

# Persönliche PDF-Datei für

Mit den besten Grüßen vom Georg Thieme Verlag

[www.thieme.de](http://www.thieme.de)

Nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt.  
Keine kommerzielle Nutzung, keine Einstellung  
in Repositorien.

**Verlag und Copyright:**  
© 2015 by  
Georg Thieme Verlag KG  
Rüdigerstraße 14  
70469 Stuttgart  
ISSN

Nachdruck nur  
mit Genehmigung  
des Verlags

 **Thieme**

# Buchempfehlungen

Oliver Kugele

**Heuft G., Kruse A., Radebold H.: Lehrbuch der Gerontopsychosomatik und Alterspsychotherapie.**

**München: Reinhardt, 2006.**

**ISBN-10: 3-8252-8201-5; 379 Seiten, € 34,90.**

Mit der Erstveröffentlichung im Jahr 2000 legten die drei Autoren das erste Lehrbuch für Gerontopsychosomatik und Alterspsychotherapie vor. Das Buch strebt an, unter Berücksichtigung des subjektiven Erlebens der Betroffenen und der sich wandelnden sozialen und gesellschaftlichen Rahmenbedingungen Verständnis für lebenslange Entwicklungsaufgaben und deren Besonderheiten im höheren Lebensalter zu vermitteln. Orientiert an den Störungsbildern der ICD-10 werden Diagnostik und Behandlungsmethoden dargestellt. Die Autoren sind primär psychodynamisch orientiert, bemühen sich aber um eine therapie-schulenübergreifende Sichtweise. Die Ausführungen gewinnen durch zahlreiche Fallberichte an Lebendigkeit und Praxisbezug. Auf die Phänomene Religiosität, Sexualität, Suizidalität oder Gewalt im Alter wird ebenso wie auf Merkmale älterer Psychotherapiepatienten eingegangen. In Hinblick auf die Therapeuten werden die erforderliche Kompetenz, der Einfluss der Konfrontation mit dem eigenen Altern, die Bedeutung der „umgekehrten“ Übertragungssituation der oft jüngeren Therapeuten und der geeignete Behandlungsrahmen thematisiert.

Die vorliegende aktualisierte zweite Auflage wurde um die Themen demografischer Wandel und Gesundheitskosten, soziale Repräsentationen des Alters, differenzielle Gerontologie und Persönlichkeitsentwicklung im Alter, Pharmakotherapie sowie Interventionsgerontologie bei Demenz erweitert. Lediglich Substanzstörungen wurden nach wie vor aus-

gespart, was angesichts deren hoher Prävalenzen im Alter überrascht.

Den Autoren ist ein wertvolles, auch als Nachschlagewerk geeignetes Lehrbuch der Psychosomatik und Psychotherapie älterer Menschen gelungen, das lernenden und erfahrenen Psychotherapeuten gleichermaßen zu empfehlen ist. Traditionelle Fachgrenzen zwischen Psychotherapie, Gerontopsychosomatik, Geriatrie und Gerontopsychiatrie werden zugunsten einer verbesserten Versorgung alter Patienten infrage gestellt bzw. überwunden.

**Förstl H. (Hrsg.): Lehrbuch der Gerontopsychiatrie und -psychotherapie. Grundlagen – Klinik – Therapie.**

**Stuttgart: Thieme, 2002.**

**ISBN-10: 3-1312-9922-3; 596 Seiten, 107 teils farbige Abbildungen, 200 Tabellen, € 149,00.**

Das Lehrbuch vermittelt einen Überblick über das Gesamtgebiet der Gerontopsychiatrie. Der allgemeine Teil stellt Grundlagen des normalen und pathologischen Alterns, Möglichkeiten der Diagnostik, ethische und rechtliche Aspekte sowie Behandlungsprinzipien dar. Der spezielle Teil fokussiert auf spezifische Störungsbilder wie Demenzen und Delirien, Schizophrenie und verwandte Störungen im Alter, affektive Erkrankungen und Suizidalität bis hin zu psychosomatischen und anderen psychischen Erkrankungen im Senium wie Angst- und Zwangsstörungen, Sucht, Schlaf- und Sexualstörungen. Neu aufgenommen wurden in der zweiten Auflage die Kapitel zu gerontopsychiatrischen Notfällen und zu psychometrischen Testverfahren.

