

# Klinisch-psychologische Behandlung

## Was ist und wie wirkt klinisch-psychologische Behandlung?

Klinisch-psychologische Behandlung ist eine auf wissenschaftlicher Forschung basierende professionelle Unterstützung bei der Bewältigung psychischer, sozialer und körperlicher Beeinträchtigungen und Erkrankungen.

Die klinisch-psychologische Behandlung hat zum Ziel psychische Störungen bzw. Leidenszustände zu lindern oder zu beseitigen, sowie Menschen darin zu unterstützen, Belastungen und Krisen besser bewältigen zu können um die Lebensqualität zu steigern. Dazu kombinieren Klinische PsychologInnen eine Vielzahl von Behandlungsansätzen, die sich aufgrund wissenschaftlicher Untersuchungen als effektiv erwiesen haben und orientieren sich an erforschten Modellen und Methoden der Psychologie.

Die Klinischen PsychologInnen setzen ihre Behandlung konkret an der jeweiligen Störung bzw. dem jeweiligen Problem an und stützen ihre Vorgangsweise auf sorgfältige diagnostische Untersuchungen und wissenschaftliche Theorien.

Für viele Erkrankungen gibt es spezielle Behandlungsprogramme: z.B. Behandlung von Traumafolgestörungen, Depressionen, Angstbewältigungstraining, klinisch-psychologische Schmerzbehandlung.

Eine Vielzahl an Methoden z.B. Training sozialer und emotionaler Kompetenz, kognitive Umstrukturierung, Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR), Psychoedukation, Achtsamkeitstraining, Entspannungsmethoden etc. ermöglichen eine umfassende und auf die individuelle Situation abgestimmte Behandlung.

Klinisch-psychologische Behandlung besteht gleichberechtigt neben anderen Heilverfahren, wie z.B. der medizinischen Behandlung oder der Psychotherapie.

Im Bedarfsfall kooperieren Klinische PsychologInnen mit anderen Berufsgruppen (z.B. FachärztInnen für Psychiatrie, PädagogInnen, LogopädInnen, etc.).

## Wer darf klinisch-psychologische Behandlung anbieten?

In Österreich ist die Ausbildung zum/zur Klinischen PsychologIn gesetzlich geregelt. Diese Ausbildung kann ausschließlich von Personen absolviert werden, welche das Universitätsstudium der Psychologie (300 ECTS) abgeschlossen haben. Zusätzlich zum fünfjährigen Masterstudium der Psychologie ist somit eine ein- bis zweijährige, theoretische sowie praktische, postgraduelle Fachausbildung zu absolvieren. Für Klinische PsychologInnen sind kontinuierliche Fort- und Weiterbildungen verpflichtend.

## Ablauf einer klinisch-psychologischen Behandlung

Zu Beginn der Behandlung wird ein gemeinsames Ziel definiert, Erwartungen abgeklärt und mögliche Probleme eingegrenzt, um danach mittels Gesprächen, Übungen und Trainings eine Veränderung in Gang zu setzen. Ein wichtiger Bestandteil der Behandlung ist der Transfer der Behandlungsinhalte in den Alltag und die kontinuierliche Reflektion des Veränderungsprozesses mit Ihrer/Ihrem Klinischen PsychologIn.

Der klinisch-psychologischen Behandlung geht eine detaillierte klinisch-psychologische Diagnostik voraus.

## Zielgruppen

Kinder und Jugendliche, Erwachsene und betagte Menschen

## Welche Arten klinisch-psychologischer Behandlung gibt es?

Einzel-, Paar-, Familien- und Gruppenbehandlung

Klinisch-psychologische Behandlung wird sowohl stationär, teilstationär und ambulant in freier Praxis angeboten.

## Wann kann klinisch-psychologische Behandlung helfen?

Klinische PsychologInnen bieten für alle Altersgruppen professionelle Unterstützung bei der Bewältigung vorwiegend psychischer, aber auch sozialer und körperlicher Beeinträchtigungen, Störungen und Problematiken an. Klinisch-psychologische Behandlung kann beispielsweise helfen bei

- Psychischen Problemen und Erkrankungen, wie z. B. Panikattacken, Depressionen, Ess-Störungen
- Psychosomatischen Beschwerden, wie z. B. chronischen Schmerzen und Schlafstörungen
- Akutem und chronischem Stress
- Drohender oder bereits bestehender Abhängigkeiten von Alkohol, Nikotin und Drogen und verhaltensbezogenen Süchte, wie z. B. Spielsucht

- Schwierigkeiten bei der sozialen Kontaktaufnahme
- Seelischen Belastungen infolge lebensbedrohlicher oder chronischer körperlicher Erkrankungen, wie z. B. Krebs oder der multiplen Sklerose
- Dem Umgang mit schwierigen Lebenssituationen und akuten Krisen, z.B. ausgelöst durch Arbeitsplatzverlust, Tod oder Trennung von nahestehenden Personen, Krankheit, erlebter Gewalt oder Katastrophen
- Altersdepression und Demenz
- Entwicklungsstörungen bei Kindern und Jugendlichen, u.v.m.

