

# Vorwort

Mit den Themen Alterspsychologie und -psychotherapie befasste mich seit nunmehr über 35 Jahren. Während meiner Zeit als wissenschaftlicher Mitarbeiter in der Abteilung Entwicklungspsychologie der Universität Gießen (1981–1987) hatte ich bereits einen indirekten Kontakt mit diesen Themen. Ich war seinerzeit Assistent bei Prof. E. Olbrich, einem der damals führenden Gerontologen hierzulande, der aus der großen Bonner gerontologischen Schule stammte, die sich mit den Namen Hans Thomae und Ursula Lehr verbindet. Damals lag mein Schwerpunkt bei den Themen Kindheit und Jugend, passten sie doch eher zu meinen eigenen Lebensaufgaben. Erst als ich nach dem Ende der universitären Zeit in eine psychosomatische Klinik wechselte und mit meiner psychoanalytischen Ausbildung begann, lernte ich Prof. Hartmut Radebold kennen, der als Psychoanalytiker einst als Nestor der Alterspsychotherapie in Deutschland bezeichnet wurde. Ich ging damals auf die 40 Jahre zu, ein Alter, bei dem auch zahlreiche der großen Autoren<sup>1</sup> begannen, sich mit Altersthemen zu befassen. Es scheint eine Zeit zu sein, in der man sich für diese Themen zu öffnen bereit ist.

Hartmut Radebold wurde mein Mentor und begleitete meine Entwicklung mehrere Jahrzehnte, und bis zu seinem Tod 2021 verband uns eine berufliche und freundschaftliche Beziehung<sup>2</sup>. Doch er hatte mehr Einfluss auf meine Identifikation mit dem Altersthema als mit der Psychoanalyse, der gegenüber ich eine gewisse Skepsis nie völlig abgelegt habe; das häufig ausufernde Theoretisieren, ohne einen empirischen Nachweis zu führen, war mir immer suspekt.

So ist es nicht überraschend, dass ich jetzt, selbst im höheren Lebensalter und mit einer jahrzehntelangen klinischen Erfahrung ausgestattet, wieder zurückblicke und aufzunehmen versuche, was mir auf vorherigen Wegstrecken begegnet ist. Da ist die Verhaltenstherapie im Studium und im Rahmen meiner Diplom-Arbeit bei Dr. R. Frank, die Gesprächspsychotherapie, in der ich eine Ausbildung absolviert und mit der ich mich eine Zeitlang stark identifiziert habe, und da ist auch die systemische Therapie, die ich im Rahmen einiger Fortbildungen bei Prof. P. Fürstenau kennen und schätzen gelernt habe. Alles das ist irgendwie immer präsent geblieben, auch wenn es nicht durchgehend von gleichbleibender Bedeutung war. Ich habe also in gewisser Weise die Psychotherapie durchwandert, und so bin ich

---

1 Zugunsten einer lesefreundlichen Darstellung wird in der Regel die männliche Form verwendet. Diese schließt alle Geschlechtsformen (weiblich, männlich, divers) mit ein.

2 Im Jahre 2022 erschien ein Sonderheft der Zeitschrift *Psychotherapie im Alter* zu Ehren Hartmut Radebolds, dass ich zusammen mit meinem Kollegen Reinhard Lindner herausgegeben habe.

auch neueren Entwicklungen immer wieder mit Interesse begegnet. Besonders angesprochen hat mich die strukturbezogene Psychotherapie, zu der ich selbst einige theoretische Überlegungen entwickelt habe, die ich vor Jahren einmal mit Prof. Gerd Rudolf diskutieren konnte, sowie die mentalisierungsbasierte Therapie, die ja laut Selbstbekundung gar kein neuer Therapieansatz ist, sondern lediglich der Versuch ist, Psychotherapie neu zu beschreiben. Auch wenn dahingestellt bleiben mag, ob dies zutrifft oder nicht doch ein Understatement ist, öffnet sich damit doch ein integratives Fenster. Und auch ich habe den Eindruck, in der mentalisierungsbasierten Therapie manches wiederzufinden, dem ich schon früher begegnet war; der Gesprächspsychotherapeut Jochen Eckert (2011) etwa sprach mit Blick auf Letztere sogar von »altem Wein in neuen Schläuchen«.

