

# Inhalt

Perspektiven auf Resilienz – Einleitung <i>Jan Steinhilber</i>	7
<b>Teil I: Entwicklungsaufgaben</b>	15
Psychische Entwicklung im Alter <i>Eric Schmitt</i>	16
Psychische Erkrankungen im höheren Lebensalter, Epidemiologie, Risiken und Auswirkungen <i>Siegfried Weyerer</i>	33
<b>Teil II: Grundlegung</b>	51
Das Konzept der seelischen Widerstandsfähigkeit (Resilienz) – Theoretische Zugänge auf der Grundlage empirischer Erkenntnisse <i>Klaus Fröhlich-Gildhoff &amp; Maike Rönau-Böse</i>	52
<b>Teil III: Resilienz im Kontext individueller Bewältigungsressourcen</b>	61
Resilienz und Gesundheitsförderung – Eine ganzheitliche Sichtweise <i>Martin Staats</i>	62
Soziale Beziehungen als Quelle der Resilienz im Alter <i>Antje Rauers</i>	91
Bildung als Quelle von Resilienz zur Bewältigung von Übergängen im Alter <i>Sai-Lila Rees &amp; Bernhard Schmidt-Hertha</i>	113
Achtsamkeit und achtsamkeitsbasierte Kontaktarbeit mit Älteren als Potenzial und Ressource für die psychische Widerstandsfähigkeit im Alter <i>Elke Gemeinhardt</i>	121
„Ich kann das nicht mehr, also mache ich es auch nicht mehr“ – Biographische Bildungspotenziale und Bewältigungsstrategien von Menschen mit Alzheimer-Demenz <i>Nora Berner</i>	134
Biographiarbeit zwischen Erinnerung und Therapie <i>Rainer Hirt</i>	147

Biographische Reflexionen zur Entstehung und Stabilität von Resilienz <i>Rainer Hirt</i>	163
Die Philosophie der Lebenskunst – Möglichkeiten und Grenzen der Verhaltensänderung durch Selbstsorge <i>Jan Steinhaußen</i>	170
„Man muss sich selber lieben lernen“ – Verhaltensänderung im Kontext der Positiven Psychologie <i>Jan Steinhaußen</i>	197
Traumafolgestörungen im Kontext von Resilienz im Alter <i>Myriam V. Thoma &amp; Andreas Maercker</i>	226
Über den Tod sprechen – Vom Nutzen einer langen Tradition, auch für soziale Arbeit <i>Tim Krüger</i>	244
<b>Teil IV: Resilienz und Gesellschaft</b>	253
Alter(n)sgerechte Sozialplanung – Was taugt der Resilienzbegriff? <i>Theresa Hilde-Carstensen &amp; Jens Kretzschmar</i>	254
Resilienz als Fähigkeit – Resonanz als Handlung. Weltbeziehungen in Gemeinschaften <i>Ronald Lutz</i>	269
Das späte Glück ist mit den Tapferen? Resilienz als problematische neue Altersnorm <i>Stefanie Graefe</i>	291
<b>Die Autoren und Autorinnen</b>	311