

GERONTOPSYCHOTHERAPIE

«Meine eigene Lebenserfahrung hilft mir sicherlich»

Unsere Rubrik «Berufsporträt» ist als Anregung für die Berufsperspektive Studierender gedacht. Fachpersonen zeigen auf, welche vielfältigen Möglichkeiten mit einem Studium in (Angewandter) Psychologie offenstehen. Diesmal: Beatrix Horni, Alterspsychotherapeutin.

Die Forschung belegt die Wirksamkeit von Psychotherapie bei älteren Menschen mittlerweile ausreichend. Dennoch hören wir oft die Frage: Lohnt sich das denn noch? Und viele Berufskolleginnen geben an, dass sie nie hauptsächlich mit älteren Menschen arbeiten könnten. Zugegeben, die Prozesse gehen langsamer voran, die Methoden müssen häufig adaptiert werden, die Erfolge (gerade bei chronifizierten Krankheitsbildern) bleiben oft bescheiden. Und doch macht es so viel Freude, dass ich mich bereits während des Studiums an der ZHAW auf die Gerontopsychologie fokussiert habe – diejenige Disziplin, welche sich mit dem Alter und den Altersprozessen auseinandersetzt.

Arbeitsfelder Aktuell arbeite ich als Psychotherapeutin fast ausschliesslich mit älteren Menschen und deren Angehörigen. Seit knapp sechs Jahren bin ich in der Alterspsychiatrie der Integrierten Psychiatrie Winterthur – Zürcher Unterland (IPW) tätig, im Ambulatorium und der Tagesklinik. Mein Alltag ist geprägt von Diagnostik und Therapie bei Menschen ab 65 Jahren im Einzel-, Paar-, Familien- oder Gruppensetting. Themen sind etwa Übergänge wie Pensionierung oder Heimeintritt, Bewältigung von Krisensituationen und schwierigen Lebensereignissen wie beispielsweise Trauerverarbeitung. Dazu gehören auch körperliche Krankheiten und Einbussen sowie die Auseinandersetzung mit Sterben und Tod. Dabei begegnet mir zunehmend das Thema selbstbestimmtes Sterben oder begleiteter Suizid. Auch bei älteren Patient:innen sind zwischenmenschliche Probleme und Konflikte im Paar bzw. in der Familie häufig. Ich sehe sämtliche Störungsbilder, davon einige wiederkehrend oder chronifiziert, andere erst im Alter auftretend. Die Beratung von Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen bei der vielfältigen Auseinandersetzung mit der Erkrankung und deren Folgen ist ebenfalls ein Schwerpunkt meiner Arbeit. Manchmal findet die Psychotherapie bei den Patienten zu Hause oder im Alterszentrum statt.

Gerontopsychologie und Sehbehinderung Einblick in das Zusammenleben im Heim brachte mir meine erste Stelle nach dem Masterabschluss: Als Gerontopsychologin war ich in der Mühlehalde in Zürich, einem Wohnheim für sehbehinderte und blinde (vorwiegend hochaltrige) Menschen tätig. Dort leitete ich die Rehabilitation, ein interprofessionelles Team mit Spezialisierung im Bereich Sehbehinderung. Ich konnte mich mit den psychischen Auswirkungen einer Sinnesbehinderung auseinandersetzen und erste Erfahrungen mit psychiatrischen Krankheitsbildern wie Ängsten, Depressionen und Suizidalität, Wahnerleben und Demenzerkrankungen sammeln. Meine Praktika während des Studiums absolvierte ich in der Memory Klinik in Münsterlingen, der Klinik Schützen Rheinfelden (Abteilung



Beatrix Horni

MSc ZFH, eidg. anerkannte Psychotherapeutin mit Schwerpunkt auf der Behandlung von älteren Menschen und deren Angehörigen, arbeitet nach mehrjähriger Berufserfahrung und einem im Alter von 36 Jahren begonnenen Psychologiestudium nun seit knapp sechs Jahren als Gerontopsychotherapeutin im Ambulatorium und der Tagesklinik für ältere Menschen der Integrierten Psychiatrie Winterthur – Zürcher Unterland (IPW).

für Psychotherapie zweite Lebenshälfte) und der Psychotherapiestation für Ältere der IPW.