In meinem ganzen Berufsleben bin ich zweigleisig gefahren, und neben der Psychotherapie war es die wissenschaftliche Arbeit, die mich immer beschäftigt hat. In der letzten Phase meiner Berufstätigkeit habe ich diesen Faden sogar wieder verstärkt aufgenommen, und der Grund dafür ist auch in der kritischen Situation der Psychoanalyse zu suchen, die sich bis heute schwertut, sich für die empirische Forschung zu öffnen und im wissenschaftlichen Diskurs kaum noch präsent ist. Für mich ist diese Weigerung immer ein Grund für die fortbestehenden Zweifel an der Psychoanalyse gewesen, zumal auch die Psychodynamische Alterspsychotherapie durch diese wissenschaftliche Abstinenz in einen Abwärtssog geraten ist. Im Sommer 2024 habe ich zusammen mit meinem befreundeten Kollegen Reinhard Lindner ein Netzwerk *Empirische Forschung in der Psychodynamischen Alterspsychotherapie* ins Leben gerufen, in dem sich eine Reihe namhafter Vertreter unseres Faches zusammengeschlossen haben, um weitere Forschungsaktivitäten anzustoßen und zu koordinieren. Ich bin überzeugt, dass die Psychodynamische Alterspsychotherapie nur eine Zukunft hat, wenn sie sich für die empirische Forschung öffnet und sich mit ihrer Hilfe weiterentwickelt.

So werden denn die gerontologischen und neuropsychologischen Grundlagen in diesem Buch eine größere Rolle spielen, und ich werde versuchen zu zeigen, dass sie die Psychotherapie nicht hemmen oder einengen, wie es Kliniker manchmal annehmen, sondern bereichern. Dennoch erschöpft sich Psychotherapie natürlich nicht in der Anwendung empirischer Befunde, was aber ist sie dann? Ich kann dem Ansatz von Sulz (2023) einiges abgewinnen, der Psychotherapie als Kunst beschrieben hat. Er meint damit, dass es in der Psychotherapie darum geht, explizites und implizites Wissen intuitiv mit hoher Geschwindigkeit und Treffsicherheit umzusetzen, d. h. es geht auch um implizite Alltagstheorien. Dies aber scheint mir in der Therapie Älterer in besonderer Weise der Fall zu sein, denn Älterwerden ist ja eine Erfahrung, die uns allen bevorsteht und von der wir alle mehr oder weniger implizite oder explizite Vorstellungen haben. Mit diesen werden wir in der Therapie Älterer immer wieder konfrontiert, und diese Konfrontation führt zu Erfahrungen, die in das eigene Leben hineinreichen. Davor können wir uns verschließen, oder aber wir können uns dafür öffnen und uns davon anregen lassen. Für mich kann ich sagen, dass mich meine Patienten auf meinem eigenen Weg des Älterwerdens begleitet und mich einiges gelehrt haben. Ich werde in diesem Buch immer wieder darauf eingehen, wie dies geschieht. Warum es geschieht, hat der

große Gerontologe Leopold Rosenmayr einmal so auf den Punkt gebracht: »Über das Alter zu sprechen, trifft den Nerv des Lebens« (1990, S. 50).

So beruht denn dieses Buches auf meiner langjährigen Erfahrung mit dem Thema Alter und der therapeutischen Arbeit mit älteren Menschen. Aber auch die unzähligen Diskussionen mit Kolleginnen und Kollegen, v.a. im Rahmen der zahlreichen Fortbildungskurse Alterspsychotherapie, die ich mit meiner Kollegin Christiane Schrader durchgeführt habe (Peters & Schrader, 2021), haben in meinem Denken Spuren hinterlassen, die in dem Buch aufzufinden sein werden. Doch es hat vermutlich auch mit meinem eigenen Älterwerden zu tun, dass es mir in diesem Buch darum geht, die verschiedenen Fäden meiner beruflichen Entwicklung aufzunehmen und zusammen zu führen. Dennoch ist es kein Rückblick, sondern eher ein Blick nach vorn, denn ich beziehe mich auf aktuelle therapeutische Ansätze, insbesondere die strukturbezogene und die mentalisierungsbasierte Psychotherapie. Wir sind weit davon entfernt, dass daraus eine neue, empirisch gestützte integrierte Psychodynamische Psychotherapie entstehen könnte, doch einen Gedanken habe ich mit Blick darauf in diesem Buch entwickelt. Der Begriff der Ressourcen scheint mir als Klammer geeignet, das Gemeinsame dieser neueren Ansätze herauszustellen, zumal dieser im Hinblick auf das Alter heute ein Schlüsselbegriff ist. Und vermutlich stehe ich diesem Begriff auch aufgrund meines eigenen fortgeschrittenen Alters heute aufgeschlossener gegenüber und sehe ihn als große Chance.

Ich danke an dieser Stelle meiner Frau, der Diplom-Psychologin Gabriele Herkner-Peters, die das Manuskript mit viel Geduld gelesen hat, sowie Herrn Poensgen vom Kohlhammer-Verlag, der sich sofort offen gezeigt hat für das Konzept, und Frau Kastl und Herrn Rotberg, die das Manuskript sehr sorgfältig bearbeitet haben.

Meinolf Peters

Marburg, Sommer 2025