

Im Alter auf die Couch?

Psychosoziale Beratung und Psychotherapie im Alter

Jedes Alter bringt spezifische Erfahrungen und Probleme mit sich. Typische Themen im Alter sind der Übergang in die nachberufliche Zeit, Ehekonflikte, Belastung durch Demenz oder Tod des Partners. Meinolf Peters, der über eine langjährige klinische Erfahrung in Behandlung älterer Menschen verfügt, setzt sich angesichts der gewandelten Lebenswelt älterer Menschen für den Ausbau von Angeboten zur Alterspsychotherapie und -Beratung ein. In seinem 2006 erschienen Buch »Psychosoziale Beratung und Psychotherapie im Alter« skizziert er neben der psychoanalytischen Sichtweise zur Behandlung älterer Menschen auch die Verhaltenstherapie, die Systemische The-

rapie und Psychotherapie« stellt der Autor das Altern in den Kontext von lebenslanger Entwicklung. Als wichtigste Aufgabe des alternenden Menschen beschreibt er das Entwickeln eines realistischen, aber positiven Altersselbstbildes. Diese Aufgabe impliziert verschiedene Ansprüche: Es gilt, die Ambiguität zwischen einer Vergangenheitsorientierung, die die eigenen Erfahrungen wertschätzt und integriert, und einer Öffnung zu Neuem und zu Wandel auszuhalten; die eigene Identität angesichts fortschreitender Abbauprozesse zu wahren; den Umgang mit alten bedrückenden Erlebnissen beim Aufbrechen früherer Wunden neu zu lernen; verschüttete Ressourcen neu zu erschließen. Meinolf Peters, der in einer Fachklinik für Psychosomatische Medizin über 15 Jahre therapeutisch mit älteren Menschen arbeitete, beschreibt die Versorgungsrealität. Er entwirft elementare Konzeptionen von Hilfesystemen, Beratung und Therapie für alternde Menschen.

Im weiteren Verlauf des Buches stellt Peters die Therapie- und Beratungsarbeit vertieft als Beziehungs- und Prozessgeschehen dar und veranschaulicht wesentliche altersspezifische Konfliktkonstellationen. Dieser Hauptteil des Buches ist mit insgesamt 51 Fallvignetten illustriert. Die Klient-Berater- beziehungsweise Patient-Therapeuten-Beziehung wird ausführlich anhand des analytischen Übertragungskonzeptes beschrieben, und deren altersspezifische Besonderheiten werden herausgearbeitet. Dem vielschichtigen und komplexen psychodynamischen Beziehungsgeschehen einer Behandlung älterer Menschen wird nachgespürt. Der Verfasser greift hierbei auch verschiedene Forschungsergebnisse zum Kommunikationsverhalten älterer Menschen auf. Zur typischen Beziehungsdynamik zwischen jungem Berater/Therapeuten und älterem Klienten/Patienten werden verschiedene weitere Übertragungsphänomene diskutiert.

Sodann skizziert Peters den Beratungs- beziehungsweise Therapieprozess in seinem Verlauf: Vom Aufbauen der Beziehung über das

Gestalten des eigentlichen Prozesses zum Beenden und Abschied nehmen, schließlich mit Hinweisen zum vorzeitigen Abbruch und zur Nachbehandlung. Dem Berater/Therapeuten werden ein aktiveres Zugehen auf die ältere Person als im analytischen Setting und ein zurückhaltender Umgang mit Deutungen nahegelegt. In der Beziehungsgestaltung wird vorgeschlagen, die therapeutische Abstinenz einzuschränken und weniger als Übertragungsobjekt als vielmehr als sozialer Partner zu fungieren. Zum Anregen und Begleiten von Entwicklung wird auf verschiedene direktere Methoden verwiesen und auch darauf, dass Wissensvermittlung, Kooperation mit Ärzten und Sozialarbeitern und das Einbeziehen von Angehörigen notwendig sein können. Wichtige Themen, die in der Altersberatung und Alterstherapie vorkommen, werden wiederum mit Fallbeispielen besprochen. Abschließend werden unter dem Thema »Qualitätssicherung« empirische Ergebnisse, Fragen der Ausbildung, Ethisches und das Burn-out-Problem diskutiert.

Meinolf Peters entwirft seine Konzeption psychosozialer Beratung und Psychotherapie im Alter in der Tradition von Hartmut Radebold (G.Heuft, A.Kruse, H.Radebold: Lehrbuch der Gerontopsychosomatik und Alterspsychotherapie. München 2006). Sein Buch ist engagiert und verständlich geschrieben, mit vielfältigen Hinweisen, was im Behandlungsgeschehen mit Älteren zu beachten ist. Das Alter und der Umgang mit diesem in Beratung und Therapie werden komplex und differenziert beschrieben, so dass eine Fülle von beachtenswerten Facetten und therapeutischen Möglichkeiten sichtbar wird. Insgesamt ist dieses Buch ein Plädoyer für die beraterische und therapeutische Arbeit mit Älteren; wer sich diesem Arbeitsfeld zuwendet oder in diesem steht, kann von dem Buch Motivation und vielfältige Anregungen erhalten. ♦



Meinolf Peters
**Psychosoziale
Beratung und
Psychotherapie
im Alter.**
Vandenhoeck &
Ruprecht,
Göttingen 2006,
ISBN 3-525-
46259,
296 Seiten,
34,90 Euro.

Die Rezensentin

Ruth Müller ist Diplompsychologin und Psychologische Psychotherapeutin. Seit 1997 sammelt sie klinische Erfahrung in Demenzdiagnostik, -therapie und -beratung innerhalb der Gedächtnissprechstunde der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie der Universität Frankfurt. Im Auftrag der Alzheimer Gesellschaft Frankfurt am Main berät sie seit 2005 auch die Angehörigen von Demenzpatienten.

rapie, die Gesprächspsychotherapie, die Gruppentherapie und die Paarbeziehungsweise Familientherapie. Gleichwohl sieht der Autor, der seit 2004 als niedergelassener Psychoanalytiker arbeitet, in der psychoanalytischen Perspektive den entscheidenden Zugang zum Leben des älteren Menschen. Die tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie erklärt er zum Standartverfahren, während er die anderen Therapierichtungen diesem Zugang zum Alter eher zuordnet oder darin zu integrieren versucht. So greift Peters in eklektischer Weise Aspekte verschiedener Therapieansätze auf, sofern diese der Bewältigung des Alters dienen können.

Wie bereits in seinem 2004 herausgebrachten Buch »Klinische Entwicklungspsychologie des Alters. Grundlagen für psychosoziale