Die Vielfalt der integrierten Ansätze aus Genetik, Neurologie, kognitiver Neurowissenschaft, Psychiatrie, klinischer

Psychologie, unterschiedlichen Psychotherapierichtungen und der Psychopharmakotherapie machen das Buch zu einem wertvollen Ratgeber für den klinischen Alltag, der nicht nur die Möglichkeiten, sondern auch die Grenzen von Forschung und Intervention aufzeigt.

Allen Kolleginnen und Kollegen, die in Forschung und Praxis mit älteren Menschen und deren Erkrankungen befasst sind, sei dieses übersichtliche, umfangreiche, aufwendig und ansprechend gestaltete Werk ans Herz gelegt.

**Maercker A. (Hrsg.): Alterspsychotherapie und klinische Gerontopsychologie.**

**Berlin: Springer, 2002.**

**ISBN-10: 3-540-42077-0; 394 Seiten, 15 Abbildungen, 27 Tabellen, € 19,95.**

Der erste Teil dieses Herausgeberwerkes beschreibt Grundlagen und Therapiemodelle einer Psychologie des höheren Lebensalters. Im Zentrum des zweiten Teils steht die psychotherapeutische – primär kognitiv-behaviorale – Behandlung von Störungsbildern wie Angststörungen, Depression, Demenz u.a. Spezifische Interventionen, die z.B. im Kontext von Institutionen für alte Menschen von Bedeutung sind, bilden den Schwerpunkt im dritten Buchteil. Die einzelnen Kapitel sind inhaltlich und optisch klar strukturiert. Zahlreiche Tabellen, Fallberichte, konkrete Interventionsbeispiele und Zusammenfassungen ermöglichen ein zielorientiertes Lesen.

Bei diesem „Praktikerbuch“ ist die Gratwanderung zwischen umfassender Informationsvermittlung und transparenter Praxisorientierung in beachtenswerter Weise gelungen.

**Bäurle P., Radebold H., Hirsch R. D., Studer K., Schmid-Furstoss U., Struwe B. (Hrsg.): Klinische Psychotherapie mit älteren Menschen. Grundlagen und Praxis.**

**Bern: Huber, 2000.**

**ISBN-10: 3-4568-3439-X; 325 Seiten, € 32,95.**

Aus Sicht von über 50 Autoren werden unterschiedliche psychotherapeutische Behandlungskonzepte, Kriterien der Indikationsstellung, altersspezifische Interventionsformen und Behandlungsverfahren in ihrer klinischen Umsetzung vorgestellt. Auf der Grundlage umfassender klinischer Erfahrungen und unter Einbezug aktueller Forschungsergebnisse ist altersspezifischen Themen in der Behandlung, wie Religiosität und Spiritualität, Sexualität im Alter, körperliche Ressourcen, Humor, Supervision u.a., besonderes Augenmerk gewidmet.

In Hinblick auf die Behandlung älterer Menschen im stationären Setting thematisiert ein eigenes Kapitel Aspekte des Qualitätsmanagements, Anforderungen an ein Weiterbildungs-Curriculum in der stationären Alterspsychotherapie und insbesondere klinische Erfahrungen bei der Umsetzung von Behandlungskonzepten auf Psychiatrie- und Psychotherapiestationen oder aus der Zusammenarbeit mit Alten- oder Pflegeheimen.

Das umfassende Lehrbuch ist nicht nur psychotherapeutisch Tätigen, sondern auch Geriatern, Allgemeinärzten und Fachkräften der Altenpflege zu empfehlen.

**Stoppe G.: Demenz.**

**München: Reinhardt, 2007.**

**ISBN-10: 3-8252-2651-4; 198 Seiten, 13 Abbildungen, 2 Tabellen, € 19,90.**

Stoppe gibt einen Überblick über den aktuellen Erkenntnisstand eines der forschungsintensivsten Gebiete der Medizin. Sie beschreibt Pathologie und Pathophysiologie, epidemiologische Daten, Risikofaktoren, klinische Erscheinungsbilder und charakteristische Verlaufsformen unterschiedlicher Demenztypen (z. B. Alzheimer-Demenz, vaskuläre Demenz). Differenzialdiagnostische Überlegungen konzentrieren sich auf die Abgrenzung von kortikaler und subkortikaler Demenz zu leichten kognitiven Beeinträchtigun-

gen, dem amnestischen Syndrom, Depressionen und Delir.

