



# Depressive Symptome (ICD-10 und DSM IV)

- gedrückte Stimmung, Traurigkeit und Niedergeschlagenheit
- Verminderung von Antrieb und Aktivität, erhöhte Ermüdbarkeit
- Verminderung von Interesse und Konzentration sowie der Fähigkeit zu Freude
- Schuldgefühle
- Beeinträchtigung des Selbstwertgefühls und des Selbstvertrauens
- Verminderung der Libido
- Verminderung des Appetits, Gewichtsverlust
- Schlafstörungen, Früherwachen

# Depressive Episode (ICD-10)

## Schweregrade

- **leicht**: 2 oder 3 der Symptome sind vorhanden; bei alltäglichen Aktivitäten beeinträchtigt
- **mittelgradig**: 4 oder mehr Symptome; große Schwierigkeiten, alltägliche Aktivitäten fortzusetzen
- **schwer**: mehrere, quälende Symptome; typischerweise Verlust des Selbstwertgefühls, Gefühle von Wertlosigkeit und Schuld; Suizidgedanken häufig; alltägliche Aktivitäten stark eingeschränkt bzw. unmöglich

# Prävalenz depressiver Erkrankungen im Alter (> 65 J)

- **leicht**: 15,5 %
- **mittelgradig**: 9,8 %
- **schwer**: 1,8 % (< 65 J 8,3 %)

# Die 4 Modelle der Symptombildung

- ▶ Lernmodell: verfehlte Lernvorgänge
- ▶ Traumamodell: nachhaltige traumatische Schädigung
- ▶ Defizitmodell: erworbene Entwicklungsdefizite
- ▶ Konfliktmodell: reaktualisierte Entwicklungsdefizite

nach Eckardt-Henn, Heuft, Hochapfel und Hoffmann, 2004

## Was ist ein Konflikt?

Aufeinandertreffen entgegengesetzter,  
unvereinbarer Verhaltenstendenzen  
(Motivationen, Bedürfnisse, Wünsche,  
Triebe, Strebungen)

Thema des Konflikts:  
Verlust

Beziehungsgestaltung  
durch  
Versorgungswünsche

- ▶ etwas zu bekommen oder zu verlieren vs keiner Versorgung zu bedürfen
- ▶ einer Zuwendung sicher zu sein oder sie zu geben vs völlig selbstgenügsam zu sein
- ▶ Suche nach versorgenden („depending and demanding“) Beziehungen (Sicherheit in interpersoneller Passivität) vs emotionale Anspruchslosigkeit als Abwehr

- ▶ Thema: Verlust
- ▶ Leitaffekt: Trauer und Depression
- ▶ Konfliktverarbeitung
- ▶ Gegenübertragung

Versorgung vs. Autarkie

## passiver Verarbeitungsmodus

an andere gefühlsmäßig stark gebunden  
Wünsche nach Geborgenheit und  
Versorgung

- ★ Jede Art von Alleingelassenwerden führt zu depressiver Verstimmung, Angst und Einsamkeit
- ★ ausgeprägt abhängig, anklammernd oder fordernd.
- ★ «dependent and demanding»; Kontakthunger
- ★ Wunsch nach Versorgung. Partnerschaften oft so, dass Trennungen unmöglich sind
- ★ Trennungsphantasien des Partners lösen Ängste, Minderwertigkeit sowie Kontrolle aus

**Gegenübertragung:** Gefühle von Sorge, Anklammerung, auch Ungeduld, Erpressung und Ohnmacht

## aktiver Verarbeitungsmodus

Altruismus; Kompensation der Versorgungswünsche durch Bescheidenheit, Anspruchslosigkeit

- ★ Verleugnung des Versorgungsbedürfnisses; in Phantasien spätere Verwöhnung.
- ★ Unersetzbare Mitarbeiter, selbst nicht schonend, aber permanentes Wohllollens erwarten.
- ★ Die nach außen gezeigte Selbstlosigkeit erscheint oft unbewußt berechnend.
- ★ Im gesellschaftlichen Umfeld entwickeln sich keine tragfähigen Beziehungen, da sie offen oder heimlich die Versorgten zugleich verachten oder beneiden.

**Gegenübertragung:** Identifikation mit abgewehrten Selbstanteilen: Sehnsucht nach Versorgung

# Psychotherapie im Alter - Therapieziele

nach Heuft, Kruse und Radebold (2000)

- ▶ Fördern von Selbständigkeit und Eigenverantwortung
- ▶ Verbessern sozialer Fähigkeiten
- ▶ Stärkeres Berücksichtigen des Körpers (in Krankheit und Gesundheit)
- ▶ Klären intra- und intergenerationeller Schwierigkeiten
- ▶ Akzeptieren des und Versöhnen mit dem gelebten Leben (Bilanzierung und Lebensrückblick)
- ▶ Bearbeiten der Verlustthematik
- ▶ Auseinandersetzen mit Alter und Tod
- ▶ Fördern des Gegenwartsbezuges
- ▶ Erarbeiten praktischer Lösungen“

# Typologie im Alter

Rheingold-Untersuchung (1999)

- ▶ **1. Stille Teilhaber**  
Leben zurückgezogen und eher privat". Genießen das stille Glück am heimischen Herd. Delegieren Vitalität an den/die Enkel, welche oftmals den Lebensmittelpunkt bilden
- ▶ **2. Eroberer**  
(Meist männlicher) Abenteuerertypus", der noch einmal die Herausforderung sucht und Neues entdecken möchte z. B. in bezug auf das andere Geschlecht, auf fremde Länder, auf neue Arten der Mobilität (Motorrad) etc.
- ▶ **3. Happy Ender**  
(Meist weiblicher) Genuß-Typus mit Hang zu Konsum, Luxus, schönen Reisen (Kreuzfahrten) und besonderem Augenmerk auf eine gepflegte, gut gekleidete Erscheinung.
- ▶ **4. Abend-Schüler/Spätberufene**  
Ältere mit Hang zur Nach-Bildung". Besuche von Kursen bei der VHS, Studienreisen etc.
- ▶ **5. Engagierte/Starrsinnige**  
Neigung zum Engagement in Partei, Verein, Kirche, für soziale Aufgaben etc.
- ▶ **6. Leid-Tragende**  
Personen, die stark auf ihre Krankheiten, ihr Leiden und ihr Schicksal abheben.
- ▶ **7. Ausbalancierte**  
Personen, die in verschiedenen Zyklen (z. B. entlang der Jahreszeiten) in verschiedene typische Rollen" schlüpfen: im Winter leid-tragend, im Frühjahr erobernd, im Sommer als Happy-Ender, im Herbst still teilhabend.

## Versorgung versus Autarkie

