

Verhaltens-Einzelspsychotherapie von Depressionen im Alter (VEDIA)

Ein standardisiertes Programm

Bearbeitet von
Georg Adler

1. Auflage 2005. Taschenbuch. 167 S. Paperback
ISBN 978 3 7945 2403 7
Format (B x L): 16,5 x 24 cm

[Weitere Fachgebiete > Psychologie > Psychotherapie / Klinische Psychologie](#)

schnell und portofrei erhältlich bei

**beck-shop.de**
DIE FACHBUCHHANDLUNG

Die Online-Fachbuchhandlung beck-shop.de ist spezialisiert auf Fachbücher, insbesondere Recht, Steuern und Wirtschaft. Im Sortiment finden Sie alle Medien (Bücher, Zeitschriften, CDs, eBooks, etc.) aller Verlage. Ergänzt wird das Programm durch Services wie Neuerscheinungsdienst oder Zusammenstellungen von Büchern zu Sonderpreisen. Der Shop führt mehr als 8 Millionen Produkte.

Geleitwort

Die psychischen Geißeln des menschlichen Alters sind Demenz und Depression. Lang hatte sich das resignative Vorurteil auch gegenüber der Altersdepression gehalten, man könne nicht viel dagegen machen, weder medikamentös noch durch Psychotherapie. Wirksame Psychotherapie war den jüngeren Abschnitten des Lebenszyklus vorbehalten. Für die Altersdepression hat sich dies gründlich geändert. Zu ihrer Behandlung steht inzwischen ein Repertoire wirksamer Verfahren zur Verfügung. Spezifische Methoden der Psychotherapie haben sich als ein substanzieller Beitrag dazu erwiesen.

Unter den Betroffenen hat sich diese Chance nur unvollständig herumgesprochen. Ein erheblicher Anteil der Altersdepressionen bleibt heute noch unerkannt und unbehandelt. Viele depressiv Erkrankte tragen mühsam die Last ihres Schicksals weiter. Wissen und Kompetenz psychotherapeutischen Handelns bei Altersdepression sind aber auch unter den Therapeuten keineswegs im Übermaß verbreitet. In dieser Situation kommt dieses Buch mit Therapiemanual, Untersuchungs- und Evaluationsmaterialien zur rechten Zeit. Es ergänzt das auf Gruppentherapie fokussierte einschlägige Therapieprogramm von Hautzinger (2000) auf den für Praxis und Institution nötigen Ebenen der Einzeltherapieverfahren.

Grundlage der Entwicklung der in diesem Buch niedergelegten Therapieprogramme sind zum einen die Erfahrungen des Autors in Tagesklinik und Krankenhaus, zum anderen folgende grundlegende Depressionsmodelle:

- Lewinsohn et al. (1985) – Verminderung positiver Verstärker, Reduzierung aktiver Verhaltensweisen, verstärkte Reduktion positiver Verstärker (Negativspirale)
- Beck (1974) – dysfunktionale Kognitionen, negative Bewertung von eigenen Fähigkeiten, sozialem Handeln und Selbst
- Seligmann (1979) – hilfloses Ausgesetztsein gegenüber unkontrollierbaren aversiven Erfahrungen, Angst und Tendenz zur Selbstaufgabe

Mit diesen drei therapierelevanten ätiologischen Modellen sind Ansatzpunkte und Komponenten der Interventionskette gewonnen. In zwölf Sitzungen (1- bis 2-mal wöchentlich) von jeweils 45 Minuten Dauer wird ein mehrarmiges strukturiertes Programm entworfen, das zu Beginn dem Kranken Reflexion und Mitteilung seiner Beschwerden, seines subjektiven und seines objektiven,

etwa durch körperliche Morbidität bedingten Nichtkönnens eröffnet. Mit dem Motivationsansatz für die Therapie werden ihm auch seine nicht realisierten Möglichkeiten vermittelt. Ergänzt durch geeignete diagnostische und kontextfokussierte Instrumente, die im Anhang des Buches beigegeben sind, durch Erhellung der Lebensverhältnisse, der sozialen Netzwerke und mittels Verhaltensanalyse wird in den ersten Stunden der Horizont therapeutischer Möglichkeiten ausgeleuchtet.

Mit dem systematischen Einsatz gezielter Interventionen – etwa zur Wiedergewinnung verlorener Verstärker, zum Aufbau von Selbstverstärkung, aktivem Verhalten und sozialen Beziehungen – etwa in Gestalt von Wochenplänen und ihrer konsekutiven Erfolgsbewertung – wird der negativen eine positive Spirale der kognitiven Umstrukturierung und des systematischen Aufbaus positiver Lebensmöglichkeiten entgegengesetzt. Die ersten sechs bis sieben Sitzungen haben Symptome, Somatisierung, objektive körperliche Beschränkungen im Fokus. Die zweite Therapiephase konzentriert sich auf biografische, soziale und wirtschaftliche Aspekte der Lebensbewältigung. Selbst die letzten Fragen der späten Lebensphase, nämlich Altern und Tod, werden als Themen der Bewältigung ins Blickfeld gerückt.

Das klar dargestellt und jeweils systematisch auf vollzogenen Schritten aufbauende Programm mit dem Anhang empfohlener Skalen und Instrumente ist ein wichtiger Beitrag zu jenem dringend lösungsbedürftigen Problem der wirksamen Psychotherapie der Altersdepression. Es kann allen, die für Altersdepressionen Behandlungsverantwortung tragen, warm empfohlen werden.

Prof. Dr. Dr. Dres. h. c. Heinz Häfner
Zentralinstitut für Seelische Gesundheit,
Mannheim