

Meinolf Peters



PSYCHODYNAMIK **Kompakt**

Psychodynamische Psychotherapie mit Älteren

Eine Einführung

V&R



PSYCHODYNAMIK **Kompakt**

Herausgegeben von
Franz Resch und Inge Seiffge-Krenke

Meinolf Peters

Psychodynamische Psychotherapie mit Älteren

Eine Einführung

Vandenhoeck & Ruprecht

Mit 2 Abbildungen

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-647-40595-7

Weitere Ausgaben und Online-Angebote sind erhältlich unter: www.v-r.de

Umschlagabbildung: Paul Klee, Keramisch-Mystisch (In Der Art Eines Stillebens), 1925/Private Collection/Photo © Christie's Images/Bridgeman Images

© 2017, Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG,
Theaterstraße 13, D-37073 Göttingen /
Vandenhoeck & Ruprecht LLC, Bristol, CT, U.S.A.
www.v-r.de

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.

Satz: SchwabScantechnik, Göttingen

Inhalt

Vorwort zur Reihe	7
Vorwort zum Band	9
1 Psychoanalyse und Alter – eine allmähliche Annäherung ...	11
2 Der gesellschaftliche Rahmen des Alters	13
2.1 Die gegenwärtige Neuverhandlung des Alters	13
2.2 Dem Schatten des Alters entkommen?	14
2.3 Die Bürde der Vergangenheit	16
3 Das »Innere des Alters« – eine psychodynamische Ausleuchtung	19
3.1 Von der Kontinuität des Lebens – die Zeitlosigkeit des Unbewussten	19
3.2 Altern als das Fremde in uns – die Spiegelphase des Alters	20
3.3 Der gelebte Augenblick – die depressive Position	22
3.4 Das innere Gleichgewicht erhalten – Narzissmus und Alter	24
3.5 Die Suche nach Sicherheit – Bindung im Alter	25
3.6 Grenzen ziehen sich zusammen – Neuropsychoanalyse und Alter	26
3.7 Vom Prozess der Aneignung des Alters	28

4	Konzepte psychodynamischer Psychotherapie und Alter . . .	30
4.1	Konfliktorientierte Psychotherapie	30
4.2	Mentalisierungsbasierte Psychotherapie	31
4.3	Strukturbezogene Psychotherapie	34
5	Zur heutigen Versorgungsrealität	37
6	Das verborgene Alter in der klinischen Praxis	39
6.1	Die Anbahnung der Psychotherapie	39
6.2	Zur Eigenübertragung des Therapeuten	41
6.3	Unbewusstes Alter und Gegenübertragung	42
6.4	Zur Entwicklung der therapeutischen Beziehung	43
6.5	Altersspezifische Themen – die existenzielle Dimension	47
6.6	Das Hervortreten aus der Verborgenheit – das bewusste Alter	49
6.7	Altern als alltägliche Herausforderung – eine Erweiterung der therapeutischen Aufgaben	50
6.8	Was kommt danach – von der Therapie zur therapeutischen Begleitung?	51
7	Ein Blick in die klinische Praxis – ein Behandlungsverlauf . . .	54
7.1	Erstgespräch und Hintergrund – Frau F., 74 Jahre	54
7.2	Erste Therapie – Abschied und Neubeginn	56
7.3	Zweite Therapie – die Last des Alters tragen	59
7.4	Der Therapieverlauf – kreative Räume nutzen	62
8	Psychotherapieforschung und Alterspsychotherapie	65
9	Fort- und Weiterbildung in Alterspsychotherapie	67
10	Wenn Psychoanalytiker alt werden	69
	Literatur	70

Vorwort zur Reihe

Zielsetzung von PSYCHODYNAMIK KOMPAKT ist es, alle psychotherapeutisch Interessierten, die in verschiedenen Settings mit unterschiedlichen Klientengruppen arbeiten, zu aktuellen und wichtigen Fragestellungen anzusprechen. Die Reihe soll Diskussionsgrundlagen liefern, den Forschungsstand aufarbeiten, Therapieerfahrungen vermitteln und neue Konzepte vorstellen: theoretisch fundiert, kurz, bündig und praxistauglich.

Die Psychoanalyse hat nicht nur historisch beeindruckende Modellvorstellungen für das Verständnis und die psychotherapeutische Behandlung von Patienten hervorgebracht. In den letzten Jahren sind neue Entwicklungen hinzugekommen, die klassische Konzepte erweitern, ergänzen und für den therapeutischen Alltag fruchtbar machen. Psychodynamisch denken und handeln ist mehr und mehr in verschiedensten Berufsfeldern gefordert, nicht nur in den klassischen psychotherapeutischen Angeboten. Mit einer schlanken Handreichung von 60 bis 70 Seiten je Band kann sich der Leser schnell und kompetent zu den unterschiedlichen Themen auf den Stand bringen.

Themenschwerpunkte sind unter anderem:

- *Kernbegriffe und Konzepte* wie zum Beispiel therapeutische Haltung und therapeutische Beziehung, Widerstand und Abwehr, Interventionsformen, Arbeitsbündnis, Übertragung und Gegenübertragung, Trauma, Mitgefühl und Achtsamkeit, Autonomie und Selbstbestimmung, Bindung.
- *Neuere und integrative Konzepte und Behandlungsansätze* wie zum Beispiel Übertragungsfokussierte Psychotherapie, Schematherapie, Mentalisierungsbasierte Therapie, Traumatherapie, internet-

