

Psychotherapie im Alter

Forum für
Psychotherapie,
Psychiatrie,
Psychosomatik
und Beratung

Herausgegeben von
Peter Bäurle, Münsterlingen; Johannes Kipp, Kassel; Meinolf Peters, Marburg/
Bad Berleburg; Hartmut Radebold, Kassel; Angelika Trilling, Kassel;
Henning Wormstall, Schaffhausen/Tübingen

Beirat

Beate Baumgarte, Gummersbach

Doris Fastenbauer, Wien

Peter Fischer, Wien

Nikolaus Grünherz, Hagen

Eike Hinze, Berlin

Rolf-D. Hirsch, Bonn

Johannes Johannsen, Köln

Ursula Koch-Straube, Bochum

Andreas Maercker, Zürich

Gertraud Schlesinger-Kipp, Kassel

Ulrich Schmid-Furstoss, Wuppertal

Roland Schmidt, Erfurt

Ursula Schreiter Gasser, Zürich

Gabriela Stoppe, Basel

Martin Teising, Frankfurt

Werner Vogel, Hofgeismar

Claus Wächtler, Hamburg

Dirk Wolter, Münster

Impressum

Psychotherapie im Alter

Forum für Psychiatrie, Psychotherapie,
Psychosomatik und Beratung

ISSN 1613-2637

2. Jahrgang, Nr. 5, 2005, Heft 1

ViSdP: Die Herausgeber; bei namentlich gekennzeichneten Beiträgen die Autoren. Namentlich gekennzeichnete Beiträge stellen nicht in jedem Fall eine Meinungsäußerung der Herausgeber, der Redaktion oder des Verlages dar.

Erscheinen: Vierteljährlich

Herausgeber: Dr. Peter Bäurle, Dr. Johannes Kipp, Dr. Meinolf Peters, Prof. Dr. Hartmut Radebold, Dipl. Päd. Angelika Trilling, PD Dr. Henning Wormstall

Die Herausgeber freuen sich auf die Einsendung Ihrer Fachbeiträge! Bitte wenden Sie sich an die Schriftleitung:

Dr. Johannes Kipp, Esther Buck
Ludwig Noll Krankenhaus, Klinik für
Psychiatrie und Psychotherapie
Klinikum Kassel
Dennhäuser Straße 156
34134 Kassel
Tel. 0561/48 04-0 · Fax 0561/48 04-402
E-mail: psychalter@yahoo.de

Redaktion und Satz
Literaturbüro Schreibschlüssel

Redaktionelle Unterstützung
C. Kühnemund

Umschlagentwurf und -gestaltung
Christof Röhl

Umschlagabbildung
Patientenzeichnung

Abonnenntenbetreuung, Verlag

Psychosozial-Verlag

Katharina Sattler

Goethestraße 29

35390 Gießen

Tel.: 0641/9716903 · Fax: 0641/77742

E-mail:

katharina.sattler@psychosozial-verlag.de

www.psychosozial-verlag.de

Bezug

Jahresabo 49,90 Euro · 83,30 SFr

(zzgl. Versand)

Einzelheft 14,90 Euro · 25,90 SFr

(zzgl. Versand)

Studierende erhalten gegen Nachweis
25% Rabatt.

Bestellungen von Abonnements bitte
an den Verlag, Einzelbestellungen beim
Verlag oder über den Buchhandel.

Das Abonnement verlängert sich um
jeweils ein Jahr, sofern nicht eine Abbe-
stellung bis zum 15. November erfolgt.

Copyright:

© Psychosozial-Verlag. Nachdruck –
auch auszugsweise – mit Quellenangabe
nur nach Rücksprache mit den Heraus-
gebern und dem Verlag. Alle Rechte,
auch die der Übersetzung, vorbehalten.

Anfragen zu Anzeigen bitte an den Verlag:
Antje Becker,

E-mail:

antje.becker@psychosozial-verlag.de

Die Herausgabe der Zeitschrift wird
dankenswerterweise durch die
Robert-Bosch-Stiftung gefördert.

