

Klinische Psychologie

Wenn's allein nicht weitergeht





BUNDESMINISTERIUM
FÜR GESUNDHEIT

Klinische Psychologie

Wenn's allein nicht weitergeht



Impressum:

Herausgeber, Medieninhaber und Hersteller:

Bundesministerium für Gesundheit (BMG)
Radetzkystraße 2, 1030 Wien

Für den Inhalt verantwortlich:

Michael Kierein (BMG)

2. überarbeitete Auflage 2013

Autorinnen/Autoren:

Waltraud Bednar
Gesundheit Österreich GmbH (GÖG)
Michael Kierein, Ulrike Steiger-Hirsch
Bundesministerium für Gesundheit

ISBN 3-900019-67-3

Vorwort

Klinische Psychologie ist ein hochqualifizierter Dienstleistungsbereich. Ausbildung und Berufsausübung sind im Psychologengesetz seit 1991 geregelt. Nunmehr arbeitet diese Berufsgruppe im Großteil der österreichischen Krankenhäuser und Rehabilitationszentren aber auch in Beratungsstellen, in Einrichtungen der Erziehung und Ausbildung sowie in freier Praxis.

Klinische Psychologinnen und klinische Psychologen sind Spezialistinnen und Spezialisten sowohl im Erkennen von Problemen und Störungen des menschlichen Erlebens und Verhaltens als auch im Entwickeln von maßgeschneiderten Lösungen und Behandlungen. Durch den Einsatz modernster Methoden können Probleme in den Bereichen Lernen, Gedächtnis und Denken, Gefühle, Motivation, Ängste, Belastungen aufgrund körperlicher Erkrankungen oder einschneidender Erlebnisse und Lebenskrisen und vieles andere mehr punktgenau und rasch behandelt werden.

Im Sinne einer umfassenden Aufklärung der Bevölkerung über vorhandene Möglichkeiten professioneller Hilfe bei psychischen Belastungen wurde diese Broschüre erstmals 2005 erarbeitet und nunmehr aktualisiert. Sie bietet allen interessierten Menschen grundlegende Informationen zur Klinischen Psychologie und gibt Antworten auf zahlreiche Fragen. Im Serviceteil finden Sie weiters wichtige Adressen und Telefonnummern.

Inhalt

Vorwort.....	5
Was ist Klinische Psychologie?	7
Bei welchen Problemlagen bieten klinische Psychologen und klinische Psychologinnen ihre professionelle Hilfe an?.....	9
Wer ist klinische Psychologin bzw. klinischer Psychologe?	10
Wo arbeiten klinische Psychologinnen und klinische Psychologen?.....	11
Welche Pflichten haben klinische Psychologen und klinische Psychologinnen, welche Rechte haben Klientinnen und Klienten?	12
Wo können Sie sich über Klinische Psychologie informieren?	14
Welche Methoden wenden klinische Psychologinnen und klinische Psychologen an?	15
Die klinisch-psychologische Untersuchung	15
Die klinisch-psychologische Behandlung und Beratung	19
Was kostet Klinische Psychologie?	24
Serviceteil	26
Liste der klinischen Psychologinnen und klinischen Psychologen.....	26
Informationsstellen für Klinische Psychologie.....	26
Kammer für Arbeiter und Angestellte	30
Beschwerdestellen.....	30
Literatur	32
Klinische Psychologie im Internet.....	32

Was ist Klinische Psychologie?

Die Klinische Psychologie ist ein Teilgebiet der Psychologie. Die Ausübung der Klinischen Psychologie ist seit 1991 gesetzlich geregelt (Psychologengesetz, BGBl. Nr. 1990/360). Sie umfasst die Untersuchung, Beratung und Behandlung von einzelnen Menschen, Paaren, Familien und Gruppen in Hinblick auf psychische aber auch soziale und körperliche Beeinträchtigungen und Störungen. Insbesondere beschäftigt sie sich mit

- psychischen Störungen,
- körperlichen Störungen, bei denen psychische Einflüsse eine Rolle spielen,
- psychischen Extremsituationen,
- psychischen Folgen akuter Belastungen sowie
- Entwicklungskrisen und psychischen Krisen.

Klinische Psychologie bietet für alle Lebensalter und den Großteil der Gesundheitsfragen des psychosozialen Bereichs entsprechende Untersuchungen, Beratungen und Behandlungsmöglichkeiten an. So umfasst das klinisch-psychologische Arbeitsfeld beispielsweise die psychologische Abklärung und Behandlung von chronischen Schmerzen und die Rehabilitation nach einem Schlaganfall ebenso wie die Untersuchung eines Kindes, dessen Entwicklung verzögert erscheint, oder die Abklärung von Gedächtnis- und Orientierungsproblemen betagter Menschen. In allen Fällen setzt die Klinische Psychologie Untersuchungs- und Behandlungsmethoden ein, die auf Basis wissenschaftlicher Erkenntnisse gewonnen wurden und arbeitet erforderlichenfalls mit Experten und Expertinnen aus Medizin, Psychotherapie, Ergo- und Physiotherapie, Pflege, Sozialarbeit und vielen anderen mehr zusammen.

