

# STICHWORT-BROSCHÜRE

## PSYCHOTHERAPIE MIT ÄLTEREN MENSCHEN

Arbeitskreis: „Psychotherapie mit Älteren“  
Psychotherapeutenkammer Berlin  
Februar 2020



## Vorwort:

Diese Broschüre versteht sich als Stichwortsammlung, die PsychotherapeutInnen in der Arbeit mit älteren Menschen unterstützen und leiten soll. Zu spezifischen Themen, mit denen man in der Arbeit mit älteren Menschen häufig konfrontiert wird, enthält die Broschüre Stichworte, die in der Suche nach Angeboten den Weg weisen. Zur Übersichtlichkeit wurde die Informationsmenge auf Stichworte und kurze Erläuterungen beschränkt. Wenn Sie Themen vermissen oder Verbesserungsvorschläge machen möchten, freuen wir uns über Rückmeldung.

Wir bedanken uns über die zahlreichen und fruchtbaren Hinweise und die engagierte Zusammenarbeit mit den Mitgliedern des Arbeitskreises bei der Erstellung der Broschüre.

Der Arbeitskreis „Psychotherapie mit älteren Menschen“ der Psychotherapeutenkammer Berlin  
in Vertretung Sonja Winklmann und Julia Michel

Kontakt: [Winklmann@psychotherapeutenkammer-berlin.de](mailto:Winklmann@psychotherapeutenkammer-berlin.de)  
[michel@psychotherapeutenkammer-berlin.de](mailto:michel@psychotherapeutenkammer-berlin.de)

Berlin, Dienstag, 25. Februar 2020



## 1. Soziale Aspekte: Sicherheit, Wohnen, Alltagsversorgung

### 1.1. Sicherheit

- „Sicher zu Hause“ (Ratgeber für Seniorinnen & Senioren, Weisser Ring)
- „Rate mal, wer dran ist?“ (So schützen Sie sich vor Betrug und Trickdiebstahl, Broschüre des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend)
- Sicherheit im Alter (gemeinsames Projekt von Bundesseniorenministerium und Deutsche Hochschule der Polizei. Konzepte zur Sicherheit im Alter bei Eigentums- und Vermögensdelikten oder gewalttätigen Übergriffen)

### 1.2. Wohnen

- „Länger zuhause leben“ (Ein Wegweiser für das Wohnen im Alter - Broschüre des Bundesfamilienministeriums)
- "Zuhause im Alter - Soziales Wohnen“ (Stichwort für Internetrecherche)
- Beratung zum Umbau von Wohnungen durch Pflegestützpunkte, Wohnungsbaugesellschaften
- Koordinierungs- und Servicestellen - Wohnungsbaugesellschaften
- Senatsverwaltung für Stadtentwicklung & Wohnung
- Amt für Gesundheit, Senioren und Wohnen oder Amt für Soziales
- Betreutes Wohnen, Pflegeeinrichtungen, Wohngemeinschaften
- BIVA e. V.
- Verbraucherzentrale (rechtliche Beratung in Mietfragen)

### 1.3. Alltagsversorgung

- Sozial-, Rechts- und Rentenberatung Sozialverband VdK Deutschland e. V.
- Politik für ältere Menschen (selbstbestimmtes Leben, Teilhabe an der Gesellschaft, Unterstützung von Hilfe- und Pflegebedürftigkeit).
- Hauswirtschaftshilfe
- Eingliederungshilfe / Einzelfallhilfe beantragt beim Sozial-Psychiatrischen-Dienst
- Gesetzliche/r BetreuerIn für Bereiche der Alltagsversorgung über Betreuungsvereine
- Hilfelotse Berlin

## 2. Ehrenamt, Aktivitäten / Freizeit, Selbsthilfe, Teilhabe

### 2.1. Ehrenamt

- Ehrenamtsatlas
- Kontaktstelle Pflegeengagement
- Gute Tat (Internetseite)

### 2.2. Aktivitäten / Freizeit

- Silbernetz
- Freunde alter Menschen e. V.: Veranstaltungen, Ausflüge, Reisen
- Besuchsdienst (z. B. Besuchshundedienst)
- Seniorenbegegnungsstätten
- Kiezclub
- Bundesvereinigung Prävention und Gesundheitsförderung e. V.: Gesund altern



- Gesundheitsstadt Berlin
- Nachbarschaftshaus
- Stadtteilzentren
- Volkshochschulen
- Trevivo Netzwerk für aktive Senioren
- Sportvereine
- Bibliothek kommt nach Hause
- Sport Gesundheitspark
- Hilfelotse Berlin
- Diakonie Haltestelle
- VdK - Urlaub für Menschen mit Behinderung
- Digitale Sprechstunde: Beratung zur Nutzung digitaler Geräte (Bezirksbibliotheken, Bürgerbüro, aktuell nur in Spandau und Reinickendorf)

### 2.3 Selbsthilfe

- SEKIS (Selbsthilfe Kontaktstelle)
- Kontaktstelle Pflegeengagement
- Kompetenzzentren Pflegeunterstützung

## 3. Mobilität

### 3.1. Fahrdienste

Die Pflegestützpunkte können über die Nutzung verschiedener Angebote beraten (z. B. Taxi, Krankentransporte, Telebus, BVG-Angebote).

