

# Inhalt

|          |  |    |
|----------|--|----|
|          | Zur Arbeit mit diesem Buch .....   | 9  |
|          | Authentische, anonymisierte Behandlungsbeispiele .....   | 11 |
|          | Abkürzungen .....  | 13 |
|          | <b>Einleitung</b> .....  | 15 |
| <b>1</b> | <b>Grundlagen</b> .....  | 20 |
| 1.1      | Gerontopsychosomatik – eine Definition .....   | 20 |
| 1.2      | Die Bedeutung des körperlichen Alternsprozesses –<br>ein psychosomatisches Paradigma .....                           | 22 |
| 1.3      | Forschung und Gesundheitspolitik .....   | 23 |
| 1.4      | Gesellschaftliches Altern im Kontext der Demografie .....  | 25 |
| 1.4.1    | Beispiele für den möglichen Einfluss der demografischen<br>Entwicklung auf individuelles Erleben und Verhalten ..... | 25 |
| 1.4.2    | Strukturwandel der Bevölkerung .....   | 27 |
| 1.4.3    | Der weitere Anstieg der Lebenserwartung in der Gruppe<br>der alten Menschen .....                                    | 31 |
| 1.4.4    | Die Entwicklung der Geburtenrate .....   | 33 |
| 1.4.5    | Wachsende Anforderungen an die „mittlere Generation“:<br>Die Entwicklung des Altenquotienten .....                   | 34 |
| 1.4.6    | Fehlende Nutzung der Potenziale des Alters in der Arbeitswelt .....  | 37 |
| 1.4.7    | Zur Ausgabenentwicklung der Krankenversicherung .....  | 40 |
| 1.4.8    | Gesundheitsdaten im europäischen Vergleich .....   | 43 |
| <b>2</b> | <b>Biographie und Alternsprozess</b> .....   | 49 |
| 2.1      | Zum Zusammenhang von körperlicher und psychischer Gesundheit<br>im Alter .....                                       | 49 |
| 2.2      | Zur Bedeutung der Biographie .....   | 53 |
| 2.2.1    | Die Querschnittsdiagnose .....   | 54 |
| 2.2.2    | Die Längsschnittsdiagnose .....  | 54 |
| 2.3      | Entwicklungspsychologie des Lebenslaufs .....  | 59 |
| 2.3.1    | Bisherige entwicklungspsychologische Modelle .....   | 59 |
| 2.3.2    | Organisatoren als Triebfeder der Entwicklung .....   | 63 |
| 2.3.3    | Vulnerabilität und Resilienz – klinische Konsequenzen .....  | 68 |
| 2.4      | Wie wird Alter in unserer Gesellschaft wahrgenommen?<br>Soziale Repräsentationen des Alters .....                    | 71 |
| 2.5      | Die Verschiedenartigkeit des Alters: Das Konzept der Differenziellen<br>Gerontologie .....                           | 74 |

