

## **Gesundheitspsychologische Tätigkeiten und Berufsfelder im Vorfeld heilkundlicher Tätigkeiten**

**Beitrag zur Differenzierung von Berufsfeldern im BDP in Bezug auf Heilkunde**

### **1. Zielsetzungen für die Gesundheit**

Die WHO definiert Gesundheit „als Zustand umfassenden körperlichen, psychischen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur als Freisein von Krankheiten und Schwäche“.

Gesundheit lässt sich nach dieser Definition unter zwei Perspektiven betrachten: unter der Gesundheitsperspektive als Blick auf positiv definierte ‚salutogenetische‘ Gesundheitsqualitäten und unter der Krankheitsperspektive als Blick auf Krankheit als ‚pathogenetisches‘ Gegenteil von Gesundheitsqualitäten.

Diagnostische und fördernde Berufstätigkeiten beziehen sich in der Regel primär auf eine der beiden Perspektiven, entweder auf die Gesundheitsperspektive oder auf die Krankheitsperspektive. **Berufstätigkeiten aus der Gesundheitsperspektive sind keine heilkundlichen Tätigkeiten;** Berufstätigkeiten aus der Krankheitsperspektive sind demgegenüber heilkundlichen Tätigkeiten.

Diagnosen und Fördermaßnahmen aus der Gesundheitsperspektive – zusammenfassend als Ge-sundheitsförderung bezeichnet – zielen primär auf die Erhaltung, Stabilisierung und Förderung unterstützend wirkender Gesundheitsressourcen im weiteren Sinn, wobei es als Nebeneffekt zur Vorbeugung von Krankheiten und auch zur Linderung von Krankheiten kommen kann.

Heilkundliche Maßnahmen aus der Krankheitsperspektive – zusammenfassend als Therapie bezeichnet – zielen primär auf die Diagnose von Krankheiten und anschließend auf ihre Linderung und Heilung; als Nebeneffekt kommt es oft zur Förderung von Gesundheitsressourcen.

### **2. Gesundheitspsychologie als Fachgebiet und als Berufsfeld**

*„Psychologinnen und Psychologen arbeiten seit Jahrzehnten in verschiedenen Tätigkeitsfeldern für die Gesundheit der Menschen. Mit ihren Fachkenntnissen und Berufserfahrungen tragen sie als Experten zur Förderung gesunder Lebens-, Lern-, Arbeits- und Umweltbedingungen sowie zur Förderung gesunder Lebensgestaltung von Menschen in ihren alltäglichen sozialen Beziehungen bei.“* (Leitsätze des BDP zur Psychologischen Gesundheitsförderung 1995)

*„Die Gesundheitspsychologie integriert Fragestellungen und Kenntnisse aus allen Bereichen der Psychologie und aus den Gesundheitswissenschaften, um theoretische Modelle und praktische Maßnahmen zur Gesundheitsförderung zu entwickeln und ihre Qualität zu sichern.“* (Leitsätze des BDP zur Psychologischen Gesundheitsförderung 1995)

Gesundheitspsychologische Tätigkeitsfelder zielen auf Diagnosen und Fördermaßnahmen im Sinne der Gesundheitsperspektive bzw. der Gesundheitsförderung mit präventiven Wirkungen; sie sind somit keine heilkundlichen Tätigkeitsfelder. In gesundheitspsychologischen Tätigkeiten wird explizit darauf verzichtet, Krankheiten (über Vermutungen bzw. Verdachtsdiagnosen hinaus) angemessen zu diagnostizieren sowie Linderung und Heilung von Krankheiten anzuzielen.

Gesundheitspsychologische Tätigkeiten zielen besonders auch die Förderung seelischer Gesundheit an (z.B. im Sinne des EU-Programms „Mental Health Promotion and Prevention“); sie begründet positive Definitionen, Beschreibungen und Zielsetzungen psychischer Gesundheit sowie (nicht-heilkundliche) Förderungsmaßnahmen; sie ergänzt damit die krankheits- und störungsorientierten Fachgebiete der Klinischen Psychologie, Psychopathologie, Psychiatrie und Psychotherapie.