Die großen Aufgabengebiete der Klinischen Psychologie sind die Diagnostik und die Behandlung sowie Beratung:

Die klinisch-psychologische **Diagnostik** ist die Untersuchung von Menschen, die unter einer körperlichen Erkrankung, bei der psychische Faktoren eine Rolle spielen, oder unter psychischen Störungen leiden. Die Diagnostik wird auch eingesetzt, wenn der Verdacht auf eine krankheitswertige Störung besteht. Dabei werden mit wissenschaftlichen Methoden die Persönlichkeitsstruktur, die psychische Befindlichkeit sowie Art und Ausmaß der psychischen Beeinträchtigung und Leistungsfähigkeit bzw. deren Einschränkung untersucht. Auf Basis der Untersuchungsergebnisse entscheiden die klinische Psychologin bzw. der klinische Psychologe über eventuell erforderliche Beratungs- und Behandlungsmaßnahmen, erstellt Befunde, Gutachten und Zeugnisse.

Die klinisch-psychologische **Behandlung** umfasst auch vorbeugende (präventive) und wiederherstellende (rehabilitative) Maßnahmen. Sie hat zum Ziel, Krankheiten vorzubeugen, psychische Störungen bzw. Leidenszustände zu lindern oder zu beseitigen sowie kranke Menschen darin zu unterstützen, ihre Krankheit besser bewältigen zu können. Die klinischen Psychologinnen und klinischen Psychologen setzen ihre Behandlung konkret an der jeweiligen Störung bzw. dem jeweiligen Problem an und stützen ihre Vorgangsweise auf sorgfältige diagnostische Untersuchungen und wissenschaftliche Theorien.

Bei der klinisch-psychologischen **Beratung** stellt die klinische Psychologin oder der klinische Psychologe der Rat suchenden Person, Gruppe oder Familie gezielt Informationen und Entscheidungshilfen zur Verfügung und unterstützt im Bedarfsfall beim Herausfinden und Eingrenzen der wichtigsten Probleme und Anliegen sowie passender Lösungsmöglichkeiten.

Bei welchen Problemlagen bieten klinische Psychologen und klinische Psychologinnen ihre professionelle Hilfe an?

Klinische Psychologen und klinische Psychologinnen bieten professionelle Unterstützung bei der Bewältigung vorwiegend psychischer, aber auch sozialer und körperlicher Beeinträchtigungen und Störungen an. Folgende Beispiele stellen einen Ausschnitt aller möglichen Problemlagen dar, bei denen klinisch-psychologische Hilfe eingesetzt wird:

- Körperlich-seelische Einschränkungen aufgrund somatischer Erkrankungen, wie z. B. Schlaganfall, Herzinfarkt
- Körperlichen Störungen, die aufgrund klinisch-psychologischer Behandlung Besserung erfahren, z. B. Tinnitus
- Seelische Belastungen infolge lebensbedrohlicher oder chronischer körperlicher Erkrankungen, wie z. B. Krebs oder multiple Sklerose
- Situationsbezogene Angstzustände, z. B. vor Operationen und Chemotherapien
- Drohende oder bereits bestehende Abhängigkeiten von Alkohol, Nikotin und Drogen und verhaltensbezogene Süchte, wie z. B. Spielsucht
- Psychosomatische Beschwerden, wie z. B. chronische Schmerzen und Schlafstörungen
- Akuter und chronischer Stress
- Psychische Probleme und Erkrankungen, wie z. B. Panikattacken, Depressionen, Ess-Störungen, Kontaktschwierigkeiten
- Beeinträchtigung von Gedächtnis und Aufmerksamkeit
- Altersdepression und Demenz
- Entwicklungsstörungen bei Kindern und Jugendlichen

- Sexuelle Probleme und Funktionsstörungen
- Schwierige Lebenssituationen und akute Krisen, z. B. ausgelöst durch Arbeitsplatzverlust, Tod oder Trennung von nahestehenden Personen, Krankheit, erlebte Gewalt oder Katastrophen

Wer ist klinische Psychologin bzw. klinischer Psychologe?

Der Beruf der klinischen Psychologin und des klinischen Psychologen ist ein freier Gesundheits- und Heilberuf und seit 1991 im Psychologengesetz geschützt. Hier sind Ausbildung, Berufspflichten und Rechte der klinischen Psychologen und klinischen Psychologinnen verbindlich festgelegt.

Klinische Psychologinnen und klinische Psychologen haben eine universitäre Ausbildung in Psychologie und im Anschluss daran eine klinisch-psychologische Fachausbildung absolviert. Das für Gesundheit zuständige Bundesministerium führt ein Verzeichnis, das alle zur Ausübung der Klinischen Psychologie berechtigten Personen in Österreich namentlich sowie unter Angabe der Adressen enthält. Dieses Verzeichnis wird „Liste der klinischen Psychologinnen und klinischen Psychologen“ genannt.

Die Berufsbezeichnung „klinische Psychologin“ oder „klinischer Psychologe“ ist somit gesetzlich geschützt und muss auf dem Praxis Schild, auf der Visitenkarte und auf der Honorarnote angeführt sein. Sie erkennen daraus, dass Ihre klinische Psychologin bzw. Ihr klinischer Psychologe die staatliche Berufszulassung hat. Im Zweifelsfall können Sie im Bundesministerium, das für Gesundheit zuständig ist, nachfragen bzw. im Internet recherchieren (Adressen siehe Service teil, Seite 26).

Wo arbeiten klinische Psychologinnen und klinische Psychologen?

