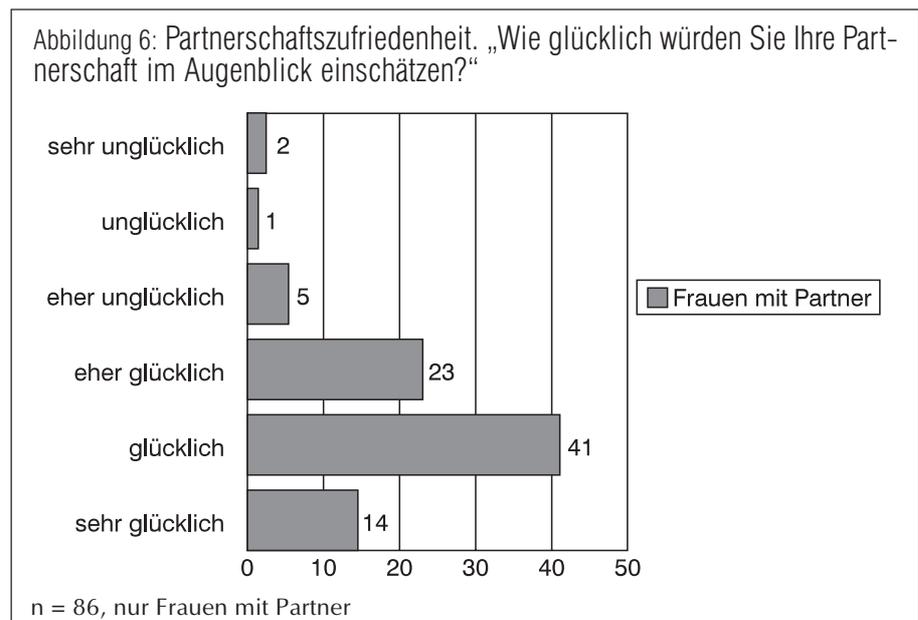
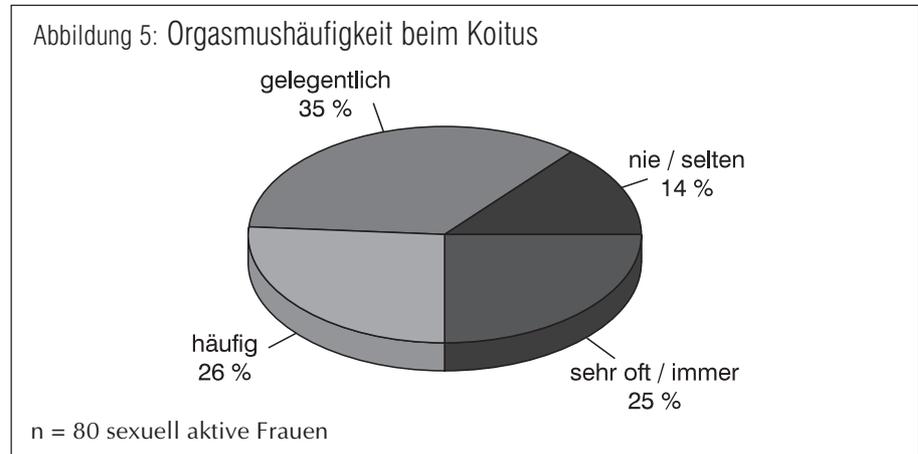
PARTNERSTATUS UND SEXUALVERHALTEN DER FRAU