Es gibt sehr viele psychologische Tätigkeitsfelder mit gesundheitspsychologischer Orientierung und mit positiven, nicht-heilkundlichen Zielsetzungen der Gesundheitsförderung und Prävention.

### 3. Kompetenzen und Qualifikationen

#### 3.1 Allgemeine Kompetenzen für Psychologinnen und Psychologen

*„Psychologinnen und Psychologen wollen die Entwicklung, das Wohlbefinden und die Leistungsfähigkeit von Menschen als Einzelpersonen, in Gruppen, Organisationen und in der Gesellschaft fördern. Sie unterstützen in verschiedenen Bereichen des Lebens und der Gesellschaft psychologisch günstige individuelle und soziale adäquate Entwicklungen und Veränderungsprozesse. Dazu wenden sie psychologische Prinzipien, Erkenntnisse, Modelle und Methoden in ethisch und wissenschaftlich begründeter Weise an.“* („Psychologe als Beruf“, Webseite des BDP [www.bdp-verband.org/beruf/index.shtml](http://www.bdp-verband.org/beruf/index.shtml))

Psychologinnen und Psychologen erwerben ihre Kompetenzen und Qualifikationen ausbildungsmäßig durch ein mindestens 5-jähriges Studium der Psychologie (Diplom-Studiengang oder konsekutives Bachelor-Master-Studium).

Sie spezialisieren sich durch ihre Ausbildung, durch Fort- und Weiterbildung sowie durch ihre anschließende Berufstätigkeit unter Supervision für spezifische Berufsfelder und Berufstätigkeiten.

Erworbene Qualifikationen lassen sich nachweisen

- durch einen anerkannten Abschluss eines mindestens 5-jährigen Psychologiestudiums mit Nachweis schwerpunktmäßiger Studienfächer sowie durch die damit erworbene Berechtigung für den Berufstitel „Psychologin“ oder „Psychologe“,
- durch tätigkeitsspezifische Bescheinigungen zu Seminaren in der Ausbildung, Praktika, Fortbildungen, Weiterbildungen sowie durch Zeugnisse zu Berufstätigkeiten,
- durch berufsständige Bezeichnungen wie z.B. „Klinischer Psychologe BDP“, „Supervisor BDP“.

Berufsethische Kompetenzen von Psychologinnen und Psychologen bestehen darin, dass sie

- nur solche Dienstleistungen anbieten und solche Techniken nutzen, für die sie durch Ausbildung, Fortbildung oder Erfahrung qualifiziert sind,
- die Grenzen ihrer spezifischen Kompetenzen und Einschränkungen ihrer Fachkenntnis erkennen,
- bei ihren konkreten Dienstleistungen erkennen, wo ihre diagnostischen und veränderungsbezogenen beruflichen Handlungsmöglichkeiten begrenzt sind,
- bei Klienten diagnostische und veränderungsbezogene Bedarfe und Bedürfnisse wahrnehmen, die über ihre Begrenzungen hinausgehen, sie dann an entsprechende Fachleute weiterverweisen und für weitere eigene Maßnahmen gegebenenfalls mit diesen Fachleuten kooperieren.

Psychologinnen und Psychologen setzen in ihren Tätigkeitsfeldern folgende drei Arten von psychologischen Methoden ein:

- **Diagnostikmethoden** zur Erkenntnis von Lebenskompetenzen und ihren Defiziten, von Persönlichkeitseigenschaften sowie von systemischen Zusammenhängen in sozialen Systemen;
- **Beratungsmethoden** als Gesprächsmethoden zur Klärung von Zielen, zur Wissensvermittlung über psychische, körperliche und soziale Zusammenhänge, zur Lösung von persönlichen und sozialen Problemen sowie zur Vermittlung von Anregungen für eine positive Lebensgestaltung;
- **Veränderungsmethoden** als Trainingsmethoden zur langfristigen Veränderung von Gewohnheiten des Wahrnehmens, Wollens, Erlebens, Denkens und Verhaltens.