Gegenwärtige Möglichkeiten der Demenzdiagnostik werden umfassend dargestellt, sowohl neuropsychologische Screening- und Diagnoseinstrumente und psychopathologische Diagnostik als auch organmedizinisch-körperliche Ansätze (Labor-, Liquoruntersuchungen, Einsatz bildgebender Verfahren).

Therapeutischen Maßnahmen zur Behandlung Demenzkranker und Hilfen für Betroffene und Angehörige in Hinblick auf Rechtsfragen, Entlastungsmöglichkeiten der Pflegenden und in Zusammenhang mit einer Heimeinweisung, widmet die Autorin besondere Aufmerksamkeit.

Zahlreiche Abbildungen und eine prägnante, klar gegliederte Darstellung machen die Lektüre für klinisch Tätige ebenso wie für Angehörige Demenzkranker lohnend.

**Teising M., Drach L. M., Gutzmann H., Haupt M., Kortus R., Wolter D. K. (Hrsg.): Alt und psychisch krank. Diagnostik, Therapie und Versorgungsstrukturen im Spannungsfeld von Ethik und Ressourcen. Schriftenreihe der deutschen Gesellschaft für Gerontopsychiatrie und -psychotherapie. Band 6.**

**Stuttgart: Kohlhammer, 2007.**

**ISBN-10: 3-1701-9469-0; 504 Seiten, € 35,00.**

Im Spannungsfeld zwischen den gesundheitlichen Interessen der Patienten und den Anforderungen eines immer mehr von Bürokratie und Kosten-Nutzen-Denken geprägten Versorgungssystems diskutieren die 57 Autoren aus Medizin, Psychologie, Sozialwissenschaften und Pflege ethische Fragen, Besonderheiten der bestehenden und Anforderungen an künftige Versorgungsstrukturen, diagnostische Möglichkeiten und Wege der Behandlung älterer Menschen mit psychischen Störungen. Im Mittelpunkt des umfangreichen, wissenschaftlich fundierten, interdisziplinären Werks steht das Thema Demenz, während depressive, ängstliche und andere psychische Störungen des Alters weniger intensiv beachtet werden.

Das noch fast druckfrische Buch regt dazu an, gewohnte Sichtweisen infrage zu stellen und die eigene professionelle Haltung gegenüber älteren Menschen neu zu überdenken.

**Dörner K.: Leben und sterben, wo ich hingehöre. Dritter Sozialraum und neues Hilfesystem.**

**Neumünster: Paranus, 2007.**

**ISBN-10: 3-9262-0091-X; 240 Seiten, € 19,00.**

Dörner, Psychiater und langjähriger Klinikleiter, gilt als Reform- und Wegbereiter zahlreicher Initiativen, die es sich zur Aufgabe gemacht haben, aus einem bürgerschaftlichen Engagement heraus Lebensformen zu schaffen, die die Würde behinderter und alternder Menschen respektieren, dabei aber auch Kosten sparen und Qualität garantieren. Diese Projekte und seine eigenen Erfahrungen bei der Deinstitutionalisierung einer psychiatrischen Klinik bilden die Basis für das vorliegende Buch.

Dörner beschreibt die historische Entwicklung von der Institutionalisierung alter und behinderter Menschen mit dem Beginn der Moderne bis zur Phase der Deinstitutionalisierung seit Beginn der 80er-Jahre. Er kommt zu dem Schluss, dass infolge der Bevölkerungsentwicklung ein weitgehender Abschied vom Heim als institutionalisierte und ökonomisierte Form des Helfens unausweichlich ist.

Dörner mahnt an, dass nur in einem bürgerlichen, am Solidaritätsprinzip orientierten Engagement – quasi in der Nachbarschaft, im „Dritten Sozialraum“ – Möglichkeiten der Lösung für die anstehenden gesellschaftspolitischen Herausforderungen liegen können: Nachbarschaftsvereine, Selbsthilfegruppen, Stiftungen, Hospizbewegungen oder ein „Bürgerjahr“ könnten neben Gastfamilien, generationenübergreifenden Wohn- oder Haushaltsgemeinschaften realisierbare Modelle für deren Umsetzung bilden. Anhand einer Vielzahl von Projekten, im Rahmen derer beispielsweise Heime in ambulante Wohngruppen für psychisch Kranke, körperlich Behinderte oder Kinder umgewandelt werden konnten, stellt er heraus, dass der Übergang in ein „neues Hilfesystem“ bereits mehrfach erfolgreich vollzogen wurde. In einem solchen „Wir-Raum“ zwischen dem ersten Sozialraum des Privaten und dem zweiten Sozialraum des Öffentlichen könne eine optimale „Mischung aus Hilfs- und Helfensbedürftigkeit“ gelingen. Als Schlussfolgerung im Rahmen dieses „Sprunges in die neue Kultur des Helfens“ für den Staat und professionelle

Helfer fordert er, dass die Pflegesituation zukünftig immer als eine „trialogische“ gesehen werden müsse (Hilfsbedürftiger, Profi und Bürgerhelfer), für die eine „Umprofessionalisierung“ der Pflegenden unabdingbar sein werde.

