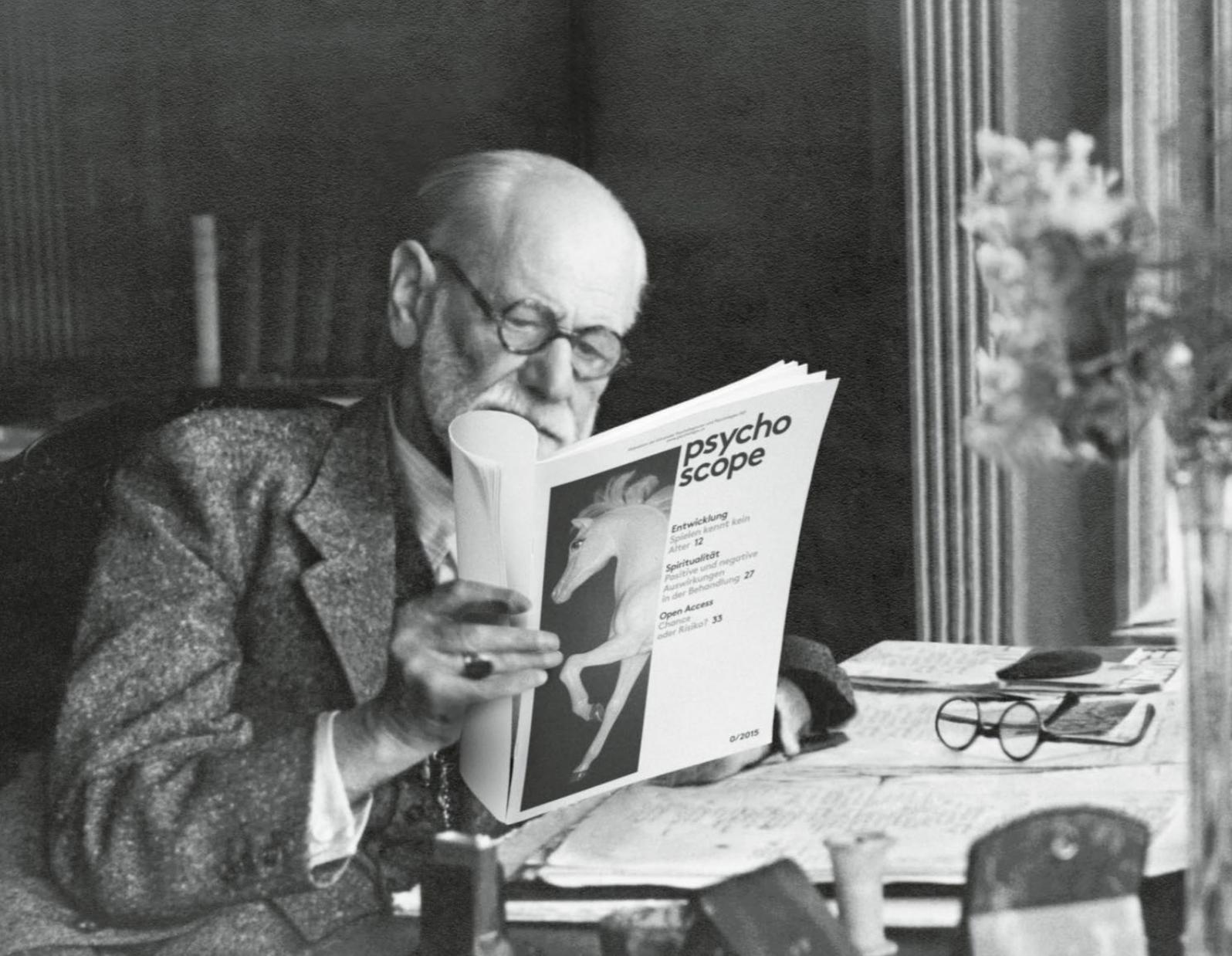


psycho scope

Nachhaltig leben
Wie der Wandel
gelingt 10–23

European Semester
Europäische Psychologinnen
und Psychologen zu Gast bei
Freunden

Melisse auf dem Spielplatz
Eine Umweltpsychologin
vermittelt zwischen Natur
und Mensch



psycho scope

Teilen Sie Ihre Lesefreude!
Schicken Sie der untenstehenden Person in meinem Namen ein kostenloses Probeheft.

Mein Name _____

Vorname/Name _____

Strasse/Nr. _____

PLZ/Ort _____

E-Mail-Adresse _____

Ich bestelle ein Abonnement des Psychoscope (6 Ex./Jahr)

- Print-Ausgabe: CHF 90.– (Ausland CHF 100.–)
Studierende mit Studien-Legitimation: CHF 50.–
- Digital-Ausgabe: CHF 55.–
Studierende mit Studien-Legitimation: CHF 30.–

Ich bestelle ein Schnupperabo

- Zwei Print-Ausgaben für CHF 25.–

Vorname/Name _____

Strasse/Nr. _____

PLZ/Ort _____

E-Mail-Adresse _____

Bitte senden Sie den ausgefüllten Talon an Stämpfli AG, «Psychoscope», Wölflistrasse 1, Postfach 8326, 3001 Bern oder schreiben Sie ein E-Mail an: abonnemente@staempfli.com.

Kopf aus dem Sand

Dem Strauss haftet seit dem Altertum ein übles Gerücht an. Der grosse Vogel mit dem kleinen Schädel soll bei Gefahr seinen Kopf in den Sand stecken – eine törichte Strategie, wenn sich ein Raubtier an den Vogel heranpirscht. Doch kein Strauss würde je so handeln und sich freiwillig zum Frass anbieten. Diese Vorstellung ist eine Projektion der Menschen auf das in Afrika beheimatete Tier. Denn es ist der Homo sapiens, der seinen Kopf in den Sand steckt, um unangenehme Wahrheiten nicht zur Kenntnis nehmen zu müssen. Mehr noch: Je drohender die Gefahr, desto stärker empfinden wir den Drang, unseren Kopf im übertragenen Sinn in den Sand zu stecken. Dies konnten Sozialwissenschaftler um den Urenkel Sigmund Freuds, den US-Verhaltensökonom George Loewenstein, überzeugend darlegen.

Wohl die grösste unangenehme Wahrheit ist, dass sich das Weltklima wandelt. Anstatt unsere Köpfe in den Sand zu stecken, können wir handeln. Dieses für viele Menschen «neue Handeln» verlangt von uns neue Verhaltensweisen, die als einschränkend empfunden werden können.

Hier kommt die Umweltpsychologie ins Spiel. Die Disziplin ist ein Schlüssel zu einem «neuen Verhalten», das nicht im Kurzfristigen verankert ist, sondern im Sinne der Umweltphilosophin Joanna Macy aus der Vision heraus erwächst, die Natur zu erhalten. Der Homo sapiens ist eines von vielen Lebewesen auf der Welt. Wenn er die endlichen natürlichen Ressourcen aufbraucht, die ihm zur Verfügung stehen, gefährdet er nicht nur viele Tier- und Pflanzenarten, sondern schlussendlich auch sein eigenes Überleben als Spezies. Die einzige Möglichkeit, die Gefahr abzuwenden, Sie ahnen es vielleicht, ist den Kopf aus dem Sand zu ziehen.



Joël Frei

Redaktor
redaktion@fsp.psychologie.ch



PSYCHOLOGIE ALS WISSENSCHAFT

Umweltpsychologie

Eine Disziplin, die eine Schlüsselrolle einnimmt beim Aufbau einer nachhaltigeren Gesellschaft.

10

Anstupsen

Nachhaltiges Verhalten dank Green Nudging.

STEPHANIE MERTENS UND
TOBIAS BROSCHE

18

Neu unterwegs sein

Mobilitätsverhalten, das die Umwelt weniger belastet.

CATHÉRINE HARTMANN UND
MARKUS HACKENFORT

14

Bilden

Wie der Wandel durch Hochschulbildung gelingen kann.

KARL HERWEG UND
STEPHANIE MOSER

21

Sich wiederverbinden

Die Entfremdung des Menschen von der Natur abmildern.

SARAH KOLLER



RUBRIKEN

- 6 Forschung
- 9 Dekodiert
Einmal ist keinmal.
- 24 Aktuell
- 25 Pro & Kontra
Sollen wir uns selbst verbessern?
- 33 Lesestoff
- 34 Cartoon
- 34 Impressum
- 35 Agenda
- 39 Inserate
- 47 Gliedverbände

PSYCHOLOGIE ALS BERUF

26

Psychologie und Europa

Aus Brüssel knüpft die EFPA-Direktorin Sabine Steyaert Kontakte zwischen den europäischen Ländern.

AURÉLIE FAESCH-DESPONT

28

Menschenrechte

Herausforderungen in der Therapie von geflüchteten Menschen.

JOËL FREI

30

Unterwegs

Die Umweltpsychologin Andrea Arnold verwandelt Spielplätze in grüne Inseln.

JOËL FREI

FSP BEILAGE

- 2 Neue Fachtitel und Zusatzqualifikationen
- 3 Wie ist das eigentlich rechtlich? Inkassorisiko
- 4 Die FSP erarbeitet Qualitätsstandards für Onlineinterventionen



DEPRESSIONEN

Loslassen können Depressive dabei unterstützen

Wenn wir sagen, Depressionen hätten nicht nur negative Seiten, würden wir es uns zu einfach machen. Es stimmt aber, dass Depressionen auch die Möglichkeit bieten, Gewohnheiten zu überdenken. Psychologen der Universität Jena in Deutschland zeigten in einem Versuch, dass eine Depression die Fähigkeit der Betroffenen verbessert, loszulassen. Sie fixierten sich nicht auf unerreichbare Ziele, sondern gingen neue Wege. Im Rahmen der Studie forderten die Forschenden 40 depressive Patientinnen und Patienten sowie 38 Personen, die nicht unter Depressionen litten, dazu auf, Anagramme zu lösen. 29 dieser Buchstabenrätsel waren einfach, 15 schwierig und 16 unlösbar. Die lösbaren Anagramme wurden von den depressiven Menschen genauso gut gelöst wie von den nicht depressiven. Den Forschenden fiel zudem auf, dass die Depressiven weniger Zeit mit den unlösbaren Aufgaben verbrachten als die Personen der Kontrollgruppe. Sie schlossen daraus, dass depressive Menschen einfacher «loslassen» können. Selbstverständlich sind Anagramme nicht mit den Schwierigkeiten des Lebens zu vergleichen. Die Forschenden konnten aber aus ihren Ergebnissen ableiten, dass es eines der Ziele bei der Therapie von depressiven Menschen sein sollte, sie dabei zu unterstützen, nicht realisierbare Ziele aufzugeben um geeignetere Ziele zu verfolgen.

Koppe, K., & Rothermund, K. (2017) Let it go: Depression facilitates disengagement from unattainable goals. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 54, 278–284. doi: 10.1016/j.jbtep.2016.10.003

STIGMATISIERUNG

Wahrnehmung Erkrankter Kontakte lindern Stigma

Wer unter einer psychischen Krankheit leidet, wird häufig Opfer von Stigmatisierung. Diese Art der Diskriminierung trägt zum Stress, zur Angst und zum psychischen Leiden der bereits geschwächten Erkrankten bei. Forschende der Universität und der Universitären Psychiatrischen Kliniken Basel wollten nun herausfinden, wie gefährlich die Bevölkerung psychisch Erkrankte einstuft.

Zu diesem Zweck führten sie eine Befragung unter 10 000 Personen im Kanton Basel-Stadt durch. Diese wurden gebeten, anhand von fiktiven Beispielen die Gefährlichkeit von psychisch Erkrankten einzuschätzen. Bei der Hälfte der Fälle wurden die Symptome von Krankheiten wie Alkoholsucht, Psychosen oder Borderline-Persönlichkeitsstörung beschrieben. Bei der anderen Hälfte, an welchem Ort die Erkrankten behandelt werden.

Die Studie ergab, dass die Bevölkerung psychisch Kranke als gefährlich einschätzt, wenn ihre Symptome beschrieben werden, insbesondere wenn eine Alkoholerkrankung erläutert wird. Ein weiteres wichtiges Ergebnis: Vorurteile werden vom Ort, wo die Behandlung stattfindet, beeinflusst. Patientinnen und Patienten einer psychiatrischen Abteilung in einem Spital werden als weniger gefährlich wahrgenommen als Personen, die sich in einer Psychiatrie behandeln lassen.

Die Forschenden konnten zudem nachweisen, dass Menschen, die schon einmal mit der Psychiatrie zu tun oder Kontakt mit psychisch Erkrankten hatten, eine Gefahr im Allgemeinen als gering einschätzen. Sie schliessen daraus, dass Kontakte zwischen der Allgemeinbevölkerung und psychisch kranken Menschen gefördert werden sollen, da sie zur Entstigmatisierung psychischer Krankheiten beitragen können.

Sowislo, J. F., Gonet-Wirz, F., Borgwardt, S., Lang, U. E., & Huber, C. G. (2017). Perceived dangerousness as related to psychiatric symptoms and psychiatric service use – A vignette based representative population survey. *Scientific Report*. doi: 10.1038/srep45716



Die Befragten nahmen psychisch Erkrankte als gefährlich wahr, wenn ihre Symptome beschrieben wurden. Dies galt insbesondere bei alkoholkranken Menschen.

EMOTIONALE INTELLIGENZ

Gefühle anderer wahrnehmen kann den Stress stark erhöhen

Emotionen anderer erkennen, beispielsweise ob sie traurig, wütend oder überrascht sind, ist eine fürs gesellschaftliche Leben grundlegende Fähigkeit. Doch Emotionen zu entschlüsseln kann auch zusätzlichen Stress bedeuten. Dies zeigte eine im Journal *Emotion* veröffentlichte Studie, die von den Psychologinnen Myriam Bechtoldt und Vanessa Schneider von der Frankfurt School of Finance and Management durchgeführt wurde.

Die Forscherinnen stellten 166 männlichen Studenten Fragen, um ihre emotionale Intelligenz zu messen. Danach mussten die Teilnehmer eine Präsentation vor Fachleuten halten und dabei einen strengen Gesichtsausdruck aufsetzen. Die Wissenschaftlerinnen massen vor und nach dem Vortrag das Stresshormon Cortisol im Speichel der Teilnehmer. Ergebnis: Die Studenten mit einer höheren emotionalen Intelligenz standen während des Experiments deutlich stärker unter Stress und benötigten eine längere Zeit, um wieder ihr Ausgangsniveau zu erreichen.

Die Forscherinnen leiten daraus ab, dass die Empathie dieser Personen kontraproduktiv war, weil sie sich dadurch stärker gestresst und damit schlechter fühlten. Die Ergebnisse dieser Studie stellen nicht die Nützlichkeit der emotionalen Intelligenz infrage, sofern der Umgang mit Gefühlen erlernt wird. Um weitere Erkenntnisse zu gewinnen, sollten die Zusammenhänge zwischen emotionaler Intelligenz und Stress bei Frauen sowie bei Personen unterschiedlichen Alters und mit verschiedenem Bildungsniveau eingehender untersucht werden.

Bechtoldt, M. N., & Schneider, V. K. (2017). Predicting stress from the ability to eavesdrop on feelings: Emotional intelligence and testosterone jointly predict cortisol reactivity. *Emotion*, 16(6), 815–825. doi: 10.1037/emo0000134



Kaffee schlürfen, herzhaft in einen Apfel beissen oder Chips knabbern. Für manche Menschen unerträglich. Und die Misophonie, unter der sie leiden, wird nicht ernst genommen. Forschende konnten nun nachweisen, dass die Wut und Belastung, welche die Geräusche auslösen, auf eine strukturelle Andersartigkeit und eine höhere Aktivität der für die Gefühlsregulierung verantwortlichen Gehirnregion zurückzuführen sind.