### **3.2 Kompetenzen für gesundheitspsychologische Tätigkeitsfelder**

Für vielfältige gesundheitspsychologische Tätigkeitsfelder können sich Psychologinnen und Psychologen insbesondere auf folgenden Wegen qualifizieren:

- in der Ausbildung durch Schwerpunkte in den Studienfächern der Pädagogischen Psychologie, Klinischen Psychologie und Gesundheitspsychologie,
- durch die im BDP konzipierte und angebotene Fortbildung „Psychologische Gesundheitsförderung und Prävention BDP“
- durch vielfältige weitere Fortbildungen für einzelne Tätigkeitsfelder mit gesundheitspsychologischer Orientierung (die in Kap. 4 näher spezifiziert werden).

Erworbene Qualifikationen für gesundheitspsychologische Tätigkeitsfelder lassen sich nachweisen

- durch tätigkeitsspezifische Bescheinigungen zu Seminaren in der Ausbildung, Praktika, Fortbildungen, Weiterbildungen sowie durch Zeugnisse zu Berufstätigkeiten,
- durch die berufsständige Bezeichnung „Psychologische Gesundheitsförderung und Prävention BDP“.

Zur gesundheitspsychologischen Kompetenz gehört die Aufgabe,

- die Grenzen gesundheitsfördernder Zielsetzungen in Bezug auf Diagnose und Therapie von krankheitswertigen Störungen zu erkennen,
- im Vollzug konkreter Dienstleistungen bei Klienten Anzeichen zu erkennen, die auf eventuelle körperliche und psychische Störungen mit Krankheitswert hinweisen, und sie dann auf zusätzliche heilkundliche Diagnose- und Behandlungsmöglichkeiten bei entsprechenden Fachleuten zu verweisen.

Für gesundheitspsychologische Tätigkeitsfelder können heilkundliche Kompetenzen und Qualifikationen, z.B. eine Zulassung nach dem Heilpraktikergesetz und/oder eine Approbation nach dem Psychotherapeutengesetz sinnvoll sein; sie sind aber für gesundheitspsychologische Tätigkeitsfelder nicht notwendig, wenn keine Störungen mit Krankheitswert diagnostiziert oder zielorientiert therapiert werden.

## **4. Differenzierte Tätigkeitsfelder und Zielsetzungen**

Viele psychologische Berufs- und Tätigkeitsfelder beinhalten (nicht-heilkundliche) gesundheitspsychologische Perspektiven der Gesundheitsförderung, beispielsweise:

- psychologische Beratungen und Fördermaßnahmen in vielfältigen Beratungsstellen, z.B. für Lebensberatung, Ehe- und Familienberatung, Erziehungsberatung, Suchtberatung, Patientenberatung bei chronischen Erkrankungen (z.B. psychoonkologische Beratung) (oftmals der Klinischen Psychologie zugeordnet)
- personenzentrierte Maßnahmen für Einzelpersonen, Paare und Familien mit Schwerpunktzielen der Gesundheitsförderung und Prävention, auch in Bezug auf die psychische Gesundheit: Gesundheitstrainings, Gesundheitsberatung
- Krisenintervention als Unterstützung für Menschen, Familien und Organisationen in Krisensituationen unterstützen, damit sie Krisen konstruktiv bewältigen können
- Coaching (vorwiegend der Wirtschaftspsychologie zugeordnet)
- Supervision
- schulische Gesundheitsförderung (vorwiegend der Schulpsychologie zugeordnet)
- betriebliche Gesundheitsförderung (vorwiegend der Wirtschaftspsychologie zugeordnet)
- kommunale Gesundheitsförderung (im Sinne der Gemeindepsychologie)
- Gesundheitsförderung durch gesunde Umweltgestaltung (vorwiegend der Umweltpsychologie zugeordnet)
- Unfallprävention (vorwiegend der Verkehrspsychologie zugeordnet)
- notfallpsychologische Hilfe zur Bewältigung von Katastrophensituationen für direkt Betroffene und für Nothelfer (im Sinne der Notfallpsychologie)