Als heute 74-Jähriger erlebt sich der Autor selbst als „zur Zielgruppe gehörig“. Unter Berücksichtigung persönlicher Reflexionen eigener Bedürfnisse bezüglich seines derzeitigen Lebensabschnittes zeigt er Perspektiven auf, wie jeder Bürger dort leben, altern und sterben kann, wo er hingehört.

Aus der Sicht des Bürgers – nicht wie in seinen früheren Büchern aus der Perspektive des Profis – möchte Dörner mit alten und jungen, hilfsbedürftigen und helfenden Bürgern, auch mit den Professionellen des Sozial- und Gesundheitssystems die Situation diskutieren. Seine teils provokativen Formulierungen machen das Lesen dieses Buches und die Auseinandersetzung mit den Rahmenbedingungen unseres Älterwerdens besonders spannend.

**Peters M.: Psychosoziale Beratung und Psychotherapie im Alter.**

**Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 2006.**

**ISBN-10: 3-525-46259-X; 296 Seiten, € 34,90.**

In seinem neuen Buch gibt Peters einen Überblick über den heutigen Stand der Altersforschung und entwickelt daran anknüpfend ein integratives therapeutisches Konzept, das orientiert an einer psychodynamischen Grundhaltung auch versucht, andere Therapierichtungen mitzubearbeiten.

Fokus der Darstellung ist die klinische Praxis des Beratungs- und Therapieprozesses, insbesondere bei speziellen Konfliktlagen, mit denen sich Ältere häufig konfrontiert sehen (z.B. Übergang in die nachberufliche Zeit, Umgang mit dem Tod des Ehepartners, Anpassungsprobleme nach dem Umzug ins Altenheim, Ehekonflikte). Die Darstellung wird lebendig und praxisnah durch über 50 Fallvignetten. Überlegungen zur Qualitätssicherung und Ergebnisevaluation von Beratung und Therapie, zu ethischen Fragen und zu Anforderungen an Aus- und Fortbildung bei der Arbeit mit Älteren runden das umfassende Buch ab.

Wenngleich die Beschreibung der nichtanalytischen Verfahren mitunter etwas subjektiv pointiert erscheint (v.a. Verhaltenstherapie, systemische und Familientherapie), zeichnet Peters sprachlich brillant ein differenziertes Bild des Alters und der gegebenen psychotherapeutischen Möglichkeiten. Seine von hohem Respekt vor den Lebensleistungen und Problemen älterer Menschen geprägte Grundhaltung kommt immer wieder zum Ausdruck.

Peters vermag es, durch diese Arbeit Professionelle in ihrer Tätigkeit mit älteren Menschen zu bestärken und zu motivieren. Möge die Lektüre dieses Buches auch dazu beitragen, Vorbehalte aufseiten älterer Menschen bzw. derer Angehörigen gegenüber einer Psychotherapie zu relativieren.

**Bäurle P., Förstl H., Hell D., Radebold H., Riedel I., Studer K. (Hrsg.): Spiritualität und Kreativität in der Psychotherapie mit älteren Menschen.**

**Bern: Huber, 2005.**

**ISBN-10: 3456840950; 330 Seiten, € 34,95.**

Älterwerden konfrontiert unweigerlich mit Fragen nach dem Sinn – den älteren Menschen ebenso wie seine Helfer/innen. Das vorliegende Buch strebt an, Psychotherapie mit älteren Menschen um die Dimensionen Spiritualität und Kreativität zu erweitern und so neben der biopsychosozialen Sichtweise auch die Perspektive des Transpersonalen zu berücksichtigen. Neben Wissenschaftlern und therapeutischen Praktikern wurden auch führende Vertreter der fünf Weltreligionen (Buddhismus, Hinduismus, Islam, Christentum und Judentum) in das Buchprojekt miteinbezogen, die ihre jeweiligen spirituellen Ziele erläutern und Wege dahin beschreiben. Dabei wird betont, dass sich Spiritualität in der alltäglichen Lebensführung, in Selbstbescheidung und universeller Verantwortlichkeit zeigt und nicht zu einem Therapeutikum reduziert werden darf.

