

Auch alte Menschen können sich ändern

Nur fünf Prozent der über 65-Jährigen nutzen die Verhaltenstherapie

Münster. Die Voraussetzungen älterer Menschen für eine Verhaltenstherapie sind oft günstig. Versorgt sind aber die wenigsten, kritisiert die münsterische Dornier-Klinik in einer Pressemitteilung. „Ein alter Mensch ändert sich nicht mehr und ist somit auch nicht therapiefähig.“ Dieses Vorurteil sei mitverantwortlich dafür, dass nur etwa fünf Prozent der über 65-Jährigen psychotherapeutisch versorgt werden.

Wie wichtig psychotherapeutische Angebote für Se-

nioren seien, zeige sich auch an der Suizidrate. Sie sei im Alter um das Doppelte erhöht. Auch psychisch kranke Senioren könnten auf viele Jahre mit verbesserter Lebensqualität blicken, wenn sie adäquat versorgt würden. Rund ein Drittel aller Senioren leide an affektiven Störungen wie Depressionen. Häufig seien auch Angststörungen.

„Ältere Patienten verfügen über mehr Lebenserfahrung und interpersonelle Fähigkeiten. Ihre Sorgen sind meist weniger diffus und auf kon-

krete Themen wie Lebensumstände, Finanzen und Krankheiten gerichtet. Außerdem besitzen Senioren oft beträchtliche mentale Reserven, die man durch Übung und Lernen aktivieren kann“, sagt Birgit Mauler, Leitende Psychologin der Christoph-Dornier-Klinik für Psychotherapie.

An wirksamen Behandlungsverfahren mangle es ebenfalls nicht. Bewährt habe sich vor allem die kognitive Verhaltenstherapie. Sie eigne sich auch deshalb gut für Se-

nioren, da sie bei Langzeitkranken gute Erfolge verzeichnen könne.

Manche glaubten, dass sich eine Behandlung im Alter nicht mehr lohne. Dass dem nicht so sei, zeige das Beispiel eines Patienten, der 20 Jahre lang aus Angst nicht mehr Auto gefahren sei. Als Rentner wollte er aber noch etwas von der Welt sehen und habe sich deshalb zu einer Therapie entschieden. Mit Erfolg. „Für einen Gewinn an Lebensqualität ist es nie zu spät“, resümiert Mauler.



Diplom-Psychologin Birgit Mauler