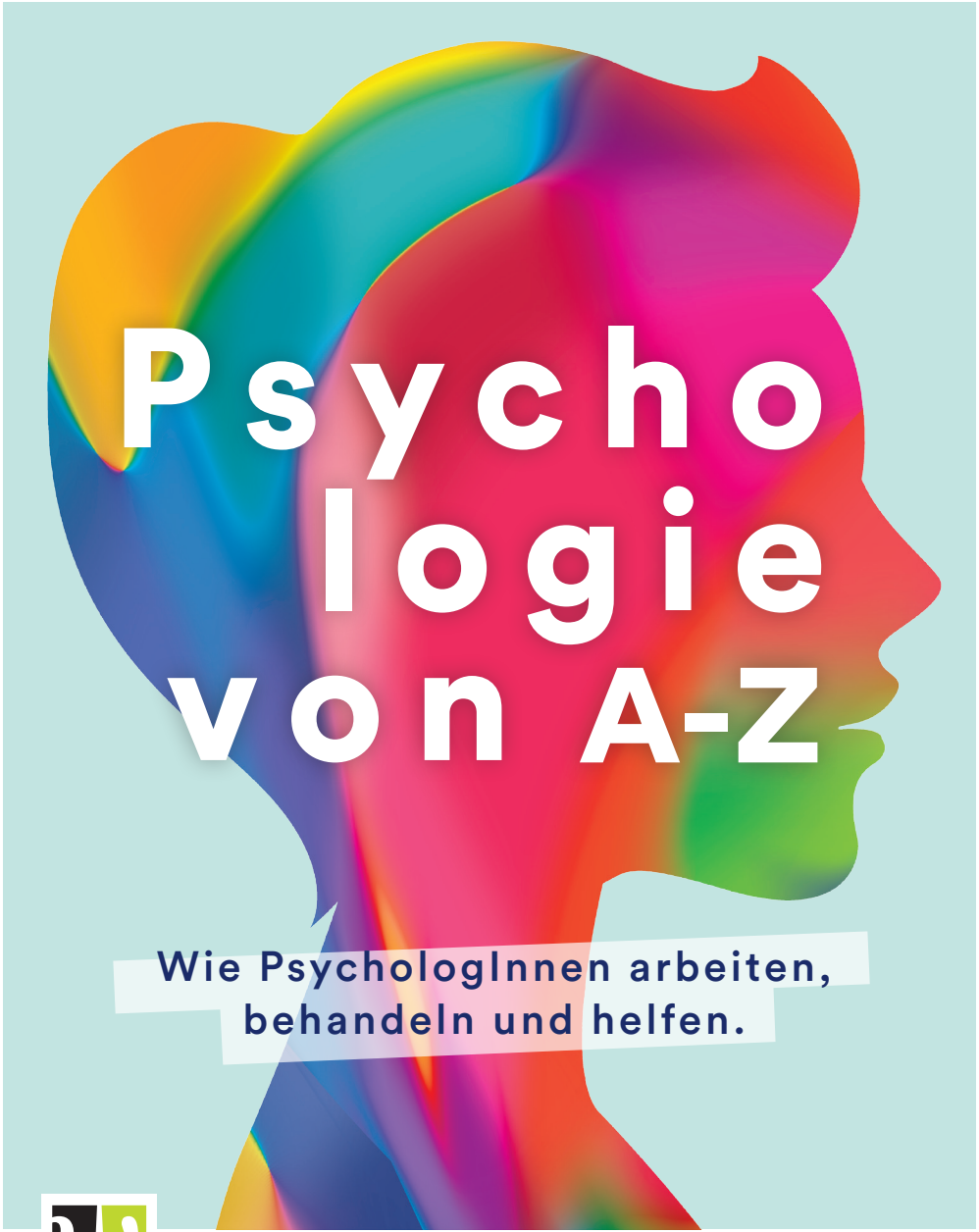

Psychologie von A-Z

Wie PsychologInnen arbeiten, behandeln und helfen.

Berufsverband Österreichischer
PsychologInnen | BÖP

Eine Broschüre des Berufsverbandes
Österreichischer PsychologInnen

Inhalt

Inhaltsverzeichnis

4 Allgemeine Informationen über PsychologInnen
6 Arbeits-, Wirtschafts- und Organisationspsychologie
8 Gerontopsychologie
9 Gesundheitspsychologie
10 Kinder-, Jugend- und Familienpsychologie
11 Klinische Neuropsychologie
12 Klinische Psychologie
13 Luftfahrtpsychologie
14 Militärpsychologie
15 Notfallpsychologie
16 Pädagogische Psychologie
18 Polizeipsychologie
19 Psychologische Mediation
20 Psychotherapie und psychologische Therapie
21 Rechtspsychologie
22 Schmerzpsychologie
23 Schulpsychologie
24 Sportpsychologie
25 Suchtpsychologie
26 Traumapsychologie
27 Umweltpsychologie
29 Verkehrspsychologie
30 Werbepsychologie
31 Erläuterungen

Impressum:

Herausgeber: Berufsverband Österreichischer PsychologInnen (BÖP), Dietrichgasse 25,1030 Wien, **Layout:** Gerhard Potuznik, **Konzeption und Redaktion:** Dana M. Müllejans, B. Sc., MA, **Druck:** Flyeralarm, Wien, Stand 11/19

Vorwort

Vorwort

Jeder kennt PsychologInnen, aber: Wofür sind sie eigentlich zuständig? Wie arbeiten sie und was unterscheidet sie von PsychiaterInnen, PsychotherapeutInnen, TrainerInnen oder Coaches? All diese und weitere wichtige Fragen wird Ihnen die vorliegende Broschüre beantworten und darüber hinaus zeigen, dass Psychologie längst nicht „nur“ bei der Diagnose und Behandlung von psychischen Erkrankungen relevant ist, sondern überall dort, wo Menschen sind.

PsychologInnen helfen uns dabei, unser gesamtes Potential auszuschöpfen, physisch und psychisch gesund und auch im Alter noch aktiv zu bleiben. Sie unterstützen Kinder und Jugendliche in ihrer Entwicklung, UnternehmerInnen beim Treffen richtiger Entscheidungen, Konfliktparteien bei der Erarbeitung von Lösungen. Sie beobachten, analysieren, diagnostizieren, behandeln und versuchen, mit ihrem Wissen an der Verbesserung der Lebenswelten jedes Einzelnen und der gesamten Gesellschaft mitzuwirken.

Die Psychologie ist eine derart umfangreiche Wissenschaft, dass sie im Rahmen einer Informationsbroschüre lediglich in Ausschnitten dargestellt werden kann. Die 22 wichtigsten Tätigkeitsbereiche von PsychologInnen in Österreich haben wir auf den folgenden Seiten für Sie zusammengestellt.