Anhand eines breiten Spektrums von naturwissenschaftlichen und religiösen Ansätzen bis hin zu klinischen Erfahrungsberichten ist es in diesem Buch gelungen, vielfältige Aspekte innerhalb der beiden Themenbereiche abzubilden und differenziertere eigene Auseinandersetzung anzuregen. Insbesondere für die

therapeutische Begleitung von spirituellen Entwicklungen, für Fragen nach dem Sinn des Lebens und zur Förderung kreativer Interessen bietet dieses Buch hilfreiche Anstöße.

**Schmidbauer W.: Psychotherapie im Alter. Eine praktische Orientierungshilfe.**

**Stuttgart: Kreuz, 2005.**

**ISBN-10: 3-7831-2509-X; 134 Seiten, € 9,95.**

Der Psychoanalytiker Schmidbauer beschreibt Belastungs- und Kränkungssituationen, mit denen ältere Menschen oft konfrontiert sind, und zeigt anhand einer Vielzahl von Fallvignetten und Beispielsituationen aus seiner praktischen Tätigkeit konkrete Interventionsmöglichkeiten im Umgang mit seelischen Problemen im Alter auf. Er beleuchtet besonders die Beziehungsdynamik älterer Menschen, unter anderem am Beispiel der Sexualtherapie, in Hinblick auf die Beziehungsdynamik zwischen (älteren) Patienten und (jüngeren) Helfern oder im Zusammenhang mit der „Kunst der Konfrontation“ als analytischer Methode. Kritisch nimmt er zur gängigen Verordnungspraxis von Psychopharmaka vornehmlich durch Hausärzte Stellung und beklagt einen unverantwortlichen Umgang mit Benzodiazepinen und Neuroleptika. Er plädiert für eine aktivierende Pflege und Psychotherapie und fordert einen „neuen Umgang mit dem Alter“, bei dem Chancen und Entwicklungsmöglichkeiten älterer Menschen im Vordergrund stehen sollten.

Schmidbauers Überlegungen können ältere Menschen ermutigen, sich eigenen psychischen Tiefen auch im Alter noch zu stellen, und Fachkollegen eine leicht verständliche einführende Orientierungshilfe in die Arbeit mit Menschen im höheren Lebensalter bieten.

**Bechtler E.: Gruppenpsychotherapie mit älteren Menschen.**

**München: Reinhardt, 2000.**

**ISBN-10: 3-497-01520-2; 149 Seiten, € 15,90.**

Bechtler veröffentlicht mit diesem Buch erstmals im deutschsprachigen Raum eine Arbeit zur psychoanalytisch orientierten Gruppentherapie mit Menschen über 60 Jahren. Einführend werden allge-

meine Aspekte der Therapie mit älteren Menschen erörtert, der Forschungsstand zur Wirksamkeit unterschiedlicher psychoanalytischer Gruppenkonzepte skizziert und Folgerungen für eine Übertragung auf den Altersbereich diskutiert. Der Schwerpunkt liegt auf der Darstellung des therapeutischen Interaktionsfeldes in der Gruppe. Bechtler geht ausführlich auf die Bedeutung von Übertragung und Gegenübertragung, von Widerstand und Abwehr sowie auf die Entwicklungsdynamik innerhalb der Therapiegruppe ein. Entlang eines lehrbuchartig vorgestellten Gruppenprozesses von der Anfangs- bis zur Endphase zeigt die Autorin wesentliche Bedingungen des Settings sowie des jeweiligen institutionellen Rahmens auf, beschreibt Indikationen, Gruppengröße, Planung und Organisation der Gruppe. In ihren Ausführungen werden auch spezifische Probleme herausgearbeitet, die sich in der Gruppentherapie insbesondere bei älteren Menschen ergeben und entsprechend geeignete Interventionen des Leiters erfordern. Ein eigenes Kapitel widmet sich weiteren Aspekten der Gruppenleitung, beispielsweise dem Umgang mit einem Leiterwechsel, dem Einbezug von Co-Therapeuten, der Supervision und der notwendigen Qualifikation der Therapeuten. Abschließend schildert Bechtler, wie der vorgestellte konzeptionelle Rahmen auch auf die Gruppenarbeit mit Demenzpatienten oder pflegenden Angehörigen adaptiert werden kann.