PiA Heft 1/2005 Gruppentherapie

Editorial

Meinolf Peters

Gruppentherapie und Gruppenarbeit mit älteren Menschen –
Neuere Entwicklungen

7

Übersicht

Johannes Kipp und Meinolf Peters

Praxis der Gruppentherapie mit älteren Menschen –
eine Übersicht

11

Praxisbezogene Falldarstellungen

Errollyn Bruce

Gemeinsame Gruppentreffen für demenziell Erkrankte
und ihre Angehörigen

31

Angelika Trilling und Meinolf Peters

Gruppenangebote für ältere Menschen – ein Allheilmittel?

45

Ulrich Schmid-Furstoss

Problemadaptierte Gruppenpsychotherapie
im teilstationären Setting

59

Bertram von der Stein

Analytisch orientierte Gruppenpsychotherapie
bei älteren Patienten multikultureller Herkunft

71

Helmut Luft

Verhaltensbiologische Aspekte im Gruppenverhalten

89

*Johannes Kipp, Milos Kratochvil,
Nina Dixon, Cornelia Janz und Doris Schulte*
Tägliche Gruppentherapie in der psychiatrischen Klinik
mit älteren depressiven Patienten – eine vierwöchige
naturalistische Untersuchung 105

Ulrich Wichmann-Jentzen
Professionell unterstützte Selbsthilfegruppe – Erfahrungen
aus einem gemeindepsychiatrischen Projekt
mit psychiatrienerfahrenen Älteren 119

Anwendungsbezogene empirische Arbeiten

Carmen Morawetz, Henning Wormstall und Patrick Goetze
Depression im Alter. Katamnese einer Gruppentherapie
im tagesklinischen Rahmen 131

Eine Institution stellt sich vor

Marianne Bednorz
Ein europäisches Projekt der offenen Altenarbeit
im Kasseler Stadtteilzentrum Agathof 147

Zum Titelbild

Nina Dixon
Die sieben Raben 151

Berichte und Besprechungen

Meinolf Peters
Das Alter leben – eine Sichtung
populärwissenschaftlicher Altersliteratur 153

Johannes Kipp

Aimee Spector et al.: Wirksamkeit eines Gruppenprogramms
mit kognitiver Stimulationstherapie bei Demenzkranken 157

AutorInnen 159

Schreibhinweise für AutorInnen 163

Bisher erschienene Schwerpunktheft
der »Psychotherapie im Alter« 164

Editorial

Gruppentherapie und Gruppenarbeit mit älteren Menschen – neuere Entwicklungen

Gruppenpsychotherapie ist die wohl am häufigsten angewandte Methode in der Psychotherapie mit älteren Menschen, deren Vorteile in der Literatur ausführlich beschrieben worden sind (Radebold 1983, Bechtler 2000, Schneider u. Heuft 2001, Kipp u. Peters in diesem Heft). Die von Matthias Hirsch (2004) vertretene Auffassung, nach der in der analytischen Gruppe die Frage nach dem Sein und der Identität besonders eindringlich gestellt wird, dürfte auch, ja vielleicht sogar in besonderer Weise für Ältere gelten. Diese grundlegende Thematik zu bearbeiten, ist nicht die einzige Chance, die Gruppentherapie mit Älteren bietet. Doch diese und andere Vorteile sind schon mehrfach beschrieben worden und werden auch in dem hier vorliegenden Heft zur Sprache kommen.