Klinische Psychologinnen und klinische Psychologen sind größtenteils im Rahmen einer Anstellung in einer Institution des Gesundheits- oder Sozialwesens tätig. Sie arbeiten zunehmend aber auch freiberuflich. Vorwiegende Arbeitsbereiche von klinischen Psychologinnen und klinischen Psychologen sind

- allgemeine Krankenhäuser,
- psychiatrische Krankenhäuser und Abteilungen für Psychiatrie und Neurologie,
- Kinderkliniken und Ambulatorien,
- Rehabilitationszentren,
- Einrichtungen für betagte Menschen,
- Beratungsstellen, z. B. Drogen-, Erziehungs-, Familien- und Eheberatung,
- Kindergarten- und Schulbehörden,
- sonderpädagogische Einrichtungen, z. B. für verhaltensauffällige Kinder und Jugendliche, Einrichtungen für behinderte Menschen sowie
- freie Praxen.

Welche Pflichten haben klinische Psychologen und klinische Psychologinnen, welche Rechte haben Klientinnen und Klienten?

Wenn Sie sich einer klinisch-psychologischen Diagnostik, Beratung und Behandlung unterziehen, können Sie sich vertrauensvoll an die klinische Psychologin bzw. den klinischen Psychologen wenden. Um Ihnen hier optimalen Schutz zu gewährleisten, wurden die Berufspflichten von klinischen Psychologinnen und klinischen Psychologen und die besonderen Rechte für die Klientinnen und Klienten gesetzlich geregelt und darüber hinaus in einem Berufskodex festgeschrieben.

Rechte der Klientinnen und Klienten – Berufspflichten der klinischen Psychologinnen und klinischen Psychologen

Klinische Psychologinnen und klinische Psychologen dürfen psychologische Tätigkeiten nur mit Zustimmung der behandelten Person anwenden.

Die behandelte Person hat ein Recht auf alle Auskünfte über die Behandlung, insbesondere über Art, Umfang und Entgelt.

Wenn klinische Psychologinnen und klinische Psychologen von einer Behandlung zurücktreten wollen, teilen sie diese Absicht der behandelten Person rechtzeitig mit, sodass die weitere Versorgung sichergestellt werden kann.

Klinische Psychologinnen und klinische Psychologen berücksichtigen die Grenzen ihres beruflichen Wissens und ihrer Kompetenz und wenden jene Arbeitstechniken an, die nach dem jeweiligen Stand der Wissenschaft am besten begründet sind und sind verpflichtet, sich fortzubilden.

Klinische Psychologinnen und klinische Psychologen sind an das Berufsgeheimnis gebunden und unterliegen der Schweigepflicht.

Für die Erstellung von psychologischen Gutachten folgt der klinische Psychologe bzw. die klinische Psychologin eigens dafür festgelegten Richtlinien (Datenschutz, Freiwilligkeit der Klientinnen und Klienten soweit vom Gesetz nicht anders geregelt, Dokumentation, etc.) und ist verpflichtet, den Klientinnen und Klienten die Grenzen der Schweigepflicht darzulegen.

Wo können Sie sich über Klinische Psychologie informieren?

Berufsverbände

Berufsverband Österreichischer Psychologinnen und Psychologen – BÖP

Der BÖP bietet eine „Helpline“ – ein Beratungs- und Informationsservice über Telefon oder E-Mail – an. Sie können hier kostenlos Beratung und Information zu vorhandenen Unterstützungsangeboten im psychosozialen Bereich, zu Möglichkeiten klinisch-psychologischer Diagnostik als Kassenleistung und zu psychologischer Behandlung erhalten.

www.boep.or.at/Helpline-01-504-8000.954.0.html

Gesellschaft kritischer Psychologen und Psychologinnen – GKPP

www.gkpp.at/preview/klinische_und_gesundheitspsychologie/service.php

Österreichisches Psychologenforum – Ö.P.F.

www.psychologenforum.at/index.php

Der Serviceteil dieser Broschüre (► siehe Seite 26 ff.) führt die Adressen und Kontaktmöglichkeiten der Berufsverbände im Einzelnen an.

Das für Gesundheit zuständige Bundesministerium

Die Namen und Adressen aller klinischen Psychologinnen und klinischen Psychologen in Österreich sind in der Liste des Bundesministeriums für Gesundheit einzusehen:

<http://klinischepsychologie.ehealth.gv.at/>

Welche Methoden wenden klinische Psychologinnen und klinische Psychologen an?

Die klinisch-psychologische Untersuchung

Eine der Hauptaufgaben der klinischen Psychologinnen und klinischen Psychologen liegt in der klinisch-psychologischen Diagnostik, d. h. die Probleme der Klientin bzw. des Klienten werden sorgfältig untersucht. Die Untersuchungsergebnisse geben Aufschluss über geeignete Beratungs- und Behandlungsmöglichkeiten.

Dabei soll eine klinisch-psychologische Untersuchung feststellen, ob Probleme und Beschwerden auf eine psychische Störung hinweisen, um welche Störung es sich handelt, was dazu beiträgt, dass Probleme weiterbestehen, welche Möglichkeiten ein Mensch hat, selbst mit Schwierigkeiten fertig zu werden und in welchen Fällen professionelle Hilfe notwendig ist, um schließlich Vorschläge für die weitere Vorgangsweise zu machen.

