

## **Resilienz - Potential in der psychotherapeutischen Behandlung Älterer**

Durch resilientes Verhalten schaffen es viele Menschen, trotz chronischer Stressbedingungen nicht dauerhaft zu erkranken, sondern ihre Gesundheit aufrechtzuerhalten oder wieder herzustellen. In der Psychotherapie kann die Stärkung resilienten Verhaltens therapeutisch und präventiv genutzt werden. Bezüglich resilienten Verhaltens und Stressbelastungen lassen sich für das Alter spezifische und allgemeine Aspekte unterscheiden. Der Kurs vermittelt Konzepte resilienten Verhaltens im Alter sowie psychotherapeutische Strategien zur Aktivierung und Nutzung des Potentials alter Patienten zu resilientem Verhalten.