Bei dieser weitreichenden Expertise wundert es nicht, dass PsychologInnen aktuell so gefragt sind wie nie zuvor und der Bedarf nach psychologischer Diagnostik, Beratung und Behandlung mit jedem Jahr steigt. Wir sind bereit dafür und freuen uns, unsere Fähigkeiten, unser Wissen und unser Können einzubringen!

ao. Univ.-Prof.in Dr.in
Beate Wimmer-Puchinger,
Präsidentin des Berufsverbandes
Österreichischer PsychologInnen

Allgemeine Informationen

Über die Ausbildung und Qualifikation von PsychologInnen und was sie von anderen Berufsgruppen unterscheidet.

Wie wird man PsychologIn?
Im Gegensatz zu vielen anderen Ländern ist die Berufsbezeichnung „PsychologIn“ in Österreich gesetzlich geschützt. Das bedeutet: In Österreich darf sich nur „PsychologIn“ nennen, wer das Studium der Psychologie mit einem Diplom-, Master- oder Magisterstudium abgeschlossen hat. Alle PsychologInnen haben also mindestens fünf Jahre (in Summe mindestens 10.000 Stunden) erfolgreich an einer Universität studiert.

Ein Großteil der PsychologInnen entscheidet sich nach dem Universitätsabschluss für mindestens eine weitere Ausbildung und lässt sich, beispielsweise an der Österreichischen Akademie für Psychologie | ÖAP, zur Klinischen PsychologIn oder GesundheitspsychologIn ausbilden (wie GesundheitspsychologInnen und Klinische PsychologInnen arbeiten und wofür sie zuständig sind, lesen Sie auf S. 9 und S. 12). Konkret bedeutet das mindestens 2.000 bis 2.500 zusätzliche Ausbildungsstunden.

Darüber hinaus haben Tausende Klinische PsychologInnen und/oder GesundheitspsychologInnen in Österreich weitere Spezialisierungen und/oder Zertifizierungen beispielsweise in den Bereichen Kinder-, Jugend- und Familienpsychologie oder Schmerzpsychologie absolviert.

Ausgebildete Klinische PsychologInnen und GesundheitspsychologInnen sind zudem gesetzlich zu umfangreichen Fortbildungen verpflichtet und absolvieren jährlich Dutzende Fortbildungseinheiten.

en über PsychologInnen

Wofür sind PsychologInnen genau zuständig?
Psychologische Tätigkeiten lassen sich in zwei große Bereiche einteilen: in die Arbeit mit psychisch kranken und in die Arbeit mit psychisch gesunden Menschen. Die Ausübung der Psychologie im Gesundheitswesen ist durch das Psychologengesetz 2013 gereget.

PsychologInnen mit dem ersten Tätigkeitsschwerpunkt beschäftigen sich mit der Diagnose, Behandlung und Heilung psychischer Erkrankungen (beispielsweise Burnout, Depressionen oder Angsterkrankungen). PsychologInnen, die mit psychisch gesunden Menschen arbeiten, sind in allen anderen Bereichen, in denen Menschen leben, arbeiten und miteinander interagieren, tätig. Sie beschäftigen sich mit der Optimierung von Arbeitswelten genauso wie mit Verbesserungen im Bildungsbereich oder dem Ausbau der (Gesundheits-)Prävention.

PsychologInnen sind demnach genauso in Schulen, in Kliniken, in Unternehmen oder Gemeinden zu finden wie in eigenen Praxen. Sie helfen Individuen wie auch Paaren oder (Groß-)Gruppen. Ihr Ziel ist es dabei immer, mit ihrer fachlichen Expertise zur Verbesserung der Lebenswelten Einzelner und/oder ganzer Gesellschaften beizutragen.

Was unterscheidet PsychologInnen von Angehörigen anderer Berufsgruppen?
Die Psychologie ist die Wissenschaft vom Erleben und Verhalten der Menschen und trotz ihrer inhaltlichen Breite einem Grundsatz streng verpflichtet: Alle Erkenntnisse, auf die sich PsychologInnen berufen, müssen nachvollziehbar, belegbar und wissenschaftlich fundiert sein.Aus diesem Grund sind kontrollierte Experimente, überprüfbare Testverfahren und Evaluierungsmethoden unverzichtbare Bestandteile jeder psychologischen Tätigkeit.

Arbeits-, Wirtschafts- und Organisationspsychologie

Von der Personalberatung über Mobbing bis hin zu psychischen Belastungen am Arbeitsplatz.

Womit beschäftigt sich die Arbeits-, Wirtschafts- und Organisationspsychologie?

Organisationskultur, Arbeitsklima, die Gestaltung von gesunden Rahmenbedingungen der Arbeit in Unternehmen, Personalauswahl und Personalentwicklung, Evaluierung psychischer Belastungen am Arbeitsplatz – mit all diesen und weiteren Themen beschäftigen sich Arbeits-, Organisations- und WirtschaftspsychologInnen. Die meisten von ihnen arbeiten in Unternehmen, in denen sie sich neben den bereits angesprochenen Themen auch mit Fragen der Teamentwicklung, mit Mobbing, Potentialanalysen, Karriereberatungen und Analysen von Konsumverhalten auseinandersetzen.

Wann wende ich mich an eine/n Arbeits-, Wirtschafts- und Organisationspsychologln?

- Sie sind ChefIn eines Unternehmens und möchten das Arbeitsklima und/oder die Organisationskultur in Ihrem Unternehmen analysieren und/oder verbessern.
- Sie sind UnternehmerIn und möchten eine MitarbeiterInnenbefragung oder die gesetzlich vorgeschriebene Evaluierung psychischer Belastungen gesetzeskonform durchführen lassen.
- Sie benötigen eine Laufbahn- und/oder Karriereberatung.
- Ihr Arbeitsverhältnis zu Ihrem/Ihrer Vorgesetzten oder zu den KollegInnen gestaltet sich problematisch.
- Sie fühlen sich gemobbt oder sind in Ihrer Firma mit „Bossing“ konfrontiert.
- Sie möchten wissen, welche Potentiale in Ihnen stecken und wie Sie diese abrufen können.

Gerontopsychologie

Wie wir in Würde älter werden und dabei so lange wie möglich körperlich und geistig aktiv bleiben.

Womit beschäftigt sich die Gerontopsychologie?