Kumar, S., Tansley-Hancock, O., Sedley, W., Winston, J. S., Callaghan, M. F., Allen, M., ... Griffiths, T. D. (2017). The brain basis for misophonia. *Current Biology*. doi: 10.1016/j.cub.2016.12.048

POSTTRAUMATISCHER STRESS

Tetris spielen und Traumata behandeln

Nach einem traumatischen Erlebnis leiden die Betroffene unter Flash-backs. Sie erinnern sich an Szenen, Geräusche oder Emotionen, die mit dem Vorfall zusammenhängen. Es sind intrusive Erinnerungen, die häufig mit der Entwicklung posttraumatischer Stresssymptome einhergehen.

Im Journal *Molecular Psychiatry* veröffentlichten Forschende der Universität Oxford eine Studie, bei der getestet wurde, ob eine kurze psychologische Intervention das Auftreten dieser Symptome verhindern kann. Die Intervention war ein Computerspiel des räumlichen Visualisierens, ähnlich dem bekannten Spiel Tetris.

Die Forschenden bezogen 71 Personen in ihren Versuch ein, die alle einen traumatischen Autounfall erlebt hatten. Sie mussten sich ihren Unfall wieder ins Gedächtnis rufen und unmittelbar danach 20 Minuten Tetris spielen.



Tetris spielen kann traumatisierten Menschen helfen, intrusive Erinnerungen zu verbannen.

Bei den Testpersonen traten in der Folgewoche im Vergleich zur Kontrollgruppe 62 Prozent weniger intrusive Erinnerungen auf. Sie berichteten ausserdem, dass sie die Symptome weniger gestresst hätten.

Die Forschenden schliessen daraus, dass die Versuchspersonen die traumatisierenden Erinnerungen

erfolgreich aus dem Bewusstsein verbannen konnten, währenddem sie sich auf das Spiel konzentrierten. Spiele wie Tetris sind also einfache Instrumente, die bei der Behandlung von posttraumatischem Stress eine deutliche Verbesserung herbeiführen könnten.

Iyadurai, L., Blackwell, S. E., Meiser-Stedman, R., Watson, P. C., Bonsall, M. B., Geddes, J. R., Nobre, A. C., & Holmes, E. A. (2017). Preventing intrusive memories after trauma via a brief intervention involving Tetris computer game play in the emergency department: a proof-of-concept randomized controlled trial. *Molecular Psychiatry*. doi: 10.1038/mp.2017.23

THERAPEUTISCHE BEZIEHUNG

Vertrauensklima verbessert subjektives Befinden

Es ist nicht neu, dass das Vertrauen zur Ärztin, zum Psychologen oder zur Pflegerin für den Behandlungsverlauf sehr wichtig ist. Forschende der Universität Basel und der Harvard Medical School wollten nun herausfinden, ob Vertrauen klinisch spürbar wirkt.

Die Psychologinnen und Psychologen analysierten hierzu 47 Studien zu dieser Thematik. Die Ergebnisse fielen nicht gerade deutlich aus: Bei der Bewertung der objektiven klinischen Parameter durch das medizinische Personal war keine Wirkung wahrnehmbar.

Nachweisen konnten die Forschenden hingegen, dass sich Vertrauen positiv auf die Zufriedenheit, die Compliance, die Lebensqualität und auf die subjektive Symptomwahrnehmung der Patientinnen und Patienten auswirkte. Kurz, die behandelten Personen fühlten sich wohler. Es sind nun umfangreichere Studien notwendig, um zu erklären, welche Mechanismen, die dem Vertrauen zugrunde liegen, den Gesundheitszustand der Erkrankten beeinflussen.

Birkhäuser, J., Gaab, J., Kossowsky, J., Hasler, S., Krummenacher, P., Werner, C., & Gerger, H. (2017). Trust in the health care professional and health outcome: A meta-analysis. *Plos One*. doi: 10.1371/journal.pone.0170988

HIER ERFORSCHT

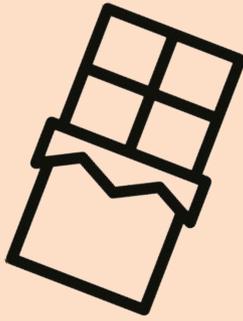
Psychotherapie verändert Struktur des Gehirns

Ziel: Soziale Phobie, also die ausgeprägte Angst vor der Beurteilung durch andere Menschen, ist in unserer Gesellschaft weit verbreitet. Etwa jeder Zehnte leidet mindestens einmal im Leben darunter. Die Betroffenen empfinden die Störung als grosse Einschränkung in ihrem Alltag. Forschende der Universität, des Universitätsspitals und der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich wollten herausfinden, ob sich während einer Psychotherapie dieser psychischen Störung bestimmte Gehirnstrukturen verändern.

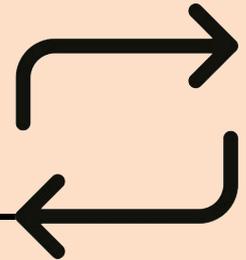
Methode: Die Forschenden untersuchten mittels Magnetresonanztomographie (MRT) das Gehirn von 33 Patientinnen und Patienten vor und nach einer zehnwöchigen kognitiven Verhaltenstherapie, bei der emotionsregulierende Strategien geübt wurden.

Ergebnisse: Die Wissenschaftler konnten insbesondere in den für Selbstkontrolle und Emotionsregulierung verantwortlichen Gehirnregionen strukturelle Veränderungen nachweisen. Und je wirksamer die Psychotherapie für die Patientinnen und Patienten war, desto stärkere Veränderungen waren zu beobachten. Nach der Therapie waren zudem tiefe Gehirnregionen, die am Umgang mit Emotionen beteiligt sind, besser untereinander vernetzt. Diese Ergebnisse zeigen, dass Gehirnstrukturen, die für den Umgang mit Gefühlen verantwortlich sind, aufgrund sozialer Phobie aber nicht mehr normal funktionieren, durch eine zehnwöchige Psychotherapie angepasst werden können.

Steiger, V., Brühl, A., Weidt, S., Delsignore, A., Rufer, M., Jäncke, L., Herwig, U. & Hänggi J. (2016). Pattern of structural brain changes in social anxiety disorder after cognitive behavioral group therapy: a longitudinal multimodal MRI study. *Molecular Psychiatry*. doi:10.1038/mp.2016.217



Einmal ist keinmal



AURÉLIE FAESCH-DESPONT

Heute Abend habe ich eine Tafel Schokolade gegessen – aber einmal ist ja bekanntlich keinmal. Gemäss dieser Redewendung wird aus dem einmaligen Verspeisen einer Tafel Schokolade nicht unbedingt gleich eine neue Gewohnheit. Jedenfalls möchte ich das gerne glauben. Lässt sich wissenschaftlich bestätigen, dass aus einer einmaligen Sache keine Regel wird? Und wie lange dauert es, bis eine Verhaltensweise zu einer neuen Gewohnheit wird?

Weit verbreitet ist die Überzeugung, dass dies 21 Tage dauert. Aufgestellt hat diese Theorie der US-amerikanische Schönheitschirurg Maxwell Maltz, nachdem er in den 1960er-Jahren festgestellt hatte, dass seine Patientinnen nach einer Operation drei Wochen benötigten, um sich an ihr neues Aussehen zu gewöhnen. Seine Beobachtungen und Überlegungen über Verhaltensänderungen beschrieb Maltz im Buch *Erfolg kommt nicht von ungefähr. Psychokybernetik*, das

im Bereich Persönlichkeitsentwicklung zum Bestseller wurde. In der Folge breitete sich seine These in Windeseile aus, obwohl sie jeglicher wissenschaftlicher Grundlage entbehrt.

Bis heute liegen dazu kaum Forschungsarbeiten vor. Eine der wenigen, die sich dafür interessieren, ist die Gesundheitspsychologin Philippa Lally vom University College in London. Im Jahr 2009 führten sie eine Studie mit 96 Personen durch, die zwölf Wochen lang immer zur gleichen Tageszeit etwas Neues tun sollten, zum Beispiel einen Apfel essen oder 15 Minuten lang laufen. Die Teilnehmenden sollten sich täglich notieren, ob sie sich automatisch an die neue Verhaltensweise gehalten hatten.

Die Analyse dieser Daten ergab, dass die für eine Gewohnheitsänderung notwendige Zeit stark vom gewählten neuen Verhalten, der Person und den Umständen abhing. Laut den im *European Journal of Social Psychology*

veröffentlichten Studienergebnissen vergehen bis zur Annahme einer neuen Gewohnheit 18 bis 254 Tage. Der Durchschnitt liegt bei 66 Tagen. Es sind also eher zwei Monate als 21 Tage notwendig, um eine neue Gewohnheit zu entwickeln. Dieselbe Studie zeigte, dass gelegentliche Abweichungen von der neuen Gewohnheit ihre Annahme nicht verhindern: Es kommt auf die Wiederholung des Verhaltens in einem ähnlichen Kontext an.

Für mich ist das eine gute Neuigkeit: Wenn ich im Durchschnitt liege, müsste ich 66-mal eine Tafel Schokolade essen, bis mein Essverhalten zur Gewohnheit wird. Ich muss mir also keine Gedanken machen. Doch aufgepasst: schlechte Gewohnheiten abzulegen und sein Verhalten zu ändern, dürfte mindestens genauso lange dauern. ♦

Kennen Sie ein Sprichwort, das Sie gerne mit Hilfe der Psychologie ergründen möchten? Schreiben Sie uns ein E-Mail! redaktion@fsp.psychologie.ch

The background of the entire page is a photograph of a dark asphalt path. The path is marked with a series of bright green, leaf-like shapes that form a winding line across the surface. The lighting is soft, and the overall tone is natural and eco-friendly.

UMWELTPSYCHOLOGIE

Kleine Interventionen mit grosser Wirkung

Green Nudges als Feinjustierungen am
Anpassungsmechanismus an soziale Normen

Sogenannte Green Nudges, minimalinvasive umweltpsychologische Interventionen, können zu energieeffizientem Verhalten führen. Und dies, ohne die Menschen durch Verbote in ihrer Entscheidungsfreiheit einschränken zu müssen.

STEPHANIE MERTENS UND TOBIAS BROSCHE

Der in den vergangenen Jahrzehnten zunehmend zu beobachtende Klimawandel stellt uns vor eine der grössten Herausforderungen unserer Zeit. Internationale Abkommen wie das der Pariser Klimakonferenz im Jahr 2015 haben bereits erste entscheidende Schritte in Richtung einer nachhaltigeren Energiepolitik gemacht. Auch in der Schweiz hat man die Notwendigkeit einer Energiewende erkannt und die Umstellung des Energiesystems mit der «Energiestrategie 2050» in die Wege geleitet. Der Erfolg dieser Energiewende hängt aber nicht allein vom Ausbau und der Entwicklung neuer Infrastrukturen und Technologien ab, sondern erfordert auch grundlegende Veränderungen in den Verhaltens- und Entscheidungsmustern der Verbraucherinnen und Verbrauchern.

Das Potenzial solcher Veränderungen ist beträchtlich: Die Akademien der Wissenschaften Schweiz schätzen, dass man auf diese Weise den Energieverbrauch bis 2050 um bis zu 30 Prozent im Vergleich zu 2010 senken könnte. Die Verhaltenswissenschaften und insbesondere die Psychologie können in bedeutendem Masse zur Energiewende beitragen, indem sie Aufschluss darüber bieten, welche Mechanismen dem Verbraucherverhalten zugrunde liegen und welche Faktoren die notwendigen Verhaltensänderungen zur Reduzierung des Energieverbrauchs begünstigen.

Das Rationale stösst an seine Grenzen

Bisherige Ansätze zur Förderung eines nachhaltigeren Energiekonsums verstehen den Verbraucher oft als rational handelnden Akteur und setzen deshalb vor allem auf die Vermittlung von Informationen und auf finanzielle Anreize. So stellt das Bundesamt für Energie (BFE) zum Beispiel Broschüren zum Thema Energiesparen bereit. Und einige Kantone unterstützen den Kauf energieeffizienter Fahrzeuge durch steuerliche Vergünstigungen.

In Forschungsarbeiten auf dem Gebiet der Psychologie und der Verhaltensökonomie wurde jedoch wiederholt gezeigt, dass sich Verbraucher gerade in komplexen Fragen wie dem Klimaschutz nur begrenzt rational verhalten. Deswegen erzielen Massnahmen, die ein wohlüberlegtes Handeln der Verbraucher vor-

aussetzen, nur teilweise die gewünschten Verhaltensänderungen.

In den letzten Jahren wurde daher vermehrt die Wirksamkeit des sogenannten «Nudging» (englisch für «Anstupsen») untersucht. Dabei handelt es sich um minimalinvasive Interventionen, die durch kleine Veränderungen im Entscheidungsumfeld zu energieeffizienteren Verhaltensweisen und Entscheidungen führen können, ohne finanzielle Anreize schaffen oder Konsumenten durch Ge- und Verbote in ihrer Entscheidungsfreiheit einschränken zu müssen.

Hier beschreiben wir die psychologischen Mechanismen hinter einigen der wichtigsten Nudges im Energiebereich und demonstrieren, wie schon kleine Veränderungen in unserem Umfeld grosse Auswirkungen auf unser Verhalten und damit auf den Erfolg der Energiewende haben können.

Anpassung an soziale Normen als Schlüssel

Eines der bekanntesten Beispiele für grüne Nudges stammt aus der Forschung zum Einfluss sozialer Normen auf umweltfreundliches Verhalten. Diese Normen sind von der Mehrheit anerkannte Standards und Regeln, die definieren, welche Verhaltensweisen innerhalb einer sozialen Gruppe oder Gesellschaft als angemessen gelten und die uns Richtlinien bieten, um unser Verhalten und das Verhalten anderer beurteilen

Haushalte, deren Energieverbrauch weit unter dem ihrer Nachbarn liegt, erhalten zwei Smileys.

zu können. In sozialpsychologischen Forschungsarbeiten wurde bereits in verschiedenen Verhaltensdomänen demonstriert, dass wir unser Verhalten den sozialen Normen entsprechend anpassen.

Auf dieser Grundlage entwickelte das US-amerikanische Unternehmen Opower ein Programm zur Reduktion des Energieverbrauchs von Haushalten. Im Rahmen dieses Programms erhalten Haushalte regelmässig eine Übersicht, die ihren eigenen Energieverbrauch mit dem Verbrauch ähnlicher Haushalte in ihrer Nachbarschaft vergleicht und bewertet. Haushalte, deren Verbrauch weit unter dem ihrer Nachbarinnen und Nachbarn liegt, erhalten dabei die Bewertung «grossartig» und zwei Smileys. Haushalte mit einem



Bei elektronischen Geräten wird oft nur auf den Kaufpreis geachtet. Damit unterschätzt man Einsparungen in den Betriebskosten.

hohen Energiekonsum bekommen indessen lediglich die Bewertung «unterdurchschnittlich».

Der Ökonom Hunt Allcott von der New York University untersuchte über einen Zeitraum von zwei Jahren die Wirksamkeit dieses Programms und fand einen Rückgang im Energieverbrauch der teilnehmenden Haushalte von durchschnittlich zwei Prozent. Eine mögliche Erklärung für diesen Rückgang sieht der Wirtschaftswissenschaftler im Informationsgehalt sozialer Normen. Normalerweise sind wir nicht sicher, was die Höhe unserer Stromrechnung eigentlich bedeutet, ob unser Konsum hoch oder niedrig ist. Der direkte Vergleich mit anderen Haushalten bietet den Konsumentinnen und Konsumenten einen Referenzpunkt, an dem sie ihren eigenen Verbrauch messen und gegebenenfalls anpassen können.

