

Auswertung der Umfrage des Fachbereichs Gesundheitspsychologie bei Mitgliedern vom 15.01. – 15.02.2024

zusammengestellt von Jana Langsdorf & Maximilian Rieländer
und in der Fachbereichsleitung am 01.06.2024 erörtert

Wir bedanken uns sehr bei den 66 Personen, die die Umfrage zu Berufstätigkeiten und Fortbildungen für Gesundheitspsychologie sowie zu Wünschen an die Fachbereichsleitung beantwortet haben. Viele dieser Personen haben auf offene Fragen ausführlich geantwortet und so ihr Engagement für den Fachbereich ausgedrückt.

Teilnahmen

66 Personen = 10% von 650 Mitgliedern des Fachbereichs Gesundheitspsychologie

Erste Deskriptivstatistik

Geschlecht:

- weiblich 52x (78,8 %)
- männlich 12x (18,2 %)
- NA (no answer) 2x

Alter

- 20 – 34 Jahre 2x (3 %)
- 35 – 49 Jahre 19x (28,8 %)
- 50 – 64 Jahre 37x (56,1 %)
- > 65 Jahre 5x (7,6 %)
- NA 2x

durchschnittlich: 54 Jahre

Höchster Bildungsabschluss:

- (Fach-)Hochschulreife 1x (1,5 %)
- Bachelor 3x (4,5 %)
- Master 16x (24,2 %)
- Diplom 33x (50 %)
- Promotion 13x (19,7 %)

Berufserfahrung:

- < 1 Jahr 2x (3 %)
- 1 – 5 Jahre 7x (10,6 %)
- 6 – 10 Jahre 9x (13,6 %)
- 11 – 20 Jahre 13x (19,7 %)
- > 20 Jahre 35x (53 %)

Resümee

An der Umfrage nehmen vorwiegend ältere Psychologinnen und Psychologen mit langjähriger Berufserfahrung teil.

Berufstätigkeiten

1. Tätigkeitsfeld:

Form: selbstständig 42x (63,5 %) angestellt 24x (36,5 %)

Umfang pro Woche: 31 – 40 h 23x (34,8 %) (Betriebl. GF/GM 10x)
21 – 30 h 19x (28,8 %) 11 – 20 h 18x (27,3 %) 1 – 10 h 5x (7,6 %)

Typen von Tätigkeit: Form x Umfang

| | 31 – 40 h | 21 – 30 h | 11 – 20 h | 1 – 10 h | |
|---------------|-----------|-----------|-----------|----------|----|
| selbstständig | 9 (13,6%) | 12 | 15 | 5 | 41 |
| angestellt | 14 | 6 | 4 | | 24 |
| | 23 | 18 | 19 | 5 | |

Kategorien:

- Betriebliche GF/GM 15x (selbstständig vollzeitg 5x; angestellt vollzeitg 5x)
- Training 14x (alle selbstständig, davon vollzeitg 1x)
- Beratung/Coaching 12x (selbstständig 10x, davon vollzeitg 1x)
- Psychotherapie 10x (selbstständig 7x, davon vollzeitg 1x)
- Fortbildung/Supervision 6x (selbstständig 4x)
- Rehabilitation 5x (angestellt 5x, davon vollzeitg 2x)
- Forschung 3x (alle vollzeitg, davon selbstständig 1x)
- Organisationsmanagement 2x (angestellt. vollzeitg 2x)
- Schulische GF 1x (angestellt. vollzeitg)

2. + 3. Tätigkeitsfeld (mit neuer Kategorie):

Form: selbstständig 48x angestellt 3x

Umfang pro Woche: 21 – 30 h 4x 11 – 20 h 9x 1 – 10 h 33x

Kategorien (neu gegenüber 1. Tätigkeitsfeld, mindestens 3x):

- Betriebliche GF/GM 3x (selbstständig 2x, angestellt 1x)
- Training 5x (alle selbstständig)
- Beratung/Coaching 11x (alle selbstständig)
- Fortbildung/Supervision 7x (alle selbstständig)

Resümee

Die meisten antwortenden Personen sind schon lange im Beruf.

51 Personen (77%) haben mehr Tätigkeitsfelder angegeben.

Die Hauptberufstätigkeit ist betriebliche Gesundheitsförderung/Gesundheitsmanagement, und zwar als selbstständige und als angestellte Tätigkeit.

Training und Coaching werden zumeist selbstständig, in geringerem Stundenumfang und ergänzend zu einer Haupttätigkeit angeboten.

Die Vielfalt an beruflichen Feldern fällt auf.