Typische Fragen, die bei der psychologischen Diagnostik geklärt werden können, sind beispielsweise:

- Weshalb bin ich oder sind meine Kinder unruhig und unkonzentriert?
- Ist mein Kind altersgemäß entwickelt?
- Ist die schlechte Schulleistung durch geringe Motivation, ungünstige psychosoziale Umstände (z. B. mangelnde Förderung) oder eine bestimmte Beeinträchtigung verursacht?
- Sind die Berufsprobleme Ausdruck einer Überforderung oder einer Krankheit?
- Ist die Vergesslichkeit eines älteren Menschen ein normaler Alterungsprozess oder Anzeichen einer bestimmten Krankheit?
- Ist für eine bestimmte Straftat Zurechnungs- oder Unzurechnungsfähigkeit gegeben?
- Woher kommen die Ess-Störungen?
- Was sind die Ursachen für andauernde Kopfschmerzen?
- Was sind die Ursachen von Schlafstörungen?
- Sind organische Ursachen (wie z. B. altersbedingter Abbau, Unfallfolgen, Alkohol- oder Medikamentenmissbrauch) für die Kopfschmerzen oder Schlafstörungen ausschlaggebend und/oder psychische Faktoren (Angst, Depression, Psychose usw.) bzw. die momentane Lebenssituation dafür verantwortlich?

Eine umfassende klinisch-psychologische Untersuchung dauert mehrere Stunden und besteht aus Gesprächen und psychologischen Testverfahren, in deren Anschluss die klinische Psychologin bzw. der klinische Psychologe psychologische Befunde, Gutachten und Zeugnisse erstellt.

Das folgende Beispiel soll Ihnen einen ersten Eindruck von der Zweckmäßigkeit und Vielschichtigkeit klinisch-psychologischer Diagnostik vermitteln. Es zeigt eine Untersuchung, die zur Routine jener klinischen Psychologinnen und klinischen Psychologen gehört, die mit Kindern und Jugendlichen arbeiten.

Beispiel – Diagnostik bei Verdacht einer psychischen Störung bei Kindern

Anlass für die Untersuchung

Ein häufiger Grund, warum mit Kindern klinische Psychologinnen und klinische Psychologen aufgesucht werden, ist die Vermutung, dass das Kind unter einer psychischen Störung leidet. Die Zeichen dafür sind häufig Verhaltensauffälligkeiten und Lernschwierigkeiten. Anfangs sind die Kinder oft „nur“ unkonzentriert und leicht abzulenken, haben Probleme beim Lesen, bei der Rechtschreibung oder beim Rechnen. Bei einem Teil der Kinder stellen sich aber weitere Probleme ein, die auf eine vorliegende psychische oder auch körperlich-psychische Störung hindeuten: das Kind ist sehr ängstlich und neigt zu psychosomatischen Beschwerden oder im Gegenteil: es ist aggressiv und hat sich zum Störenfried in der Kindergruppe oder Schulklasse entwickelt.

Suche nach den Ursachen

Wodurch nun das problematische Verhalten des Kindes verursacht wird – ob tatsächlich eine psychische Störung vorliegt – und welche Behandlungen geeignet sind, kann meist nur durch eine umfassende klinisch-psychologische Diagnostik herausgefunden werden. Die Ursachen können in körperlichen aber auch in seelischen oder sozialen Umständen zu finden sein.

Eine häufige Ursache für die beschriebenen Probleme der Kinder sind zum Beispiel sogenannte **Teilleistungsschwächen**. Bei Teilleistungsschwächen funktioniert die Reizverarbeitung im Gehirn nicht optimal. Die Reize werden zwar von der Umwelt aufgenommen, können aber letzten Endes nicht richtig verarbeitet werden. Von Teilleistungsstörungen betroffene Kinder im Kindergartenalter malen und zeichnen mitunter nicht gerne, weil Ihnen diese Tätigkeiten Schwierigkeiten bereiten. Oft sind sie nicht imstande, einer Geschichte länger zuzuhören und lassen sich sehr leicht ablenken und bringen sich weniger als andere Kinder in das Gruppengeschehen

ein. Es kommt auch vor, dass sie die Anweisungen der Eltern oder Erzieherinnen nicht verstehen können. Wenn die Kinder im Schulalter sind, kommt oft die Angst hinzu, dass selbst, wenn sie mehr als ihre Alterskollegen üben, immer noch Fehler im Diktat sind oder die Kinder beim Lesen Schwierigkeiten haben und in der Folge jede Freude am Schreiben und Lesen verlieren.

Blieben diese Schwächen des Kindes unerkannt und unbehandelt, führen sie zu ständigen Misserfolgserlebnissen, die sich in erhöhter Ängstlichkeit, Aggressivität, psychosomatischen Beschwerden und anderen Störungen ausdrücken können.

Die Krankheitszeichen des Kindes können aber auch durch **seelisch schwer belastende Ereignisse** hervorgerufen werden. So kann z. B. der Verlust eines Geschwisterkindes oder eine sehr konfliktbeladene Trennung der Eltern Krankheitszeichen hervorrufen.

Schlussfolgerungen aus den Untersuchungsergebnissen

Je nachdem, worin die Symptome, die das Kind zeigt, begründet liegen, sind zum Teil völlig verschiedene Behandlungen erforderlich.

So müssen im Falle von Teilleistungsstörungen die mangelhaft entwickelten Funktionen der Wahrnehmung Schritt für Schritt aufgebaut werden, indem zu Hause in kleinen Einheiten (zehn Minuten) geübt wird, um langfristig Erfolge zu erzielen.