Damit allein wäre jedoch nichts Neues hinzugefügt und eigentlich kein Grund gegeben, das Thema erneut auf die Tagesordnung zu setzen. Was mich veranlasst hat, ein Themenheft zur Gruppentherapie und Gruppenarbeit mit Älteren zusammen zu stellen, ist die immer größer werdende Vielfalt an Ansätzen, Methoden und Verfahren in der therapeutischen Arbeit mit älteren Menschen. Dabei sind die Übergänge von der Gruppentherapie zur Gruppenarbeit, in der pädagogische oder sozialtherapeutische Zielsetzungen im Vordergrund stehen, fließend. Man kann in dieser Entwicklung zweifellos eine professionelle Kreativität erblicken, die immer neue Ansätze hervorbringt, die sich zum Teil erheblich von der Therapiemethode entfernen, von der sie eigentlich ausgegangen sind. Anhänger einer integrativen Psychotherapie könnten darüber erfreut sein, könnten sie aus dieser Entwicklung genau solche integrativen Tendenzen herauslesen.

Tatsächlich sind die Grenzen zwischen den Therapieschulen im Bereich der Alterspsychotherapie weniger eng gezogen als anderswo. Dennoch wäre eine solche Interpretation wohl zu gewagt und auch kritisch zu reflektieren. Wie auch immer man dazu stehen mag, stellt sich die Frage nach den Gründen für die auch in diesem Heft nicht zu übersehende Entwicklungstendenz.

Mir scheinen zwei, sich allerdings widersprechende Gründe in diesem Zusammenhang von Bedeutung zu sein: Als erstes ist wohl an das zu denken, was uns die Gerontologie immer wieder vor Augen geführt hat, nämlich an die Pluralität des Alters. Dass die Menschen im Alter unterschiedlicher werden, ist eine ihrer fundamentalen Aussagen; dass sich dies auch bei einem psychotherapeutischen Inanspruchnahmeklientel wieder findet, konnten wir empirisch nachweisen (Peters et al. 2000).

Wir sind ohne Frage gut beraten, dies in der Psychotherapie zur Kenntnis zu nehmen und uns darauf einzustellen, dass auch die Älteren, die eine Behandlung suchen, sehr unterschiedlich sind. Dies ernst zu nehmen heißt, dass nicht alle von dem gleichen Vorgehen und vermutlich auch nicht von dem gleichen Verfahren werden profitieren können. Vielmehr sollten unterschiedliche Angebote bereitgehalten werden, d. h. der Pluralität des Alters sollte eine ebensolche Pluralität in der Psychotherapie folgen. Genau dies scheint in der Gruppentherapie der Fall zu sein, wie die vielfältigen Angebote erkennen lassen.

Einschränkend ist allerdings festzustellen, dass dies wohl nur für den stationären, nicht jedoch für den ambulanten Bereich gilt, in dem wir kaum spezifische Angebote für Ältere finden, jedenfalls dann nicht, wenn wir im Bereich der Psychotherapie bleiben. Doch es gibt andere Einschränkungen, genauer gesagt, Bedenken, die dieser positiven Sicht gegenüber gestellt werden sollten. Könnte nicht die Suche nach immer neuen Varianten aus der Erfahrung resultieren, dass Gruppentherapie mit Älteren in der klinischen Praxis keineswegs so unproblematisch ist, wie es manchmal in der Literatur erscheint? Ist der zu beobachtende Prozess der immer neuen Ausgestaltung nicht auch als Ausdruck der Probleme in der Anwendung der Gruppentherapie bei Älteren zu verstehen, Probleme, die in der Literatur kaum einmal eingehender behandelt werden, geht es hier doch fast ausschließlich um die positiven Aspekte. Wären wir nicht gut beraten, skeptischer und kritischer zu sein und uns etwa von der Tatsache nur spärlich vorliegender Wirksamkeitsnachweise irritieren zu lassen. Mich selbst beschleichen immer wieder Zweifel, ob die von uns so nachdrücklich postulierten Vorteile tatsächlich immer gegeben sind, manches Mal vermag ich sie im klinischen Alltag nicht zu erkennen. Fragt man die Älteren selbst, dann scheinen diese von unseren gut gemeinten Gruppenangeboten keineswegs immer so begeistert zu sein, wie sie es eigentlich unseren Theorien zufolge sein müssten.