Unsere Gesellschaft wird von Jahr zu Jahr älter und genau mit diesen älteren Menschen beschäftigt sich die Gerontopsychologie. Sie erforscht Alterungsprozesse, deren Folgen und wie man diese beeinflussen kann. Sie berät Gruppen und Organisationen bei der Optimierung von Lebenssituationen älterer Menschen, behandelt Personen mit Altersdefiziten (beispielsweise Demenzerkrankungen) genauso wie sie auf Alterspotentiale aufmerksam macht und diese fördert. PsychologInnen mit dem Schwerpunkt Gerontopsychologie arbeiten in Kliniken, in der Verwaltung, an Hochschulen oder selbstständig und immer in enger Zusammenarbeit mit dem sozialen Umfeld wie Angehörige, Pflegekräfte, Institutionen, Gesundheitszentren etc.

Wann wende ich mich an eine/n PsychologIn mit dem Schwerpunkt Gerontopsychologie?

- Ein Familienmitglied leidet an einer Demenzerkrankung und Sie möchten sie/ihn bestmöglich unterstützen.
- Sie möchten die Lebensbedingungen älterer Personen in einem ganz konkreten Kontext analysieren lassen und verbessern.
- Sie arbeiten mit älteren Menschen zusammen und möchten Alterungsprozesse, Altersdefizite und -ressourcen besser verstehen lernen.
- Sie sind eine ältere Person und möchten Ihre persönlichen Leistungsressourcen erhalten und/oder verbessern.

--» Berufsberechtigung
--» Spezialisierung

Gesundheitspsychologie

Physische und psychische Gesundheit erhalten, wiederherstellen und/ oder weiter fördern.

Womit beschäftigt sich die Gesundheitspsychologie?

Das Hauptziel von GesundheitspsychologInnen ist es, die physische und psychische Gesundheit von Individuen oder Gruppen zu erhalten, zu fördern und/oder weiter auszubauen. Dafür entwickeln sie beispielsweise gesundheitsfördernde Maßnahmen in Institutionen, beraten Privatpersonen in Fragen der Stressreduktion, arbeiten präventiv in Verbänden, Unternehmen, Spitälern oder auch personenzentriert in freien Praxen. Die Gesundheitspsychologie richtet sich dabei nicht nur an eine bestimmte Alters- oder Personengruppe, sondern spricht alle Menschen an, die ihre geistige und/oder körperliche Gesundheit verbessern möchten. Die Ausbildung und die Tätigkeitsbereiche von GesundheitspsychologInnen sind wie jene der Klinischen PsychologInnen (siehe S. 12) durch das Psychologengesetz 2013 geregelt.

Wann wende ich mich an eine/n GesundheitspsychologIn?

- Sie wollen aktiv etwas für Ihre psychische und/oder physische Gesundheit tun und benötigen eine fachliche Beratung.
- Sie möchten lernen, wie Sie trotz chronischer Erkrankung ein erfülltes, selbstbestimmtes Leben führen können.
- Sie wollen auf Dauer mit dem Rauchen aufhören.
- Sie sind UnternehmerIn und möchten in Ihrer Firma für Ihre MitarbeiterInnen eine gesundheitsförderliche Atmosphäre schaffen.
- Sie fühlen sich ausgebrannt und möchten wieder neue (Lebens-)Energie finden.

--» **Berufsberechtigung**

Kinder-, Jugend- und Familienpsychologie

Die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen bis hin zum „System Familie“.

Womit beschäftigt sich die Kinder-, Jugend- und Familienpsychologie?

Kaum etwas prägt unser Leben derart stark wie unsere Kindheit, Jugend und Familie. Es wundert also wenig, dass diese Aspekte auch in der Psychologie eine maßgebliche Rolle spielen. Die Kinder- und Jugendpsychologie untersucht unter anderem die Entwicklung von Heranwachsenden, den Einfluss unterschiedlicher Bindungsstile und die Auswirkung der Umwelt auf Kinder und Jugendliche. Die Familienpsychologie wiederum beschäftigt sich mit dem „System Familie“ und beleuchtet unter anderem die Kommunikation, Interaktion, das emotionale Klima und den Umgang mit Konflikten innerhalb eines Familienverbandes.

Wann wende ich mich an eine/n PsychologIn mit dem Schwerpunkt Kinder-, Jugend- und Familienpsychologie?

- Sie wollen sich hinsichtlich Ihres Erziehungsstils beraten lassen.
- Sie möchten das emotionale Klima und die Kommunikation in Ihrer Familie dauerhaft verbessern.
- Sie befürchten eine Entwicklungs-, Lern- oder Aufmerksamkeitsstörung bei Ihrem Kind und wollen Ihre Vermutung von einer/m ExpertIn abklären lassen.
- Ihr Kind leidet unter einer psychosomatischen Erkrankung wie Kopfschmerzen, Übelkeit oder Bauchweh. Körperliche Ursachen konnten aber allesamt ausgeschlossen werden.
- Sie haben sich von Ihrer/m PartnerIn getrennt und möchten mögliche Folgen für Ihr Kind geringhalten.

--» **Berufsberechtigung**
--» **Spezialisierung**

Klinische Neuropsychologie

Wie man die Lebensqualität von Menschen mit Gehirn-Schädigungen verbessern kann.

Womit beschäftigt sich die Klinische Neuropsychologie?

Ein Schlaganfall, ein Schädel-Hirn-Trauma oder eine entzündliche Erkrankung des Gehirns oder Rückenmarks – durch eine Gehirn- oder Rückenmarksschädigung kann sich das Leben von Betroffenen und ihren Angehörigen massiv verändern. Aufmerksamkeits- und Konzentrationsschwierigkeiten, Gedächtniseinschränkungen, Änderungen im Verhalten oder der Emotionen, eingeschränkte kognitive oder motorische Fähigkeiten können beispielsweise die Folge sein. Die Klinische Neuropsychologie beschäftigt sich mit allen Auswirkungen von Gehirnschädigungen auf das menschliche Erleben und Verhalten. PsychologInnen mit diesem Tätigkeitsschwerpunkt arbeiten vorrangig mit Menschen, die unter einer Schädigung des Gehirns oder Rückenmarks leiden, und helfen ihnen dabei, Defizite zu erkennen, diese zu mindern und ihre Lebensqualität so gut wie möglich zu verbessern und/oder diese zu erhalten.

Wann wende ich mich an eine/n PsychologIn mit dem Schwerpunkt Klinische Neuropsychologie?

- Sie hatten einen Schlaganfall und leiden seitdem unter Einschränkungen im Alltag hinsichtlich Ihrer Aufmerksamkeits- und/oder Konzentrationsleistung.
- Sie haben ein Schädel-Hirn-Trauma erlitten und möchten Ihre kognitiven Fähigkeiten verbessern und Ihre Emotionen wieder besser steuern können.
- Sie möchten trotz der Diagnose Multiple Sklerose ein aktives und selbstbestimmtes Leben führen.