Ist jedoch eine besonders schwierige Trennung der Eltern auslösender Faktor, ist eine stützende klinisch-psychologische Familienberatung, klinisch-psychologische Behandlung oder Psychotherapie angezeigt.

Es kann aber auch sein, dass beide Behandlungsformen – Wahrnehmungsübungen zu Hause und Familienberatung bzw. Psychotherapie – zu empfehlen sind: Dann nämlich, wenn z. B. die Teilleistungsstörung lange unerkannt und unbehandelt geblieben ist und sich infolge der Leistungsschwäche des Kindes Verhaltensstörungen und damit einhergehend massive Probleme in Familie und Schule eingestellt haben.

Ein ausführliche klinisch-psychologische Testung des Kindes sowie die Erfassung seiner Biographie sind die Voraussetzungen, um Kind und Eltern rasch und professionell helfen zu können.

Die klinisch-psychologische Behandlung und Beratung

Klinisch-psychologische Behandlungsmethoden beruhen auf Erkenntnissen aus der Lerntheorie sowie der Sozial- und der Entwicklungspsychologie. Sie werden zur Vorbeugung (Prävention), Akutbehandlung und Wiederherstellung (Rehabilitation) eingesetzt:

- Die präventiven (vorbeugenden) Maßnahmen haben zum Ziel, das Wiederauftreten von Störungen und Krankheiten bzw. von zusätzlichen Störungen bei bereits erkrankten Menschen zu verhindern. Dabei geht es darum, krankmachende Einflüsse herauszufinden und zu beseitigen (z. B. Stressfaktoren in der Arbeit oder Partnerschaft).
- Die Akutbehandlung umfasst Maßnahmen bei vorliegenden Problemen und Erkrankungen (z. B. Panikattacken).
- Die Rehabilitation (Wiederherstellung) zielt auf Wiedereingliederung, Nachsorge und Rückfallverhütung ab (z. B. nach einem Herzinfarkt).

Wenn Sie sich in klinisch-psychologische Behandlung begeben, so werden Sie zunächst aufgefordert, gemeinsam mit der klinischen Psychologin bzw. dem klinischen Psychologen festzulegen, welches Ziel Sie mit der Behandlung erreichen möchten. Eventuell vereinbaren Sie auch Zwischenziele. Weiters wird ein sogenannter Behandlungsplan ausgearbeitet. Darin werden Überlegungen angestellt, wie die Ziele erreicht werden können. Gegebenenfalls wird dann schon während der Behandlung, jedenfalls aber nach deren Abschluss, untersucht, inwiefern die gewünschten Ziele erreicht wurden.

Diese Vorgangsweise soll der Patientin bzw. dem Patienten Klarheit über Sinn und Zweck der Behandlung geben und ihr bzw. ihm ermöglichen, an der Behandlung aktiv mitwirken zu können.

In der klinisch-psychologischen Beratung geht es um kurzfristigere Maßnahmen. Dabei wird beispielsweise eine gewünschte Änderung des Verhaltens oder Erlebens in Gang gesetzt, aber nicht längerfristig begleitet. Ein weiteres Feld klinisch-psychologischer Beratung ist die Betreuung und Begleitung von Menschen mit besonderen Gesundheitsproblemen bzw. speziellen Unterstützungsbedürfnissen, wie z. B. Suchtpatienten oder Angehörige von Sterbenden.

Mittlerweile gibt es eine Vielzahl an klinisch-psychologischen Behandlungs- und Beratungsmethoden. Sie bieten Hilfestellungen und systematische Unterstützung in Form von Beratung, Training und Behandlung in fünf Bereichen an:

Kognitiver Bereich: Sprache, Denken, Lernfähigkeit, Orientierungsfähigkeit, Aufmerksamkeit, Konzentrationsfähigkeit, Gedächtnis, Wahrnehmung, Problemlösestrategien

Seelisch-körperlicher Bereich (Psychophysiologie): Entspannung, Körperwahrnehmung, Biofeedback, Schmerzbehandlung

Sozialer Bereich: Kommunikationstraining, Selbstsicherheitstraining, Verhaltenstraining, Stärkung der Selbstkontrollfähigkeiten, Training der sozialen Wahrnehmung

Krankheitsverarbeitung: Information für Patientinnen und Patienten und deren Angehörige über Krankheit und Behandlung und Förderung eines selbstverantwortlichen Umgangs mit der Krankheit (Psychoedukation), Förderung der Mitwirkung von Patientinnen und Patienten bei der Behandlung (Complianceförderung), Krankheitsmanagement, Rückfallprophylaxe (Verhütung eines Rückfalls), Krisenintervention (rasche Unterstützungsmaßnahmen bei ersten Anzeichen einer Krise aber auch bei bereits eingetretenen Krisen)

Behandlung von Störungen: Behandlung sämtlicher psychischer Störungen, Suizidprophylaxe (Verhütung von Suizid), Affekt- u. Aggres-

sionskontrolle, Angstverarbeitung, Konflikt- u. Stressbewältigung und vieles mehr.

Im Laufe einer klinisch-psychologischen Behandlung werden meist mehrere Methoden kombiniert. Für eine Reihe von Erkrankungen oder Problemlagen wurden umfangreiche Behandlungsprogramme entwickelt, wie z. B.

