

DGVT fordert am internationalen Tag der älteren Menschen eine bessere psychosoziale und psychotherapeutische Versorgung

Im Jahr 1990 haben die Vereinten Nationen den 1. Oktober zum jährlichen Tag der älteren Menschen ausgerufen. In diesem Jahr findet dieser Tag unter den besonderen Bedingungen der weltweiten Corona-Pandemie statt. Gerade ältere Menschen sind durch COVID-19 in besonderer Weise betroffen: als Altersgruppe, bei der schwere Verläufe einer Infektion besonders häufig sind, als Bewohner*innen von Senioren- und Pflegeeinrichtungen, aber auch durch die starke Einschränkung sozialer Kontakte, die in vielen Fällen sogar die nächsten Verwandten betrifft.

Neben den unmittelbaren gesundheitlichen Risiken, die vom COVID-Virus für ältere Menschen ausgehen, dürfen auch die psychischen Folgen durch soziale Isolation und das Gefühl einer permanenten Bedrohungssituation nicht außer Acht gelassen werden. Die Auswirkung gesellschaftlicher Entwicklungen wie die wachsende Armutsgefährdung für Ältere könne individuell die psychische Belastungssituation verstärken. Daraus erwächst eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe. Es darf nicht als typisches Verhalten älterer Menschen fehlinterpretiert werden, wenn diese sich zurückziehen, traurig oder antriebslos werden. Vielmehr handelt es sich in vielen Fällen um Anzeichen einer psychischen Erkrankung wie beispielsweise einer Depression, die unter Umständen einer psychotherapeutischen Behandlung bedarf.

Leider war gerade die psychosoziale und psychotherapeutische Versorgung älterer und hochbetagter Menschen in Deutschland schon vor der Corona-Pandemie unzureichend. Neben fehlenden Behandlungskapazitäten mangelt es häufig auch an Fachwissen bei Behandler*innen und an geeigneten Zugängen zu vorhandenen Therapieangeboten. Die Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie (DGVT) e.V. und ihr Berufsverband DGVT-BV nehmen den Tag der älteren Menschen in diesem Jahr daher zum Anlass, auf die vorhandenen Defizite aufmerksam zu machen und zugleich Wege für eine Verbesserung aufzuzeigen.

So unterstützt die DGVT das Modellprojekt Psy-Care (www.psy-care.de) der Medical School Berlin und der Berliner Charité Universitätsmedizin, das sich speziell den Möglichkeiten der psychologischen Beratung und Therapie bei Pflegebedarf im Alter widmet. Eine wichtige Erkenntnis lautet, dass depressive Verstimmungen und Depressionen grundsätzlich im Alter gut behandelbar sind und ältere Menschen häufig auch Interesse an einer psychotherapeutischen Behandlung haben. Obwohl ältere Menschen ähnlich häufig von depressiven Erkrankungen

betroffen sind wie jüngere, machen in der Altersgruppe ab 65 Jahren weniger als fünf Prozent von ihnen eine Psychotherapie. Bei Jugendlichen und jüngeren Erwachsenen liegt dieser Anteil bei 20 bis 30 Prozent. Dabei sieht die einschlägige medizinische Leitlinie ausdrücklich auch für Menschen über 65 Jahren das Angebot einer Psychotherapie vor.

Die DGVT ruft daher am Tag der älteren Menschen dazu auf, stereotype Sichtweisen auf Ältere zu überwinden und für eine bedarfsgerechte psychosoziale und psychotherapeutische Versorgung dieser Altersgruppe zu sorgen. Dies wäre nicht nur ein wichtiger Beitrag zur Gesundheitsversorgung einer stetig wachsenden Bevölkerungsgruppe. Es wäre auch ein Schritt, um dem von den Vereinten Nationen formulierten Ziel näherzukommen, dass ältere Menschen selbstbestimmt Entscheidungen über ihr Leben treffen können.

Tübingen, 1. Oktober 2020