Weiter- und Fortbildungen

Absolvierte Weiter- und Fortbildungen:

- 45x Kursleiter für spez. Gesundheitstrainings
- 11x Fortbildungen „Psychologische Gesundheitsförderung BDP“
- 16x Weiterbildungen zur Psychotherapie
- 47x Sonstige

Durchführung von Weiter- und Fortbildungen für Trainer*innen

- 14x insgesamt, davon 6x Stressbewältigung
- 2x für „Psychologische Gesundheitsförderung BDP“
- je 1x Psychoonkologie, Palliativpsychologie, Fitness und Gesundheitssport, betriebsintern Führungskräfteentwicklung, Gesetzliche Unfallversicherung, Studiengangsleitung Gesundheitspsychologie (B.A.) an Hochschule

Interesse an zertifizierten Weiter- und Fortbildungen in den nächsten 2 Jahren:

- 11x Kursleiter (16,9%)
- 6x Fortbildung PG BDP (9,2%)
- 3x Weiterbildung gemäß Psychotherapeutengesetz (4,6%)
- 16x Sonstige (24,6%)
- 29x NA (44,6%)

Kursleiter-Anerkennung für Präventionskurse der Krankenkassen

erworben

- 33x „ja“ (50,8%)
für folgende Präventionskurse:
- 20x Stressmanagement (mehrere Ansätze)
- 6x Salute
- 17x Entspannungsverfahren (AT, PMR)
- 2x Willkommen Gelassenheit
- 2x Bleib locker
- Mooment 50+ (selbstentwickelt)
- Raucherentwöhnung

angestrebt

- 16x „ja“ (24,6%)

Resümee

Das Interesse für die Kursleiteranerkennung für Präventionskurse in der GKV ist groß. 50% der Personen haben eine Kursleiteranerkennung erworben, 17% streben sie an. Viele Personen haben Fortbildungen im Bereich Stressmanagement.

Auf die Frage nach Erlebnissen beim Anerkennungsprozess der ZPP berichten viele Personen über langwierige, komplizierte Prozesse, teilweise recht ausführlich. Einige verzichten aus Frustration darauf den Anerkennungsprozess bei der ZPP abzuschließen.

Das Zertifikat „Psychologische Gesundheitsförderung BDP“ haben 20% der Personen absolviert. 9% der Personen streben es in den nächsten Jahren an.

Welche Zielsetzungen, Theorien und Methoden setzen Sie schwerpunktmäßig in Ihrer gesundheitspsychologischen Berufstätigkeit ein?

26 Personen haben die Frage beantwortet, davon 20 Personen ausführlich (mit mehreren Zeilen). Sie waren deutlich interessiert, eigene Schwerpunkte mitzuteilen. Die nachfolgenden Schwerpunkte wurden benannt.

Allgemeine Orientierungen

- 10x Gesundheit positiv fördern: Salutogenese, Positive Psychologie, Ressourcen aktivieren
- 9x Stressbewältigung mit vielen Ansätzen (z.B. „Klassische Methoden aus dem Stressmanagement: Entspannungsmethoden, Übungen zur kognitiven Umstrukturierung, Perspektivenwechsel, Genusstraining, Achtsamkeit, Zeitmanagement, emotionales Kompetenztraining, Innere Antreiber, Stressanalyse“)
- 7x Klientenzentrierung: auf Bedürfnisse und Erleben von Klient*innen eingehen, ihr Wohlfühlen direkt fördern, psychologische Grundbedürfnisse (Grawe, Deci & Ryan¹) fördern,
- 5x Achtsamkeit, bewusstes Atmen, Körperwahrnehmung und Entspannung fördern
- 4x Hilfe zur Selbsthilfe, Selbstwirksamkeit (Badura) stärken, Gesundheitskompetenz verbessern, „Motivation und Freude am Tun verbessern“, „aktiv Gutes tun für sich und andere“
- konzentriertes Nachdenken (gegenüber Spontangedanken) fördern,
- 3x Resilienztraining
- „Kontemplationsstufen des gesundheitlichen Handelns“
- Sinn- und Würde-Orientierungen unterstützen
- 2x systemische Orientierung, auch in betrieblicher Gesundheitsförderung
- Gesundheitspsychologische Themen (Theorie und Anwendungsmöglichkeiten) vermitteln
- Gesundheitspsychologische Expertise/Fachkräfte in Unternehmen und im Alltag etablieren
- biopsychosoziales Verständnis
- psychische Gesundheit am Arbeitsplatz
- Acceptance-Commitment-Therapy
- Unsicherheiten und Belastungen aus Lebensnotwendigkeiten akzeptieren und bewältigen
- Krankheitsverarbeitung unterstützen
- Spirituelle, religiöse Einstellungen unterstützen; 'Leben nach dem Tode' für möglich halten