- das integrierte psychologische Therapieprogramm für schizophrene Patienten,
- verhaltensverändernde Programme zur Bewältigung von Angst und Stress und von Konflikten,
- kognitive Trainingsprogramme bei Aufmerksamkeitsdefiziten usw.,
- spezielle neuropsychologische Trainingsprogramme für die Behandlung nach Verletzungen oder Erkrankungen des Gehirns,
- Training von lebenspraktischen Fertigkeiten, Abbau störender Verhaltensweisen und Behandlung massiver Verhaltensstörungen bei geistiger Behinderung,
- Trainingsprogramm zur Veränderung von störenden Wahrnehmungen, die die Lebensqualität massiv beeinträchtigen können, wie etwa bei Tinnitus,
- klinisch-psychologische Behandlungsprogramme von chronischen Schlafstörungen mittels genauer Analyse der Schlafgewohnheiten, Schlafzeitverkürzung, Schlafhygiene, Strukturierung und Bewältigung des Alltags, Entspannungsverfahren und Methoden zur Neubewertung der Problemsituation,
- klinisch-psychologische Behandlung bei depressiven Menschen mittels Neubewertung von Gefühlen, Gedanken und Situationen sowie Bearbeitung von zwischenmenschlichen Konflikten,
- klinisch-psychologische Behandlungsprogramme von Teilleistungsstörungen durch Verbesserung des Selbstwertgefühls des Kindes, Symptomtraining und Vermittlung von Entspannungstechniken und Angstbewältigungsstrategien, Elternberatung und allfälliges Einbeziehen der Bezugspersonen in die Behandlung der Kinder.

Es würde den Rahmen dieser Informationsbroschüre sprengen, alle Beratungs- und Behandlungsmethoden der Klinischen Psychologie zu beschreiben. Daher sind in der Folge zwei Beispiele angeführt, die mittlerweile nicht nur in Krankenhäusern oder Ambulatorien, sondern zunehmend auch von klinischen Psychologinnen und klinischen Psychologen in freier Praxis eingesetzt werden.

Beispiel 1 – Biofeedback

Biofeedback wird meistens in Kombination mit Entspannungsverfahren, Atemtraining, Stressmanagement und anderen Methoden angewendet und wirkt nachweislich bei

- Schmerzen (Spannungskopfschmerz, Migräne, Gesichtsschmerz, chronischer Rückenschmerz und ähnliche Probleme)
- Angststörungen, Panikattacken, Zwangsvorstellungen, Unruhe und ständiger Aktivität, Aufmerksamkeitsstörungen
- Bluthochdruck, Inkontinenz, Asthma, chronischen Muskelverspannungen
- Epilepsie, Schlaganfall und ähnlichen neurologischen Erkrankungen.

Wie funktioniert das?

Beim Biofeedback werden körperlich-seelische (psychophysiologische) Vorgänge, die normalerweise unbemerkt ablaufen, durch Rückmeldung („Feedback“) wahrnehmbar gemacht. Der eigene Herzschlag, die Muskelspannung, der Hautwiderstand, der Atem werden mittels eigens entwickelter Biofeedbackgeräte in optische und akustische Signale umgesetzt. Das heißt, Sie können z. B. Ihren Herzschlag sehen bzw. hören und beobachten, wie er sich – je nachdem, woran Sie gerade denken oder was Sie sich gerade vorstellen – verändert. Dabei sitzen Sie bequem in einem Sessel.

Beim Biofeedback-Training lernen Sie nun, diese Körpervorgänge bewusst und willentlich zu beeinflussen.

Leiden Sie an ständigem Stress, so lernen Sie Ihr vegetatives Nervensystem zu beruhigen (z. B. Herzschlag, Pulsfrequenz, Atemtiefe und -tempo). Sind Kopfschmerzen Ihr Hauptproblem, so lernen Sie Ihre Muskelspannungen zu reduzieren. Bei Inkontinenzproblemen (Probleme, die Harn- und Stuhlausscheidung zu kontrollieren) lernen Sie, die Schließmuskeln wieder wunschgemäß zu betätigen.

Der Erfolg stellt sich nach wenigen Sitzungen ein.

Beispiel 2 – Klinisch-psychologische Behandlung von Panikattacken

Medizinische Abklärung

Wenn Sie an Panikattacken leiden, wird Sie die klinische Psychologin oder der klinische Psychologe zunächst zu einer ärztlichen Untersuchung schicken, weil ausgeschlossen werden muss, dass eine körperliche Ursache, wie etwa eine Schilddrüsenüberfunktion oder ein Herzfehler, vorliegt.

Information

Bei Behandlungsbeginn erfahren Sie zunächst alles Wissenswerte zum Entstehen von Panikattacken, warum sie aufrechterhalten bleiben, wie Ängste verlaufen und welche angstreduzierenden Maßnahmen im Allgemeinen geeignet sind.

Beobachtung

Da Panikattacken je nach Person unterschiedlich verlaufen können, werden Sie nun angewiesen, genau zu beobachten, was im Laufe einer Panikattacke passiert: Welche Gedanken haben Sie? Welche körperlichen Symptome treten auf? Was tun Sie während der Attacke?

Schrittweises Training

Schließlich setzen Sie sich unter Anleitung behutsam, schrittweise und wiederholt mit den angstausslösenden Situationen auseinander, die Sie gerade noch gut bewältigen können. Durch diese Erfolgser-

lebnisse können Sie allmählich auch schwierigere Situationen ohne Angst meistern.