--» Berufsberechtigung
--» Spezialisierung

Klinische Psychologie

Psychische Störungen diagnostizieren, behandeln und PatientInnen dadurch dauerhaft helfen.

Womit beschäftigt sich die Klinische Psychologie?

Die Klinische Psychologie befasst sich mit psychischen Störungen sowie mit physischen Erkrankungen, bei denen psychische Aspekte eine Rolle spielen. Klinische PsychologInnen untersuchen, diagnostizieren, beraten und behandeln Einzelpersonen, Paare und/oder Gruppen. Sie begleiten bei akuten Krisen oder sind in der Rehabilitation tätig. Sie arbeiten mit Personen aller Altersstufen, die unter psychischen, sozialen und körperlichen Beeinträchtigungen und/oder Störungen leiden und tun dies stationär, ambulant, in Spitälern, Institutionen oder in freier Praxis. Die Ausbildung und die Tätigkeitsbereiche Klinischer PsychologInnen sind wie jene der GesundheitspsychologInnen durch das Psychologengesetz 2013 geregelt und unterliegen strengen gesetzlichen Vorschriften.

Wann wende ich mich an eine/n Klinische/n PsychologIn?

- Sie fühlen sich antriebslos, verzweifelt und möchten diesem Kreislauf entfliehen.
- Sie vermuten aufgrund bestimmter Symptome (Angstzustände, Panik o. Ä.), dass Sie unter einer psychischen Erkrankung leiden könnten und möchten dies abklären lassen.
- Bei Ihnen wurde eine psychische Erkrankung diagnostiziert und Sie möchten sich beraten und behandeln lassen.
- Sie leiden unter einer chronischen Erkrankung (beispielsweise Diabetes, chronischen Schmerzen, einer Herz-Kreislauf-Erkrankung) oder Krebs und möchten dessen ungeachtet ein selbstbestimmtes, erfülltes Leben führen.

--» **Berufsberechtigung**

Luftfahrtpsychologie

Wie man Leben, Arbeit und Umfeld von Luftfahrtpersonal sicher und gesund gestalten kann.

Womit beschäftigt sich die Luftfahrtpsychologie?

Die Luftfahrtpsycholgie ist eine Bezeichnung für Angewandte Psychologie, die in allen Bereichen der zivilen und militärischen Luftfahrt zum Einsatz kommt. Sie beschäftigt sich vor allem mit PilotInnen, FlugbegleiterInnen, FluglotsInnen, WartungstechnikerInnen sowie Flughafen-, Boden- und Sicherheitspersonal. Das Tätigkeitsspektrum umfasst unter anderem die Beurteilung der psychologischen Gesundheit sowie die Auswahl und das Training von Luftfahrtpersonal, die Gestaltung der Mensch-Maschine-Schnittstelle, die Begleitung von Flugbesatzungen nach einschneidenden Ereignissen und die Flugunfallanalyse und -prävention.

Wann wende ich mich an eine/n PsychologIn mit dem Schwerpunkt Luftfahrtpsychologie?

- Sie sind für die Aufnahme von Luftfahrtpersonal zuständig und wollen die Eignung Ihrer BewerberInnen überprüfen lassen.
- Sie sind in der Luftfahrt tätig und wurden von einer/m LuftfahrtmedizinerIn zur Begutachtung/Bestätigung Ihrer klinisch-psychologischen Gesundheit überwiesen.
- Sie arbeiten in einem Luftfahrtunternehmen und haben Interesse an der Bewertung Ihrer Tätigkeit bzw. Ihres Arbeitsplatzes in Hinblick auf psychische Belastungen.
- Sie sind PilotIn, FlugbegleiterIn, FluglotsIn oder Ähnliches und benötigen Begleitung/Unterstützung bei beruflichen und privaten Herausforderungen (z. B. Vereinbarkeit von Beruf und Familie).
- Sie sind Führungskraft in einem Luftfahrtunternehmen und benötigen Begleitung von technischen oder organisatorischen Veränderungsprozessen.

Militärpsychologie

Psychologische Vorbereitung, Betreuung und Nachbetreuung von SoldatInnen.

Womit beschäftigt sich die Militärpsychologie?

Die Militärpsychologie beschäftigt sich mit der Herstellung, dem Erhalt und Wiedererlangen der psychologischen Einsatzfähigkeit von SoldatInnen im Speziellen und mit militärischen Organisationen im Allgemeinen. Militärische Einsätze sind für SoldatInnen immer mit besonderen Belastungen verbunden. Deswegen sind psychologische Vorbereitungen (Eignungsuntersuchungen, Belastungstrainings etc.) sowie Nachbereitungen (Beratung, Behandlung, Supervision etc.) gerade im militärischen Arbeitsbereich unverzichtbar.

Wann wende ich mich an eine/n PsychologIn mit dem Schwerpunkt Militärpsychologie?

- Sie sind SoldatIn und möchten sich auf Ihren bevorstehenden Einsatz in einer militärischen Konfliktregion vorbereiten.
- Sie sind Angehörige/r einer/s SoldatIn und möchten seine/ihre Arbeit beim Militär besser verstehen lernen.
- Sie haben als SoldatIn in der Vergangenheit während eines Einsatzes ein belastendes Ereignis erlebt, das Sie nun mit Hilfe einer/s ExpertIn aufarbeiten möchten.

Notfallpsychologie

Menschen vor, während und nach belastenden Ereignissen rasch und kompetent helfen.

Womit beschäftigt sich die Notfallpsychologie?

Immer wieder sind Menschen mit extrem belastenden Ereignissen konfrontiert. Genau hier hilft die Notfallpsychologie. Sie unterstützt Einzelpersonen, Gruppen, direkt Betroffene, Familienangehörige, Einsatzkräfte und BeobachterInnen unmittelbar und zeitnah, um tiefergehende Belastungsstörungen zu verhindern. PsychologInnen mit dem Schwerpunkt Notfallpsychologie sind aber genauso bei der Nachbetreuung nach belastenden Ereignissen, und bei Schulungen zur Vorbereitung auf Akutsituationen (beispielsweise in gefährdeten Unternehmen) aktiv.

Wann wende ich mich an eine/n PsychologIn mit dem Schwerpunkt Notfallpsychologie?

- Ihre eigenen Ressourcen reichen zur Bewältigung einer aktuellen Krisensituation nicht aus.
- Ein/e Angehörige/r hat ein belastendes Ereignis erlebt und Sie möchten ihr/ihm gerne unterstützend zur Seite stehen.
- Sie möchten sich auf künftige Akutsituationen vorbereiten und suchen nach einer professionellen Unterstützung.
- Ein einschneidendes Erlebnis aus Ihrer Vergangenheit beeinträchtigt auch heute noch Ihr Leben und Sie möchten Ihre psychische Stabilität wiedererlangen.
- Sie sind im Rahmen Ihrer (ehrenamtlichen) Tätigkeit beispielsweise bei der Rettung oder Feuerwehr immer wieder mit belastenden Akutsituationen konfrontiert.