|          |  |            |
|----------|--|------------|
| 2.6      | Persönlichkeitsentwicklung im Alter: Bleiben wir gleich oder verändern wir uns, wenn wir älter werden? . . . . . | 76         |
| 2.6.1    | Geschlechtsspezifische Unterschiede im physiologischen, psychologischen und sozialen Altern . . . . .            | 78         |
| 2.6.2    | Die Zunahme interindividueller Unterschiede im Alternsprozess . . . . .  | 80         |
| 2.7      | Theoretische Ansätze zur Persönlichkeit im Alter . . . . .   | 81         |
| 2.7.1    | Trait-Theorien . . . . .   | 81         |
| 2.7.2    | Theorien zur Person-Situation-Interaktion . . . . .  | 83         |
| 2.7.3    | Kognitiv-motivationale Theorien . . . . .  | 84         |
| 2.7.4    | Sinnerleben, Religiosität und Spiritualität des Menschen . . . . .   | 86         |
| 2.8      | Lebensrückblick und Kompetenz . . . . .  | 89         |
| <b>3</b> | <b>Allgemeine Gerontopsychosomatik psychischer Störungen . . . . .</b>   | <b>96</b>  |
| 3.1      | Psychische Störungen im Alter . . . . .  | 96         |
| 3.2      | Das Konzept Aktualkonflikt . . . . .   | 100        |
| 3.3      | Belastungs- und Anpassungsstörungen (posttraumatische Belastungsstörungen) . . . . .                             | 105        |
| 3.3.1    | Akute Belastungsreaktion und Anpassungsstörungen. . . . .  | 105        |
| 3.3.2    | Psychotraumatologie . . . . .  | 106        |
| 3.3.3    | Folgen psychischer Traumatisierung . . . . .   | 106        |
| 3.3.4    | Differentielle Psychotraumatologie. . . . .  | 109        |
| 3.3.5    | Akute psychische Traumatisierung im Alter . . . . .  | 110        |
| 3.3.6    | Trauma-Reaktivierung im Alter . . . . .  | 112        |
| 3.3.7    | Intergenerationale Perspektive von Traumafolgen . . . . .  | 115        |
| 3.3.8    | Behandlungsansätze in der Psychotraumatologie . . . . .  | 115        |
| 3.4      | Die depressiven Erkrankungen . . . . .   | 116        |
| 3.4.1    | Die subdiagnostische Depressivität und der körperliche Alternsprozess . . . . .                                  | 120        |
| 3.4.2    | Zur Differenzierung von Trauer und Depression . . . . .  | 123        |
| 3.4.3    | Differentialdiagnostik zwischen Depression und Demenz . . . . .  | 125        |
| 3.5      | Suizidalität im Alter. . . . .   | 125        |
| 3.5.1    | Therapie suizidaler Krisen. . . . .  | 130        |
| 3.5.2    | Zur Euthanasiedebatte . . . . .  | 132        |
| 3.5.3    | Patientenverfügungen . . . . .   | 132        |
| 3.6      | Störungen mit ausgeprägter Angstentwicklung. . . . .   | 134        |
| 3.7      | Zwangsstörungen. . . . .   | 140        |
| 3.8      | Die dissoziativen Störungen . . . . .  | 146        |
| 3.9      | Die Persönlichkeitsstörungen . . . . .   | 147        |
| 3.10     | Bedeutung der Religiosität im Alter . . . . .  | 149        |
| 3.11     | Gewalt im Alter – Gewalt gegen Ältere . . . . .  | 152        |
| <b>4</b> | <b>Spezielle Gerontopsychosomatik . . . . .</b>  | <b>154</b> |
| 4.1      | Somatisierungsstörungen. . . . .   | 154        |
| 4.2      | Herz-Kreislauf-System . . . . .  | 155        |

|          |   |            |
|----------|---|------------|
| 4.3      | Gastroenterologische Störungen . . . . .  | 157        |
| 4.4      | Psychogene Essstörungen . . . . .   | 161        |
| 4.5      | Schmerzstörungen und Bewegungsapparat . . . . .   | 165        |
| 4.6      | Sexualität und Störungen der Sexualität im Alter . . . . .  | 167        |
| 4.7      | Schlafstörungen . . . . .   | 174        |
| 4.8      | Funktioneller Schwindel . . . . .   | 176        |
| 4.9      | Demenzielle Störungen . . . . .   | 178        |
| 4.10     | Gerontopsychosomatik in der Zahnheilkunde . . . . .   | 188        |
| 4.11     | Psychopharmakotherapie im Alter . . . . .   | 190        |
| 4.12     | Spezielle Begutachtungsfragen . . . . .   | 191        |
| <b>5</b> | <b>Gerontopsychosomatik körperlicher Erkrankungen . . . . .</b>                                     | <b>200</b> |
| <b>6</b> | <b>Alternspsychotherapie . . . . .</b>  | <b>205</b> |
| 6.1      | Entwicklung der Alternspsychotherapie: Einflüsse, Probleme<br>und Fragestellungen . . . . .         | 206        |
| 6.2      | Annahmen der Behandler über ältere Erwachsene . . . . .   | 211        |
| 6.3      | Zur Diskrepanz zwischen Behandlungsbedarf und Versorgungs-<br>realität . . . . .                    | 215        |
| 6.4      | Merkmale derzeitiger Psychotherapie-Patienten über 60 Jahre . . . . .                               | 218        |
| 6.5      | Die schwierige Position des Psychotherapeuten . . . . .   | 219        |
| 6.5.1    | Professionelle Kompetenz . . . . .  | 219        |
| 6.5.2    | Erforderliche Kenntnisse . . . . .  | 221        |
| 6.5.3    | Übertragung, Gegenübertragung und Eigenübertragung . . . . .  | 222        |
| 6.5.4    | Konfrontation mit dem eigenen Altern und Altsein . . . . .  | 227        |
| 6.5.5    | Die Notwendigkeit, zeitgeschichtlich zu denken . . . . .  | 228        |
| 6.5.6    | Abwehr-Reaktionen von Behandlern . . . . .  | 229        |
| 6.6      | Therapieziele . . . . .   | 232        |
| 6.7      | Materialfülle: Diagnoseleitende Fragen . . . . .  | 235        |
| 6.8      | Erstuntersuchung – Indikation und Prognose – Behandlungsplanung . .                                 | 240        |
| 6.8.1    | Erstgespräch . . . . .  | 240        |
| 6.8.2    | Kriterien für Indikation und Prognose . . . . .   | 248        |
| 6.8.3    | Differentielle Therapieindikation . . . . .   | 252        |
| 6.8.4    | Behandlungsauftrag, Therapieangebot und Therapievereinbarung . . . . .                              | 256        |
| 6.9      | Psychotherapeutische Grundverfahren . . . . .   | 258        |
| 6.9.1    | Psychoanalytische bzw. tiefenpsychologisch fundierte<br>(psychodynamische) Psychotherapie . . . . . | 258        |
| 6.9.2    | Kognitiv-behaviorale Therapie bzw. Verhaltenstherapie . . . . .                                     | 270        |
| 6.10     | Psychotherapeutische Methoden in der Alterspsychotherapie . . . . .                                 | 274        |
| 6.10.1   | Einzelpsychotherapie . . . . .  | 274        |
| 6.10.2   | Gruppenpsychotherapie . . . . .   | 274        |
| 6.10.3   | Paartherapie . . . . .  | 278        |