Ein kleines Lehrbuch, das nicht nur für Therapeuten mit psychoanalytischer Orientierung geeignet ist, sondern allen mit Gruppen arbeitenden Kolleginnen und Kollegen neue Anregungen und Möglichkeiten der Selbstreflexion bietet.

### **Grond E.: Altersschwermut.**

**München: Reinhardt, 2001.**

**ISBN-10: 3-497-01573-3; 169 Seiten,**

**€ 15,90.**

Als Psychotherapeut und Internist setzt sich Grond umfassend mit der bei 70- bis 90-Jährigen am häufigsten auftretenden psychischen Krankheit, der Altersschwermut, auseinander. Betroffenen, Angehörigen, Begleitern und Fachleuten gleichermaßen zeigt er vielfältige Wege auf, ältere Menschen in ihrer Depression zu verstehen und mit ihnen Hilfsangebo-

te, Bewältigungsstrategien und Lösungen zu finden.

In einfacher und erlebnisnaher Sprache grenzt Grond die Altersschwermut von „normaler“ Trauer und von Demenz ab und geht auf komorbide Störungen wie Abhängigkeit oder körperliche Erkrankungen ein, die im Zusammenhang mit Depression im Alter eine nicht zu unterschätzende Rolle spielen. Seine einfühlsame Darstellung der Symptomatik, auslösender Faktoren, möglicher Verlaufsformen und vor allem seine prägnanten Anregungen zum Umgang mit Krisensituationen und Suizidalität helfen, die Situation und das Erleben Betroffener besser zu begreifen, und schaffen für Betroffene und Angehörige Klarheit in schwierigen, oft Hilflosigkeit auslösenden Phasen.

Grond plädiert für einen personenzentrierten Umgang mit älteren Menschen, der durch Akzeptanz, Empathie und Echtheit geprägt sein sollte, und der die Menschenwürde genauso wie das Selbstbestimmungsrecht der Betroffenen achtet. Neben verhaltenstherapeutischen Ansätzen werden weitere psychotherapeutische Interventionsmöglichkeiten (interpersonelle Therapie, Familien- und Paartherapie, psychodynamische Fokalthherapie, körperbezogene Interventionen), Pharmakotherapie bis hin zu sozialtherapeutischen Angeboten und spirituellen Hilfen bei der Selbstfindung vorgestellt. Grond widmet sich auch der Psychohygiene der Helfer und gibt Ratschläge, wie jene sich vor der Gefahr eines eigenen Burn-outs schützen können.

Das Inventar depressiver Symptome (IDS) nach Hautzinger und wichtige Kontaktadressen im deutschsprachigen Raum im Anhang vervollständigen ein Buch, das Hoffnung schafft und in liebevoller Direktheit die Botschaft vermitteln will, dass Schwermut auch „ein sinnvoller Weg vertiefter Menschlichkeit“ bedeuten kann.

### **Sydow K. v.: Die Lust auf Liebe bei älteren Menschen.**

**München: Reinhardt, 1994.**

**ISBN-10: 3-4970-1262-9; 126 Seiten,**

**€ 16,90.**

Von Sydows besonderes Anliegen ist es darzustellen, welche unterschiedlichen erotischen Lebensformen in der Gruppe der 60- bis 90-Jährigen anzutreffen sind,

wie ältere Menschen ihre Sexualität erleben und gestalten.

In einem einführenden ersten Teil werden allgemeine körperliche und spezifische sexuelle Veränderungen im Alter beschrieben. Neben sozialen, gesellschaftlichen und ökologischen Rahmenbedingungen des Älterwerdens, werden geschlechtsspezifische Einstellungen und biografische Erfahrungen besprochen, die auf die Sexualität älterer Menschen unweigerlich Einfluss nehmen.