Weiter kann eine soziale Norm und die daraus folgende Beurteilung des Verhaltens dazu führen, dass sich Haushalte mit einem hohen Energieverbrauch in der moralischen Pflicht sehen, dem guten Beispiel ihrer Nachbarinnen und Nachbarn zu folgen, um ihren Beitrag zum Klimaschutz und der Gesellschaft zu leisten. Gleichzeitig behalten sparsame Haushalte dank der positiven Bewertung ihr gutes Verhalten bei und passen sich nicht dem Durchschnitt an.

Ein weiterer Nudge basiert auf dem sogenannten «Default-Effekt», also der Tendenz, Voreinstellungen beizubehalten. In einem Feldexperiment konnten die Wirtschaftswissenschaftler Felix Ebeling von der Universität Köln und Sebastian Lotz von der Stanford

University zeigen, dass die sorgfältige Auswahl von Defaults auch im Energiebereich ein überaus effektives Mittel sein kann, um Konsumentinnen und Konsumenten zu nachhaltigeren Entscheidungen zu bewegen.

Im Rahmen ihrer Studie konnten rund 42000 Haushalte zwischen verschiedenen Tarifen eines Stromanbieters wählen. Jeder dieser Stromtarife bot dabei die Option, für einen geringen Aufpreis Strom aus erneuerbaren Energiequellen zu beziehen. Die Verbraucher, bei denen diese «grüne» Zusatzoption bereits voreingestellt war, entschieden sich zehnmal häufiger für den Strom aus erneuerbaren Energien als Verbraucher, die diese Option erst aktiv auswählen mussten.

Wie lässt sich dieser Effekt erklären? Eine Erklärung ist, dass Konsumentinnen und Konsumenten die Vorauswahl bestimmter Optionen als Standard oder Empfehlung verstehen und dieser folgen. Die Wirtschaftswissenschaftler bieten eine weitere Erklärung: Die bewusste Entscheidung gegen einen grünen und damit aus moralischer Sicht zu bevorzugenden Stromtarif könnte den Verbrauchern sehr viel schwerer fallen, als sich im Fall fehlender Defaults lediglich nicht für diesen Tarif zu entscheiden.

Einsparungen aufzeigen

Wie dieses Beispiel verdeutlicht, finden sich mögliche Ansatzpunkte zur Förderung eines nachhaltigeren Energiekonsums nicht nur im alltäglichen Verhalten der Verbraucher, sondern auch in längerfristig wirk-

samen Entscheidungen wie der Wahl eines Stromtarifs oder, wie im nächsten Fall, dem Kauf von Haushaltsgeräten. Es verwundert daher nicht, dass in den vergangenen Jahren vermehrt Versuche unternommen wurden, Konsumentinnen und Konsumenten zu nachhaltigeren Kaufentscheidungen zu bewegen.

Ein Beispiel dafür ist das Energielabel der Europäischen Union (EU), das die Energieeffizienz vieler elektronischer Geräte auf dem europäischen Markt kennzeichnet. Versuche wie dieser beruhen auf der Beobachtung, dass sich Verbraucher beim Kauf elektronischer Geräte häufig nur nach dem Preis, nicht aber nach dem Energieverbrauch richten und mögliche Einsparungen in den Betriebskosten energieeffizienter Geräte unterschätzen.

Denkfehler ausräumen

In einem Feldexperiment versuchte der Forscher Stefan Kallbekken mit seinen Kollegen vom Center for International Climate and Environmental Research in Oslo diesem Denkfehler entgegenzuwirken, indem er die Betriebskosten von Haushaltgeräten deutlicher erkennbar machte. In Zusammenarbeit mit einem skandinavischen Elektrohändler entwickelte das Team um den Ökonomen dafür ein Label, das die Betriebskosten von Geräten direkt neben dem Kaufpreis anzeigte und ähnlich dem EU-Energielabel bewertete. Zudem schulten sie Mitarbeitende darin, Kundinnen und Kunden über die Gesamtkosten der Geräte, sprich sowohl die Anschaffungskosten als auch die Betriebskosten, zu informieren.

Der Erfolg dieser Intervention war in einem Rückgang des Energieverbrauchs der verkauften Haushaltgeräte von etwa fünf Prozent zu sehen. Eine mögliche Erklärung hierfür ist, dass die monetäre Darstellung des Energieverbrauchs für den Verbraucher relevanter und verständlicher ist als die sonst üblichen Angaben in Kilowattstunden (kWh). Ausserdem vereinfacht diese Darstellung den Vergleich von Geräten unterschiedlicher Energieklassen und verdeutlicht somit den langfristigen Nutzen von Investitionen in energieeffiziente Geräte.

Kaufmotive berücksichtigen

Bei der Vermarktung umweltfreundlicher Produkte sollte man jedoch nicht nur auf die deutliche Darstellung aller relevanten Attribute achten, sondern auch die zugrunde liegenden Kaufmotive berücksichtigen. In einer Reihe von Experimenten demonstrierte der Psychologe Vladas Griskevicius von der University of Minnesota, dass Statusmotive eine entscheidende Rolle beim Kauf umweltfreundlicher Produkte spielen, insbesondere bei gut sichtbaren und vergleichsweise

teuren Produkten wie Autos. Grund dafür ist, dass der Besitz solcher Produkte öffentlich signalisiert, dass jemand bereit ist und die finanziellen Mittel hat, höhere Kosten in Kauf zu nehmen, um einen Beitrag an die Umwelt und damit die Gesellschaft zu leisten. Diese Faktoren tragen wiederum dazu bei, dass Inhabern umweltfreundlicher Produkte ein höherer sozialer Status beigemessen wird. Gerade bei der Vermarktung hochwertiger Produkte kann es daher hilfreich sein, umweltfreundliche Aspekte sichtbar hervorzuheben, um so die Statusmotive der Verbraucher anzusprechen. Ein gutes Beispiel dafür ist der Erfolg des Autoherstellers Tesla.

Nudges haben in den letzten Jahren zunehmend an Beachtung und Bedeutung gewonnen. Ihre oft leichte und kostengünstige Umsetzung macht sie dabei besonders reizvoll. Sicherlich können und sollten Nudges bisherige Ansätze, die auf Informationsvermittlung, finanzielle Anreize oder gesetzliche Regelungen bauen, nicht vollkommen ersetzen. Sie stellen aber eine wertvolle Ergänzung zu den eher traditionellen Massnahmen dar. Denn bereits kleine Veränderungen in unserem Umfeld können grosse Auswirkungen auf unser Verhalten haben und einen entscheidenden Beitrag zum Kampf gegen den Klimawandel leisten. ♦

AUTORIN UND AUTOR

Stephanie Mertens ist Doktorandin am Lehrstuhl von Professor Tobias Brosch an der Universität Genf. Ihre Forschung widmet sich der Frage, welche psychologischen Faktoren und Mechanismen nachhaltigen Kaufentscheidungen zugrunde liegen und diese begünstigen können.

Tobias Brosch ist Professor an der Universität Genf, wo er das Consumer Decision and Sustainable Behavior Lab leitet. In seiner Forschung untersucht er die psychologischen Determinanten nachhaltigen Verhaltens.

KONTAKT

stephanie.mertens@unige.ch
tobias.brosch@unige.ch

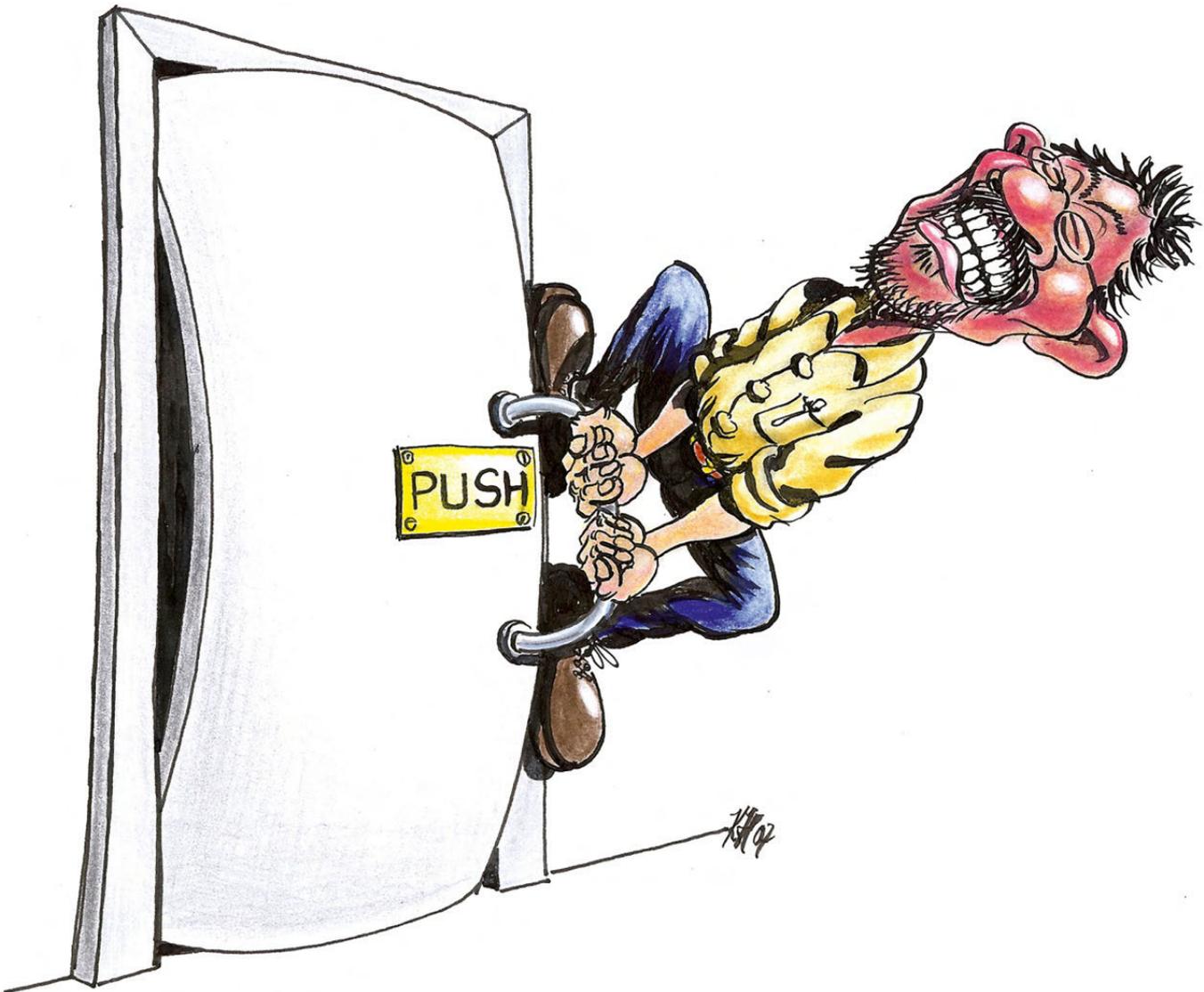
LITERATUR

Momsen, K., & Stoerk, T. (2014). From intention to action: Can nudges help consumers to choose renewable energy? *Energy Policy*, 74, 376–382.

UMWELTPSYCHOLOGIE

Vom Homo sapiens zum Homo faber

Die Menschheit steht vor der grössten Herausforderung ihrer Geschichte – dem Aufbau einer nachhaltigen Gesellschaft



Was kann Bildung zu einer nachhaltigen Entwicklung beitragen? Obwohl es keine Abkürzung von Bildung zum Verhalten gibt, kann sie Wissen und Können aufbauen und das Wollen, nachhaltig zu handeln, stimulieren.

KARL HERWEG UND STEPHANIE MOSER

Spätestens seit der Dekade Bildung für eine nachhaltige Entwicklung der Vereinten Nationen (UNO) von 2005 bis 2014 hat sich auch an Schweizer Schulen und Universitäten der Fokus von der Bildung mit Augenmerk Umwelt hin zum noch komplexeren Thema nachhaltige Entwicklung erweitert. Dabei geht es um die Suche nach Lösungen, wie begrenzte natürliche Ressourcen schonend bewirtschaftet und vor allem sozial gerechter verteilt werden können. Wir verstehen nachhaltige Entwicklung nicht als normativ von oben verordnet, sondern als partizipativer, gesamtgesellschaftlicher Such-, Lern- und Gestaltungsprozess. Die Beteiligung an diesem Prozess setzt voraus, dass alle Menschen über fundiertes Wissen und die notwendigen Kompetenzen verfügen. Sie erwerben diese beispielsweise im Rahmen der schulischen und ausserschulischen Bildung.

Hier beschränken wir uns auf den tertiären Bildungsbereich. In einem Leitfaden für die Universität Bern gingen wir davon aus, dass deren Alumni – egal welcher Hauptfachdisziplin – nach ihrer Ausbildung Schlüsselpositionen, beispielsweise in Forschung, Lehre, Wirtschaft, Gesellschaft oder Politik, einnehmen und somit nachhaltige Entwicklungen entscheidend mitgestalten können.

Von der Bildung zum Handeln

Hochschulbildung konzentriert sich immer noch zu einem beträchtlichen Teil auf Wissensvermittlung. Wie uns ein Überblick über zahlreiche Befunde der deutschen Psychologin Lenelis Kruse aus der Umweltpsychologie zeigt, ist der Zusammenhang zwischen Wissen, Einstellungen und umweltfreundlichem und nachhaltigem Handeln jedoch nicht so klar, wie wir es als Dozierende gerne hätten. Denn Wissen löst nicht zwangsläufig Betroffenheit und Verantwortungsgefühl aus, und eine umweltfreundliche Einstellung führt nicht zwangsläufig zu umweltfreundlichem Handeln.

Auch ein direkter Zusammenhang zwischen Wissen und Handeln kann nicht nachgewiesen werden. Das mag zunächst pessimistisch stimmen. Trotzdem sind viele Fortschritte im Umweltschutz zu verzeichnen, wenn wir die Situation heute beispielsweise mit den 1970er-Jahren vergleichen. Eine Verhaltensände-

rung ist also möglich, aber es scheint keine Abkürzung von der Bildung zum Handeln zu geben. Zumindest dann nicht, wenn sich Bildung auf reine Wissensvermittlung beschränkt. Als Dozierende fragen wir uns deshalb, was universitäre Bildung beitragen kann und wie sie ausgestaltet werden sollte, damit unsere Studierenden eine aktive Rolle in der nachhaltigen Entwicklung einnehmen können und wollen.

Handlungsbedarf aufzeigen

Fundiertes Systemwissen, beispielsweise über die Funktionsweisen von Natur, Gesellschaft und Wirtschaft, ist wichtig. Dank vorangegangener Forschungsarbeiten können wir komplexe Systeme und Probleme besser verstehen und Lösungsansätze entwickeln. In Lehrveranstaltungen beginnen wir oft mit Systemwissen in Form von konkreten Beispielen, von denen komplexe Zusammenhänge abgeleitet werden können. Beispielsweise kann grossflächige Nahrungsmittelproduktion von Investoren in Afrika – das sogenannte «Land Grabbing» – dazu führen, dass in kürzester Zeit kleinbäuerliche Betriebe ihre Existenzgrundlage verlieren. Zudem werden gewachsene soziale Strukturen völlig verändert und die Ressourcen Boden, Wasser und Pflanzen schneller degradiert.

Dank solcher Fallbeispiele lenken wir die Aufmerksamkeit auf die Wichtigkeit und Dringlichkeit eines Themas. Gewöhnlich führen uns die Beispiele

Wissen löst nicht zwangsläufig Betroffenheit und Verantwortungsgefühl aus.

vor Augen, dass unser aktuelles Konsumverhalten eine Bewirtschaftung natürlicher Ressourcen erfordert, die deren Regenerierbarkeit überschreitet und ärmere Menschen sozial und wirtschaftlich marginalisiert. Mit dem Aufzeigen solcher Systemzusammenhänge signalisieren wir dringenden Handlungsbedarf.