Neubewertung

Gleichzeitig wird der behandelnde klinische Psychologe oder die klinische Psychologin gemeinsam mit Ihnen die negativen und bedrohlichen Gedanken, die Sie in der jeweiligen Angstsituation haben, genau und kritisch überprüfen und mit Ihnen neu bewerten.

Was kostet Klinische Psychologie?

Kosten für klinisch-psychologische Diagnostik

Seit 1995 ist klinisch-psychologische Diagnostik eine Dienstleistung des Gesundheitswesens, deren Kosten von den Versicherungsträgern übernommen werden. Mit einer Überweisung können Patientinnen und Patienten eine psychologische Untersuchung bei einer Vertragspsychologin bzw. einem Vertragspsychologen für klinisch-psychologische Diagnostik in Anspruch nehmen. Zu niedergelassenen klinischen Psychologinnen und klinischen Psychologen können Ärzte und Ärztinnen sowie Psychotherapeutinnen und -therapeuten direkt überweisen.

Wahlpsychologinnen und Wahlpsychologen müssen eine den Vertragspsychologinnen und Vertragspsychologen entsprechende Qualifikation in psychologischer Diagnostik aufweisen. Von den Krankenkassen werden 80 Prozent der Honorarkosten (des Vertrags- tarifes) zurückerstattet.

Kosten für klinisch-psychologische Behandlung und Beratung

Sofern Behandlung und Beratung im Rahmen einer Einrichtung des Gesundheits- oder Sozialwesens oder eines anderen öffentlich finanzierten Bereiches erfolgen (z. B. Schulpsychologischer Dienst), sind sie derzeit in den meisten Fällen kostenlos.

Behandlung oder Beratung bei niedergelassenen klinischen Psychologinnen und klinischen Psychologen müssen privat bezahlt werden. Informationen zu Kosten sind direkt in der klinisch-psychologischen Praxis erhältlich.

Serviceeteil

Liste der klinischen Psychologinnen und klinischen Psychologen

Bundesministerium für Gesundheit

Radetzkystraße 2

1030 Wien

01 711 00-0

<http://klinischepsychologie.ehealth.gv.at/>

Informationsstellen für Klinische Psychologie

Berufsverbände

BERUFSVERBAND ÖSTERREICHISCHER PSYCHOLOGINNEN
UND PSYCHOLOGEN (BÖP)

BÜRO:

Möllwaldplatz 4/4/39

1040 Wien

Tel.: 01 4072671-0, Fax: -30

boep@boep.or.at

www.boep.or.at/

HELPLINE:

Bei Problemen und Fragen zu Klinischer Psychologie bietet der Berufsverband Österreichischer Psychologinnen und Psychologen BÖP eine Helpline:

01 504 80 00

helpline@boep.or.at

www.boep.or.at/Helpline-01-504-8000.954.0.html

PSYCHNET

Im Online-Informationssystem des Berufsverbandes Österreichischer Psychologinnen und Psychologen finden Sie unter www.psychnet.at klinische Psychologinnen und klinische Psychologen mit ausführlichen Zusatzinformationen wie Tätigkeitsschwerpunkte, Sprachkenntnisse und Praxisausstattung.

Weiters sind die Fachsektionen und Landesgruppen des BÖP (Adressen siehe unten) bei der Suche nach einer klinischen Psychologin oder nach einem klinischem Psychologen qualifizierte Ansprechpartner. Im Folgenden finden Sie die entsprechenden Angaben. Zusätzliche Informationen (z. B. zu Ansprechpersonen) sind den Websites www.boep.or.at/Fachsektionen.229.0.html und www.boep.or.at/Landesgruppen.55.0.html zu entnehmen.

FACHSEKTIONEN

BÖP-Fachsektion Klinische und Gesundheitspsychologie
leitung.klinges@boep.or.at

BÖP-Fachsektion Kinder-, Jugend- und Familienpsychologie
leitung.kijufam@boep.or.at

LANDESGRUPPEN

Burgenland

BÖP Landesgruppe Burgenland
leitung.bgld@boep.or.at

Kärnten

BÖP Landesgruppe Kärnten
leitung.kaernten@boep.or.at

Niederösterreich

BÖP Landesgruppe Niederösterreich
leitung.noel@boep.or.at

Oberösterreich

BÖP Landesgruppe Oberösterreich

leitung.ooe@boep.or.at

Salzburg

BÖP Landesgruppe Salzburg

leitung.salzburg@boep.or.at

Steiermark

BÖP Landesgruppe Steiermark

leitung.stmk@boep.or.at

Tirol

BÖP Landesgruppe Tirol

leitung.tirol@boep.or.at

Vorarlberg

BÖP Landesgruppe Vorarlberg

leitung.vlbg@boep.or.at

Wien

BÖP Landesgruppe Wien

leitung.wien@boep.or.at

GESELLSCHAFT KRITISCHER PSYCHOLOGEN UND PSYCHOLOGINNEN GKPP

BÜRO:

Margaretenstraße 72, zweiter Stock
1050 Wien

buero@gkpp.at

www.gkpp.at/preview/main/main.php

Öffnungszeiten:

Montag 15.30 bis 18.30

Donnerstag 10.00 bis 13.00

Tel.: 01 317 88 94 zu den üblichen Bürozeiten

Fax: 01 319 89 88

Sekretariat:

buero@gkpp.at

Geschäftsführung:

geschaeftsfuehrung@gkpp.at

Kontakt Kärnten:

kaernten@gkpp.at

Kontakt Linz:

oberoesterreich@gkpp.at

Kontakt Graz:

steiermark@gkpp.at

Kontakt Westösterreich (Tirol/Vorarlberg):

tirol@gkpp.at

ÖSTERREICHISCHES PSYCHOLOGENFORUM (Ö.P.F.)