Eine wichtige Erkenntnis unserer Untersuchung ist die Tatsache, daß sexuelle Phantasien, Bedürfnisse und Aktivitäten in einem Zusammenhang mit der Partnersituation stehen. Es ist nur verständlich, daß die Frauen ohne festen Partner eher über weniger sexuelle Kontakte verfügen als diejenigen Frauen mit festem Partner, und daß Frauen ohne festen Partner häufiger masturbieren. Interessant ist aber der

hochsignifikante Unterschied zwischen den Frauen, die mit ihrem Partner in häuslicher Gemeinschaft leben und denjenigen, die zwar einen festen Partner haben, jedoch von ihm in räumlicher Distanz wohnen: die Frauen, die von ihrem Partner räumlich getrennt leben, berichten wesentlich stärker ausgeprägte sexuelle Bedürfnisse, sie sind darüber hinaus sexuell aktiver, sowohl beim Koitus als auch bei der Masturbation; sie äußern mehr Freude an sexuellen Phantasien als die Frauen, die mit ihrem Partner zusammenleben. Die Anziehungskraft könnte wachsen, wenn der Partner nicht allzuleicht leicht verfügbar ist; oder befinden sich diese Partnerschaften auf Distanz noch in einer jüngeren Beziehungsphase, oder sinkt die Anziehung, wenn die gewohnten Partner allzu leicht verfügbar sind; oder befinden sich Paare, die schon lange eng miteinander leben in einer älteren Beziehungsphase? Vom weniger realen Partner geht eher mehr Magie aus. Bei den sexuellen Phantasien und Bedürfnissen nehmen sogar die Frauen ohne Partner die Mittelposition ein, d.h. sie beschäftigen sich stärker mit Sexualität als die enger an ihren Partner gebundenen Frauen.

ZÄRTLICHKEIT IN DER PAARBEZIEHUNG

Zärtliche Berührungen sind, ebenso wie das „in-den-Armen nehmen“, bei 70 % der Paare häufig, bei fast einem Drittel aber (sehr) selten, oder es wird von der Frau nicht als angenehm empfunden. Partnerschaftliche Zunei-



gung wird von den Partnern in etwa zwei Drittel der Fälle häufiger artikuliert, ein Drittel sagt selten oder nie „ich habe dich gern“. Die Kommunikation über sexuelle Bedürfnisse und Wünsche ist häufig reduziert oder gestört.

PARTNERSCHAFTS- ZUFRIEDENHEIT

Zwei Drittel der untersuchten Frauen gaben an, in ihrer Partner-

schaft „glücklich“ oder „sehr glücklich“ (16 %) zu sein, ein Viertel wählte die zwiespältige Kategorie „eher glücklich“; 4 % der Frauen bezeichneten ihre Partnerschaft als „unglücklich“ (Abb. 6). Gute Kommunikationsfähigkeit und hohe Zärtlichkeitswerte korrelieren mit höherer Partnerschaftszufriedenheit. Besonders unzufrieden sind Frauen in Partnerschaften, in denen sie sich vom Partner mit ihren Problemen unverstanden fühlen, wo ihnen die Zuneigung

Prof. Dr. Hans Peter Rosemeier

Universitätsprofessor, Diplom-Psychologe, Psychotherapeut, Leiter der Abteilung für Medizinische Psychologie, Fachbereich Humanmedizin, Universitätsklinikum Benjamin-Franklin, Freie Universität Berlin, seit 20 Jahren.



Tätigkeiten: Max-Planck-Institut für Psychiatrie München, Fachbereich Philosophie/Psychologie, Universität Regensburg, Zentralinstitut für Soziale Medizin Berlin. Lehrbuchautor und Redakteur der Zeitschrift Psychomed.

Arbeitsschwerpunkte: Psychologische Probleme ärztlichen Handelns, insbesondere in Tabu- und Schambereichen, Psychologie von Sterben und Tod; Intimitätsforschung, Psychogynäkologie: Menstruationserleben, Paarbeziehung, Klimakteriumpsychologie.

Korrespondenzadresse:

Prof. Dr. Hans Peter Rosemeier
Abteilung für Medizinische Psychologie der Freien Universität Berlin
D-14195 Berlin, Habelschwerdter Allee 45

Yukiko Nave

Studium der Medizin an der Freien Universität Berlin, Arbeit am Institut für Medizinische Psychologie in Berlin. Z. Zt. Praktisches Jahr an der Universitätsfrauenklinik der Ludwig-Maximilians-Universität München.