Ebenso wichtig ist jedoch auch das Können, das Erlernen und Üben von Fähigkeiten und Fertigkeiten. Mit dem Aufbau disziplinärer, inter- und transdisziplinärer Methodenkompetenzen hoffen wir die Studierenden dazu zu befähigen, vernetzt in Zusammenhängen und vorausschauend zu denken, komplexe Problemstellungen zu analysieren, Verbesserungsvorschläge abzuleiten, in interdisziplinären Teams zu arbeiten,

NACHHALTIG LEBEN

Sechs Ressourcen für die Nachhaltigkeit

Der deutsche Umweltpsychologe Marcel Hunecke postuliert sechs psychische Ressourcen, die nachhaltige Lebensstile fördern. Die ersten drei sind fundierende, die drei weiteren zielbildende Ressourcen.

Genussfähigkeit: Ein genussfähiger Mensch verknüpft individuelle, positiv erlebte Sinnerfahrungen mit Empfindungen des subjektiven Wohlbefindens.

Selbstakzeptanz: Der Selbstwert wird gesteigert, was uns wiederum widerstandsfähiger gegenüber kompensatorischen und demonstrativen Formen des Konsums macht.

Selbstwirksamkeit: Die subjektive Gewissheit, Anforderungssituationen aufgrund eigener Kompetenzen bewältigen zu können.

Achtsamkeit: Achtsame Menschen richten ihre ganze Aufmerksamkeit absichtsvoll und nicht wertend auf den aktuellen Augenblick.

Sinnkonstruktion: Die Bedeutung, die wir beispielsweise bei einer Tätigkeit wahrnehmen oder erleben, die wir herstellen oder der Tätigkeit geben.

Solidarität: Wir sind solidarisch, wenn wir Verantwortung für das Wohlergehen anderer Menschen übernehmen und überzeugt sind, dass wir zusammen etwas bewirken können.

transdisziplinär, das heisst in Zusammenarbeit mit Akteuren aus der Praxis, einen Veränderungsprozess zu gestalten sowie die Wirkungen von Massnahmen zu erfassen und zu hinterfragen. Diese Fähigkeiten werden im Zusammenhang mit nachhaltiger Entwicklung auch als Gestaltungskompetenzen bezeichnet.

Das Wollen stimulieren

Umweltpsychologische Handlungsmodelle benennen aber nicht nur Wissen und Können als Handlungsvoraussetzungen, sondern auch Werte, Einstellungen und Normen: das Wollen. Während das für nachhaltige Entwicklung relevante Wissen und Können im Rahmen von Lehrveranstaltungen aufgebaut und überprüft werden können, manifestiert sich das Wollen oft erst ausserhalb oder nach der Ausbildung. Wollen – oder genauer, das Wissen und Können anwenden wollen – ist aber unerlässlich in einem Such-, Lern- und Gestaltungsprozess. Zwar kann das Wollen in einer Lehrveranstaltung nicht geprüft, wohl aber stimuliert werden.

Die Didaktikerinnen Gabriele Schrüfer und Johanna Schockemöhle beschrieben im Bereich Bildung für nachhaltige Entwicklung einige Faktoren, die ein Handeln wahrscheinlicher machen. Vernetztes, multiperspektivisches Denken und das Erkennen lokaler und globaler Wirkungszusammenhänge spielen in Lehrveranstaltungen immer eine zentrale Rolle. Aber erst, wenn solches Systemwissen mit entsprechendem Handlungswissen um realistische Problemlösungsansätze, Massnahmen und Handlungsoptionen verbunden wird, kann vermittelt werden, dass sich Handeln lohnt. Diese Kombination ermöglicht auch das Erkennen eigener Verantwortungsmöglichkeiten oder das Empfinden einer moralischen Verpflichtung. Die erste Botschaft lautet: Ich kann und sollte selbst etwas tun, statt es anderen zu überlassen. Und zweitens: Ich weiss, in welchem Bereich ich etwas tun kann. Wichtig ist dabei eine positive Selbstwirksamkeitserwartung.

Weitere handlungsbegünstigende Faktoren sind das Auslösen von Betroffenheit über ungerechte oder schädliche Prozesse. Damit verbunden ist das Bewusstmachen eigener Wertvorstellungen und das Erkennen, ob eigene Überzeugungen und Handlungen im Widerspruch zu nachhaltiger Entwicklung stehen. Eine nachhaltigere Verhaltensweise hängt allerdings auch davon ab, ob diese im sozialen Umfeld mit den Erwartungen von Mitstudierenden, Freunden, Familie und potenziellen Arbeitgebern kompatibel ist. Unsere Studierenden sollten abschätzen lernen, ob nachhaltiges Handeln zu angenehmen, sinnvollen und zweckdienlichen oder aber zu unangenehmen, unbequemen und negativen Konsequenzen führen könnte.

Darüber hinaus kann eine Universität eine Vorbildfunktion einnehmen und nachhaltige Lösungen erlebbar machen, indem sie ihre Betriebsabläufe anpasst. So kann beispielsweise das Umsteigen auf regionale oder Fair-Trade-Produkte in der Mensa helfen, eigene, nicht nachhaltige Konsummuster aufzuzeigen, zu hinterfragen und Alternativen zu suchen.

Den Unterricht neu gestalten

Die Wahrscheinlichkeit, dass Verhalten auf nachhaltige Entwicklung ausgerichtet wird, ist am höchsten, wenn alle oder möglichst viele dieser Einflussfaktoren gestärkt werden können. Eine Garantie gibt es aber nicht. Die Berücksichtigung solcher Faktoren in Lehrveranstaltungen findet über die Formulierung von für nachhaltige Entwicklung relevanten Kompetenzen und Lernzielen statt. Dabei wird jedoch schnell klar, dass diese mit dem immer noch weitverbreiteten Frontalunterricht schwierig zu erreichen sind. Wir brauchen also nicht nur eine Neuorientierung bei der Formulierung von Kompetenzen und Lernzielen, sondern auch in der Unterrichtsgestaltung. Selbstgesteuertes, problembasiertes und kooperatives und kommunikatives Lernen in interdisziplinären Gruppen an konkreten und realen Problemstellungen kann für Studierende unterstützend, motivierend und herausfordernd sein und positive Selbstwirksamkeitserfahrungen bewirken. Fachübergreifende Projekte, die inter- und transdisziplinäres Forschen und Lernen ermöglichen, fördern ein solches Lernen ebenso, allerdings ist deren Realisierung in den derzeitigen Strukturen der Universitäten nicht ganz einfach.

Engagement für eine nachhaltige Gesellschaft

Was würde passieren, wenn wir genau wüssten, wie wir menschliches Handeln in eine bestimmte Richtung lenken können? Selbst wenn wir, ganz im Sinn einer nachhaltigen Entwicklung, gute Absichten hegen, liessen sie sich auch für zwielichtige Zwecke missbrauchen. Diese Bedenken spiegeln auch die verschiedenen Positionen einer Debatte um die Rolle der Bildung wider. Für den neuseeländischen Pädagogen John Hattie ist Bildung «niemals neutral, und ihr grundlegender Zweck ist Intervention oder Verhaltensänderung. Das ist es, was Unterrichten zu einem moralischen Beruf macht.»

Demgegenüber weist die deutsche Erziehungswissenschaftlerin Mandy Singer-Brodowski darauf hin, dass Bildung die Studierenden auf keinen Fall für «politische» Ziele wie die nachhaltige Entwicklung instrumentalisieren sollte. Ihre Aufgabe sei vielmehr, Lernende zu autonomem und unabhängigem Denken, Urteilen und Reflektieren zu befähigen, und nicht, ihnen

eine Richtung vorzugeben. Sie sollten aber dennoch nichtnachhaltige Werteorientierungen und Handlungen aufdecken und mögliche Entwicklungspfade kritisch reflektieren können.

Für nachhaltige Entwicklung brauchen wir motivierte Menschen, die über das nötige Systemwissen sowie die beschriebenen Kompetenzen verfügen. Diese aufzubauen ist die grosse Herausforderung der Bildung für nachhaltige Entwicklung. Aus der Umweltpsychologie wissen wir aber auch, dass zwischen Wissen, Können und Wollen einerseits und dem Handeln andererseits weitere Hemmschwellen liegen. Auch wenn unsere Studierenden die Hochschule gut ausgerüstet verlassen, werden sie in ihren späteren privaten und beruflichen Kontexten auf zahlreiche Schwierigkeiten, Hürden und Fehlanreize treffen, die nachhaltiges Handeln erschweren. Wir sind uns daher bewusst, dass Bildung allein nicht zu einer nachhaltigeren Gesellschaft führen wird. Wir sollten uns als Bürgerinnen und Bürger engagieren und am gemeinsamen gesellschaftlichen Such-, Lern- und Gestaltungsprozess aktiv teilnehmen. ♦

AUTOR UND AUTORIN

Karl Herweg ist Geograf und Bereichsleiter Bildung für Nachhaltige Entwicklung und Dozent am Centre for Development and Environment (CDE) und am Geografischen Institut der Universität Bern.

Stephanie Moser ist Psychologin am Centre for Development and Environment. Sie forscht und lehrt zu umweltfreundlichem Handeln und nachhaltigem Konsum. Stephanie Moser ist zudem Beirätin der Initiative Psychologie im Umweltschutz (IPU) Schweiz.

KONTAKT

karl.herweg@cde.unibe.ch
stephanie.moser@cde.unibe.ch

LITERATUR

Herweg, K., Zimmermann, A. B., Lundsgaard Hansen, L., Tribelhorn, T., Hammer, T., Tanner, R. P., ... Kläy, A. (2016). *Nachhaltige Entwicklung in die Hochschullehre integrieren – Ein Leitfaden mit Vertiefungen für die Universität Bern. Grundlagen*. Bern: Universität Bern.

Der Klimawandel wandelt Verhalten

Ein neues Mobilitätsverhalten erlernen

Umwelttechnologische Innovationen sind wichtig und nötig. Die wichtigste Komponente im System ist aber das menschliche Verhalten. Umweltpsychologische Interventionen zielen darauf ab, die Menschen zu einem nachhaltigen Verhalten zu bewegen.

CATHÉRINE HARTMANN UND MARKUS HACKENFORT

Der letzte im Jahr 2016 veröffentlichte Bericht des Bundesamts für Statistik (BFS) zu Mobilität und Verkehr gibt einen guten Einblick, wie es um die Verkehrsmittelwahl der Schweizerinnen und Schweizer steht. Die Bahn wird zwar beliebter als das Auto, aber letzteres ist und bleibt das wichtigste Verkehrsmittel. Die Zahlen zeigen, dass jede in der Schweiz wohnhafte Person täglich knapp 37 Kilometer und davon über die Hälfte mit dem Auto zurücklegt. Was verändert sich jedoch konkret für einen selbst und die Umwelt, wenn statt des Autos das Velo oder aber das Flugzeug statt des Zugs genommen wird? Ausser einem kaum sichtbaren CO₂-Ausstoss (Kohlenstoffdioxid), einer sich allenfalls mittelfristig verändernden körperlichen Fitness oder dem mehr oder weniger ausgegebenen Geld scheinen die Konsequenzen einer Verhaltensänderung schier unsichtbar. Wie stark wiegen dagegen weitere ökologische, ökonomische oder soziale Faktoren bei der individuellen Verkehrsmittelwahl?

Am Psychologischen Institut der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW) setzen sich die Forscher und Forscherinnen der Fachgruppe Verkehrs-, Sicherheits- und Umweltpsychologie mit solchen Fragen auseinander. Mit ihren wissenschaftlichen Erkenntnissen leisten sie einen Beitrag dazu, wie ein Wandel der Alltagsmobilität und des Mobilitätsverhaltens jedes Einzelnen erreicht werden kann, um so dem Problem des steigenden Ausstosses klimaschädlicher Treibhausgase entgegenzuwirken und den Klimawandel zu minimieren. Bis dato ist beispielsweise wenig darüber bekannt, wie Personen den Begriff und das Konzept «CO₂-Emissionen» verarbeiten und es mit eigenem Verhalten und täglichen Handlungen verknüpfen. Denn welche Ressourcen nötig sind und welche Bedeutung sie haben, damit Auto und Flugzeug sich vorwärtsbewegen, und was dann am Ende aus Auspuff und Triebwerk herauskommt, erscheint vielen Menschen kaum bewusst und oft nicht mehr als nur heisse Luft. Auf den ersten Blick steht dies für die Menschen möglicherweise in keinem direkten Zusammenhang zu den stark zunehmenden Klimakatastrophen.

Wissen über CO₂-Emissionen wichtig

In bisherigen umweltpsychologischen Forschungsarbeiten galt der Fokus den Einstellungen, Normen oder Gewohnheiten zur Vorhersage von umweltfreundlichem Verhalten respektive der Verkehrsmittelwahl. Erweitert wurde dieser Fokus in einer aktuell in unse-

rer Fachgruppe durchgeführten Studie. Dabei wurden die Auseinandersetzung mit und das Wissen über die CO₂-Emissionen in das Forschungsdesign integriert. Wir wollten herausfinden, ob das Umweltbewusstsein sensibilisiert und sogar das Verhalten bezüglich Verkehrsmittelwahl verändert werden kann.

In einer Onlinebefragung interviewten wir junge Menschen im Alter von 19 bis 36 Jahren (N=623) zu ihrer Verkehrsmittelwahl. Zuvor wurden die Teilnehmenden über die Auswirkungen von CO₂ auf das Klima informiert und sie mussten zusätzlich den CO₂-Ausstoss verschiedener Verkehrsmittel einschätzen. Dabei ging es um eine Zugfahrt beziehungsweise einen Kurzstreckenflug von Zürich nach Berlin und eine Zug- respektive Autofahrt über eine lange Distanz innerhalb der Schweiz von Zürich nach Bellinzona. Randomisiert bekam nun die eine Hälfte der Teilnehmenden zusätzliche Informationen zum Preis der Reise sowie zur tatsächlich emittierten Menge CO₂, welche – den Tatsachen entsprechend – eine deutliche Differenz aufwies. Für die Flug- beziehungsweise Autoreise wurden im Vergleich zur Zugfahrt circa 17-mal so viel Kilogramm CO₂ emittiert. Unter Verwendung weiterer Items fragten wir zusätzliche Faktoren aus umweltpsychologischen Theorien, wie Umweltbewusstsein und Einstellung gegenüber umweltfreundlicher Mobilität, ab. Abschliessend erörterten wir die Gründe für die getroffene Entscheidung, wie etwa individuelle, ökologische oder ökonomische Motive.

Die Datenanalyse zeigte, dass sämtliche Prädiktoren mit einem CO₂-Bezug keinen signifikanten Einfluss auf die Verkehrsmittelwahl hatten. Im Gegensatz dazu erzielten einzelne Variablen der Konstrukte «Umweltbewusstsein» und «Einstellung gegenüber umweltfreundlicher Mobilität» einen signifikanten Einfluss zugunsten einer umweltfreundlichen Verkehrsmittelwahl. Die Begründungen für die Verkehrsmittelwahl waren stark vom Komfort erleben des jeweiligen Verkehrsmittels geprägt, was grundsätzlich zu erwarten war, in der Deutlichkeit aber überraschte.

