

Vorwort zur 2. Auflage

Als die erste Auflage des Buches erschien, betrug der Anteil älterer Menschen über 65 Jahre in Deutschland 17 %. Zehn Jahre später beträgt er jetzt bereits 22 %. Nach neuen Modellrechnungen wird er im Jahr 2030 auf 30 % steigen. Sind wir Psychotherapeuten darauf gut vorbereitet? Dieses Buch möchte jedenfalls dazu beitragen, die vielen spannenden, teilweise überraschenden und meist hilfreichen Kenntnisse in den Bereichen der Gerontopsychologie und –psychotherapie noch besser zu verbreiten.

In der älteren Bevölkerung gibt es wohl immer noch eine Scheu, sich in eine Psychotherapie zu begeben. In den Altersgruppen der über 65-Jährigen und erst recht der über 80-Jährigen wird dies häufig noch als ein Eingeständnis persönlichen Versagens oder wie eine »Einlieferung in die Psychiatrie« angesehen – was es ja bei weitem nicht ist. Aber diese Vorurteile halten sich zäh. Es gibt zwar eine erkennbare Tendenz, dass Ältere häufiger eine Therapie in Anspruch nehmen, aber es sind immer noch sehr wenige. Die Suizidrate bei Älteren ist dagegen weiterhin erschreckend hoch. Und die weitgehenden Freitodregelungen in der Schweiz verstärken diesen Trend noch, auch wenn ein großer Teil dieser Personen eine diagnostizierbare psychische Belastungsstörung, meist eine Depression hat, und man ihnen durch eine Psychotherapie Hilfe bieten könnte. Es bleibt also noch viel zu tun, um die Schwellenangst Älterer vor der Psychotherapie zu verringern.

Es gibt auch eine Scheu vor dem Altersthema auf der Therapeutenseite. Das hat nach meiner Erfahrung eher mit fehlender Erfahrung mit dieser Gruppe der Älteren zu tun. Ein Psychotherapeut, der einige ältere Patienten therapiert hat, wird – das ist die eigene Erfahrung des Herausgebers – immer gern wieder Patienten aus dieser Altersgruppe in Behandlung nehmen.

Das vorliegende Buch versteht sich als Praktikerbuch für diejenigen, die sich entschieden haben, ältere Patienten psychotherapeutisch zu behandeln. Es stellt Materialien zu spezifischen und wissenschaftlich fundierten Psychotherapie- und Interventionsformen bei älteren Patienten zusammen. Die Herkunft des Herausgebers aus der kognitiv-behavioralen Therapieorientierung ist dem Buch sicher anzumerken, dennoch wurde versucht, eine Vielfalt von Ansätzen, Methoden und Techniken einzubeziehen, die alle zumindest als aussichtsreiche Kandidaten für Wirksamkeitsstudien gelten können bzw. ihre Effektivität schon nachgewiesen haben.

Eine Reihe erfahrener internationaler und deutscher Experten hat sich wieder dazu bereit gefunden, ihre Behandlungsansätze und Methoden in diesem Buch darzustellen. Die einzelnen Beiträge sind in drei Teile geordnet. Der erste Teil beschreibt Grundlagen und Therapiemodelle einer Psychologie des höheren Lebensalters. In Beiträgen kommen u.a. erfahrene Teams aus Los Angeles um Knight, Oswald und aus München um Förstl zu Wort, die in den letzten Jahren entscheidende Beiträge zur Modellbildung, Diagnostik und Therapie geleistet haben. Im Mittelpunkt des zweiten Teils des Buches steht die Psychotherapie bei wichtigen Störungsbildern, wie Depressionen, Angststörungen und beginnender Alzheimer-Demenz. Neu hinzugekommen sind hier die Kapitel zur Sucht sowie zu den somatoformen Störungen. Im dritten Teil liegt der Fokus auf Interventionen, die zumeist in Senioren- und Pflegeeinrichtungen durch Psychotherapeuten ausgeführt werden können und die man zur

klinischen Gerontologie rechnen kann, ergänzt durch ein neues Kapitel zu palliativen Aspekten der Begleitung am Lebensende. Für alle Teile des Buches konnten ausgewiesene Experten aus Deutschland, Österreich, Großbritannien und den USA gewonnen werden.

Mein Dank für das Gelingen dieses Buches geht an diejenigen Leser der 1. Auflage, die über ihre Lektüre des Buches berichteten und von denen einige eine 2. Auflage erwünschten. Er geht an die Mitarbeiter und Kollegen der Universität Zürich und der hiesigen Spezialambulanz für Altersprobleme. Mein Dank gilt ebenso Renate Scheddin vom Springer-Verlag, die die neue Auflage wieder fördernd begleitet hat. Danken möchte ich auch Almut Leopold, durch deren sachkundiges Lektorat das Buch in die Form gekommen ist, in der es sich nun dem Leser präsentiert.

Widmen möchte ich diese Auflage allen jenen Psychotherapeuten, die seit kurzer oder langer Zeit gern und oft mit älteren und hochbetagten Menschen arbeiten. Die Erfahrungen dabei sind beglückender als vorher vermutet.

Andreas Maercker
Zürich, im Juli 2014

Alterspsychotherapie und klinische Gerontopsychologie

Maercker, A. (Hrsg.)

2015, XVI, 390 S. 32 Abb., Softcover

ISBN: 978-3-642-54722-5