--» Spezialisierung

Pädagogische Psychologie

Wie man Entwicklungs-, Bildungs- und Lernprozesse von Kindern und Erwachsenen fördert.

Womit beschäftigt sich die Pädagogische Psychologie?

Wie wird Lernen und Entwicklung am besten gefördert? Welche Lernstrategien funktionieren und welche Erziehungsstile wirken? In welcher Umgebung können Heranwachsende ihre Potentiale am besten entfalten? Die Pädagogische Psychologie begleitet Kinder, Jugendliche und Erwachsene in ihrer Persönlichkeitsentwicklung, gibt Informationen über Lern- und Entwicklungsstufen und unterstützt Lehr- und Lernprozesse vom Kindergarten über die Schulzeit bis ins Erwachsenenalter. Die Pädagogische Psychologie ist bei allen Bildungsfragen AnsprechpartnerIn für Eltern und PädagogInnen.

Wann wende ich mich an eine/n PsychologIn mit dem Schwerpunkt Pädagogische Psychologie?

- Ihr Kind zeigt trotz familiärer Unterstützung auch nach mehreren Jahren im Kindergarten/in der Schule ein auffälliges Sozialverhalten und Sie möchten ihm bei der Überwindung der Schwierigkeiten helfen.
- Sie vermuten bei Ihrem Kind eine Lernbeeinträchtigung.
- Sie möchten für Ihr Kind (oder auch für sich selbst) eine Potential- und/oder Entwicklungsanalyse durchführen lassen.
- Sie tun sich beim Lernen schwer und möchten Ihre Lernstrategien optimieren.
- Sie haben den Eindruck, dass Ihre Tochter/Ihr Sohn hochbegabt ist und möchten dies austesten lassen.

Polizeipsychologie

Von Fallanalysen über Kriminalitätsprävention bis hin zur Betreuung von PolizistInnen.

Womit beschäftigt sich die Polizeipsychologie?

PsychologInnen mit diesem Tätigkeitsschwerpunkt beschäftigen sich mit allen Themen der Polizeiarbeit. Sie entwickeln unter anderem Strategien, um in akuten Krisensituationen (beispielsweise bei Geiselnahmen oder Terroranschlägen) Beamte vor Ort zu unterstützen. Sie beraten und betreuen PolizistInnen nach herausfordernden Einsätzen und führen Fallanalysen im kriminalpsychologischen Bereich durch. PsychologInnen mit diesem Arbeitsschwerpunkt arbeiten darüber hinaus in der Kriminalitätsprävention und helfen bei der Auswahl von geeigneten BewerberInnen für die Aufnahme in den Polizeidienst oder in Sonder- und Spezialeinheiten.

Wann wende ich mich an eine/n PsychologIn mit dem Schwerpunkt Polizeipsychologie?

- Sie sind PolizeibeamtIn und möchten lernen, mit den Belastungen Ihres Berufs besser umzugehen.
- Sie arbeiten bei einer Gemeinde und möchten Präventivkonzepte beispielsweise im Bereich der Kriminalitätsbekämpfung entwickeln.
- Als Verantwortliche/r einer Polizeibehörde brauchen Sie Unterstützung bei der Auswahl geeigneter BewerberInnen, bei einer Gefährdungseinschätzung, bei der operativen Fallanalyse oder der psychosozialen Versorgung Ihrer MitarbeiterInnen.

Psychologische Mediation

Fachkundige Vermittlung zwischen streitenden Parteien zur Findung von nachhaltigen Lösungen.

Womit beschäftigt sich die psychologische Mediation?
Wenn zwischen Konfliktparteien gar nichts mehr geht, dann sind psychologische MediatorInnen gefragt. Als allparteiliche Dritte vermitteln sie zwischen zwei oder mehr streitenden Parteien und arbeiten daran, einvernehmliche, für alle Beteiligten akzeptable Lösungen („Win-win-Situation“) zu finden. Denn nur, wenn die erarbeitete Lösung von allen Parteien gleichermaßen mitgetragen wird, kann diese tragfähig und nachhaltig sein. MediatorInnen werden bei Konflikten in Familien, Schulen, an Arbeitsplätzen, in Wohnumgebungen, im Sozial- und Gesundheitsbereich oder in Organisationen aktiv.

Wann wende ich mich an eine/n PsychologIn mit dem Schwerpunkt psychologische Mediation?

- Sie haben sich von Ihrer/m PartnerIn getrennt, die Fronten sind verhärtet. Sie wollen eine gute Lösung für die gemeinsame Obsorge der Kinder finden.
- Es vergeht kein Tag ohne einen heftigen Streit mit Ihrem Nachbarn oder Ihrer Nachbarin. Sie sind stark belastet und auf der Suche nach einer/m VermittlerIn.
- In Ihrem Unternehmen herrscht wegen ständiger Streitereien zwischen den MitarbeiterInnen ein unerträgliches Arbeitsklima. Ein/e MediatorIn soll Ihnen dabei helfen, die Konfliktthemen zu klären.
- In der Schulklasse Ihres Kindes gibt es massive Konflikte unter den SchülerInnen, auch das Thema Mobbing steht im Raum. Mit Hilfe von Mediation soll die Situation endlich überwunden werden.

--» **Berufsberechtigung**

Psychotherapie und psychologische Therapie

Psychisches Leid lindern, Belastungen verringern, Krisen bewältigen und Einstellungen ändern.

Womit beschäftigt sich die Psychotherapie?

Klinische PsychologInnen und PsychotherapeutInnen behandeln Menschen mit psychischen Erkrankungen. PsychotherapeutInnen bieten dafür Psychotherapien, Klinische PsychologInnen (siehe auch S.12) psychologische Therapien an. PsychotherapeutInnen können, müssen aber nicht, PsychologInnen sein. Sind sie es, sind sie häufig dreifach qualifiziert (Klinische Psychologie, Gesundheitspsychologie, Psychotherapie). Die Psychotherapie als Heilverfahren hat das Ziel, psychisches Leid zu heilen oder zu lindern, innere Krisen zu bewältigen, belastende Verhaltensweisen und Einstellungen zu verändern sowie seelische Reifung und persönliches Wachstum zu fördern.