Bewusstsein für den Klimawandel schärfen

Aus der beschriebenen Studie können mehrere Schlussfolgerungen gezogen werden. Es bedarf einerseits einer Schärfung des Bewusstseins für die negativen Folgen von CO₂-Emissionen und andererseits einer deutlichen Konkretisierung dieses offenbar noch intransparenten Begriffs. Erst wenn die Konsequenzen hoher CO₂-Emission nachvollziehbar sind, können sie sich im Verhalten und in umweltbewussten Entscheidungen niederschlagen. Zum anderen sollte aber auch der Faktor des Komfort erleben weiterhin als wesentliche Stellgrösse für Nutzerentscheidungen

angesehen werden. Dies betrifft einerseits das Erleben während der Reise selbst und andererseits die Erreichbarkeit des Verkehrsmittels und den Zugang zu ihm. Erreichbarkeit und Zugang eines öffentlichen Verkehrsmittels wiederum hängen von der Dichte der Haltestellen, der Anzahl der nötigen Umstiege und der Kombinationsfähigkeit mit anderen Verkehrsmitteln – etwa Car-Sharing – ab. Letztlich kann es in diesem Zusammenhang auch sinnvoll sein, den Komfort des hiesigen öffentlichen Verkehrs (öV) argumentativ zu verdeutlichen, um die nachhaltige Mobilität zu fördern.

Die Studie unter den jungen Menschen brachte bereits zum Ausdruck, dass die Bewusstseins-schärfung für klimawandelrelevante Themen eine wesentliche Rolle spielt, wenn es darum geht, umweltbewusstes Verhalten zu fördern. Eine weitere Studie unserer Fachgruppe zeigte zudem, dass ein generell hohes Umweltbewusstseins förderlich ist, um Personen zum Umstieg vom individuellen auf den öffentlichen Verkehr zu bewegen. In einer repräsentativen Befragung (N=485) gingen wir den Gründen für die Entscheidung, das eigene Auto nicht mehr zum Pendeln zu nutzen, sondern auf den öffentlichen Verkehr umzusteigen, nach. Wir untersuchten auch die umgekehrte Möglichkeit: Welche Ursachen hat die Kündigung eines Abonnements des öffentlichen Verkehrs zugunsten der zukünftigen Nutzung eines individuellen Fahrzeugs?

Das «neue Verhalten» schmackhaft machen

Die Resultate verdeutlichten bei bisherigen Auto- und zukünftigen Passagieren des öffentlichen Verkehrs den bedeutsamen Einfluss des allgemeinen Umweltverhaltens sowie der Wahrnehmung ungünstiger Umweltfolgen der individuellen Autonutzung zugunsten eines Umstiegs auf den öffentlichen Verkehr. Daneben konnten Alter und Einkommen als relevante Grössen identifiziert werden. Um Personen vom Umstieg von der individuellen Fahrzeugnutzung auf die Nutzung des öffentlichen Verkehrs zu überzeugen, bedarf es daher der Sensibilisierung bezüglich negativer Folgen des «alten Verhaltens». Darüber hinaus sollte deutlich gemacht werden, dass das «neue Verhalten» diese negativen Folgen zu verringern vermag und dass es trotzdem zu den eigenen Verkehrsgewohnheiten passt.

In der umweltpsychologischen Forschung bezüglich Mobilitätsverhalten werden strukturelle Faktoren weitgehend noch nicht berücksichtigt. Welchen Einfluss haben Lebensereignisse wie ein Umzug, die Geburt des Kindes oder eine plötzliche Erwerbslosigkeit? Da längerfristige Betrachtungszeiträume bezüglich der Veränderungen der Mobilitätswahl bisher nicht im Fokus der Forschenden standen, legten wir in unserer Untersuchung besonderen Wert auf diese Verände-



Ein selbstfahrendes Shuttle der Schweizerischen Bundesbahnen (SBB) in Zug. Gemäss SBB-Chef Andreas Meyer sollen diese Fahrzeuge dabei helfen, die letzte Meile im ÖV zu überwinden.

Die Ergebnisse legen nahe, erstens bestehende Barrieren bei der potenziellen Nutzung nachhaltiger Verkehrsmittel und Mobilitätsformen zu identifizieren und sie zweitens mit gezielten Handlungsempfehlungen, wie Schnupperabonnemente für Neuzuzüger, abzubauen. Unter die Barrieren fällt auch die sogenannte «Erste-letzte-Meile»: Darunter versteht man die Distanz zwischen der Haustür bis zur Haltestelle und von der Haltestelle bis zum Zielort. Innovative Mobilitätsangebote in diesem Bereich können ebenso zielführend sein. Damit wir gezielte Massnahmen zur Bekämpfung des Klimawandels entwickeln können, empfiehlt sich eine zunehmend interdisziplinärere Herangehensweise. Technologische Innovation fördert zweifelsohne die Energieeffizienz und schont die Ressourcen.

Der Mensch als wichtigste System-Komponente

Dabei sollte aber nicht vergessen gehen, dass der «Faktor Mensch» die wichtigste Komponente im System bleibt. Es sind die Menschen, die die neuen Technologien effizient und umweltgerecht einsetzen können, und es ist das menschliche Verhalten, das zur Erhaltung oder aber zum Aufbrauchen der natürlichen Ressourcen beiträgt. Die Umweltpsychologie kann durch gezielte Interventionen einen erheblichen Teil dazu beitragen, unsere Einstellung und unser Verhalten bezüglich der Umwelt nachhaltig zu verändern. ♦

Dabei sollte aber nicht vergessen gehen, dass der «Faktor Mensch» die wichtigste Komponente im System bleibt. Es sind die Menschen, die die neuen Technologien effizient und umweltgerecht einsetzen können, und es ist das menschliche Verhalten, das zur Erhaltung oder aber zum Aufbrauchen der natürlichen Ressourcen beiträgt. Die Umweltpsychologie kann durch gezielte Interventionen einen erheblichen Teil dazu beitragen, unsere Einstellung und unser Verhalten bezüglich der Umwelt nachhaltig zu verändern. ♦

AUTORIN UND AUTOR

Cathérine Hartmann studierte Psychologie mit Schwerpunkt Umweltpsychologie an der Otto-von-Guericke Universität Magdeburg (Deutschland). Sie arbeitet als Wissenschaftliche Assistentin am Psychologischen Institut der ZHAW in der Fachgruppe Verkehrs-, Sicherheits- und Umweltpsychologie. Cathérine Hartmann forscht zu umweltpsychologischen Themen im Bereich nachhaltiger Mobilität, Energienutzung und Recycling.

Markus Hackenfort studierte Psychologie und Sozialpädagogik. Er doktorierte an der Universität Duisburg (Deutschland) in Arbeits-, Organisations- und Wirtschaftspsychologie. Markus Hackenfort lehrt und forscht als Professor für Verkehrs-, Sicherheits- und Umweltpsychologie an der ZHAW.

KONTAKT

catherine.hartmann@zhaw.ch
markus.hackenfort@zhaw.ch

LITERATUR

Bundesamt für Statistik (2016). *Mobilität und Verkehr, Taschenstatistik 2016*. Neuchâtel: BFS.

Hartmann, C., Reijnen, E., Hoegger, M., & Hackenfort, M. (2016). Plane or train? CO₂-emission information, price and some other factors explaining travel mode choices by millennials. *Proceedings of BEHAVE 2016, 4th Conference on Behaviour and Energy Efficiency*. Coimbra: University of Coimbra.

Das Geistige pflegen, die Erde heilen

Wenn sich Psychologie und Ökologie
miteinander verflechten

Mit der Methode «Work That Reconnects», eine Anwendung der Umweltpsychologie, kann die Entfremdung des Menschen von der Natur abgemildert werden.

SARAH KOLLER

Die Umweltpsychologie entstand Ende des 20. Jahrhunderts als Reaktion auf den dringenden Umweltschutzbedarf und war zunächst eine fachübergreifende Disziplin mit Vertretern aus Psychologie, Umweltforschung und Philosophie. In den 1990er-Jahren kristallisierten sich zwei Erkenntnisse heraus: Die Psychologie kommt nicht ohne Berücksichtigung der Beziehungen zwischen Mensch und Biosphäre aus, und die Umweltprobleme können nicht ohne Berücksichtigung der komplexen psychologischen Zusammenhänge gelöst werden.

Wie der Schweizer Psychologe Michel Maxime Egger 2015 in seinem Werk *Soigner l'esprit, guérir la Terre. Introduction à l'écopsychologie* nachwies, steht die Umweltpsychologie auf einer breiten theoretischen Grundlage. Der Grundgedanke der Umweltpsychologie besteht darin, dass es eine ontologische Verbindung zwischen Mensch und Natur gibt, wobei letztere als «das Lebendige» oder als die Erde im weiteren Sinne verstanden wird. Wenn diese Verbindung gestört wird, wie dies in

der modernen westlichen Welt passiert, führt dies zu den derzeitigen Umweltproblemen sowie zu psychischen Störungen wie Depressionen oder Suchtkrankheiten. Die Verbindung zwischen Mensch und Natur wiederherzustellen: dies ist das zentrale umweltpsychologische Anliegen. Der Weg dahin führt über «das Geistige pflegen» und «die Erde heilen». Dies heisst, unsere Art und Weise, wie wir uns als Lebewesen definieren, und unsere Sicht auf die Natur zu ändern. Zudem sollten wir uns der wesentlichen Abhängigkeiten in unserer natürlichen Umwelt bewusst werden, damit wir uns für eine lebensfördernde Gesellschaft engagieren können. Diese kann durch die Wiederherstellung des Gleichgewichts mit der Natur verwirklicht werden.

Sich mit der Natur wiederverbinden

Die in den 1980er-Jahren von der US-amerikanischen Umweltphilosophin Joanna Macy ausgearbeitete Methode «Work That Reconnects» (WTR – «Arbeit, die wiederverbindet») ist ein Verfahren, mit dem in der Romandie gearbeitet wird. WTR-Workshops bieten uns Raum, mit unserer persönlichen Beziehung zum Lebendigen zu experimentieren und uns dabei sehr tief mit unseren Gefühlen auseinanderzusetzen. Die Idee dabei ist, unsere Ängste, Traurigkeit und gefühlte Ohnmacht gegenüber Umweltproblemen zu erkennen und zu akzeptieren. Damit wird die durch lähmende Verleugnung verursachte Blockade gelöst, die unserem



«Was ich auf dieser Welt ganz besonders liebe, ist ...» Das, was wir an der Erde lieben, liegt unserer Motivation zugrunde, sie zu schützen.

Engagement für die Umwelt entgegensteht. Das dadurch ausgelöste Umdenken («The Great Turning») soll von einer lebensfeindlichen industriellen Wachstumsgesellschaft hin zu einer Gesellschaft führen, in der das Leben wertgeschätzt wird.

Ein Prozess in vier Phasen

Der «Work That Reconnects»-Prozess umfasst vier aufeinanderfolgende und sich ergänzende Phasen, die Joanna Macy als «The Spiral of the Work That Reconnects» bezeichnet. In der ersten Phase wird Dankbarkeit gegenüber dem Leben ausgedrückt. Dabei soll uns ins Bewusstsein gerufen werden, dass das, was wir an der Erde lieben, unserer Motivation, sie zu schützen, zugrunde liegt. Die Teilnehmenden werden in verschiedenen Übungen, wie beispielsweise mittels «offenen Sätzen», dazu aufgefordert, diese Dankbarkeit zum Ausdruck zu bringen. Das Prinzip ist einfach: Jeweils zwei Teilnehmende stehen sich gegenüber. Der erste Teilnehmer ergänzt einen Satzanfang wie beispielsweise «Was ich auf dieser Welt ganz besonders liebe, ist ...». Die zweite Teilnehmerin hört dabei still zu. Danach

werden die Rollen getauscht. Die vorgegebene Zeit ist lang genug, um in ein tiefes Dankbarkeitsgefühl einzutauchen; diesem kann danach noch lange nachgespürt werden.

In der zweiten Phase wird der Weltschmerz exploriert, den wir erleiden können. Joanna Macy geht davon aus, dass diese Emotion häufig verleugnet wird, weil wir Angst vor der Intensität dieses Schmerzes haben oder weil wir nicht als Panikmacher wahrgenommen werden wollen. In Übungen wird dieser Schmerz als «normales» Gefühl und als ein Feedback betrachtet, das wir für die Neuorientierung unserer Verhaltensweisen benötigen. In dieser Phase wird ein Raum der Konfrontation und des Sich-Ausdrückens eröffnet, der dazu dient, die Emotion in eine mobilisierende Energie umzuwandeln. Ein Leuchtturm, der dabei den Weg weist, ist die Übung «Mandala der Wahrheit»: Die Teilnehmenden sitzen im Kreis. Jede und jeder darf nun Traurigkeit, Angst, Wut und Ohnmachtsgefühle frei ausdrücken. Die anderen versuchen nicht, diejenigen, die sich äussern, zu trösten, sondern hören zu und «legitimieren» damit das Vorhandensein der Emotionen der Sprechenden.

In der dritten Phase werden die Teilnehmenden dazu eingeladen, die Welt nicht menschenzentriert und im Kurzfristigen verankert wahrzunehmen, sondern eine Perspektive einzunehmen, bei der die Erhaltung der Natur im Zentrum und wo eine Vision im Vordergrund steht, bei der das menschliche Leben im Sinne der «Deep time» mit der langen Erdgeschichte verwoben ist. Mittels angeleiteten Meditationen und Rollenspielen experimentieren die Teilnehmenden nun auf Basis der Evolutionsbiologie mit ihrer eigenen Zugehörigkeit zum Lebendigen. Dazu gehört auch, sich bewusst zu werden, dass der Mensch und alle Teile seiner natürlichen Umwelt voneinander abhängig sind. Diese Übungen dienen dazu, die Erde nicht mehr als Lager von Ressourcen zu begreifen, sondern als lebenden Organismus, dem der Mensch angehört, aber «lediglich» ein Lebewesen unter vielen ist. Dieses Konzept beruht auf der in den 1970er-Jahren vom englischen Umweltforscher James Lovelock entwickelten «Gaia-Hypothese».

In der vierten Phase gilt es herauszufinden, wie ein Engagement für das berühmte von Joanna Macy beschriebene grosse Umdenken, das «Great Turning», aussehen könnte. Hierbei wird ein individuelles Projekt ausgearbeitet. Die in dieser Phase durchgeführten Übungen weisen keinen normativen Charakter auf, sondern sollen dazu dienen, unser Herzensanliegen zu entdecken. Die Idee dahinter ist, dass wir, weil wir zuvor unsere Gefühle zum Ausdruck gebracht haben, den für uns «guten Weg» von selbst finden können. Die Teil-

nehmenden können die vier Phasen in Kursen durchlaufen, die von mindestens zwei bis sieben Tage dauern. Wir beobachten, dass die Teilnehmenden unsere Kurse mit einer Energie verlassen, die ihr Engagement und ein neues oder vertieftes Gefühl des Verbundenseins mit allem Lebendigen entfacht oder verstärkt. Dieses Gefühl des Verbundenseins wirkt zweifach: Es gibt erstens unserer menschlichen Präsenz auf der Erde durch die Wiederverbindung mit unseren «Ursprüngen» (wieder) einen Sinn und mindert zweitens die in Anbetracht der dringlichen Umweltprobleme häufig empfundene Einsamkeit und Ohnmacht. Mit anderen Menschen, die ähnliche Sorgen haben, über diese Emotionen zu sprechen, wird als beruhigend, sicherheitsbildend und motivierend beschrieben.

Ambivalenz zur Natur führt zu Entfremdung

Abschliessend möchten wir einen kritischen Blick auf die «Work That Reconnects»-Methode werfen. Ganz im Sinne der oben erwähnten Ziele der Umweltpsychologie («das Geistige pflegen» und «die Erde heilen») wünschen wir uns die Integration zweier zusätzlicher Schwerpunkte in die Methodik. Bezüglich des Heilens der Erde ist es wichtig, den Teilnehmerinnen und Teilnehmern fundierte theoretische Grundlagen anzubieten, damit sie ein besseres Verständnis dafür entwickeln können, welche Rolle ihre Handlungen innerhalb der derzeit sehr komplexen sozioökonomischen Strukturen und Zusammenhänge spielen.