Methodische Orientierungen

- 2x motivierende Gesprächsführung
- Lösungsorientierte Beratung (De Shazer)
- „viele Beratungsmethoden für Einzelne, Gruppen und Organisationen“
- hypnotherapeutische Kommunikation
- Biographiearbeit
- theoretisches Gesundheitswissen in einfacher Sprache vermitteln

„Arbeit im Betrieblichen Gesundheitsmanagement gemäß dem Beanspruchungs-Belastungsmodell mit systemischer Orientierung; Methoden: IT-gestützte evaluierte Fragebögen zur Analyse einsetzen, Gesundheitszirkel bzw. vergleichbare Methoden, Arbeitskreis Gesundheit, verschiedene Angebote zur Gesundheitsförderung, einen Folgeprozess gemäß den Ergebnissen der systematischen Analyse gestalten, Fokus auf Evaluierbarkeit und Ergebnisse von Maßnahmen.“

¹ Zwei Personen verweisen explizit auf die Selbstbestimmungstheorie von Deci & Ryan, daher eine Literaturangabe: Vgl. Deci, E.L. & Ryan, R.M. (1993): Die Selbstbestimmungstheorie der Motivation und ihre Bedeutung für die Pädagogik. In: Zeitschrift für Pädagogik 39 (1993) 2, S. 223-238. https://www.pedocs.de/volltexte/2017/11173/pdf/ZfPaed_1993_2_Deci_Ryan_Die_Selbstbestimmungstheorie_der_Motivation.pdf

Haben Sie für Ihre persönlichen Fortbildungs- und Berufserfahrungen Unterstützung durch den Fachbereich erfahren? Wenn ja, welche?

7x mit „ja“ beantwortet:

- kollegiale Beratung,
- durch den BDP Newsletter mit neuesten Informationen,
- an vom Fachbereich unterstützten Fortbildungen teilgenommen;

3x mit „nein“ beantwortet: bisher nicht gesucht, noch keinen Einstieg in Fachbereich gefunden

2x Enttäuschungen benannt – zum BDP

- nun wieder etwas vom Thema gehört, obwohl ich mich an den BDP gewendet habe.
- Das Dekanat der Uni FOM äußerte sich resigniert über den BDP zur Anerkennung des Modulhandbuches.

Welche Wünsche haben Sie aus persönlichen Fortbildungs- und Berufserfahrungen an Aktivitäten des Fachbereichs zu Fortbildungen und Berufsmöglichkeiten?

mehr Information zur Gesundheitspsychologie

- für Studierende und Berufsanfänger viel Aufklärung über Möglichkeiten der Gesundheitspsychologie (und Rehabilitationspsychologie), auch an Universitäten

5x mehr kollegialer Austausch, kollegiale Beratung, Intervision u.a.

- regelmäßige kollegiale Online-Meetings zu gesundheitspsychologischen Themen
- Input zu aktuellen Entwicklungen / Best practice

4x Fortbildungen allgemein:

- mehr Fortbildungen zur Gesundheitspsychologie im Online-Format
- besserer Zugang zu Fortbildungen
- sich in größere Fortbildungsinstitutionen und Universitäten einklinken
- vertiefte Fortbildungsangebote für diejenigen, die schon länger im Beruf sind

6x Fortbildungen zu spezifischen Themen:

- neue Stressmodelle
- Anwendung psychotherapeutischer Methoden
- Positive Psychologie
- Gesundheits-/ Wissenschafts-Kommunikation
- Palliativbereich
- Anatomie und Physiologie

Unterstützung bei der Zertifizierung von Fortbildungen:

- 2x für die Kursleiteranerkennung bei der ZPP, um Nachweise zu erbringen
- Anerkennung vieler absolvierter Fortbildungen durch den BDP (für das Zertifikat „Psychologische Gesundheitsförderung BDP“)
- Wunsch zu einer Weiterbildung zur Lerntherapeutin, die beim Berufsverband für Lerntherapeut*innen e.V. (<https://blt-verband.de>) anerkannt ist

Allgemein: „Schnellere Reaktion. Kein Lobbyismus. Zusammenhalt.“

Wunsch: sich dafür einsetzen, dass Krankenkassen Einzel-Präventionsmaßnahmen nach registrierten Konzepten (von der ZPP zugelassen) anerkennen; Präventionskurse im Gruppensetting sind nicht für jede/n geeignet; mehr Menschen würden Präventionsangebote nutzen und nicht abwarten, bis sie eine Psychotherapie brauchen und dann auf einen Psychotherapieplatz lange warten müssen.