|          |  |            |
|----------|--|------------|
| 6.10.4   | Familientherapie . . . . .   | 279        |
| 6.11     | Weitere psychotherapeutische Behandlungsmethoden . . . . .                                 | 280        |
| 6.11.1   | Gesprächspsychotherapie . . . . .  | 280        |
| 6.11.2   | Gestalttherapie . . . . .  | 282        |
| 6.11.3   | Systemische Therapie . . . . .   | 282        |
| 6.11.4   | Entspannungsverfahren . . . . .  | 283        |
| 6.11.5   | Kreative Verfahren . . . . .   | 284        |
| 6.11.6   | Katathymes Bilderleben (KB) . . . . .  | 284        |
| 6.11.7   | Life-Review-Therapy . . . . .  | 285        |
| 6.11.8   | Interpersonelle Psychotherapie . . . . .   | 287        |
| 6.12     | Zum Behandlungsverlauf . . . . .   | 288        |
| 6.13     | Weitere wichtige psychotherapeutische Aufgaben . . . . .                                   | 291        |
| 6.13.1   | Regression, Progression, Stabilisierung . . . . .  | 291        |
| 6.13.2   | Suizidale Patienten . . . . .  | 295        |
| 6.13.3   | Patienten mit paranoiden Entwicklungen . . . . .   | 297        |
| 6.13.4   | Patienten mit Suchtstörungen . . . . .   | 299        |
| 6.13.5   | Interventionsgerontologie bei Patienten mit demenziellen Störungen . .                     | 300        |
| 6.13.6   | Langfristig Erkrankte . . . . .  | 307        |
| 6.14     | Therapiemodifikationen . . . . .   | 308        |
| 6.15     | Stationäre Psychotherapie . . . . .  | 309        |
| 6.16     | Weitere wichtige Einflussfaktoren auf Behandlungsplanung<br>und Verlauf . . . . .          | 313        |
| 6.16.1   | Geeigneter Behandlungsrahmen . . . . .   | 313        |
| 6.16.2   | Die Angehörigen . . . . .  | 314        |
| 6.16.3   | Die medizinischen Objekte . . . . .  | 316        |
| 6.16.4   | Die Bedeutung von Psychopharmaka . . . . .   | 318        |
| 6.16.5   | Wesentliche Kooperationen . . . . .  | 321        |
| 6.17     | Notwendige eigene Psychohygiene . . . . .  | 322        |
| 6.18     | Erreichbare Erfolge . . . . .  | 325        |
| 6.19     | Weiterbildung, Supervision, Balintgruppenarbeit . . . . .                                  | 327        |
| <b>7</b> | <b>Outcome-Studien zur Psychotherapie im Alter . . . . .</b>                               | <b>329</b> |
| <b>8</b> | <b>Qualitätssicherung in der Alterspsychotherapie . . . . .</b>                            | <b>333</b> |
| 8.1      | Grundlagen und Prinzipien der Qualitätssicherung . . . . .                                 | 335        |
| 8.2      | Berufsgruppen-interne Qualitätssicherung . . . . .   | 337        |
| 8.3      | Aufbau der Psy-BaDo . . . . .  | 339        |
| 8.4      | Optionen im Rahmen einer erweiterten Dokumentation . . . . .                               | 342        |
| <b>9</b> | <b>Vernetzung gemeindenaher gerontopsychosomatischer<br/>Behandlungskonzepte . . . . .</b> | <b>344</b> |
|          | Literatur . . . . .  | 348        |
|          | Sachverzeichnis . . . . .  | 375        |