Wir möchten deshalb mit diesem Heft zum einen die Vielfalt und die dabei zum Ausdruck kommende Kreativität heutzutage praktizierter Ansätze in der Gruppentherapie mit Älteren sichtbar machen; der Schwerpunkt wird auf der Gruppentherapie, weniger der pädagogischen und sozialtherapeutischen Gruppenarbeit liegen. Dabei kommt es uns weniger auf die theoretischen Hintergründe an, die ohnehin oftmals wenig ausgearbeitet sind, sondern mehr auf die praktische Vorgehensweise und die klinischen Implikationen an. Zum anderen möchten wir aber auch zu einer gewissen Nachdenklichkeit anregen und dazu ermutigen, eine kritische Distanz einzunehmen, auch wenn dies dem Mainstream zuwider läuft. Dazu sollte uns unser Verantwortungsbewusstsein veranlassen, um das so nützliche und unverzichtbare Instrument der Gruppentherapie nicht einer impliziten Entwertung preiszugeben, sondern so sorgfältig wie nur möglich zu handhaben und nur dann anzuwenden, wenn wir sicher sein können, dass es dem Wohle des Patienten dient.

Meinolf Peters

Literatur

- Bechtler H (2000) Gruppenpsychotherapie mit älteren Menschen. München (Reinhardt).
- Hirsch M (2004) Gedanken zum Schwinden der Attraktivität analytischer Gruppenpsychotherapie. Gruppenpsychotherapie und Gruppendynamik, 40, 164–179.
- Peters M, Lange C, Radebold H (2000) Psychotherapiemotivation älterer Patienten in der Rehabilitationsklinik – Eine empirische Studie. Zeitschrift für Psychosomatische Medizin und Psychoanalyse, 46, 259–273.
- Radebold H (Hg) (1983) Gruppenpsychotherapie im Alter. Göttingen (Vandenhoeck & Ruprecht).
- Schneider G, Heuft G (2001) Gruppenpsychotherapie mit alten Menschen. In: Tschuschke V (Hg) Praxis der Gruppenpsychotherapie. Stuttgart New York (Thieme) 312–318.

Korrespondenzadresse

Dr. phil. Meinolf Peters
 Schwanallee 48a
 35037 Marburg
 E-Mail: Meinolf-Peters@t-online.de

Praxis der Gruppentherapie mit älteren Menschen – eine Übersicht

Johannes Kipp und Meinolf Peters

Zusammenfassung

Gruppentherapien mit Älteren werden vor allem im institutionellen Bereich häufig durchgeführt und sind unverzichtbare Bestandteile der klinischen Psychotherapie. Im Vergleich zu jüngeren Patienten haben Ältere häufig mehr Vorbehalte gegen die Therapie in Gruppen, was hier eingehend reflektiert wird. Vor allem die Praxis der psychodynamischen und kognitiv-behavioralen Gruppentherapie mit Älteren wird ausführlich mit dem Ziel beschrieben, Anregungen für die eigene therapeutische Praxis zu liefern.

Stichworte: Gruppentherapie, Psychotherapie mit Älteren

Abstract: Practice of Group Therapy with Elderly People – an Overview

Group therapy with elderly patients usually is carried out in a clinical setting as an indispensable component of clinical psychotherapy. The fact that the elderly tend to be more reserved towards group therapy than younger patients is reflected upon. Psycho-dynamic and cognitive-behavioural group therapies are described in some detail; there are also suggestions on how to further improve on the psychotherapeutic treatment of the elderly.

Key words: Group therapy, psychotherapy, elderly

Einleitung

Gruppentherapien bei älteren Menschen werden in den letzten 30 bis 40 Jahren häufig angewandt (Übersichten bei Radebold u. Schlesinger-Kipp

1983 und Bechtler 2000). Die praktizierten Formen weisen eine große Vielfalt auf und sind zum Teil vergleichsweise wenig an spezifischen Therapie-richtungen orientiert. Dies ist auf die zahlreichen Modifikationen zurückzuführen, die im Hinblick auf die Behandlung Älterer vorgenommen wurden.