In der täglichen Arbeit mit älteren Menschen und deren Angehörigen hilft mir meine eigene Lebenserfahrung sicherlich. Da gab es einige Hürden und Umwege, aus denen ich lernen konnte. Nach Abschluss des Wirtschaftsgymnasiums sah ich keine akademische Ausbildung für mich. Zu fremd war mir diese Welt aus der Sicht meiner Herkunftsfamilie. Also stieg ich über den KV-Bereich ein und war lange Jahre im Optikgrosshandel tätig, wo ich mich beruflich und persönlich entwickeln konnte. Berufsbegleitend bildete ich mich weiter in den Bereichen Optik, Produktmanagement und Personalführung. Die letzten Jahre war ich Marketingleiterin. Mehrere Male hielt ich inne und evaluierte meine beruflichen Ziele, auch mit Hilfe von Laufbahnberatungen und Coachings.

Die Entscheidung, mit 36 Jahren ein Vollzeitstudium zu beginnen, reifte über mehrere Jahre in mir, bis ich sie 2008 umsetzte. Bewusst wählte ich die ZHAW mit der Angewandten Psychologie, aufgrund des praxisorientierten Zugangs, der mir sehr entspricht. Als Nebenjob im Bachelorstudium war ich bei meinem langjährigen Arbeitgeber mit Aufgaben aus dem Sales Controlling angestellt. Ab dem Masterstudiengang und darüber hinaus war ich an der ZHAW als wissenschaftliche Assistentin in der Forschung tätig, am heutigen Psychologischen Institut in der Fachgruppe Klinische Psychologie und Gesundheitspsychologie. Daraus ist meine Nebenbeschäftigung entstanden, der ich heute noch nachgehe: die Begleitung von Studierenden bei ihren wissenschaftlichen Arbeiten. Da mir selbst die Qualifikati-

Gerontopsychotherapie

onsarbeiten grossen Spass gemacht haben, gebe ich das Wissen und meine Erfahrung gerne weiter. Zudem lerne ich auch immer Neues aus aktuellen Studien.

Die Lehre ist eine Aufgabe, welcher ich mit Freude begegne. Daher nehme ich auch Vortragstätigkeiten an und bin Referentin für den Bereich Gerontopsychotherapie im Master of Advanced Studies in Systemischer Psychotherapie mit kognitiv-behavioralem Schwerpunkt. An diesem methodenkombinierenden Ansatz orientiert sich meine therapeutische Arbeit. Dies führte auch dazu, dass ich gemeinsam mit Hugo Grünwald und Torsten Held das Buch

«Methodenmatrix der Psychotherapie. Systemische und verhaltenstherapeutische Techniken kombinieren» (Beltz, 2020) veröffentlichte.

Die Gerontopsychologie liegt mir am Herzen. Daher engagiere ich mich auch in der Freizeit für dieses Thema, unter anderem als Vizepräsidentin von Gerontologie CH, dem Netzwerk für Lebensqualität im Alter, welches unterschiedliche Berufsleute zusammenführt, die mit älteren oder für ältere Menschen arbeiten.

Beatrix Horni



CG Jung
Institut Zürich

Wenn Sie Interesse an **Traumdeutung, Typologie, der Arbeit mit Bildern aus dem Unbewussten, dem Sandspiel, Mythen und Märchen** oder **Imaginationstechniken** haben, wenn Sie offen sind für **Sinnfragen, Spiritualität** sowie einer **ressourcen-orientierten Psychotherapiemethode**, die individuelle schöpferische Möglichkeiten berücksichtigt, dann können Sie am C.G. Jung-Institut Zürich, Küsnacht berufsbegleitend den Fachtitel

eidgenössisch anerkannte*r analytische*r Psychotherapeut*in erwerben.

Dank unserer Internationalität und einem Lehrangebot in deutscher und englischer Sprache treffen Sie Studierende und Dozierende aus mehr als 30 Ländern. Diese in der Schweiz einmalige transkulturelle Ausrichtung sowie der interdisziplinäre Austausch mit Wissenschaftlern aus anderen Fachgebieten hilft Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten, die in der täglichen Arbeit auch mit den Herausforderungen der globalisierten Arbeitswelt und den multikulturellen Gesellschaften konfrontiert sind.

Jeweils zum Sommer- oder Wintersemester können Sie diese und andere Weiterbildungen beginnen.

Informationen zu unserem Weiterbildungs- und Fortbildungsangebot finden Sie unter www.junginstitut.ch
Hornweg 28, 8700 Küsnacht