### **Frequenz und Dauer der klinisch-psychologischen Behandlung**

Klinisch-psychologische Behandlung ist effizient – die Dauer ist jedoch immer abhängig vom Störungsbild bzw. der Problemstellung und der Zielsetzung.

Eine regelmäßige Frequenz wird empfohlen und ist genauso wie die voraussichtliche Dauer mit dem/der Klinischen PsychologIn zu Beginn der Behandlung zu vereinbaren.

Ein Wechsel des/der BehandlerIn sollte in der Regel nicht erfolgen. Sollte zwischen BehandlerIn und KlientIn/PatientIn keine ausreichende Gesprächs- bzw. Vertrauensbasis aufgebaut werden können, ist ein Wechsel jedoch ehestmöglich empfehlenswert. Der/die Klinische PsychologIn ist darüber rechtzeitig von der/dem KlientIn/PatientIn zu informieren.

### **Mögliche Nebenwirkungen von klinisch-psychologischer Behandlung**

- Im Laufe einer Behandlung kann phasenweise eine Symptomverschlechterung bzw. eine Symptomverschiebung auftreten.
- Nach Möglichkeit kann sich die klinisch-psychologische Behandlung positiv auf die Lebensqualität auswirken. Sie fördert den Realitätsbezug und kann zu einer Verbesserung und Förderung der sozialen Kontakte führen.
- Das Selbstbild kann sich sowohl positiv als auch negativ verändern.
- Möglicherweise verändern/verbessern/verschlechtern sich partnerschaftliche, familiäre und freundschaftliche Beziehungen
- Berufliche Veränderungen sowohl im positiven als auch negativen Sinn können auftreten.
- Klinisch-psychologische Behandlung verursacht Kosten und stellt einen zeitlichen Aufwand dar.

Unerwünschte Wirkungen oder keine Veränderung im Behandlungsprozess sollten mit dem/der Klinischen PsychologIn besprochen werden.

### **Rechte der KlientInnen- Berufspflichten der Klinischen PsychologInnen**

- Die behandelte Person hat ein Recht auf alle Auskünfte über die Behandlung, insbesondere über Art, Dauer, Frequenz, Auswirkungen und Entgelt. Ein sogenannter Behandlungsvertrag kann entweder mündlich oder schriftlich erfolgen.
- Klinische PsychologInnen dürfen psychologische Tätigkeiten nur mit Zustimmung der behandelten Person anwenden.
- Der/die Klinische PsychologIn hat KlientInnen bei Verdacht des Vorliegens einer somatischen Erkrankung während der Behandlung auf die Notwendigkeit einer ärztlichen Behandlung ausdrücklich hinzuweisen.
- Klinische PsychologInnen sind an das Berufsgeheimnis gebunden und unterliegen der Verschwiegenheitspflicht (lt. PsychologInnengesetz 2013).
- Klinische PsychologInnen sind verpflichtet sich an das Psychologengesetz und die Ethikrichtlinien des Psychologenbeirates zu halten.
- Für die Erstellung von psychologischen Gutachten folgen Klinische PsychologInnen eigens dafür festgelegten Richtlinien (Datenschutz, Freiwilligkeit der KlientInnen soweit vom Gesetz nicht anders geregelt, Dokumentation, etc.) und sind verpflichtet, den KlientInnen die Grenzen der Verschwiegenheitspflicht darzulegen.
- Wenn Klinische PsychologInnen von einer Behandlung zurücktreten wollen, teilen sie diese Absicht der behandelten Person rechtzeitig mit, sodass die weitere Versorgung sichergestellt werden kann

Für Fragen stehen sowohl Ihr/e Klinische PsychologIn als auch der Berufsverband der Österreichischen PsychologInnen zur Verfügung: [www.boep.or.at](http://www.boep.or.at)