- Prävention gegenüber Störungen (auch der Klinischen Psychologie zugeordnet)
- Hilfestellungen zur Bewältigung vorhandener chronischer Erkrankungen im Sinne der Rehabilitation (vorwiegend der Klinischen Psychologie zugeordnet), u.a. durch Förderung von Selbsthilfegruppen, Patientenberatung, Patientenschulungen, Disease-Management-Programme, Hospizarbeit
- Management und Koordination für Gesundheitsaufgaben und Gesundheitsförderung in vielfältigen Organisationen: Krankenversicherungen, Rentenversicherungen, Kommunen, Länder, Bund, Gesundheitszentren, Selbsthilfe-Kontaktstellen und -Organisationen
- Aus-, Fort- und Weiterbildung in Gesundheitspsychologie für Psychologinnen und Psychologen sowie für andere Berufe im Gesundheitswesen, in Pädagogik, Sonderpädagogik, Sozialpädagogik und Sozialarbeit
- Medienarbeit für Gesundheit, z.B. Beratung von Medien in Bezug auf Gesundheitsthemen

## 5. Beispiele

Gesundheitspsychologische Tätigkeiten und Zielsetzungen liegen in Abgrenzung zu heilkundlichen, auf Störungen mit Krankheitswert bezogenen Tätigkeiten und Zielsetzungen vor, wenn

- Paarberatungen (z.B. in Ehe- und Familienberatungsstellen) durchgeführt werden, um Paare im Umgang mit körperlicher oder psychischer Erkrankung, Behinderung, Pflegebedürftigkeit oder Todesnähe eines Partners zu unterstützen und Selbsthilfemöglichkeiten in der Partnerschaft zu fördern
- Familienberatungen (z.B. in Ehe- und Familienberatungsstellen) durchgeführt werden, um Familien im Umgang mit körperlicher oder psychischer Erkrankung, Behinderung, Pflegebedürftigkeit oder Todesnähe eines Familienmitgliedes zu unterstützen und familiären Hilfemöglichkeiten zu fördern
- Erziehungsberatungen (z.B. in Erziehungsberatungsstellen) für Eltern zum Umgang mit körperlicher oder psychischer Erkrankung oder Behinderung ihrer Kinder durchgeführt werden
- Kriseninterventionen (z.B. in vielfältigen Beratungsstellen und Notdiensten) für Menschen in persönlichen Krisensituationen, die durch deutliche Änderungen in körperlichen und sozialen Lebensbedingungen (auch durch Notfälle und Katastrophen) hervorgerufen sind, beratend und begleitend durchgeführt werden, um ihre persönliche und soziale Ressourcen zur Bewältigung von Lebenskrisen stärken
- Gesundheitstrainings (z.B. bei Krankenkassen als Leistungen zur primären Prävention) zur Förderung gesunder Fähigkeiten wie Stressbewältigung und Entspannung durchgeführt werden, auch wenn Menschen auf Empfehlung von Ärzten und Psychotherapeuten wegen vorliegender Erkrankungen mit stressbedingten Beeinträchtigungen daran teilnehmen
- Gesundheitstrainings zur Raucherentwöhnung, Gewichtsreduktion und Rückfallprophylaxe bei Alkoholabhängigkeit mit gegenwärtiger Alkoholabstinenz durchgeführt werden
- Rehabilitationsmaßnahmen (z.B. in der ambulanten und stationären Rehabilitation) zur Stärkung persönlicher Fähigkeiten im psychischen Umgang mit vorliegenden chronischen körperlichen Erkrankungen durchgeführt werden (z.B. psychoonkologische Rehabilitation, psychologische Hospizarbeit und Sterbebegleitung)
- Menschen mit körperlichen und psychischen Erkrankungen zur Teilnahme an Selbsthilfegruppen (z.B. in Selbsthilfekontaktstellen und Selbsthilfeorganisationen) beraten werden
- Patienten (z.B. in Patientenberatungsstellen) für einen guten psychischen Umgang mit vorliegenden chronischen körperlichen Erkrankungen sowie mit medizinischen und psychotherapeutischen Diagnose- und Behandlungsmöglichkeiten beraten werden
- Menschen mit Suchtgefährdungen (z.B. in Suchtberatungsstellen) zum persönlichen Umgang mit Suchtgefahren, zu Diagnose- und Therapiemöglichkeiten für Suchterkrankungen und zur Teilnahme an Selbsthilfegruppen beraten werden