- basierte Therapie, Psychotherapie und Pharmakotherapie, Verhaltenstherapie und psychodynamische Ansätze.
- *Störungsbezogene Behandlungsansätze* wie zum Beispiel Dissoziation und Traumatisierung, Persönlichkeitsstörungen, Essstörungen, Borderline-Störungen bei Männern, autistische Störungen, ADHS bei Frauen.
 - *Lösungen für Problemsituationen in Behandlungen* wie zum Beispiel bei Beginn und Ende der Therapie, suizidalen Gefährdungen, Schweigen, Verweigern, Agieren, Therapieabbrüchen; Kunst als therapeutisches Medium, Symbolisierung und Kreativität, Umgang mit Grenzen.
 - *Arbeitsfelder jenseits klassischer Settings* wie zum Beispiel Supervision, psychodynamische Beratung, Arbeit mit Flüchtlingen und Migranten, Psychotherapie im Alter, die Arbeit mit Angehörigen, Eltern, Gruppen, Eltern-Säuglings-Kleinkind-Psychotherapie.
 - *Berufsbild, Effektivität, Evaluation* wie zum Beispiel zentrale Wirkprinzipien psychodynamischer Therapie, psychotherapeutische Identität, Psychotherapieforschung.

Alle Themen werden von ausgewiesenen Expertinnen und Experten bearbeitet. Die Bände enthalten Fallbeispiele und konkrete Umsetzungen für psychodynamisches Arbeiten. Ziel ist es, auch jenseits des therapeutischen Schulendenkens psychodynamische Konzepte verstehbar zu machen, deren Wirkprinzipien und Praxisfelder aufzuzeigen und damit für alle Therapeutinnen und Therapeuten eine gemeinsame Verständnisgrundlage zu schaffen, die den Dialog befördern kann.

Franz Resch und Inge Seiffge-Krenke

Vorwort zum Band

Die langzeitliche Lebensperspektive schließt das Altern mit ein. Die gestiegene Lebenserwartung der Nachkriegsgenerationen im 20. Jahrhundert hat zu Beginn des 21. Jahrhunderts zu einer gegenwärtigen Neuverhandlung des Alters geführt. Gegen die Vorstellungen von Abbau und Verlust als Schattenseiten des Daseins im Alter – die von Schmerzen, Krankheiten, Einsamkeit und Einschränkungen geprägt sind – werden heute die Konzepte des erfolgreichen Alterns und des aktiven Engagements im Alter gesetzt. Diese betonen die Selbstbestimmung und Freiheit im Alter und heben die positiven Lebensaspekte des Alterns hervor. Aber auch die zu einseitige Betonung der Freuden des Alters, die zur Tabuisierung der belastenden Facetten führt, kann als Kultur der repressiven Idealisierung die Gefahr in sich bergen, einer strukturellen Desintegration alter Menschen Vorschub zu leisten, die diesem Ideal nicht genügen. Das Alter ist nur in seiner dialektischen Doppelnatur zu fassen: Denn es stehen den Zunahmen an Wissen und Freiheitsgraden durchaus auch Verluste und Einbußen gegenüber – wie zwei Seiten einer Medaille.

Deswegen braucht eine kritisch inspirierte Psychoanalyse ein differenzierteres Leitbild, das die inhärenten Werte des Lebensabschnitts zwar hervorhebt, aber auch die Schattenseiten nicht ausspart. Denn Introspektion, Gelassenheit und Generativität können auch mit einer Verlangsamung einhergehen, die durchaus eine neue Lebensqualität besitzt und als Antithese zur Beschleunigung in einer globalisierten Welt aufzufassen ist. Die psychodynamische Ausleuchtung der inneren Aspekte des Alters gelingt Meinolf Peters in seinem Buch mit großem Feinsinn und einem besonderen Fingerspitzengefühl. Es

geht dabei um die Zeitlosigkeit des Unbewussten und das Altern als das Fremde in uns. Der Suche nach Erhaltung des Selbstwerts und nach Sicherheit in Bindungen steht der Prozess der Aneignung des Alters gegenüber.

Meinolf Peters stellt unterschiedliche Konzepte einer psychodynamischen Therapie im Alter vor. Neben konfliktorientierter Psychotherapie wird die Bedeutung der Mentalisierungsbasierten Psychotherapie und der Strukturbezogenen Psychotherapie hervorgehoben. Eine Mentalisierungsbasierte Therapie bei Älteren scheint besonders sinnvoll zu sein, da sie auf die Förderung der Reflexionsfähigkeit im Rahmen einer therapeutischen Beziehung abzielt. Dabei muss der Therapeut, die Therapeutin die offenbar im Alter abnehmende Bindungssicherheit gut herzustellen imstande sein. Demgegenüber bietet die Strukturbezogene Psychotherapie eine Arbeit an den Bewältigungsmechanismen und kompensatorischen Strukturen an, wobei dabei auch die äußere Realität Berücksichtigung findet. Ein Kapitel zur gegenwärtigen Versorgungswirklichkeit öffnet uns die Augen: Trotz guter Möglichkeiten wird Psychotherapie bei Älteren sehr selten durchgeführt, erscheint bestenfalls als ein Ergänzungsangebot. Insbesondere höheraltrige Patientinnen und Patienten werden heute immer noch marginalisiert.

Das Kapitel vom verborgenen Alter in der Psychotherapie greift auf den großen Erfahrungsschatz des Autors zurück und handelt von der Bedeutung des Alters in der Übertragung des Patienten und in der Gegenübertragung der Therapeuten. Sehr kundig werden die Einzelheiten fassbar gemacht, die in der Therapie zu einem bewussten Hervortreten des Alters führen können. Ein Blick in die klinische Praxis an einem Fallbeispiel rundet das Buch ab. Ein erhellender Beitrag zur Psychotherapie mit Älteren, der nicht nur mit Fachkenntnis, sondern auch mit Lebensklugheit geschrieben ist.

Inge Seiffge-Krenke und Franz Resch