Denn mittel- und langfristig kann es sich als hart erweisen, zum Tagesgeschäft zurückzukehren. Zudem kann die eigene Ungeduld bezüglich der erwünschten Veränderungen aufgrund der Trägheit der erwähnten Strukturen in die Erschöpfung führen. Weil der eigene Handlungsspielraum häufig als begrenzt empfunden wird, könnten mit einem besseren Verständnis der system-inhärenten Fragestellungen Entmutigungen verhindert werden, die zu Untätigkeit führen können.

Was «das Geistige pflegen» angeht, könnte die Methode vom Ergründen der unserer Beziehung zur Natur zugrunde liegenden Triebfedern profitieren. Die Emotionen Liebe, Angst und Zurückweisung können hier mit hineinspielen. Die Ambivalenz dieser Gefühle wird in manchen Strömungen der existenziellen Psychologie untersucht. Dabei zeigt sich, dass die Natur sowohl beängstigend sein kann, weil sie uns mit unserer eigenen Endlichkeit konfrontiert, als auch beruhigend. Wir denken hier an die Empfindungen der Zugehörigkeit zum «Ganzen», das die Natur bildet, das grösser ist als wir, das uns überdauern wird und das Gefühle der Einsamkeit und sogar die Angst vor dem Tod abmildern kann. Indem diese grundlegende Ambivalenz in die WTR-Methode integriert und als mögliche Ursache für

die Entfremdung des Menschen gegenüber der Natur behandelt wird, könnte ein Arbeitsfeld abgesteckt werden, welches die Methode für ein breiteres Zielpublikum interessant macht.

Dies weist auf eine wichtige Herausforderung hin, mit der die WTR-Methode und die Umweltpsychologie im Allgemeinen in Zukunft konfrontiert sein werden: Wie kann eine Zielgruppe angesprochen werden, die nicht auf Umweltfragen «sensibilisiert» wurde? Dies herauszufinden ist das Ziel eines sich im Aufbau befindenden Netzwerks für Umweltpsychologie in der Romandie. Zurzeit werden im Rahmen dieses Netzwerks WTR-Kurse in der Natur, Einführungsabende im Lausanner Kulturzentrum «Pôle Sud» sowie verschiedene Workshops auf Anfrage angeboten. ♦

DIE AUTORIN

Sarah Koller studierte Psychologie und schloss ihr Studium mit einem Master in Geo- und Umweltwissenschaften ab. Derzeit promoviert sie in Umweltwissenschaften an der Universität Lausanne. Sie leitet WTR-Workshops («Travail qui relie») und ist Mitglied des Westschweizer Netzwerks für Umweltpsychologie.

KONTAKT

sarah.koller@unil.ch

LITERATUR

Macy, J., & Young Brown, M. (2008). *Ecopshologie pratique et rituels pour la Terre : Retrouver le lien vivant avec la nature*. Gap : Le Souffle d'Or.

Passmore, H.-A., & Howell, A. J. (2014). Eco-existential positive psychology: experiences in nature, existential anxieties, and well-being. *The Humanistic Psychologist*, 42(4), 370-388.

E-HEALTH

Elektronisches Patientendossier

Der Bundesrat hat am 22. März 2017 die Verordnungen zum Bundesgesetz über das elektronische Patientendossier verabschiedet. Spitäler haben nun drei Jahre Zeit, die Bestimmungen umzusetzen. Arztpraxen und andere ambulante Gesundheitseinrichtungen können selbst darüber entscheiden, ob sie sich einem System anschliessen wollen. Auch die Kantone müssen nun planen, wie ihre jeweilige eHealth-Plattform aussehen soll. Die FSP begrüsst, dass die Kantone Bern und Zürich in diesem Bereich zusammenspannen wollen, denn je weniger Einzellösungen es gibt, desto effizienter.

Die direkt vom elektronischen Patientendossier betroffenen Personen sollten sich schnell mit den rechtlichen Aspekten auseinandersetzen und sich die für die Verwendung des elektronischen Patientendossiers notwendigen Kenntnisse aneignen. Die FSP stellt ihren Mitgliedern ein fortwährend aktualisiertes Datenblatt zur Verfügung, das wertvolle Informationen und Links zu weiterführenden Websites enthält.

www.fsp.ch → Mitgliederbereich → Politik & Recht → Berufspolitik → Factsheets

ARBEITSWELT

Die Digitalisierung wird positiv erlebt

Führungs- und Fachkräfte erleben und bewerten die Digitalisierung der Arbeitswelt als eher positiv. Dies ist das Ergebnis einer von der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW) in der Schweiz durchgeführten Studie, an der fast 600

durchschnittlich 45 Jahre alte Personen teilnahmen. Besonders schätzten 83 Prozent der Studienteilnehmenden die flexiblen und mobilen Arbeitsmöglichkeiten, die von ihren Arbeitgebern angeboten werden. Als Nachteil der Digitalisierung wird die ständige Erreichbarkeit genannt, durch die die Grenze zwischen Berufs- und Privatleben verschwimmt. Bei der Hälfte der Teilnehmenden wirkt sich dies auf Gesundheit und Schlaf aus. Die Studie zeigte aber auch, dass die meisten Befragten nicht davon ausgehen, dass ihre Arbeit in Zukunft durch eine Maschine ersetzt wird.

Falls Sie sich für diese Veränderungen der Arbeitswelt interessieren, merken Sie sich *Psychoscope*-Ausgabe 5/2017 vor, die im September erscheint. Darin werden neue Arbeitswelten und ihre Konsequenzen erörtert.

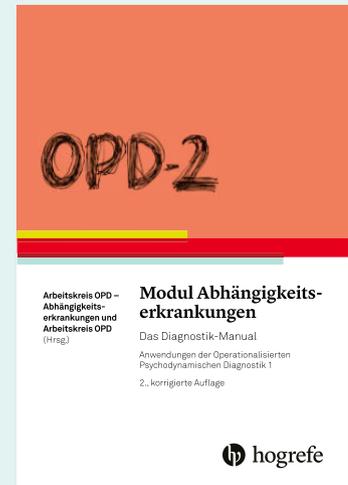
AUS DER WELT: SPANIEN

Eine Beratung für die Ärmsten in Barcelona

Immer mehr Initiativen werden weltweit umgesetzt, um auch sozial randständigen Personen den Zugang zu psychologischer Beratung zu ermöglichen. In Barcelona haben die Psychologin Sarah Zoser und der Psychologe Sebastian Gomez gemeinsam mit der Nichtregierungsorganisation Atomic Thinking ein neues Projekt lanciert. Zoser und Gomez spenden fünf Prozent ihrer Praxiseinnahmen an die spanische NGO, welche die Entwicklung von Projekten für Gemeinschaften ermöglicht, die nicht über die für deren Umsetzung notwendigen Mittel verfügen.

Weiter bieten die beiden jeweils montags eine Beratung für alle Personen mit geringem Budget an, «damit Wohlbefinden nicht am Geld scheitert». Zum symbolischen Preis von sieben Euro können sich die finanziell Schwächsten 40 Minuten lang professionell beraten lassen.

Mehrachsiges psychodynamische Diagnostik bei Sucht



Arbeitskreis OPD – Abhängigkeitserkrankungen / Arbeitskreis OPD (Hrsg.)

OPD-2 – Modul Abhängigkeitserkrankungen

Das Diagnostik-Manual
Anwendungen der Operationalisierten Psychodynamischen Diagnostik 1

2., korrigierte Auflage 2017. 144 Seiten, 1 Abbildung, 3 Tabellen, gebunden € 29,95 / CHF 39,90 ISBN 978-3-456-85805-0 Auch als eBook erhältlich

Das vorliegende Modul „Abhängigkeitserkrankungen“ ergänzt und vertieft die Operationalisierte Psychodynamische Diagnostik (OPD-2) in Bezug auf stoffbezogenen Missbrauch oder Abhängigkeit. Die Foki aus der Grundpersönlichkeit werden dabei mit der Dynamik der abhängigkeitsbedingten Persönlichkeitsveränderungen zu einem Abbild der „Suchtspirale“ verknüpft.

www.hogrefe.com



Sollen wir uns selbst verbessern?

PRO

Selbstoptimierung ist gut, weil sie uns weiterbringt. Sicher: Wenn wir Ziele mittels gesetzten Kriterien zwanghaft erreichen wollen, obwohl uns nach etwas anderem zu Mute ist, sind Frustration und geringes Wohlbefinden programmiert. Die humanistische Psychologie legt nahe, dass wir eine Tendenz zur Selbstaktualisierung verfolgen. Studien der Positiven Psychologie zeigen zudem,



Willibald Ruch

Psychologieprofessor an der Universität Zürich, Direktor des CAS-Studiengangs «Positive Psychologie»

KONTRA

Die Frage scheint rhetorisch. Natürlich sollen wir uns verbessern! Unser Leben ist geprägt von der Arbeit an sich selbst, von Selbstoptimierung, Selbstverwirklichung und vielen anderen Dingen, die das Wort «selbst» enthalten. Als noch die Religion das Leben bestimmte, drehte sich alles darum, Gott zu gefallen. Doch heute haben wir das Selbst zu unserem kleinen Gott erkoren und



Svend Brinkmann

Psychologieprofessor in Aalborg, Dänemark. Autor von «Stand Firm – Resisting the Self-Improvement Craze»

dass das häufige Anwenden unserer zentralen Charakterstärken das Wohlbefinden steigert und bei der Arbeit das Gefühl der Berufung verstärkt. Wenn wir unsere Stärken kennen und kultivieren, optimiert dies das Blühen und Gedeihen. Kürzlich schaffte ich mir eine Smartwatch an. Sie erinnert mich durch sanftes Vibrieren am Armgelenk, dass ich mein Referat abschliessen sollte. Meine Uhr erinnert mich auch daran, dass ich meine Arbeit unterbrechen, aufstehen und mich bewegen sollte, was meiner Fitness gut tut. Doch wenn ich beim Selbstoptimieren das gesunde Augenmass verliere und mein Wohlbefinden gefährde, dann zelebriere ich genussvolles Nichtaufladen meiner Batterie.

es heisst nun: «Glaube an dich» statt: «Glaube an Gott». Dadurch haben wir uns zweifellos emanzipiert, aber diese Entwicklung könnte auch zu einer neuen Bürde werden. Immer mehr Menschen fühlen sich erschöpft, weil sie ihre Fähigkeiten, Kompetenzen und auch sich selbst stetig verbessern müssen. Egal, wie gut wir sind, wir sind nie gut genug, denn die zukünftigen Anforderungen werden höher sein als die heutigen. Ein Rezept für Depressionen: Ich bin nie gut genug, und nur ich selbst bin schuld an meinem unausweichlichen Versagen. Die Zeit ist gekommen, den Selbstoptimierungswahn zu beenden und vorsichtig zu versuchen, ein guter Mensch zu sein.

Möchten Sie eine kontroverse Frage stellen und diese in unserer nächsten Ausgabe beantworten?

Kennen Sie jemanden, der sich zu Ihrer Frage gerne äussern würde?

Schreiben Sie ein E-Mail an: redaktion@fsp.psychologie.ch

Ein kleines Büro für ein riesiges Netzwerk

Die Europäische Föderation der Psychologenverbände (EFPA) ist ein Netzwerk, bestehend aus über 300 000 Psychologinnen und Psychologen. EFPA-Direktorin Sabine Steyaert koordiniert in Brüssel die Aktivitäten der Mitgliedsländer



«Psychologinnen und Psychologen müssen auf den oberen Ebenen präsent sein», unterstreicht Sabine Steyaert, Direktorin der EFPA.

AURÉLIE FAESCH-DESPONT

Brüssel ist Sitz vieler Institutionen der EU und gilt als Hauptstadt Europas. Vor 20 Jahren liess sich auch die EFPA in diesem neuralgischen Zentrum nieder. Die Geschäftsstelle der EFPA liegt auf halbem Weg zwischen Grand-Place und dem Hauptbahnhof, mitten im Stadtteil, der UNESCO-Weltkulturerbe ist. Nachdem ich in den vierten Stock eines für Brüssel typischen Gebäudes hinaufgestiegen bin, empfängt mich Sabine Steyaert, die seit 1991 Direktorin der EFPA ist.

Was fasziniert Sie an der Psychologie?

Ich selbst bin keine Psychologin. Für meine Aufgaben ist das nicht notwendig. Aber dieselbe Arbeit für einen anderen Berufsstand auszuüben, wäre nicht das Gleiche. Ich habe im Lauf der Jahre erkannt, wie wichtig die Psychologie ist. Jeder von uns muss vielleicht im Verlauf seines Lebens eine Psychologin oder einen Psychologen benötigen: zum Beispiel eine Schulpsychologin, wenn das Kind Schwierigkeiten in der Schule hat, einen Laufbahnpsychologen, um eine berufliche Neuorientierung zu begleiten, oder eine Verkehrspsychologin, falls einem der Führerausweis entzogen wurde. Oft denken wir auch nicht daran, dass sogar beim Einkaufen, bei der Auswahl der Hintergrundmusik oder beim Design von Verpackungen häufig Psychologen mitwirkten.

Wie funktioniert die EFPA?

Die EFPA ist ein Netzwerk, in dem mehr als 300 000 Psychologinnen und Psychologen miteinander verbun-

den sind. Die Mitglieder der EFPA sind Psychologieverbände aus 36 verschiedenen Ländern. Unsere Rolle ist es, die Psychologie in Europa als Wissenschaft und Beruf zu fördern. Wir unterstützen die Entwicklung und Anwendung der Psychologie. Dies schlägt sich in einem breiten Arbeitsfeld nieder, darunter das Sammeln und der Austausch von Information, die Entwicklung von gemeinsamen Standards und Berufspraxen, die Interessenvertretung und das Lobbying auf europäischer Ebene, die Administration der Europsy-Zertifikate, die Teilnahme an europäischen Projekten, das Vermitteln von Fachleuten und die Organisation des alle zwei Jahre stattfindenden Kongresses.

Dienen die Aktivitäten der EFPA internen oder externen Zwecken?

Wir haben uns lange auf uns selbst und auf unsere eigenen Strukturen konzentriert. Robert Roe, der von 2009 bis 2015 EFPA-Präsident war, wollte dies ändern. Wir haben begonnen, mehr nach aussen zu kommunizieren, wenden uns an europäische Institutionen und Organisationen und gehen Partnerschaften ein. Psychologinnen und Psychologen müssen auf den oberen Ebenen präsent sein. Wenn sie nicht dort sind, wird ihr Platz von anderen eingenommen. Psychologinnen und Psychologen müssen dazu ihre Komfortzone verlassen und zusammenarbeiten. Für viele von ihnen ist dies nicht offensichtlich. Ein Arbeitspsychologe sagte mir einmal, dass ihm gleich am Anfang des Psychologiestudiums vermittelt wurde, dass jede Person ein eigenständiges Individuum sei und als solches betrachtet werden müsse. Es fällt Psychologinnen und Psychologen manchmal schwer, sich gemeinsam für eine Sache stark zu machen. Es ist uns aber nach und nach gelungen, die EFPA als verlässliche Partnerin auf europäischer Ebene bekannt zu machen. Wenn psychologische Expertise gefragt ist, sind wir die wichtigste Referenz.

Wird die EFPA oft nach Expertise gefragt?