- Sonderfahrdienst (SFD, früher Telebus): Landesamt Gesundheit und Soziales, Solobusse oder Doppelbusse, Schwerbehindertenausweis mit Zeichen „T“ in Form einer Magnetkarte erforderlich, Beantragungspflicht, telefonische Anmeldung; private Fahrten (Freizeit, Erholung inkl. „Treppenhilfe“; nicht zu Therapien o. Tagespflege), geringfügige Eigenbeteiligung: ca. 2 bis 10 € abhängig von der Anzahl der Fahrten
- „Mobidat“: differenzierte Suche nach barrierefreien Hotels, Restaurants, Kinos, Museen, Toiletten, Wohnungen, Veranstaltungen etc.

### 3.2. Begleitdienste

- Mobilitätshilfedienste: Begleit- und Rollstuhlschiebedienst, Blindenführung und Treppentransporte, organisiert über Bezirksstellen durch verschiedene Anbieter  
Normalbetrag: jährlich 80.- Euro, halbjährlich 40.- Euro, ermäßigter Betrag: jährlich 40.- Euro, halbjährlich 20.- Euro, einmalige Begleitung: 5€
- Vbb – Bus- und Bahnbegleitservice: KundInnen, die sich auf Grund von Mobilitätseinschränkungen bei Nutzung von Bus und Bahn unsicher fühlen, v. a. KundInnen, die Rollator, Rollstuhl, Gehhilfe nutzen, mit Seh- oder Hörbeeinträchtigung, auch verunsicherte Menschen  
täglich von 7 – 22 Uhr, per Online-Formular oder unter 030 34 64 99 40 (max. 1 Woche, mind. 1 Tag vorher); Abholung an Wohnungstür; kostenlos; gültiger Fahrausweis notwendig

### 3.3. Autonome Mobilität

- Sicherheitstipps für FußgängerInnen und RadfahrerInnen beachten:



- z. B. vom Deutschen Verkehrssicherheitsrat (Aktionswoche „Sicher mobil im Alter“)
- Autofahren: Fahrtraining für ältere Menschen über den Fahrlehrerverband, ADAC, TÜV, DEKRA, Bundesvereinigung der Fahrlehrerverbände e. V., Deutscher Verkehrssicherheitsrat

## 4. Pflegebedürftige und pflegende Angehörige

### 4.1 Beratung, Informationen und praktische Unterstützung

- Pflegestützpunkte – Konkret zu Pflege, Beantragung von Pflegegraden, Befreiung von der Zuzahlung, Wohnungsanpassung
- Kontaktstelle Pflegeengagement
- Kompetenzzentrum Pflegeunterstützung
- Fachstelle für pflegende Angehörige / Pflege in Not
- [www.pflegen-und-leben.de](http://www.pflegen-und-leben.de)
- Beratung zu den Themen „Pflege und Familienpflegezeit“ bieten das
  - Pflegetelefon des Bundesseniorenministeriums unter 030 201 791 31 (Montag bis Donnerstag, 9.00 Uhr bis 18.00 Uhr) sowie das
  - Portal "Wege zur Pflege".
- Bundesministerium für Gesundheit, Bürgertelefon Tel 030 340 60 66 -02 oder -01
- BAGSO - Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen
- Seniorenvertretungen der Bezirke
- Hilfelotse
- Deutsche Seniorenliga
- übergreifende Angebote durch freie Wohlfahrtsverbände, Kirchen und Interessenvereinigungen, z. B. Humanistischer Wohlfahrtsverband, Caritas, Volkssolidarität, Unionhilfswerk, AWO, Glaubensgemeinschaft z. B. christliche Kirchengemeinde
- Rentenberater, Versicherungssälteste, allgemeine unabhängige Sozialberatung

### 4.2. Hilfsmittel (z. B. Rollator, Rollstuhl, Duschhocker, Inkontinenzvorlagen etc.)

- Kostenträger: Kranken- und Pflegekassen
- Sanitätshäuser
- Verordnungen (HausärztIn, FachärztIn)
- Hilfsmittelberatung: Pflegestützpunkte, Mobilitätscheck für SeniorInnen, Physio- und ErgotherapeutInnen
- Gesundheitsamt Berlin Mitte:  
Speziell für Menschen mit Sehbehinderung, auch Beratung zu Hilfsmitteln
- Allgemeiner Blinden- und Sehbehindertenverein Berlin
- Schwerhörigkeit - Hals-Nasen-Ohren-Ärzte / Hörgeräte-Akustiker

