

Sie finden Beratung und Unterstützung durch österreichische PsychologInnen:

[www.psychnet.at](http://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.

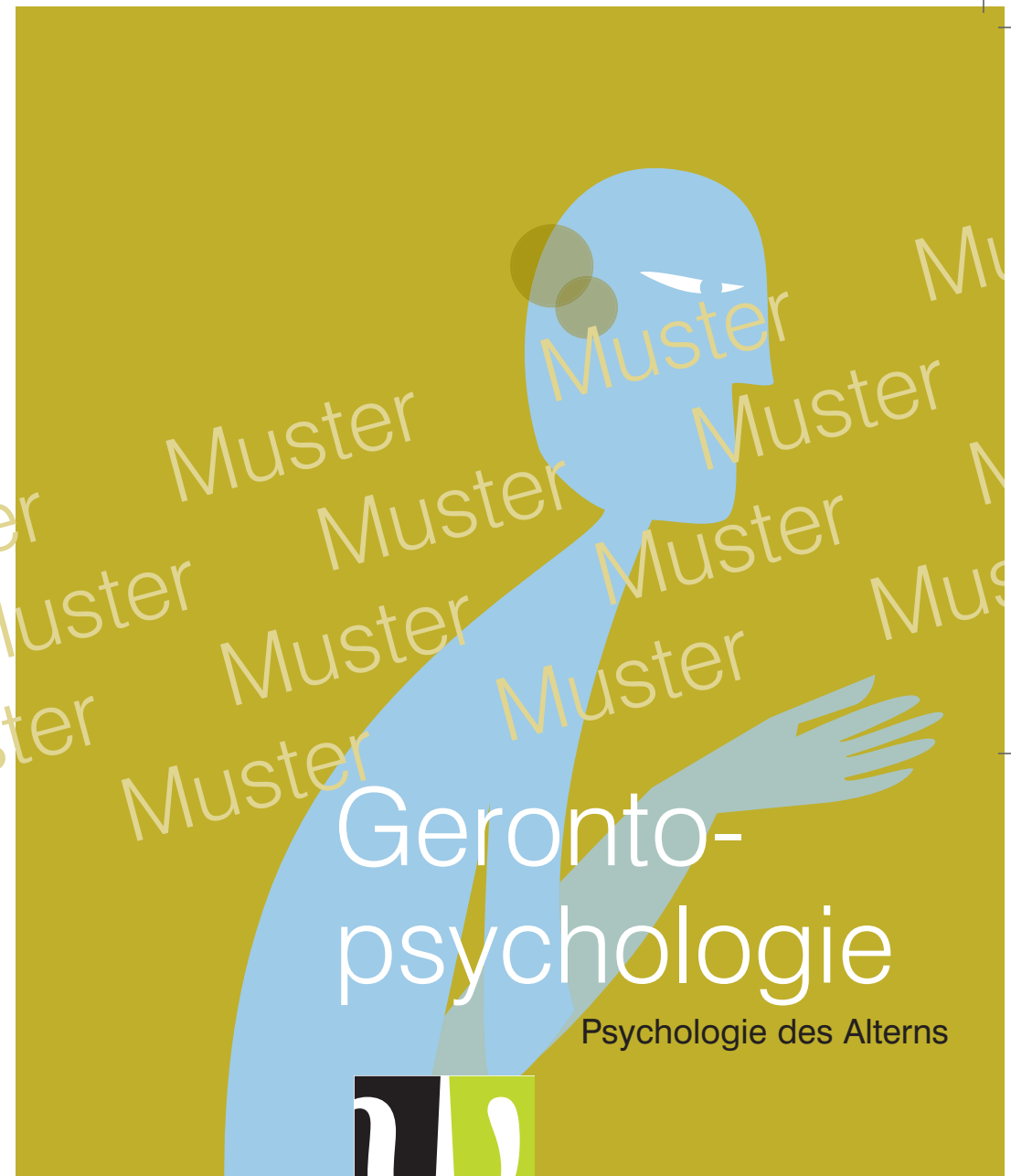
**BÖP - Helpline:**  
01/504 80 00

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



Berufsverband  
Österreichischer  
**PsychologInnen**

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  
buero@boep.or.at, [www.boep.or.at](http://www.boep.or.at)



Geronto-  
psychologie

Psychologie des Alterns



Berufsverband  
Österreichischer  
**PsychologInnen**

[www.psychnet.at](http://www.psychnet.at)  
[helpline@boep.or.at](mailto:helpline@boep.or.at)

## Was ist Gerontopsychologie?

**Die Gerontopsychologie befasst sich mit dem Erleben und Verhalten des älteren Menschen, insbesondere aber auch mit den Alterungsprozessen und deren Beeinflussbarkeit.**

Das Altern basiert auf dem Zusammenspiel von biologischen (z.B. körperlichen Abbauprozessen), psychischen (z.B. der Umgang mit dem Altwerden), sozialen (z.B. soziale 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 keine Krankheit, jeder Mensch altert in seinem Leben.

### Warum ist die Gerontopsychologie wichtig?

Die Lebenserwartung hat sich in den letzten Jahrzehnten massiv verändert. Die Menschen werden immer älter. 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 gerontopsychologischen Praxen) 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 Angehörigen, Angehörigen nach dem Einzug eines Elternteils in ein Seniorenheim, etc.)

### 6. Beratung, Betreuung, Fortbildung und Supervision

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

## Welche Probleme im Alter werden von Gerontopsychologinnen und Gerontopsychologen behandelt?

Psychischen 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)

### 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 die Verbesserung der Lebensqualität des alten Menschen.