Brüssel ist eine Stadt, in der vieles geschieht. Aus diesem Grund hat die EFPA entschieden, sich hier niederzulassen. Wir erhalten enorm viele Einladungen und könnten unsere gesamte Zeit an Anlässen verbringen. Leider verfügen wir aber nicht über ausreichende Ressourcen, um überall präsent sein zu können. Ich evaluiere alle Einladungen, um herauszufinden, ob unsere Präsenz dort notwendig ist. Zusammen mit dem Vorstand suche ich dann unter den Fachleuten in unseren Gremien nach einer geeigneten Person, die an den Anlass geht. Natürlich müssen wir uns an die von der Generalversammlung vorgegebenen strategischen Prioritäten halten. Wir versuchen aber, bei allen Fragen zur psychischen Gesundheit sowie bei den brennendsten

Themen, wie den Auswirkungen des Terrorismus oder der Flüchtlingskrise, mitzuwirken.

Wer arbeitet für die EFPA?

In Brüssel haben wir zwei Vollzeitstellen, verteilt auf drei Personen. Die grosse Aufgabe besteht in der Koordination. Wir stützen uns dabei auf fast 300 Freiwillige aus ganz Europa, die sich in unseren Gremien engagieren. Unser Vorstand besteht aus sieben Personen, die alle ehrenamtlich arbeiten. Die anderen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter teilen sich in etwa 20 Arbeitsgruppen auf: die «Boards», die permanenten «Standing Committees» und die auf zwei Jahre limitierten «Task Forces». Es ist eine sehr bereichernde Arbeit und gleichzeitig eine grosse Herausforderung, mit Menschen aus so vielen verschiedenen Nationen zusammenzuarbeiten. Es gibt zahlreiche Stereotype, die sich manchmal bestätigen, aber oft auch nicht. Die Mitgliedsländer haben unterschiedliche Erwartungen, an die wir uns jeweils anpassen müssen. Es gibt auch Unterschiede bezüglich Professionalisierungsgrad unserer Mitgliederorganisationen. Um nur ein Beispiel zu geben: Der italienische Verband vertritt 80 000 Psychologinnen und Psychologen, während der Berufsverband in Liechtenstein 40 Mitglieder aufweist.

Was erwarten Sie von Ihren Mitgliedsländern?

Dass sie uns über ihre Arbeit informieren. Es ist alles eine Frage der Kommunikation. Die Probleme in den verschiedenen Ländern weisen verblüffende Ähnlichkeiten auf. Es darf nicht vergessen gehen, dass die eigenen Erfahrungen für andere hilfreich sein können. Wir können sehr viel aus den Erfolgen oder dem Scheitern der anderen lernen. Daher ist der Austausch von Informationen von zentraler Bedeutung. Wir versuchen von unserer Seite, die Ergebnisse der Arbeitsgruppen besser zu kommunizieren. In diesem Jahr werden unsere Gremien am European Congress of Psychology, der im Juli in Amsterdam stattfindet, mindestens 40 Symposien und Diskussionsrunden organisieren, um die Resultate aus ihren Arbeiten und Überlegungen zu präsentieren. ♦

DIE INTERVIEWPARTNERIN

Sabine Steyaert ist die Tochter eines Belgiers und einer Deutschen und fühlt sich in erster Linie als Bürgerin Europas. Nachdem Sie zunächst im Personalwesen und bei der belgisch-luxemburgisch-deutschen Handelskammer gearbeitet hatte, wirkte sie beim Aufbau der EFPA-Geschäftsstelle in Brüssel mit, wo sie seit 1998 arbeitet.

Menschenrechte und Psychologie

Was können Psychologinnen und Psychologen zur Einhaltung der Menschenrechte beitragen?

Die FSP hat im Rahmen des «European Semester» Delegierte der EFPA zu einem Besuch der UNO eingeladen.

JOËL FREI

Mitte März haben sich Delegierte der Europäischen Föderation der Psychologenverbände (EFPA) mit Vertretenden der FSP in Genf getroffen. Die europäischen Psychologinnen und Psychologen besuchten zusammen drei Organisationen der Vereinten Nationen (UNO). Gastland des «European Semester» des ersten Halbjahrs 2017 ist die Schweiz, vertreten durch die FSP.

Das Treffen in der UNO-Stadt stand ganz im Zeichen der Menschenrechte. An diesen universalen und unveräusserlichen Rechten interessierte FSP-Mitglieder konnten sich mit den Delegierten des EFPA-Gremiums «Board on Human Rights» vernetzen und lernten wertvolle Werkzeuge kennen, mit denen Psychologinnen und Psychologen die Umsetzung der internationalen Verträge bezüglich Menschenrechte vorantreiben können. Im Zentrum des Tages stand neben dem Besuch des Hochkommissariats für Menschenrechte (OHCHR) und der Internationalen Organisation für Migration (IOM) ein Meeting mit Fachleuten der Weltgesundheitsorganisation (WHO).

Die niederländische Gesundheitspsychologin Polli Hagenaars, die den Vorsitz des «Board on Human Rights» innehat, betonte die Rolle der Psychologinnen

und Psychologen als Verantwortungsträger für ausgegrenzte und verletzte Gruppen, deren Rechte es zu verteidigen gelte. Das Fazit der Psychologin zu den Meetings: «Es war gut zu sehen, dass wir vieles gemeinsam haben. Es ist dies die Leidenschaft für unseren Beruf, aber auch das Engagement für das Wohlbefinden unserer Klientinnen und Klienten und im weitesten Sinne für die Menschheit.»

Zusammen die Menschenrechte verteidigen

Auch die FSP-Psychologinnen, die an den Treffen teilnahmen, zogen nach dem Tag in Genf positive Schlussfolgerungen. Die Berner Psychotherapeutin Corinne Walliser strich hervor: «Menschenrechte verteidigen heisst, aktiv zu werden.» Dabei gelte es, diese politische Arbeit mit anderen vernetzt voranzutreiben, denn alleine gehe es nicht. Gerade die Psychotherapie von Folteropfern sei sehr herausfordernd. Es sei darum hilfreich, sich im Austausch zu stärken und die Aufgaben, die über die psychologische Arbeit hinausgehen, auf mehrere Personen zu verteilen. «Forderungen bezüglich der Einhaltung der Menschenrechte sollten zudem an die richtigen Stellen gerichtet werden, um die Betroffenen besser schützen zu können.»

Die Aargauer Psychotherapeutin Iris Luykx meinte dazu: «Psychologie soll allen Menschen im Positiven dienen. Ich bin aus denselben ethischen Beweggründen, aus denen auch die Menschenrechte entstanden, Psychologin geworden.» Psychologie und Menschen-



Die Delegierten des «Board on Human Rights» mit den Vertretenden der FSP in Genf. Die EFPA vereint 36 Psychologieverbände in Europa und repräsentiert über 300 000 Psychologinnen und Psychologen.

rechte seien verbunden und könnten nicht getrennt voneinander verstanden werden. «Wenn jemand beispielsweise kein Dach mehr über dem Kopf hat und seine Sicherheit nicht mehr gewährleistet ist, ist es schwierig, einen psychologischen Gesundheits- und Wachstumsprozess in Gang zu setzen.»

Geflüchtete Menschen und Psychotherapie

In der Schweiz sind vor allem Flüchtlinge von Menschenrechtsverletzungen betroffen. «Die Psychologie soll dazu dienen, herauszufinden, wie Menschen aus anderen Kulturkreisen denken», meint Corinne Walliser. Eine gute Psychotherapeutin solle dieses andere Denken in all seinen Facetten, seien sie nun verbal oder nonverbal ausgedrückt, aufnehmen. «Dazu sind wir psychologisch gut geschult und haben die Möglichkeiten, Brücken für geflüchtete Menschen zu bauen.»

Solche Brücken zu Menschen aus anderen Kulturkreisen können gemäss den beiden Psychotherapeutinnen Empathie, Präsenz und Bindung sein. Diese drei zwischenmenschlichen Phänomene seien zentral in einer Therapie von geflüchteten Menschen, die traumatisiert wurden. Psychotherapeutin Iris Luykx: «Traumatisierung bedeutet immer auch ein Bindungsverlust. Die durch Menschen verursachten Traumata lösen in der Regel ein tiefes Gefühl von Ohnmacht, Einsamkeit und Verlorensein aus, einerseits, weil die Verbindung zu sich und seinen Stärken nicht mehr möglich ist, und andererseits, weil durch das Geschehene das Vertrau-

en in andere vermindert und somit auch die Bindung nach aussen gestört wird.»

Auch Corinne Walliser kennt die Herausforderungen einer Psychotherapie von Flüchtlingen. «In der Therapie kann Stille zusammen aushalten verbinden. Durch das Halten des Blickkontakts sind wir präsent und durch Gesten schaffen wir Offenheit.»

Einig sind sich beide Psychotherapeutinnen, dass die Therapie von traumatisierten Flüchtlingen schwierig ist. Iris Luykx: «Wir können selbst mit den besten traumatherapeutischen Methoden sicher nicht alles lösen, speziell dann, wenn sprachliche Grenzen gesetzt sind. Aber ich denke, wenn wir als Psychotherapeutinnen immer wieder bemüht sind, an unserer eigenen inneren Sicherheit und Präsenz zu feilen, und eine wertschätzende Haltung an den Tag legen, wird dies von Menschen in Not auch nonverbal verstanden. Es gibt ihnen Sicherheit und Vertrauen und lässt dadurch ihre Bindungsfähigkeit wieder wachsen.» ♦

INFORMATIONEN

human-rights.efpa.eu

UMWELTPSYCHOLOGIN

Die Gärtnerin

Andrea Arnold vermittelt zwischen den Bedürfnissen
des Menschen und den Bedürfnissen der Natur



Andrea Arnold arbeitet für die Agentur «Umsicht» in Luzern. Dort leitet sie Projekte, darunter den «Naschgarten».

Name: Andrea Arnold
Beruf: Umweltpsychologin
Kompetenzen: Zuhören und verstehen, draussen unterwegs sein, kreative und offene Art der Wissensvermittlung

noch jungen Pflänzchen und halfen fleissig mit, Hecken der Lorbeerkirsche, ein Neophyt, zu roden.

Eine Vision zeichnet sich ab

Ein rötlicher Vogel öffnet seine Flügel und schmiegt sich an die Umweltpsychologin. Er baumelt sanft am Band um Andrea Arnolds Hals. In ihrer Kindheit spazierte das verträumte Mädchen mit seinen Eltern in den Wald, um die Eichhörnchen zu beobachten und die Kaulquappen und Molche im Weiher zu zählen. «Ich erlebte schöne Naturmomente und lernte, meine Umwelt wertzuschätzen», erinnert sich Andrea Arnold. Später kommt sie mit Menschen zusammen, die ihren Horizont erweitern: «Ich hatte viele Aha-Erlebnisse mit Leuten, die eine Vision haben.» Während des Studiums der Sozial- und Umweltpsychologie an der Universität Zürich und an Vorlesungen der Umweltwissenschaften an der Eidgenössischen Technischen Hochschule Zürich (ETHZ) lernt die junge Frau Studierende kennen, die aus Umweltgründen kein Fleisch essen und nicht Auto fahren. Als sie bei ihrer ersten Wohngemeinschaft aus- und in eine andere einzieht, packt sie ihre Siebensachen in einen Veloanhänger und fährt damit und mit Freunden durch die Strassen der Limmatstadt.

Obwohl sie mit vielen Naturcracks zwischen Bergen, in Wäldern und auf Seen unterwegs ist, stellt sie ihr Studium der Psychologie nie infrage: «Die Psychologie ist eine wunderbare Basis, um ein Feld zu bereiten für das harmonische Gleichgewicht zwischen den Bedürfnissen von Mensch und Natur.»

Der Messebesucher isst Wurst

Für ihre Forschungsarbeit reist sie nach Thailand, um die Situation bezüglich Hygiene und sanitären Anlagen in den städtischen Vororten von Bangkok zu erfassen. Die Studienzeit hinter sich, wird ihre Begeisterung für die Arbeit im Outdoorbereich stärker. Die Psychologin engagiert sich freiwillig in einem Kletterlager für Menschen mit geistiger Behinderung und arbeitet als Praktikantin für verschiedene Organisationen der Umweltbildung, darunter auch die Vogelwarte Sempach. Während vielen Sommernächten zählt sie im Rahmen einer Doktorarbeit Steinkäuze in Süddeutschland und stattet die Vögel mit Sendern aus.

In den Beruf der Umweltpsychologin steigt Andrea Arnold ein, als sie ein Praktikum bei der Kommunikationsagentur «Umsicht» beginnt, das später in eine Festanstellung mündet. Die Luzerner Agentur braucht Unterstützung bei der Ausarbeitung eines Erlebnispfads in Grindelwald. Dieser sensibilisiert Touristen und Wanderer für die Möglichkeiten und den Vorteil

JOËL FREI

Im Herzen ist sie eine Gärtnerin. «Es ist schön, wenn ich mit den Händen im Dreck bin», sagt Andrea Arnold und lächelt verschmitzt. Mit ihren Händen in der Erde graben, das kann die Umweltpsychologin in ihrem Berufsalltag nicht oft. Doch dies ist okay für sie, denn ihr gefällt der Ausgleich zwischen Kopf und Hand an ihrer Arbeit. Seit knapp vier Jahren arbeitet sie nun schon für die Umweltagentur «Umsicht» in Luzern. Dort leitet sie neben vielen anderen Projekten den sogenannten «Naschgarten». Die Idee dahinter ist, die Spielplätze und öffentlichen Orte der Stadt in grüne Inseln zu verwandeln, wo sich die Kinder Beeren und andere Früchte, aber auch Kräuter wie Goldmelisse nach Lust und Laune in den Mund stecken können. Althergebrachtes Wissen über die Natur soll den Kindern weitergegeben werden. Woher kommen unsere Früchte im Regal der Supermärkte? Wann reifen sie heran? Wann kann man sie ernten?

Der erste «Naschgarten» entstand letztes Jahr in Zusammenarbeit mit der Stadtgärtnerei Luzern auf einem Spielplatz im Maihofquartier, das an den Rotsee grenzt. Die Leiterin dieses Pilotprojekts pflanzte ihren Setzling sorgfältig ein. Sie sprach sich mit den verantwortlichen Stellen der Stadtverwaltung ab und lud die Menschen im Quartier zu einem Aktionstag ein. Im Herbst kam der grosse Tag: Andrea Arnold konnte die ersten Früchte ihrer Arbeit ernten. An einem kühlen Morgen im September kamen elf Familien mit ihren Kindern. Die Psychologin kniete sich mit den Kleinen auf die Erde und bepflanzt den Spielplatz mit über hundert Setzlingen. Wissbegierig beschrifteten die Kinder Täfelchen für die



Die Umweltpsychologin mit Rad. In Luzern sind die Wege kurz und die Velostreifen breit.

von erneuerbaren Energien. Andrea Arnold kann ihre im Psychologiestudium erlernten Fertigkeiten, wie die Vermittlung von komplexen Sachverhalten sowie das Wissen um das Verhalten und die Gewohnheiten der Menschen, gut einbringen.

Ihre Fähigkeiten ergänzen sich optimal mit dem fachlichen Hintergrundwissen der Geografinnen, Biologen und Pädagogen, die für «Umsicht» arbeiten: «Informationen transportieren zu können ist wichtig. Wir sollten die Menschen für Umweltthemen sensibilisieren, ohne den Mahnfinger zu heben», meint die Psychologin. Fachbegriffe wie «Suffizienz», «Food Waste» oder «Klimawandel» übersetzt sie vom Abstrakten in den Alltag der Menschen und fokussiert dabei auf das Wohlbefinden und die Motivation ihrer Klientinnen und Klienten. «Die Umweltpsychologie setzt bereits beim Problemverständnis ein. Es macht keinen Sinn, das Autofahren zu verbieten. Wir sollten stattdessen

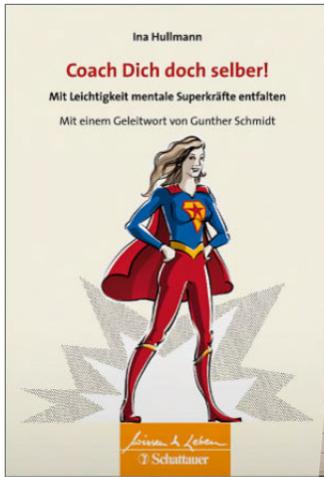
fragen: Warum brauchst du das Auto, um dich wohl zu fühlen und glücklich zu sein?»

