

Inhalt

Geleitwort zur Reihe	5
1 Einleitung – Altersbilder im psychotherapeutischen Geschehen	11
2 Historischer Abriss und aktueller Stand des Forschungsfeldes	14
2.1 Die Anfänge: von Freud bis in die 1960er-Jahre . . .	14
2.2 Der Paradigmenwechsel der 1960er-Jahre.....	16
2.3 Eine eigene Identität des Fachgebiets bildet sich ab den 1980er-Jahren	17
2.4 Aktueller Stand der Psychotherapieforschung	20
3 Gibt es eine spezifische »Alterspsychotherapie«?	25
3.1 Was bedeutet Alter(n)?	25
3.2 Ist Alter ein Kriterium in der Psychotherapie?	29
3.3 Sind alte Patienten »schwierige Patienten« – wie attraktiv ist es, mit alten und sehr alten Patienten psychotherapeutisch zu arbeiten?.....	33
4 Psychische Erkrankungen im Alter	36
4.1 Interaktion psychischer und körperlicher Erkrankungen	36
4.2 Einige Fakten zu körperlicher Gesundheit und Krankheit.....	38
4.3 Psychische Erkrankungen – ein Überblick.....	44

5	Psychotherapeutische Versorgung älterer Menschen	56
5.1	Ambulante Psychotherapie.....	56
5.2	Psychotherapie in (teil-)stationären Settings	60
5.3	Somatische Behandlungsmöglichkeiten	62
6	Therapeutische Haltung und therapeutischer Stil	64
6.1	Leitprinzip 1: Reflektierter Umgang mit Altersbildern	64
6.2	Leitprinzip 2: Paternalismus vermeiden, Selbstbestimmung fördern	67
6.3	Leitprinzip 3: Wertschätzende Authentizität	70
6.4	Leitprinzip 4: Intergenerationelle Übertragungsdynamiken reflektieren und nutzen...	73
6.5	Leitprinzip 5: Entwicklungs- und sozialisationsbezogene Unterschiede berücksichtigen.....	77
6.5.1	Entwicklungsbezogene Unterschiede.....	77
6.5.2	Unterschiedliche Sozialisationserfahrungen	78
6.6	Leitprinzip 6: Mit dem System des Patienten arbeiten.....	80
6.6.1	Bezugspersonen und Pflegekräfte einbeziehen.....	80
6.6.2	Interprofessionelles Arbeiten	82
7	Günstige Therapiebedingungen schaffen.....	85
7.1	Über Psychotherapie aufklären.....	85
7.2	Günstige motivationale Bedingungen.....	87
7.2.1	Positives Selbsterleben fördern	87
7.2.2	Eine differenzierte Sicht auf das eigene Alter(n) fördern	90
7.3	Günstige körperliche Bedingungen	92
7.3.1	Psychoedukation und körperliche Aktivität fördern	92
7.3.2	Mit körperlichen Grundbedürfnissen und Einschränkungen in der Psychotherapie umgehen	92
7.4	Günstige kognitive Bedingungen	94

7.4.1	Psychoedukation und kognitive Gesundheit fördern	94
7.4.2	Mit kognitiven Ressourcen und Defiziten in der Psychotherapie umgehen.....	95
7.5	Günstige emotionale Bedingungen	98
7.6	Günstige räumliche Bedingungen.....	101
8	Evidenzbasierte psychotherapeutische Verfahren und Methoden.....	104
8.1	Einzel- versus Gruppentherapie	105
8.2	Problemlösetherapie (PST).....	107
8.3	Kognitive Verhaltenstherapie (KVT)	110
8.3.1	Positive Aktivitäten aufbauen	110
8.3.2	Probleme beim Aufbau positiver Aktivitäten.....	113
8.3.3	Soziale Aktivitäten und Kompetenzen fördern	114
8.3.4	Kognitive Umstrukturierung.....	115
8.3.5	Schlafhygiene/Schlafrestriktion.....	118
8.4	Expositionsbehandlung im Rahmen von Kognitiver Verhaltenstherapie.....	119
8.5	Dritte Welle Verfahren der Verhaltenstherapie....	122
8.5.1	Akzeptanz- und Commitmenttherapie (ACT).....	122
8.5.2	Schematherapie und CBASP	123
8.6	Lebensrückblicktherapie (LRT)	126
8.6.1	Therapieoperation der LRT	126
8.6.2	Ablauf und Vorgehensweise der LRT.....	128
8.6.3	Varianten der LRT	130
8.6.4	Exkurs: Stuhltechniken.....	132
8.7	Psychodynamische Psychotherapie	134
8.7.1	Konfliktbezogene tiefenpsychologische Psychotherapie	134
8.7.2	Strukturbezogene Psychotherapie	135
8.7.3	Mentalisierungsbasierte Therapie (MBT).....	137
8.7.4	Supportiv-expressive Therapie	138
8.8	Interpersonelle Psychotherapie (IPT).....	139
8.9	Kognitive Stimulationstherapie (KST)	142

8.10	Ansätze für Systemmobilisierung	146
9	Fazit und Ausblick	151
9.1	Kontextuelles Rahmenmodell und besondere Charakteristika des Fachgebietes	151
9.2	Handlungsempfehlungen	153
	Literatur	156
	Sachwortregister	173