Der zweite Teil thematisiert die aktuelle sexuelle Situation älterer Menschen. Zum Thema „Partnerschaft und Sexualität“ beschreibt von Sydow eine Vielzahl unterschiedlicher Beziehungsformen. Die Spannweite reicht von Partnerschaften in getrennten Wohnungen, „alten“ und „neuen“ Ehen, über die Bedeutung des Altersabstandes bis hin zur „Geliebten-Perspektive“. Kurz wird auch auf die Situation älterer homosexueller Männer und lesbischer Frauen eingegangen. Aufgrund der ungünstigen demografischen Situation sind es vor allem ältere Frauen, die im höheren Lebensalter ohne Partner sind. Es wird dargestellt, wie unterschiedlich die Lebens- und Beziehungsideale und -wünsche älterer Singles sind. In einem abschließenden Kapitel stellt von Sydow verschiedene Optionen vor (selbstbestimmte sexuelle Abstinenz, ausweichende Bewältigungsformen, erotische Interaktionen, Träume, Fantasien und Erinnerungen, Kontakte mit Prostituierten, visuelle oder literarische Erotika bis hin zu Selbstbefriedigung und Zärtlichkeit), die älteren (gleich wie jüngeren) Menschen im Umgang mit ihrer Sexualität zur Verfügung stehen und inwieweit sie von diesen Gebrauch machen.

Das Buch entstand auf der Grundlage einer von der Autorin durchgeführten empirischen Studie zur psychosexuellen Entwicklung im Lebenslauf, im Rahmen derer sie umfangreiche Interviews mit 91 Frauen zwischen 51 und 91 Jahren geführt hat. Die wissenschaftlich gut fundierten Ausführungen werden durch eine Vielzahl von Zitaten anschaulich, konkret und lebensnah.

Von Sydow, die nach Promotion und Habilitation mittlerweile in eigener Praxis als tiefenpsychologisch fundierte und systemische Psychotherapeutin tätig ist, hat es auf wertschätzende Weise geschafft, mit ihrer Arbeit Tabus zu brechen, mit Vorurteilen und Mythen be-

züglich der Sexualität älterer Menschen aufzuräumen. Das Buch sollte jeder kennen, der mit älteren Menschen therapeutisch arbeitet. Wegen seiner leicht lesbaren und eingängigen sprachlichen Gestaltung ist es gerade auch für den bibliothekstherapeutischen Einsatz gut geeignet.

**Jaeggi E.: Tritt einen Schritt zurück und du siehst mehr. Gelassen älter werden.**

Freiburg: Herder, 2005.

ISBN-10: 3-451-28661-0; 159 Seiten,  
€ 16,90.

„Es gibt einen Lebensabschnitt, den man ohne Gelassenheit nur schwer bewältigt: nämlich das Alter“, so Jaeggi in der Einleitung ihres Buches. In ihren Ausführungen zur Gelassenheit betont die Verhaltenstherapeutin und Psychoanalytikerin, dass diese Haltung, die ein Moment des Zurückhaltens verlangt, ein wunderbares Geschenk in sich birgt, nämlich Humor. Wer Humor habe oder entwickle, zeige damit, dass er hinter sich selbst treten kann und sich mit den Augen anderer betrachtet.

Die Autorin zeichnet Lebensläufe von Menschen nach, bei denen es darum geht, Abstand von eingefahrenen Situationen zu gewinnen, sich zu distanzieren von einem allzu egoistischen Standpunkt. Man sieht mehr, wenn man zurücktritt, und dies erleichtert schließlich auch, die eigene Kränkung oder den eigenen Schmerz, die ältere Menschen in Umbruchphasen allzu oft erleiden, zu bewältigen: sei es nach dem Ausscheiden aus dem Berufsleben, wenn man nicht mehr im Rampenlicht steht, sei es, wenn die körperliche Schönheit und die Kraft schwinden, wenn Freunde sterben, die Kinder wegziehen, sich Krankheiten immer öfter einstellen, man sich missachtet oder sich in der modernen Welt mit ihren Jugendidealen ausgeschlossen fühlt. „Das Trauern um Vergangenes kann man nicht verleugnen und verdrängen. In dieser Balance zwischen Trauer und neugierigem Mut muss man im Alter leben können.“

Die Autorin möchte uns zeigen, wie wir unseren Egozentrismus überwinden, Frieden finden können, um gelassener und letztlich auch erfüllter leben zu können. Entlang der Darstellung vielfältiger Lebensgeschichten gelingt es ihr glaubwürdig aufzuzeigen, wie sich die von diesen Menschen geleistete „Gelassenheits-

arbeit“ im Laufe langer Jahre herausgebildet hat.

Jaeggi berührt viele Themen, die mit dem Älterwerden verbunden sind – von Sexualität bis Spiritualität. Ihr Buch lehrt auf humorvolle Weise ein Stück Lebenskunst, die nicht nur älteren Menschen vorbehalten ist, sondern auch all denjenigen Mut macht, die in scheinbar ausweglosen Lebenssituationen im Begriff sind, neue Wege zu beschreiten.