Postadresse:

Österreichisches Psychologenforum

Martinstraße 15

A 3400 Klosterneuburg

Tel.: 0699 15109003, Fax: 04254 28974

office@psychologenforum.at

www.psychologenforum.at/

Kammer für Arbeiter und Angestellte

Prinzipiell können Sie sich an die Arbeiterkammer in jenem Bundesland, in dem Sie Kammermitglied sind, wenden. Das ist die, in der sich Ihr Arbeitsort befindet, bzw. bei Karenz richtet sich Ihre AK-Mitgliedschaft nach ihrem Wohnort.

Kontaktadressen der Landesstellen:

www.arbeiterkammer.at/beratung.htm

Beschwerdestellen

Berufsverband österreichischer Psychologinnen und Psychologen – BÖP

Der Berufsverband betreibt eine Schlichtungsstelle, an die sich Personen im Falle von Beschwerden über klinische Psychologinnen und klinische Psychologen, die Mitglieder des Berufsverbandes sind, wenden können.

Patientenanwaltschaft

Patienten- und Behindertenanwaltschaft Burgenland

7000 Eisenstadt, Europaplatz 1

02682 600 2153

post.patientenanwalt@bgld.gv.at

Patientenanwaltschaft Kärnten

9026 Klagenfurt, St.-Veiter-Straße 47

0463 572 30

patientenanwalt@ktn.gv.at

NÖ. Patienten- und Pflegeanwaltschaft
3109 St. Pölten, Tor zum Landhaus
02742 9005 15575
post.ppa@noel.gv.at

OÖ. Patienten- und Pflegevertretung
4021 Linz, Bahnhofplatz 1
0732 7720 14215
ppv.post@ooe.gv.at

Salzburger Patientenvertretung
5020 Salzburg, Sigmund-Haffner-Gasse 18/3
0662 8042 2030
patientenvertretung@salzburg.gv.at

Patienten- und Pflegeombudschaft Steiermark
8010 Graz, Friedrichgasse 9
0316 877 3191
ppo@stmk.gv.at

Patientenvertretung Tirol
6020 Innsbruck, Meraner Straße 5
0512 508 7702
patientenvertretung@tirol.gv.at

Patientenanwaltschaft Vorarlberg
6800 Feldkirch, Marktplatz 8
05522 81553
anwalt@patientenanwalt-vbg.at

Wiener Pflege-, Patientinnen- und Patientenanwaltschaft
1050 Wien, Schönbrunner Straße 108
01 587 1204
post@wpa.wien.gv.at

Literatur

- Beiglböck Wolfgang, Feselmayer Senta, Honemann Elisabeth (Hrsg.) (2006): Handbuch der klinisch-psychologischen Behandlung. Springer Verlag. Wien, New York. Zweite überarbeitete und erweiterte Auflage.
- Kierein Michael, Pritz Alfred, Sonneck Gernot (1991): Psychologengesetz; Psychotherapiegesetz. Kurzkomentar. Verlag Orac, Wien.
- Mehta Gerda (Hrsg.) (2004): Die Praxis der Psychologie. Springer Verlag. Wien, New York.
- Stemberger Gerhard (Hrsg): Ethische Berufsregeln, Patienten- und Konsumentenrechte in Psychotherapie und Psychologie. Sozialwissenschaftliche Abteilung der Kammer für Arbeiter und Angestellte für Wien.

Klinische Psychologie im Internet

- Bundesministerium für Gesundheit: www.bmg.gv.at (> Schwerpunkte > Krankheiten > Psychische Gesundheit)
- BÖP-Folder: www.boep.or.at/Folder.171.0.html
- Klinische-Psychologen-Server: www.psychologen.at
- Psychologieserver: www.psychologie.at
- Kritische PsychologInnen: www.gkpp.at
- Österreichisches Psychologenforum: www.psychologenforum.at/
- European Federation of Psychologists' Associations: www.efpa.eu/
- American Psychological Association: www.apa.org

Postskriptum

Die Informationsbroschüre zur Klinischen Psychologie gehört zu einer dreiteiligen Reihe: Für Interessierte stehen auch eine Broschüre zur Psychotherapie und eine zur Gesundheitspsychologie zur Verfügung.

Was ist Klinische Psychologie? Bei welchen Problemlagen bieten klinische Psychologinnen/ Psychologen ihre professionelle Hilfe an? Welche Methoden wenden sie an?

Antworten auf diese und viele weitere Fragen und einen Serviceteil mit Adressen, Telefonnummern, Internetadressen und Literaturangaben finden Sie in dieser Informationsbroschüre.

Die Informationsbroschüre zur Klinischen Psychologie gehört zu einer dreiteiligen Reihe: Für Interessierte stehen auch eine Broschüre zur Psychotherapie und eine zur Gesundheitspsychologie zur Verfügung.
