

Wo finden Sie Gerontopsychologinnen und Gerontopsychologen?

www.psychnet.at

Über die Psychnet-Datenbank des Berufsverbandes können Sie Psychologinnen und Psychologen zu bestimmten Themen ausfindig machen und so die richtige Ansprechperson für Ihr persönliches Anliegen finden.

BÖP-Helpline: 01/407 91 92

Das Beratungs- und Infotelefon der Psychologinnen und Psychologen unterstützt Sie bei der Suche nach professioneller Hilfe.

Notizen

Impressum:

BÖP - Berufsverband Österreichischer Psychologinnen und Psychologen
Möllwaldplatz 4/4/39 :: A-1040 Wien :: Telefon: +43 1 407 26 71-0
Fax: +43 1 407 26 71-30 :: E-Mail: buero@boep.or.at :: www.boep.or.at

Geronto- psychologie

Psychologie des Alterns

Was ist Gerontopsychologie?

↘ Die Gerontopsychologie befasst sich mit dem Anteil des Erlebens und Verhaltens des Menschen, der dem Alterungsprozess zuzuschreiben ist, sowie auch mit dessen Beeinflussbarkeit.

Das Altern basiert auf dem Zusammenspiel von biologischen (z.B. körperlichen Abbauprozessen), psychischen (z.B. dem Umgang mit dem Altwerden), sozialen (z.B. sozialer Unterstützung) und ökologischen/kontextuellen (z.B. Wohnraumbeschaffenheit) Faktoren.

Den alten Menschen gibt es nicht, das heißt, das Alter kann sehr unterschiedlich aussehen. Auf der einen Seite gibt es alte Menschen, die gesund und gut sozial integriert sind, andererseits gibt es aber auch alte Menschen mit hohem Betreuungs- und Pflegebedarf. Das Alter(n) ist aber keine Krankheit, jeder Mensch altert in seinem Leben.

Warum ist Gerontopsychologie wichtig?

↘ Die Lebenserwartung hat sich in den letzten Jahrzehnten massiv verändert. Die Menschen werden im Alter. Derzeit liegt die durchschnittliche Lebenserwartung für einen heute geborenen Buben bei 77,1 Jahren und für ein Mädchen bei 84,3 Jahren. Die Lebenserwartung steigt alle fünf Jahre um ein weiteres Jahr. Nach Prognosen der Statistik Austria werden bis zum Jahr 2035 je nach Entwicklung der Lebenserwartung zwischen 2,7 und 3 Millionen Personen im Alter von über 60 Jahren in Österreich leben. Der Anteil der über 60-jährigen Personen wird von derzeit rund 20 % auf 35 bis 38 % ansteigen. Die Altersgruppe der 75- bis 85-Jährigen wird von derzeit (2008) rund 500.000 Personen auf etwas über 700.000 im Jahr 2035, die Zahl der über 85-Jährigen von 157.671 auf 280.000 Personen anwachsen. Weiteren Prognosen zufolge wird sich die Zahl der über

85-Jährigen mehr als verdreifachen.

Das Alter(n) kann aus psychologischer Sicht auch als wichtige Entwicklungs- bzw. Lebensaufgabe gesehen werden. Aus diesen Gründen ist es wichtig, dass sich die Gerontopsychologie mit dem Erleben und Verhalten des alternden Menschen beschäftigt.

Aufgaben von Gerontopsychologinnen und Gerontopsychologen

↘ Gerontopsychologinnen und Gerontopsychologen sind in Institutionen (z.B. Geriatrie, Neurologie, Seniorenheimen, etc.) und auch freiberuflich (z.B. in gerontopsychologischer Praxis) tätig. Eine multiprofessionelle Ausrichtung in der gerontopsychologischen Arbeit – d.h. eine enge Zusammenarbeit mit anderen Berufsgruppen – ist dabei von zentraler Bedeutung.

Die wesentlichen Aufgaben von Gerontopsychologinnen und Gerontopsychologen sind:

1. **Erforschung von Altersvorgängen** (z.B. Wissenschaftliche Studien zum Alterungsprozess)
2. **Psychologische Diagnostik** (z.B. Diagnostik der kognitiven Leistungsfähigkeit und von Persönlichkeitsmerkmalen, Demenzdiagnostik, Ressourcen- und Störungsdiagnostik, etc.)
3. **Klinisch-psychologische Behandlung** (z.B. bei Demenzerkrankungen, depressiven Störungen, Angststörungen, etc.)
4. **Gesundheitspsychologische Interventionen** (z.B. Kognitives Training, Durchführung von gesundheitsfördernden Programmen, etc.)
5. **Beratung und Betreuung von Angehörigen** (z.B. Pflegenden Angehörige, Angehörige nach dem Einzug eines Elternteils in ein Seniorenheim, etc.)
6. **Beratung, Betreuung, Fortbildung und Supervision**

von professionellen Helfern (z.B. Pflegepersonal, Betreuungspersonal, Therapeuten, etc.)

Welche Probleme im Alter werden von Gerontopsychologinnen und Gerontopsychologen behandelt?

↘ Psychische Störungen im Alter schwanken von Studie zu Studie zwischen 12,3 % und 54,1 % bei den über 65-Jährigen. 20 bis 25 % der über 65-Jährigen haben eine behandlungsbedürftige psychische Störung. Folgende Störungen im Alter treten am häufigsten auf:

1. **Demenzerkrankungen** (z.B. Alzheimer-Demenz, Vaskuläre Demenz, Parkinson und Mischformen)
2. **Affektive Störungen** (z.B. Depressive Störungen)
3. **Schlafstörungen** (z.B. Ein- und Durchschlafstörung)
4. **Neurotische, Belastungs- und somatoforme Störungen** (z.B. Angst- und Anpassungsstörungen)
5. **Abhängigkeitsstörungen** (z.B. Alkoholabhängigkeit)

Die gerontopsychologische Behandlung erfolgt nach einer genauen Diagnostik und Problemanalyse gemeinsam mit dem alten Menschen. Oft werden auch wichtige Bezugspersonen bei der Diagnostik miteinbezogen, um so wichtige Informationen über die aktuelle Lebenssituation zu bekommen. Wichtig in der Behandlung ist, dass nicht nur die Defizite (z.B. Gedächtnisstörung), sondern auch die Ressourcen (z.B. was ist dem alten Menschen noch möglich?) beachtet werden. Meist wird auch die Lebensgeschichte/Biografie des alten Menschen, in der sich fördernde Ressourcen entwickelt haben, in die gerontopsychologische Behandlung miteinbezogen.

Ziel der gerontopsychologischen Behandlung ist vor allem eine Verbesserung der Lebensqualität des alten Menschen.