Aktuell gibt es in Österreich 23 anerkannte psychotherapeutische Methoden, beispielsweise die Verhaltenstherapie, die Individualpsychologie oder die Existenzanalyse. Psychotherapie wird in Form von Einzel-, Paar-, Familien- oder Gruppensitzungen angeboten.

Wann hilft Ihnen Psychotherapie bzw. psychologische Therapie?

- Sie fühlen sich häufig erschöpft und mit Ihrem Alltag überfordert.
- Ihre wiederkehrenden Ängste wirken sich negativ auf Ihr alltägliches Leben aus.
- Ihre aktuelle Lebenssituation (Tod, Trennung, Arbeitslosigkeit, Unfall o. Ä.) belastet Sie derart stark, dass Sie diese alleine nicht mehr bewältigen können.

--» Berufsberechtigung

Weitere Informationen zur psychologischen Therapie finden Sie im Kapitel „Klinische Psychologie“ auf Seite 12.

Rechtspsychologie

Von Gutachtenerstellung über Opferbetreuung bis hin zur Rehabilitation von StraftäterInnen.

Womit beschäftigt sich die Rechtspsychologie?

PsychologInnen mit dem Schwerpunkt Rechtspsychologie erstellen sowohl Gutachten im Zivilrecht (z. B. Obsorge) als auch im Strafrecht (z. B. Begutachtung der Glaubhaftigkeit von ZeugInnenaussagen). Sie behandeln und arbeiten in der Rehabilitation von StraftäterInnen, erstellen Entlassungsprognosen für Häftlinge oder betreuen Opfer, TäterInnen und Angehörige nach Straftaten psychologisch. Sie sind in der Familiengerichtshilfe, im Maßnahmenvollzug genauso wie in der gerichtsnahen Mediation tätig. In Obsorgeverfahren arbeiten sie in der Elternberatung vor einvernehmlichen Scheidungen, in der Prozessbegleitung unterstützen sie Angehörige bei Besuchen in Haftanstalten und vieles mehr.

Wann wende ich mich an eine/n PsychologIn mit dem Schwerpunkt Rechtspsychologie?

- Sie benötigen (beispielsweise als MitarbeiterIn einer Behörde) ein Gutachten zum Sorge- und Umgangsrecht im Falle einer Scheidung, über die Glaubhaftigkeit einer ZeugInnenaussage, über die Schuldfähigkeit einer/s TäterIn oder eine Risikoeinschätzung über das mögliche künftige kriminelle Verhalten eines/r StraftäterIn.
- Sie sollen vor Gericht als ZeugIn aussagen, fürchten aber die Konfrontation mit der/m TäterIn.
- Sie sind Opfer einer Straftat geworden und möchten das Erlebte verarbeiten.
- Ein/e Angehörige/r hat eine Straftat begangen, deren Folgen auch Auswirkungen auf Ihr Leben hat.

--» **Berufsberechtigung**

Schmerzpsychologie

Die Lebensqualität von PatientInnen mit chronischen Schmerzen dauerhaft verbessern.

Womit beschäftigt sich die Schmerzpsychologie?

Mehr als eine Million Menschen leiden in Österreich unter chronischen Schmerzen. Diese Schmerzen wirken nicht nur auf den Körper, sondern auch auf die Psyche und das soziale Umfeld der/des Betroffenen. So leiden SchmerzpatientInnen beispielsweise deutlich häufiger an einer Depression oder an einer Angsterkrankung. Die Schmerzpsychologie arbeitet mit Hilfe verschiedener Techniken (Kognitive Therapie, Biofeedback, Klinische Hypnose sowie anderer Entspannungstechniken) aktiv an der Linderung belastender Symptome der PatientInnen und an der Wiedererlangung und/oder Erhaltung von Lebensqualität der Betroffenen.

Wann wende ich mich an eine/n PsychologIn mit dem Schwerpunkt Schmerzpsychologie?

- Beruflicher und privater Stress führen bei Ihnen immer wieder zu massiven Rückenschmerzen. Um diese zu lösen, möchten Sie lernen, mit Ihrem alltäglichen Stress besser umzugehen.
- Sie leiden unter Migräne oder Spannungskopfschmerzen, vertragen aber eine medikamentöse Behandlung schlecht oder dürfen keine Medikamente einnehmen (Schwangerschaft).
- Jahrelange körperliche Schmerzen haben Sie verzweifelt werden lassen. Mit Hilfe einer/s PsychologIn wollen Sie diesen Teufelskreis durchbrechen.
- Sie sind RheumapatientIn und möchten für mögliche Krankheitsschübe lernen, Ihre Schmerzen und somit Ihr Leben in den Griff zu bekommen.

--» Berufsberechtigung
--» Spezialisierung

Schule

Schulpsychologie

Von Lernschwierigkeiten über Bildungsfragen bis hin zum Klima in Klassen und/oder Schulen.

Womit beschäftigt sich die Schulpsychologie?

PsychologInnen, die im Bereich Schulpsychologie tätig sind, unterstützen und beraten SchülerInnen, Eltern und LehrerInnen. Sie arbeiten unter anderem in Bildungsdirektionen und sind hier AnsprechpartnerInnen für Rat suchende LehrerInnen und SchulleiterInnen. Sie unterstützen Kinder und Jugendliche bei Lern-, Entwicklungs- oder Verhaltensproblemen, beraten Eltern in akuten Krisensituationen ihrer Kinder oder unterstützen Schulen in den Bereichen Bildungsberatung, Gewaltprävention und Gesundheitsförderung. Darüber hinaus erstellen sie Schullaufbahnempfehlungen, helfen bei der Überwindung von Prüfungsängsten und entwickeln Fördermaßnahmen für einzelne SchülerInnen etc.

Wann wende ich mich an eine/n PsychologIn mit dem Schwerpunkt Schulpsychologie?

- Sie möchten herausfinden, ob Ihr Kind schulreif ist.
- Ihr Kind weist eine geringe Lern- und Leistungsmotivation in der Schule auf und Sie möchten die Gründe dafür erfahren.
- Sie wollen als Klassenvorstand das schlechte Sozialklima in Ihrer Klasse verbessern.
- Ihr Kind verweigert den Schulbesuch und verhält sich gegenüber seinen MitschülerInnen aggressiv.
- Ein Kind aus Ihrer Klasse (Sie sind LehrerIn) klagt über familiäre Probleme, Lernschwierigkeiten oder eine psychische Erkrankung. Ein/e PsychologIn soll helfen.
- Sie sind SchuldirektorIn und möchten die Kommunikation in Ihrer Schule verbessern.

Sportpsychologie

Hobby- und LeistungssportlerInnen kompetent bei der Erreichung ihrer Ziele unterstützen.

Womit beschäftigt sich die Sportpsychologie?