Als Taschenbuch wird dieses Buch beim gleichen Verlag voraussichtlich im Januar 2008 zum Preis von € 8,90 erscheinen.

**Weakland J. H., Herr J. J. Beratung älterer Menschen und ihrer Familien. Die Praxis der angewandten Gerontologie.**

Mit einem Vorwort von Paul Watzlawick. Bern: Huber, 1992.

ISBN-10: 3-456-81750-9; 321 Seiten,  
€ 19,95.

Das Buch demonstriert konkret systemische Ansätze der Beratung älterer Menschen. Auf dem Hintergrund einer grundlegenden Einführung in den familiensystemtheoretischen Ansatz beschreiben die Autoren zunächst ihr konkretes klinisches Vorgehen, u. a. die Kontaktaufnahme zum Familiensystem, die Problembestimmung, das Herausarbeiten von Zielen der Intervention und von bisherigen und zukünftigen Lösungsversuchen, die Analyse und Aktivierung des Familiensystems und die Gestaltung des Endes der Beratung. Der zweite Teil des Buches widmet sich anhand von Fallbeispielen alterstypischen Problemfeldern und systemisch-lösungsorientierten Interventionsansätzen, wie z. B. Unabhängigkeit und Einsamkeit, Generationenkonflikte, Verwirrtheit, Hypochondrie, Trauer, schwerer Behinderung und Tod.

Die Originalausgabe der beiden bekannten Palo-Alto-Vertreter erschien bereits 1979 – das Buch ist aber aufgrund seiner großen Bedeutung und Beliebtheit bis heute lieferbar. Seine Lektüre bietet einen unschätzbaren Gewinn – nicht nur für Berater und Psychotherapeuten, sondern auch für Ärzte oder Rechtsanwälte. Es zeigt Praktikern auf spielerische, entlastende und fesselnde Weise, wie man Familien helfen kann, sich selbst zu helfen.

**Friedrich-Hett T. (Hrsg.): Positives Altern. Neue Perspektiven für Beratung und Therapie älterer Menschen.**

Bielefeld: Transcript, 2007.

ISBN-10: 3-89942-799-8; 250 Seiten,  
€ 25,80.

„Was bleibt dann noch vom Schrecken des Alterns, wenn wir darunter die Tugend des philosophierenden Lebenswandels verstehen, der Haltung also, die uns erlaubt, Prozesse des Alterns positiv zu bewerten?“ Orientiert an diesem Motto aus dem Vorwort hinterfragen die Autoren negative Stereotypen und Mythen über das Alter und stellen einen umfangreichen Fundus an Anregungen, Erfahrungen und Beratungshaltungen dar, ohne die Schattenseiten dieser Lebensphase zu bagatellisieren. Die vorgestellten Forschungsergebnisse zeigen auf, dass es vielen älteren Menschen trotz vielfältiger Veränderungen in dieser Lebensphase gelingt, diesen Lebensabschnitt positiv zu integrieren. Den älteren Menschen, die sich schwer tun, sich mit Problemen und Veränderungen in dieser Phase ihres Lebens gewinnbringend auseinanderzusetzen, ist dieses Buch in erster Linie gewidmet.

Die Themenschwerpunkte liegen auf erlebnistheoretischen Methoden, poesie- und bibliothekstherapeutischer Schreibgruppenarbeit, Empowerment-Coaching® für die nachberufliche und nachfamiliäre Lebenszeit, Partnerschaftsberatung im Alter, Beratung für schwule Senioren und Möglichkeiten feministisch-theologischer Seelsorge.

Orientiert am systemischen Ansatz stellen die Autoren Elemente der beratenden und therapeutischen Arbeit mit Älteren vor. Durch viele Fallbeispiele ist ein enger Praxisbezug gelungen. Ein Buch, das neue Perspektiven des Alterns aufzeigt und durch die spannende Themenauswahl einen besonderen Reiz erhält.

**Korrespondenzadresse:**

Dipl.-Psych. Oliver Kugele  
Leitender Psychologe  
ParkKlinik Bad Bergzabern  
Fachklinik für psychosomatische  
Rehabilitation  
Kurtalstraße 83 – 85  
76887 Bad Bergzabern  
E-mail: o.kugele@gmx.de