

Vorwort

Aufgrund des demografischen Wandels ist eine steigende Zahl psychisch Kranker über dem 65. Lebensjahr zu erwarten. In kaum einem anderen Tätigkeitsfeld des Gesundheitswesens haben sich derart gravierende und notwendige Veränderungen vollzogen wie in der Arbeit mit psychisch kranken Menschen. Dennoch stellt die psychotherapeutische Behandlung Älterer ein Außenseiterthema dar, welches von Vorurteilen geprägt ist. Dies hat zur Folge, dass ältere Menschen häufig nicht ausreichend psychotherapeutisch versorgt sind. Die Aufrechterhaltung der körperlichen und psychischen Gesundheit stellt eine Grundbedingung für erfolgreiches Altern dar. So werden in Zukunft immer mehr Psychotherapeuten¹ und Ärzte mit einer wachsenden Anzahl von über 65-jährigen Patienten konfrontiert werden. Deshalb erscheint die Nutzung von psychosomatischer und geriatrischer Fachkompetenz innerhalb eines interdisziplinären Behandlungsansatzes als Erfolg versprechend und innovativ, um den Erhalt bzw. die Wiedererlangung der größtmöglichen Selbstständigkeit und Selbstbestimmung im Alter zu erzielen. Systematische wissenschaftliche Forschung konnte zeigen, dass ältere Menschen mindestens genauso erfolgreich psychotherapeutisch behandelt werden können wie jüngere. Dennoch sind gerontopsychosomatische Behandlungskonzepte und Alterspsychotherapie ein bisher wenig beachtetes Thema.

Im vorliegenden Buch werden die Grundlagen der Gerontopsychosomatik und Alterspsychotherapie anhand der wichtigsten Störungsbilder dargestellt. Das Buch versteht sich als Praktikerbuch und gliedert sich zur besseren Anwendbarkeit in drei Teile. Teil I befasst sich mit den Grundlagen der Alterspsychotherapie und Verhaltensmedizin. Ausgehend von der Frage, ob eine spezifische Alterspsychotherapie notwendig ist, werden die Basisstrategien verhaltenstherapeutischen Handelns präsentiert sowie Grundlagen zu Entwicklungstheorien, welche als Ausgangspunkt jeder Therapie gelten sollten, dargestellt. Mit diesem Grundlagenwissen sollte dem interessierten Leser die Umsetzung der therapeutischen Interventionen, welche in Teil II aufgezeigt werden, gelingen. Neben Diagnostikhilfen nach ICD-10, Fallbeispielen, spezifischen und wissenschaftlich fundierten Psychotherapie- und Interventionsformen für ältere Patienten orientiert sich dieser Abschnitt an den gerontopsychologischen Schwerpunktthemen des Alters. Hierdurch kann neben einem störungsspezifischen Vorgehen auch eine themenspezifische Nutzung des Buches gewährleistet werden. Eine einfache Anwendung des Buches ausgehend von bestehenden Belastungsfaktoren hin zu verhaltensthera-

1 Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird im Text durchgehend nur die männliche Form verwendet. Es sind jedoch immer gleichermaßen Frauen und Männer angesprochen.

peutischen Behandlungsansätzen der verschiedenen psychischen Störungen wird ermöglicht. Grundsätzlich beziehen sich die dargestellten Interventionen auf einen verhaltensmedizinischen Ansatz, welcher aber bei der Darstellung der Behandlung von chronischen Depressionen und Posttraumatischen Belastungsstörungen um tiefenpsychologisch geprägte Therapieformen ergänzt wird. Um eine schnelle Umsetzung der therapeutischen Interventionen zu gewährleisten, stehen webbasiert über »ContentPLUS«² und in einer Auswahl auch im vorliegenden Buch Arbeitsblätter zur direkten Nutzung im therapeutischen Prozess zur Verfügung. Teil III bietet einen Überblick über bestehende Behandlungskonzepte für ältere Patienten und gibt einen Ausblick für zukünftige Entwicklungen hinsichtlich der Versorgung älterer psychisch kranker Menschen.

Ohne Zweifel kann ein Buch zu diesem sehr spannenden, aber auch komplexen Thema nicht ohne Unterstützung entstehen. Deshalb sei an dieser Stelle Frau Dr. Susanne Daiber, meinen ehemaligen Kollegen und dem interdisziplinären Behandlungsteam der Schön Klinik Bad Staffelstein gedankt, die mir beim Aufbau einer gerontopsychosomatischen Behandlungsstation halfen. Besonderer Dank gilt Frau Dr. Elisabeth Rauh, Chefärztin des Zentrums für Verhaltensmedizin (ZVM) der Schön Klinik Bad Staffelstein, die als Mentorin neben der fachlichen Beratung auch bei disziplinären und emotionalen Grenzerfahrungen beim Schreiben des Buches hilfreich zur Seite stand. Danken möchte ich auch Herrn Stahlschmidt vom Kohlhammer Verlag, der geduldig und unterstützend die Entstehung dieses Buches begleitet hat.

2 Weitere Informationen hierzu finden Sie auf der vorderen Umschlaginnenseite.