Korrespondenzadresse:

Siehe oben.

des Partners nicht genügt, wenn das Paar Schwierigkeiten hat, über seine Sexualität zu spre-

chen, und dort, wo die Frau mangelndes sexuelles Interesse des Partners beklagt.

PARTNERVERFÜGBARKEIT

Durch die demographische Struktur treffen Frauen mit zunehmenden Alter auf immer weniger verfügbare Partner. Diese Feminisierung der älteren Bevölkerung macht es der Frau aus bevölkerungsstatistischen Tatsachen (früheres Sterben der Männer) unmöglich, über eine angemessene Auswahl für eine neue Partnerschaft zu verfügen. Das Problem wird noch dadurch verschärft, daß die meisten Frauen einen im Mittel um vier Jahre älteren Partner suchen und dadurch die geringe demographische Verfügbarkeit von Partnern noch weiter eingeengt wird.

Literatur

1. Rosemeier HP, Schultz-Zehden B. Psychologische Aspekte des Klimakteriums. In: Fischl F. H., Huber J. C. (Hrsg.): Menopause. Krause & Pachernegg Wien, 1994; 23–34.
 2. Rosemeier HP, Zerdick Y. Intimität und Klimakterium. Psychomed 1995; 7: 223–6.
 3. Jürgensen O. Erfahrungen aus einer Menopausensprechstunde. Sexualmedizin, 1990 a; 19: 34–46.
- Channon LD, Ballinger SE. Some aspects of sexuality and vaginal symptoms during menopause and their relation to anxiety and depression. Br J of Med Psychol 1986; 59: 173–80.
- Cutler WB et al. Perimenopausal Sexuality. Arch Sex Behav 1987; 16: 225–36.
- Jürgensen O. Sexualität der alternden Frau. Sexualmedizin 1990 b; 19: 436–44.
- McCoy NL. A Longitudinal Study on the Effects of Menopause on Sexuality. Maturitas 1985; 7: 203–10.
- Wille R. Sexualität im Alter. Psychomed 1991; 4: 52–5.

Mitteilungen aus der Redaktion

Besuchen Sie unsere Rubrik

[Medizintechnik-Produkte](#)



Neues CRTD Implantat
Intica 7 HF-T QP von Biotronik



Artis pheno
Siemens Healthcare Diagnostics GmbH



Philips Azurion:
Innovative Bildgebungslösung

Aspirator 3
Labotect GmbH



InControl 1050
Labotect GmbH

e-Journal-Abo

Beziehen Sie die elektronischen Ausgaben dieser Zeitschrift hier.

Die Lieferung umfasst 4–5 Ausgaben pro Jahr zzgl. allfälliger Sonderhefte.

Unsere e-Journale stehen als PDF-Datei zur Verfügung und sind auf den meisten der marktüblichen e-Book-Readern, Tablets sowie auf iPad funktionsfähig.

[Bestellung e-Journal-Abo](#)

Haftungsausschluss

Die in unseren Webseiten publizierten Informationen richten sich **ausschließlich an geprüfte und autorisierte medizinische Berufsgruppen** und entbinden nicht von der ärztlichen Sorgfaltspflicht sowie von einer ausführlichen Patientenaufklärung über therapeutische Optionen und deren Wirkungen bzw. Nebenwirkungen. Die entsprechenden Angaben werden von den Autoren mit der größten Sorgfalt recherchiert und zusammengestellt. Die angegebenen Dosierungen sind im Einzelfall anhand der Fachinformationen zu überprüfen. Weder die Autoren, noch die tragenden Gesellschaften noch der Verlag übernehmen irgendwelche Haftungsansprüche.

Bitte beachten Sie auch diese Seiten:

[Impressum](#)

[Disclaimers & Copyright](#)

[Datenschutzerklärung](#)