Wie sowohl Hobby- als auch LeistungssportlerInnen ihre ganz persönlichen Ziele noch besser erreichen, thematisiert die Sportpsychologie. Betreut werden Einzelpersonen, Teams, Vereine und Verbände. Die Themenfelder der Sportpsychologie reichen von mentalen Trainings, Persönlichkeits- und Leistungsanalysen über das Biofeedback bis hin zum Stressmanagement. PsychologInnen mit dem Schwerpunkt Sportpsychologie beraten Betroffene darüber hinaus auch nach erlebten Verletzungen und/oder sportlichen Krisen oder betreuen (Profi-)SportlerInnen psychologisch bei ihrem Karriereende. Sie trainieren TrainierInnen („Coach the Coach“) ebenso wie Eltern, deren Kinder im Nachwuchsleistungssport aktiv sind.

Wann wende ich mich an eine/n PsychologIn mit dem Schwerpunkt Sportpsychologie?

- Sie sind HobbysportlerIn, es fehlt Ihnen aber häufig der Antrieb. Mit Hilfe einer/s PsychologIn wollen Sie Ihre Motivation dauerhaft steigern.
- Sie sind ProfisportlerIn, sind aber vor Wettkämpfen derart nervös und angespannt, dass Sie Ihre Fähigkeiten nicht in vollem Umfang abrufen können.
- Sie möchten wissen, wie hoch Ihr Potential als SportlerIn ist.
- Als SportlerIn stehen Sie aktuell an einem Wendepunkt (aufgrund einer Verletzung, eines Vereinswechsels, persönlicher Veränderungen o. Ä.). Mit Hilfe einer/s PsychologIn möchten Sie sportliche Leistungseinbußen verringern.

Suchtpsychologie

Wie man Betroffene dabei unterstützt, ihre Süchte zu kontrollieren und diese dauerhaft zu überwinden.

Womit beschäftigt sich die Suchtpsychologie?

Alkohol, Medikamente, Arbeit, Glücksspiel oder Konsum – es gibt zahlreiche Dinge, von denen Menschen abhängig sein können. Genau jenen Personen hilft die Suchtpsychologie. Grundsätzlich wird zwischen stoffgebundenen Süchten und nicht-stoffgebundenen Süchten unterschieden. Während bei ersteren die Betroffenen von einer bestimmten Substanz abhängig sind (beispielsweise Alkohol, Nikotin, illegalen Drogen, Medikamenten), sind zweitere es nach Verhaltensweisen, die sie nicht mehr kontrollieren können. Beispiele für diese Form der Abhängigkeit sind Spiel-, Sex-, Kauf-, Internet- oder Arbeitssucht. Sowohl stoff- als auch nicht-stoffgebundenen Süchte können bei Abhängigen massive körperliche und psychische Folgen nach sich ziehen. PsychologInnen helfen Menschen im stationären und niedergelassenen Bereich, ihre Süchte dauerhaft zu überwinden.

Wann wende ich mich an eine/n PsychologIn mit dem Schwerpunkt Suchtpsychologie?

- Sie verspüren einen intensiven innerlichen Drang danach regelmäßig übermäßig viel Alkohol zu konsumieren.
- Sie möchten dauerhaft mit dem Rauchen aufhören, wurden bisher aber immer wieder rückfällig.
- Sie schaffen es nicht, auf Medikamente oder illegale Drogen zu verzichten, obwohl Sie es wollen.
- Sie haben Ihr Kaufverhalten nicht mehr im Griff und neigen zu exzessivem Konsum.
- Sie verbringen den Großteil des Tages vor dem Computer und können sich kaum mehr mit anderen Dingen beschäftigen.

--» Berufsberechtigung

Traumapsychologie

Betroffenen bei der Verarbeitung von traumatischen Ereignissen helfen.

Womit beschäftigt sich die Traumapsychologie?

Ein psychisches Trauma wird von einer außerordentlichen ein- oder mehrmals erlebten Katastrophe verursacht. Solch einschneidende Erfahrungen wie Gewalt, Krieg, Vertreibung, Folter, Missbrauch oder Naturkatastrophen bedrohen nicht nur unser Leben direkt. Sie können Monate oder Jahre später zum Teil massive seelische Auswirkungen haben. PsychologInnen mit dem Schwerpunkt Traumapsychologie behandeln Kinder, Jugendliche oder Erwachsene, die solch traumatische Ereignisse als Betroffene oder ZeugIn erlebt haben. Sie arbeiten mit Betroffenen an der Linderung der Symptome, ihrer Stabilisierung und der Steigerung der Lebensqualität.

Wann wende ich mich an eine/n PsychologIn mit dem Schwerpunkt Traumapsychologie?

- Sie haben ein traumatisches Ereignis erlebt und merken, dass belastende Symptome trotz all Ihrer Bemühungen nicht vergehen.
- Sie sind in Ihrer Kindheit Opfer von (sexualisierter) Gewalt geworden und leiden deswegen noch immer unter Ängsten, Schlafstörungen und/oder innerer Unruhe.
- Sie wurden ZeugIn eines dramatischen Vorfalls und werden immer wieder von belastenden Erinnerungen (Bildern, Geräuschen, Gedanken, Szenen) überrascht.
- Als HelferIn (zum Beispiel bei der Polizei, Rettung oder Feuerwehr) sind Sie immer wieder mit traumatischen Situationen konfrontiert, die Sie auch nach Dienstschluss nicht loslassen.

--» Berufsberechtigung

Umweltpsychologie

Wie uns Umwelten beeinflussen und wie wir sie am besten gestalten können.

Womit beschäftigt sich die Umweltpsychologie?

Die Umweltpsychologie beschäftigt sich mit der Wechselwirkung zwischen Menschen und ihrer jeweiligen Umwelt – also mit der Arbeits-, Wohn-, Lebens- und/oder Freizeitumwelt. PsychologInnen mit diesem Arbeitsschwerpunkt untersuchen, welche Auswirkungen Umwelten auf uns haben, wie wir uns in welcher Umgebung verändern, welche Wechselwirkungen bestehen. Dabei geht es nicht nur um von der Natur oder dem Menschen geschaffene Umwelten (Wälder, Städte, Wohnumgebungen, Gebäude oder Ähnliches), sondern auch um soziokulturelle Umwelten wie Lernumgebungen oder (virtuelle) Informationswelten.

Wann wende ich mich an eine/n PsychologIn mit dem Schwerpunkt Umweltpsychologie?