Gruppenarbeit mit älteren Menschen erfreut sich auch in der sozialen Altenarbeit und der Altenhilfe einer großen Beliebtheit. In dem vorliegenden Überblick werden wir uns allerdings auf therapeutische Ansätze beschränken, um hier eine Orientierung im Hinblick auf praxisbezogene Gesichtspunkte zu schaffen; die allgemeineren und theoretischen Überlegungen werden hingegen nur am Rande aufgegriffen. Die Übersicht stützt sich vornehmlich auf deutschsprachige Arbeiten, ein Überblick über die englischsprachige Literatur bietet die Darstellung von Schneider und Heuft (2001).

Warum werden Gruppentherapien bei älteren Menschen häufig angewandt?

Ältere Patienten stehen einer Gruppentherapie häufiger skeptisch oder ablehnend gegenüber als jüngere (Peters et al. 2002). Auf die Frage, wie hilfreich einzelne Behandlungselemente in einer psychosomatischen Rehabilitationsklinik erlebt wurden, lag Gruppenpsychotherapie bei den jüngeren Patienten auf dem zweiten, bei den älteren erst auf dem achten Platz. Worauf ist diese Bewertung zurückzuführen und was spricht dennoch für Gruppentherapieangebote bei Älteren?

Die heute älteren Menschen haben ihre prägenden Gruppenerfahrungen nicht nur in ihren zumeist kinderreichen Herkunftsfamilien gemacht, sondern auch durch die Teilnahme an den Jugendorganisationen des Dritten Reiches gesammelt, die auch im Alter häufig noch positiv besetzt sind. Das offene Äußern von Gefühlen von privaten oder familiären Problemen war in solchen Gruppen verpönt. Die in diesem Klima entstandenen Kommunikationshemmnisse bestanden auch in der Nachkriegszeit zunächst fort und wurden erst durch den gesellschaftlichen Aufbruch der 68er Jahre in Frage gestellt. Die heute Alten befanden sich in dieser Zeit im mittleren Erwachsenenalter und standen dem damaligen Aufbruch mehrheitlich ablehnend oder sogar feindlich gegenüber. Auch wenn Ältere von dem sich verändernden gesellschaftlichen Klima nicht unbeeinflusst geblieben sind, so wirken doch die verinnerlichten Werte und Normen fort, die eine Selbstöffnung begrenzen.

Gefühle der Scham halten sie oft davon ab, sich offen zu äußern und über Sorgen und Nöte zu berichten. Viele hegen auch die Befürchtung, durch Schilderung des eigenen Leids andere zu belasten, bzw. durch Schilderungen anderer belastet zu werden.

Erschwerend wirken sich manchmal auch narzisstische Probleme aus, die bei zahlreichen Älteren infolge des Alternsprozesses in den Vordergrund treten. Zum Schutz des eigenen Selbstwertgefühls spielen Abgrenzungsbemühungen gegenüber anderen eine bedeutsame Rolle. Die gerontologische Forschung zeigt, dass soziale Vergleichsprozesse im Alter zur Stabilisierung des eigenen Selbst eingesetzt werden; insbesondere Abwärtsvergleiche gegenüber denen, denen es vermeintlich schlechter geht oder die eingeschränkter sind, schützen das eigene Selbst (Filipp u. Mayer 1999). Eine empathische Bezugnahme auf andere kann dadurch erschwert sein.

Es ist somit von Vorbehalten bei Älteren gegenüber Gruppentherapien auszugehen. Darauf mag auch zurückzuführen sein, dass Gruppentherapien mit Älteren vorwiegend in Institutionen, kaum jedoch ambulant durchgeführt werden, weil hier eine größere Eigenmotivation und eine höhere Bereitschaft zur Selbstöffnung Voraussetzung ist.