### 4.3 Vorsorge

- BMJV Bundesministerium für Justiz und Verbraucherschutz
- Broschüre von Stiftung Warentest
- Patientenverfügung / Vorsorgevollmacht
- gesetzliche Betreuung / Betreuungsvereine
- Angebote zur Unterstützung, Entlastungsbeitrag, Umwandlungsanspruch (§§45a ff SGB XI)



## 5. Rehabilitation

- onkologische, kardiologische, psychosomatische, orthopädische und neurologische Rehabilitation (Finanzierung meist über die Krankenkassen)
- geriatrische Rehabilitation (stationär, teilstationär und mobil) als Spezialangebot für ältere Menschen mit Mobilitätseinschränkungen und nach einem akuten Ereignis z.B. Oberschenkelhalsbruch oder Infekt

## 6. Psychische Störungen und Krisen

(hier u. a. Sucht, Depression, Angststörungen, Traumafolgestörungen auch nach Kriegstraumata, Zwangsstörungen, Trauer und Suizidalität)

### **6.1. Diagnostik und Behandlung**

- stationäre, teilstationäre und ambulante Versorgung
- Gerontopsychiatrie, gerontopsychiatrische Tageskliniken
- gerontopsychiatrische Institutsambulanzen der Kliniken (St. Hedwigs, St. Joseph, Bodelschwingh-Klinik, Vivantes Kliniken)
- niedergelassene PsychiaterInnen und/oder PsychotherapeutInnen
- Krisendienst
- Sozialpsychiatrischer Dienst (SPD)
- Telefonseelsorge
- unterstützende psychosoziale Versorgung: Soziotherapie (verordnet durch ÄrztInnen / PsychotherapeutInnen; Kostenträger sind die Krankenkassen) oder ambulante psychiatrische Pflege
- Hausarzt / Hausärztin

### **6.2. Sucht**

- Beratung und Behandlung (ambulant und niederschwellig): bezirkliche Suchtberatungsstellen (z. B. Angebote zu Sucht im Alter, Gruppen für Medikamentenabhängigkeit)
- Entgiftung: psychiatrische Klinik (Zuständigkeit beachten)
- Entwöhnung: stationär, teilstationär und ambulante in spezialisierten Suchtkliniken,
- Messiesyndrom – pathologisches Horten



## 7. Somatische Komorbiditäten

Eine enge Zusammenarbeit mit dem/der HausärztIn und/oder PsychiaterIn wegen der verordneten Medikamente und bei körperlichen Erkrankungen ist hilfreich. Dies wird besonders empfohlen bei Demenz, chronischen Schmerzen, neurologischen Erkrankungen, Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Krebs-erkrankungen und eben diese weiteren.

### 7.1. Demenz

#### 7.1.1. Diagnostik

- ambulant:  
Gedächtnissprechstunden in den Gerontopsychiatrischen Institutsambulanzen (GIA, z.B. Bodelschwingh Klinik - Wilmersdorf, St. Hedwig Krankenhaus, St. Joseph Krankenhaus Weissensee, Vivantes Humboldt-Klinikum - komplette Liste: Alzheimer Gesellschaft)
- neurologisch und/oder psychiatrische Fachärzte (Praxen), die Demenzdiagnostik anbieten
- stationär/teilstationär:  
kurzzeitige Aufnahme in Kliniken für Psychiatrie und Psychotherapie, Kliniken für Neurologie, Abteilungen für Geriatrie oder geriatrische bzw. gerontopsychiatrische Tageskliniken

#### 7.1.2. Beratung

- Deutsche Alzheimer Gesellschaft
- Alzheimer Angehörigeninitiative e. V.
- VdK – Beratung für betroffene MigrantInnen
- Sozialpsychiatrischer Dienst (SpD) in Krisensituationen und bei Selbst- oder Fremdgefährdung

#### 7.1.3. Behandlungs- und Versorgungsangebote

- Haus- und neurologische oder psychiatrische Fachärzte
- gerontopsychiatrische, geriatrische oder neurologische Einrichtungen oder Abteilungen (stationär und teilstationär)
- Tagespflege / Kurzzeitpflege / Verhinderungspflege
- ErgotherapeutInnen (mit Spezialisierung auf Demenz)
- LogopädInnen (mit Spezialisierung auf Demenz)
- SEKIS (Selbsthilfe Kontakt und Informationsstelle)
- Angehörigengruppen in Kliniken und Beratungsstellen
- Psychotherapie für pflegende Angehörige

### 7.2. Delir

Begriffsbeschreibung: Phänomen akuter Verwirrtheit bzw. organisches Psychosyndrom unterschiedlicher Ätiologie, plötzliches Auftreten von Bewusstseins- und Denkstörungen, die einer ärztlichen Versorgung und ggfs. einer stationären Versorgung bedürfen (ggfs. Krankentransport in eine Klinik)