- Sie sind persönlich gestresst (stark unter Druck) und möchten Ihr Erholungsverhalten verändern.
- Sie möchten wissen, welche Auswirkungen Umwelteinflüsse (Lärmbelastung, Luftqualität etc.) auf Ihr tägliches Leben haben und wie Sie mit diesen Belastungen besser umgehen können.
- Sie sind ArbeitgeberIn und möchten das Arbeitsumfeld Ihrer MitarbeiterInnen ansprechender gestalten (Grünblick, Freizeiträume, Pflanzen etc.).
- Sie sind UnternehmerIn, StadtplanerIn oder ArchitektIn und wollen Wohnräume, Gebäude oder Ähnliches von einer/m ExpertIn in Hinblick auf deren psychische Auswirkung bewerten lassen.
- Sie arbeiten im Bereich Umweltschutz und möchten wissen, wie man Menschen zu einem umweltbewussteren, ressourcenschonenderen Handeln bewegen kann.

Verkehrspsychologie

Von Nachschulungen von LenkerInnen über Verkehrserziehung bis hin zu Unfallforschung.

Womit beschäftigt sich die Verkehrspsychologie?

Die Verkehrspsychologie befasst sich mit dem Erleben und Verhalten von Menschen in Verkehrssystemen. Wie wird erwünschtes Verkehrsverhalten erreicht? Wer ist zum Führen von Kraftfahrzeugen geeignet? Wie kann verkehrsgefährdendes Verhalten auf der Straße, Schiene, in der Luft (siehe auch Kapitel „Luftfahrtpsychologie“, S. 13) oder auf dem Wasser korrigiert werden? Der Schwerpunkt der Verkehrspsychologie liegt allerdings in der verkehrspsychologischen Diagnostik und der Nachschulung auffälliger KraftfahrerInnen. Ebenso wie sich der Verkehr und die Mobilitätsformen laufend verändern, kommen auch in der Verkehrspsychologie neue Tätigkeitsfelder hinzu, beispielsweise die Unfall- und Sicherheitsforschung, Fahrzeug- und Verkehrsraumgestaltung oder die Mensch-Maschine-Interaktion.

Wann wende ich mich an eine/n PsychologIn mit dem Schwerpunkt Verkehrspsychologie?

- Ihnen wurde der Führerschein entzogen und Sie müssen eine verkehrspsychologische Nachschulung absolvieren.
- Sie neigen zu unangebrachtem Verhalten im Straßenverkehr (Lenken unter Alkoholeinfluss, Aggressivität hinter dem Steuer o. Ä.) und möchten dies ändern.
- Sie sind im Verkehrswesen tätig und wollen das Know-how von PsychologInnen über Wahrnehmung und Verhalten von Menschen im Straßenverkehr nutzen.
- Sie arbeiten mit Kindern und/oder Jugendlichen und möchten diesen ein angemessenes Verhalten im Straßenverkehr beibringen.

--» **Berufsberechtigung**

Werbepsychologie

Wie man Werbung mit der Hilfe von PsychologInnen noch erfolgreicher macht.

Womit beschäftigt sich die Werbepsychologie?

Jedes Unternehmen will seine Marke, seine Produkte, seine Dienstleistungen so gut wie möglich verkaufen. Wie das am besten gelingt, erklärt die Werbepsychologie. Als Teilgebiet der Wirtschaftspsychologie geht es ihr um die Erforschung der Wirkung von Werbung auf KonsumentInnen. Darüber hinaus werden verschiedene (Werbe-)Strategien angewandt, um das jeweilige Produkt noch erfolgreicher am Zielmarkt und/oder bei den KundInnen zu positionieren, deren Nachfrage zu steigern und das Image der jeweiligen Marke nachhaltig zu stärken. Ziel ist es, zu verstehen, wie Werbung wirkt, welche Werbestrategien wann sinnvoll sind und wie letztendlich Entscheidungen von KonsumentInnen beeinflusst werden können. Außerdem beschäftigt sich die Werbepsychologie mit der Entwicklung von Marken (Markenentwicklung) und Produkten (Produktentwicklung).

Wann wende ich mich an eine/n PsychologIn mit dem Schwerpunkt Werbepsychologie?

- Sie sind UnternehmerIn und möchten Ihre Firma mit Hilfe von Werbung noch erfolgreicher als bisher am Markt positionieren.
- Sie möchten wissen, wie Ihre bisherige Werbung auf KonsumentInnen wirkt.
- Sie planen eine neue Werbestrategie, wissen aber wenig von den Wirkmechanismen der Werbung.
- Sie möchten mittels Werbung einen neuen KundInnenstamm erschließen und benötigen hierbei professionelle Unterstützung.
- Sie wollen eine Marke Ihres Unternehmens sinnvoll weiterentwickeln.

Erläuterung

Berufsberechtigung
In diesem Bereich gibt es gesetzliche Vorschriften zur Ausübung dieses Berufs, siehe

- Psychologengesetz 2013
- Psychotherapiegesetz
- Zivilrechts-Mediations-Gesetz.

Spezialisierung
Gemäß § 20 (5), § 29 (5) Psychologengesetz 2013 dürfen der Berufsbezeichnung „GesundheitspsychologIn“ und/oder „Klinische/r PsychologIn“ bis zu höchstens vier Hinweise auf Spezialisierungen (jeweils in Klammer) angefügt werden, wenn nach Erlangung der Berufsberechtigung entsprechend psychologisch wissenschaftlich begründete Kenntnisse sowie Fertigkeiten nachgewiesen werden können, die insbesondere im Rahmen einer mehrjährigen beruflichen schwerpunktspezifischen Tätigkeit und eines zumindest 120 Einheiten umfassenden Weiterbildungscurriculums erworben wurden.

Das ist der BÖP

Der Berufsverband Österreichischer PsychologInnen (BÖP) ist die größte und älteste PsychologInnen-Vereinigung Österreichs. Der BÖP hat aktuell mehr als 5.600 Mitglieder, ist in allen österreichischen Bundesländern aktiv und besitzt 13 Fachsektionen und 4 Referate.

Berufsverband Österreichischer
PsychologInnen | BÖP

Fotocredit: Inge Prader (1), iStock (3)

Sie brauchen psychologische Hilfe
oder haben Fragen zum Thema Psychologie?

Unsere Helpline ist für Sie da!

01 504 80 00
helpline@boep.or.at

Sie suchen eine/n PsychologIn
in Ihrer Nähe? Dann nutzen Sie
Psychnet, die größte PsychologInnen-
Suchmaschine Österreichs:

www.psychnet.at

Berufsverband Österreichischer
PsychologInnen | BÖP

BÖP - Berufsverband Österreichischer Psychologinnen und Psychologen, Dietrichgasse 25, 1030 Wien,
Telefon +43 1 407 26 71-0, Fax +43 1 407 26 71-30 buero@boep.or.at, www.boep.or.at