



Österreichische Akademie
für Psychologie | ÖAP
SERVICEORGANISATION DES BÖP GMBH

Gesundheitspsychologie

Folgende Informationen über den Gesundheitsberuf „GesundheitspsychologIn“ stellen wir Ihnen gerne zur Verfügung. Die Informationen sind Ausschnitte der Broschüre „Gesundheitsberufe in Österreich“ (2017) des Bundesministeriums für Gesundheit und Frauen.

Tätigkeitsbereiche:

- Die mit gesundheitspsychologischen Mitteln durchgeführte **Analyse von Personen aller Altersstufen und von Gruppen**, insbesondere in Bezug auf die verschiedenen Aspekte des Gesundheitsverhaltens und dessen Ursachen
- Aufbauend darauf die Erstellung von gesundheitspsychologischen **Befunden und Gutachten**, insbesondere in Bezug auf gesundheitsbezogenes Risikoverhalten und dessen Ursachen
- **Gesundheitspsychologische Maßnahmen** bei Personen aller Altersstufen und Gruppen in Bezug auf Gesundheitsverhalten, insbesondere im Hinblick auf gesundheitsbezogenes Risikoverhalten wie Ernährung, Bewegung, Rauchen, einschließlich Beratung in Bezug auf die Förderung und Aufrechterhaltung der Gesundheit sowie die Vermeidung von Gesundheitsrisiken unter Berücksichtigung der Lebens-, Freizeit- und Arbeitswelt
- Gesundheitspsychologische **Analyse und Beratung von Organisationen, Institutionen und Systemen** in Bezug auf gesundheitsbezogene Rahmenbedingungen und Maßnahmen der Gesundheitsförderung, Gesundheitsvorsorge und Rehabilitation
- Die gesundheitspsychologische **Entwicklung, Durchführung und Evaluation von Maßnahmen und Projekten**, insbesondere im Bereich der Gesundheitsförderung.

Kompetenzprofil:

- **Beratung** von Personen aller Altersstufen und Gruppen im Hinblick auf die gesundheitsfördernden Aspekte des individuellen Verhaltens und von Institutionen im Hinblick auf die personenbezogenen, sozialen und strukturellen Einflussfaktoren auf die körperliche und psychische Gesundheit
- **Gesundheitspsychologische Diagnostik und Behandlung** von Personen aller Altersstufen und Gruppen in Bezug auf die verschiedenen psychischen Aspekte gesundheitsbezogenen Risikoverhaltens (z.B. Ernährung, Bewegung, Substanzmissbrauch, Stressbewältigung)
- **Planung, Durchführung und Evaluation von gesundheitsfördernden Maßnahmen und Projekten** in verschiedenen Settings (Kindergarten und Schule, Arbeitsplatz und Betrieb, soziales Wohnumfeld, Einrichtungen der primären Gesundheitsversorgung), insbesondere im Rahmen von Projekten
- Mitarbeiterinnen/Mitarbeiter- und **teambezogene Aufgaben** im Rahmen einer multiprofessionellen Zusammenarbeit, insbesondere mit anderen Gesundheitsberufen.



Österreichische Akademie
für **Psychologie | ÖAP**
SERVICEORGANISATION DES BÖP GMBH

Beispiele der Anwendungsgebiete der Gesundheitspsychologie:

- **Information und Aufklärung** über Gesundheitsrisiken und gesundheitliche Schutzfaktoren in unterschiedlichen Lebensabschnitten und -situationen
- **Erkennen und Abbau des eigenen Risikoverhaltens** (z. B. in Bezug auf Ernährung, Bewegung, Arbeit, Nikotin, Alkohol, Drogen) und Training gesundheitsfördernder Verhaltensweisen
- **Lebensstiländerungen** hinsichtlich der Übernahme von Verantwortung für die eigene Gesundheit und die aktive gesundheitsfördernde Gestaltung des eigenen Alltags
- Erlernen von wirksamen **Bewältigungsmaßnahmen in kritischen Lebensphasen** (z.B. Beginn der Elternschaft, Scheidung, Verlust von nahestehenden Menschen, Arbeitslosigkeit, Pensionierung)
- Erwerb von **gesundheitsfördernden Umgangsformen** in Partnerschaften, Familien, Schulen, Betrieben, Institutionen u.a.
- Verminderung von **Stressbelastungen**
- Entwicklung und Umsetzung von Konzepten der **Gesundheitsförderung und Prävention von Krankheiten**.

Die gesundheitspsychologischen Angebote an Beratung und Betreuung/Begleitung basieren auf einer breiten Palette von Forschungsergebnissen, wie Verhaltensweisen, Einstellungen, Gedanken und Gefühle positiv zu verändern sind. Dazu werden wichtige psychosoziale Faktoren, die besondere Erkrankungsrisiken darstellen, sowie solche, die besondere Schutzfaktoren für die Gesundheit bilden, mit einbezogen. Die gesundheitspsychologische Intervention kann entweder direkt durch gesundheitspsychologische Beratung und Training mit einzelnen Personen, Familien oder Gruppen, aber auch im Rahmen von z.B. Gesundheitsförderungs- und Präventionsprojekten in Schulen, Betrieben, Krankenhäusern und Rehabilitationszentren erfolgen.

Quelle: Bundesministerium für Gesundheit und Frauen (2017): Gesundheitsberufe in Österreich. Link: <https://www.bmgf.gv.at/cms/home/attachments/2/9/2/CH1002/CMS1286285894833/gesundheitsberufe.pdf>, Stand: 14.12.2018.

Sollten Sie Fragen zur Ausbildung „Gesundheitspsychologie“ haben, kontaktieren Sie Frau Mag.^a Ramona Knapp (knapp@boep.or.at) oder Frau Nora Lichtscheidl (lichtscheidl@boep.or.at).