Doch diesen Bedenken stehen zahlreiche Vorteile gegenüber, die für die Durchführung von Gruppentherapien mit älteren Menschen sprechen:

- Ältere Menschen sind durch die gleiche historische Zeit geprägt und haben dadurch vergleichbare Lebenserfahrungen, Lebensgewohnheiten und Einstellungen erworben. Durch diesen gemeinsamen Lebenshintergrund sind zahlreiche Anknüpfungsmöglichkeiten gegeben, die eine Kontaktaufnahme erleichtern und rasch ein Gefühl der Gemeinsamkeit entstehen lassen. Therapeutisch kann dies im Hinblick auf eine Auseinandersetzung mit der eigenen Lebensgeschichte genutzt werden.
- Die besondere Regressionsneigung in Gruppen (Bechtler 2000) kann darüber hinaus zur Reaktivierung lebensgeschichtlich bedeutsamer Konflikte führen; so können etwa lebenslang wirksame ödipale Konflikte oder Gefühle von Geschwisterneid in Gruppen gut durchgearbeitet werden.
- Die Konfrontation mit dem Alter und den altersspezifischen Entwicklungsaufgaben, die alle zu bewältigen haben, schafft weitere Gemeinsamkeiten (Radebold 1992). Damit können Lernprozesse initiiert werden und Gefühle entstehen, nicht allein vor existenziellen Herausforderungen zu stehen. Yalom (1996) hatte diesen Gruppenwirkfaktor

als die »Universalität des Leidens« beschrieben, der gerade bei Älteren positiv zur Wirkung kommen kann.

- Ältere stehen häufig vor der Aufgabe, neue Beziehungen knüpfen zu müssen. Die Gruppe bietet ein geeignetes Übungsfeld, um verloren gegangenes Vertrauen in andere zurückzugewinnen, Kommunikation wieder zu erlernen und die Beziehungsfähigkeit zu verbessern.

Neben positiven Indikationskriterien tragen vermutlich weitere, eher problematische Faktoren dazu bei, Gruppenverfahren bei der Arbeit mit Älteren einzusetzen:

- Jüngere Therapeuten scheuen aufgrund der eigenen Gegenübertragung häufig einen allzu engen Kontakt mit älteren Patienten, in dem sich Konflikte mit den eigenen Eltern wiederholen könnten.
- Sie werden außerdem in der Arbeit mit Älteren mit ängstigen Vorstellungen konfrontiert, was im Alter auf sie selbst zukommen kann. In der Gruppe hoffen sie, diesen Erfahrungen ausweichen zu können, wenn die Älteren untereinander ihre altersspezifischen Schwierigkeiten austragen.
- Mit gruppentherapeutischen Angeboten kann eine größere Zahl von Menschen erreicht und versorgt werden. In Zeiten zunehmender ökonomischer Zwänge dürfte dieser monetäre Aspekt sich besonders in Kliniken auswirken.

Die Reflexion der Vor- und Nachteile einer Gruppenteilnahme schützt vor einer unkritischen Präferenz der Gruppenbehandlung und soll deutlich machen, dass auch im Alter eine individuelle Indikationsstellung notwendig ist.

Altershomogene oder altersheterogene Gruppen?

In der Praxis stellt sich immer wieder die Frage, ob eine Gruppe nur aus Älteren zusammengesetzt oder altersgemischt sein sollte. Soviel ist sicher, einzelne ältere Menschen in einer Gruppe mit jüngeren haben Schwierigkeiten, sie geraten rasch in eine (Groß-) Elternposition und ziehen massive Übertragungen auf sich, der sie sich meist nicht gewachsen fühlen. Der umgekehrte Fall, in dem ein oder zwei Jüngere an einer Gruppe Älterer teilnehmen, dürfte für diese allerdings ebenso ungünstig sein.