Die Umweltpsychologin weiss, wovon sie spricht. An der Luga, der Zentralschweizer Frühlingsmesse, ist sie vor Ort. «Der typische Messebesucher fährt mit dem Auto hin, packt den Kinderwagen aus, isst seine Wurst und will ein Erlebnis konsumieren», meint Andrea Arnold. Sie steigt spielerisch in diese Konsumwelt ein, zeigt etwa Zeichentrickfilmchen oder auch Exponate, um ihre Message rüberzubringen. Ihre Erfahrungen, die sie während ihres Arbeitslebens und dank vielen menschlichen Begegnungen angesammelt hat, kommen einer Schatzkiste gleich, in die sie als umsichtige Projektleiterin greifen kann. Dabei gilt ihr besonderes Augenmerk der Sensibilisierung der kleinsten unter den Erdenbürgern.

Der Sohn erkennt den Vogel am Himmel

Während des Psychologiestudiums in Zürich absolviert Andrea Arnold ein Praktikum in der Kinder- und Jugendpsychologie. Später, als Mutter eines Sohnes und einer Tochter, lernt sie, wie sie Wissen so vermitteln kann, dass die Schönheit der Natur auf sinnlicher Ebene fassbar wird. Im Winter geht sie mit ihren Kindern in den Wald, um Tierspuren zu finden oder Feuer zu machen. Sie spaziert mit ihnen an die Sihl und schaut, wie das Eis schwimmt. Sie bildet ihre Kinder nicht bewusst in Umweltthemen. Die Mutter zeigt ihnen aber vieles, auch die Vögel, sobald diese die Winterstarre abschütteln oder aus dem Süden zurückfliegen, um ihre Schwingen im Frühlingswind auszustrecken. «Als mein dreijähriger Sohn das erste Mal «oh, schau! Ein Rotmilan!» ausrief, fand ich das sehr schön. Er kennt schon viele Tiere und hat ein Gespür für sie», sagt Andrea Arnold und strahlt.

Doch nicht nur die Vögel hat die Umweltpsychologin in ihr Herz geschlossen. Zurzeit ist sie in einer Weiterbildung in systemischer Erlebnispädagogik. Alle zwei, drei Monate ist sie nomadisch unterwegs. Zehn Tage steuerte sie ein Kanu vor der Meeresküste Griechenlands. Bei minus 20 Grad übernachtete sie im luzernischen Entlebuch unter dem freien Winterhimmel. Im Fokus der Weiterbildung stehen die Ressourcenförderung, Gruppendynamik und das prozessorientierte Begleiten der Teilnehmenden. Die Psychologin könnte sich vorstellen, in Zukunft Menschen mit geistiger Behinderung in der Natur zu begleiten. Es wäre eine Weiterentwicklung ihres freiwilligen Engagements für die Kletterlager auf dem Sustenpass, wo sie ihren Mann, einen Bergführer, kennenlernte. Die Liebe zur Natur und die Liebe zum Menschen, sie schliessen sich nicht aus. Wie oft im Leben ist die Liebe ein Sowohl-als-auch. ♦



1



2

1 Coach dich doch selber!

Ina Hullmann

Mit Leichtigkeit mentale Superkräfte entfalten

Ein kleines Buch aus grossem Hause: Der Schattauer-Verlag, bekannt für grosse Monografien und Lehrbücher, bringt ein Buch mit diesem frisch-frechen Titel heraus, von dem grossen Gunther Schmidt eingeleitet. «Mit Leichtigkeit mentale Superkräfte entfalten», steht im Untertitel.

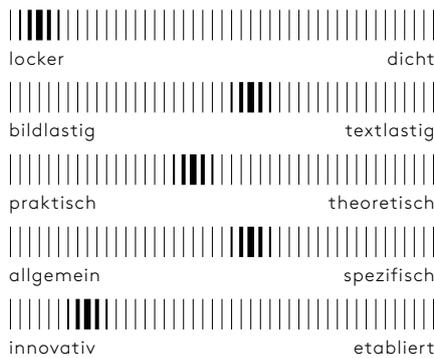
Wenn es so leicht wäre, sich selbst umzuprogrammieren, bräuchte es die Heerscharen von Helfenden und die explodierende Masse der Ratgeberliteratur wohl nicht. Die junge, weibliche Superwomanfigur auf dem Umschlag lässt mich an wohlbehütete, narzisstische junge Frauen denken, aber dann wage ich doch einen Blick in das Buch ... und bin begeistert! Es führt in einer an Metaphern reichen, bildhaften, leichten Sprache in die Tiefen der Selbstheilung ein.

Die Autorin vermittelt auf anschauliche und kundige Weise, wie einfach manchmal das «Perlentauchen» in die unendlichen mentalen Landschaften des Unbewussten sein kann. Hier werden neueste Erkenntnisse der Psychotherapieforschung und Neurowissenschaften aufgegriffen, um Möglichkeit der Selbststeuerung und

Selbstprogrammierung aufzuzeigen. Der Fokus liegt nicht auf der Selbstblockade, sondern auf der Lösung derselben.

Zahlreiche meditative Anleitungen zur Lösungsstrance führen uns in die inneren «Wachstumszonen» unserer Stärken und Tugenden ein. Wer das Buch aufmerksam liest und sich auf die Übungen einlässt, findet auf seinen Seiten ein kreatives, polypotentes Instrument zur Selbstheilung.

Hans Menning, Fachpsychologe für Psychotherapie FSP



Preis: CHF 28.90 Seiten: 187
 ISBN: 978-3-7945-7945-7 Erschienen: 2016
 Verlag: Schattauer, Stuttgart

2 Einfach öko

Marcus Franken, Monika Götze

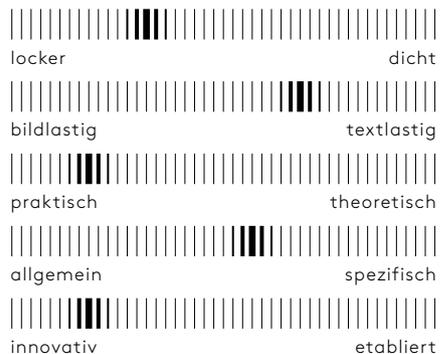
Besser leben, nachhaltig wohnen! 200 Tipps, die wirklich was bringen

Ein Klimawandel-Verneiner regiert das mächtigste Land der Welt und hierzu-lande stimmen wir über eine Energiestrategie 2050 ab, der im Parlament die Zähne gezogen wurde. Die Politiker scheinen sich von den Themen Nachhaltigkeit und Energieeffizienz verabschiedet zu haben und betreiben eine Vogel-Strauss-Taktik.

Der Wandel muss daher von unten angestossen werden. Die gute Neuigkeit ist, dass wir dazu nicht unser Leben auf den Kopf stellen müssen. Denn eine Wohnung aus gesunden Materialien, sparsame Haushaltsgeräte, weniger Abfall, fair produzierte Bettwäsche: Wer möchte diese Dinge nicht?

Der Umweltjournalist Marcus Franken und die Energieexpertin Monika Götze haben Wohnen, Leben und Einkaufen unter die Lupe genommen. Sie bestimmten ökologische Fussabdrücke und errechneten Einsparpotenziale. Entstanden ist ein Ratgeber mit vielen konkreten, leicht umsetzbaren Tipps, wie ein nachhaltiger Lebensstil gelingen kann. Ganz im Sinne der Umweltpsychologie kann jede und jeder da ansetzen, wo es leicht fällt oder sich die Lebensqualität spürbar steigern lässt.

Ein Ratgeber, der Klima-Gangster zu Öko-Helden macht. Diese Lektüre können wir dem US-Präsidenten wärmstens empfehlen. /jof



Preis: CHF 24.50 Seiten: 192
 ISBN: 978-3-86581-836-2 Erschienen: 2017
 Verlag: oekom, München

CARTOON



IMPRESSUM

Föderation der Schweizer Psychologinnen und Psychologen FSP
Psychoscope 3/2017, vol. 38

Chefredaktorin
Aurélie Faesch-Despont (ade),
redaction@fsp.psychologie.ch

Redaktor
Joël Frei (jof), redaktion@fsp.psychologie.ch

Redaktionskommission
Hans Menning, Dipl.-Psych., Dr.rer.med. (Präsident); Tanja Bellier-Teichmann, MSc psych.; Laurent Berthoud, Dr. phil.; Carole Herzog, lic. phil.; Denise Lang, lic. phil.; Gregory Zecca, MSc psych. Die Artikel stellen die Meinung der Autoren respektive Autorinnen dar.

Redaktionsadresse
Choisystrasse 11, 3008 Bern
Tel. 031 388 88 00, www.psychologie.ch

Abonnement
Stämpfli AG, Tel. 031 300 62 64,
abonnemente@staempfli.com
Fr. 90.–, Fr. 100.– Ausland, (Studierende Fr. 50.–). Der Abonnementspreis ist im Jahresbeitrag der FSP-Mitglieder eingeschlossen.

Inserate
Stämpfli AG, Tel. 031 300 63 83,
Fax 031 300 63 90, inserate@staempfli.com
Insertionsschluss

2. des vorangehenden Monats.
Totalauflage (WEMF beglaubigt)
7756 Exemplare, davon 4913 auf Deutsch.

Erscheinungsweise
6-mal jährlich.
Grafisches Konzept
Oloid Concept, Zürich.
Layout
Sandra Khlifi, Stämpfli AG.
Druck
Stämpfli AG, 3001 Bern.
ISSN-Nr.: 1420-620X

Bilder
Cover: Laif.de – Alix Minde/Photo Alto.
Inhalt: Flickr.com – David Whelan (Seiten 4 und 10). Keystone.ch – Alexandra Wey (S.4). Shutterstock.com – BlueSkyImage (S.4); Cineberg (S.5); padu_foto (S.8); Kathryn Seckman Kirsch (S.22). Thinkstockphotos.com – nixki (S.6); Tnachess (S.7). Fotolia.com – Eisenhans (S.12). SBB CFF FFS (S.20). Flaticon.com – Freepik (S.9); Pavel Kozlov (S.9). zvg (Seiten 3, 25, 29 und 33).

Fotografien
Aurélie Faesch-Despont (S.26).
Daniel Uhl (Seiten 30 und 32).

Illustrationen
Karl Herweg (S.14).
Christoph Biedermann (S.34).

Psychoscope auf Twitter

 @FSP_psychoscope folgen

FSP – DER VERBAND FÜR PSYCHOLOGINNEN UND PSYCHOLOGEN

Psychoscope wird von der Föderation der Schweizer Psychologinnen und Psychologen FSP herausgegeben. Mit über 7000 Mitgliedern ist die seit 1987 bestehende FSP der grösste Schweizer Berufsverband für Psychologinnen und Psychologen. Zu den Zielen der FSP gehören:

- Der Schutz der Öffentlichkeit vor missbräuchlicher Anwendung der Psychologie
- Die Verbesserung der gesellschaftlichen, ökonomischen und rechtlichen Stellung der in der Schweiz tätigen Psychologinnen und Psychologen sowie ihre Vernetzung
- Die Förderung der psychologischen Aus-, Weiter und Fortbildung

FSP-Mitglied kann werden, wer über einen Hochschulabschluss auf Masterstufe in Psychologie verfügt. FSP-Mitglieder haben das Recht, den Titel Psychologe/Psychologin FSP zu tragen, der für qualitativ hochstehende psychologische Dienstleistungen steht, und profitieren von attraktiven Dienstleistungen.

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

www.psychologie.ch → Mitglied werden

MAI 2017

Postgraduale Weiterbildungen in Kinder- und Jugendpsychologie (MAS KJP)

Erfüllen kumuliert die Anforderungen für den Fachtitel Fachpsychologe/in in Kinder- und Jugendpsychologie FSP.

Leitung Studiengangkommission:

Prof. Dr. A. Grob, Universität Basel

Anmeldung: laufend

Weitere Infos: www.mas-kjp.unibas.ch

Formation en Psycho-Sexologie Positive – (FPSP)

Comprend une formation en **Thérapie Sexuelle Positive (FTSP)**, et une formation en **Thérapie Conjugale Positive (FPSP)**, 8 modules théoriques et pratiques totalisant 60 heures chacune pour un total de 120 heures. Les participant(e)s peuvent prendre soit les deux formations (FPSP de 16 modules), soit l'une ou l'autre de ces deux formations

Enseignants: Yvon Dallaire, psychologue et Iv Psalti, sexologue
Lausanne toute l'année

Forum

Vom Zauber der Worte. Zum Sprung vom Somatischen ins Psychische und die Bedeutung von Metaphern

Annemarie Andina-Kernen, Dr. phil. (Zug)

Datum: Freitag, 5. Mai 2017

- 20.30 Uhr im Freud-Institut Zürich, Zollikerstr. 144, 8008 Zürich
- unentgeltlich, anerkannt von SGPP und PSY-Verbänden, je 2 Credits
- öffentliche Veranstaltung, keine Anmeldung erforderlich
- **Detail-Informationen unter** www.freud-institut.ch

Einstieg in die Psychoanalyse Narzissmus und Ödipuskomplex

Hanspeter Stulz, Dr. med. (Basel)

Datum: Montag, 8. Mai 2017

- für Studierende aller Fakultäten
- 19.30 Uhr
- Eintritt frei, keine Anmeldung erforderlich
- anerkannt von SGPP und PSY-Verbänden, je 2 Credits
- Hauptgebäude der Uni Zürich. Hörsaal/ Programm unter www.freud-institut.ch

Infoabend zum Lehrgang Integrative Körperpsychotherapie IBP

Leitung: Silvia Pfeifer, lic.phil. I, Psychologin FSP

Datum: 18.5.2017, 19.30–21.30 Uhr

Ort: IBP Institut, Winterthur

Anmeldung: www.ibp-institut.ch, Tel. 052 212 34 30

Introduction de l'EFT (Emotional Freedom Technique) à la psychothérapie

Date: 18–19 mai 2017

Lieu: Mies

Organisateurs: Florence Bory, psychologue dipl. FSP et Corinne Tihon Ivanyi, psychologues dipl. spécialiste en psychothérapie FSP
Information: eftpsyp@gmail.com

Rendez-vous mit dem Autor «...Unendliche Weiten.» – Einführung in die Psychoanalyse Ignacio Matte Blancos

Gerhard Dammann, PD Dr. med. Dipl.-Psych. Dipl.-Soz.

Datum: Freitag, 19. Mai 2017

- unentgeltlich
- 20.30 Uhr im Freud-Institut Zürich, Zollikerstr. 144, 8008 Zürich
- anerkannt von SGPP und PSY-Verbänden, pro Vortrag 2 Credits
- öffentliche Veranstaltungen, keine Anmeldung erforderlich
- **Detail-Informationen unter** www.freud-institut.ch

PSI-Qualifikation für systemische Berater & Coaches

Mit Prof. Dr. Julius Kuhl und D. Gunsch

Datum: ab 29.5.17

wilob AG, Henschikerstrasse 5, 5600 Lenzburg
www.wilob.ch, kontakt@wilob.ch

Mediative Gesprächsführung

Datum: 29.–30. Mai 2017

Dozent: Raymund Solèr

Ort: IEF, Institut für systemische Entwicklung und Fortbildung, Zürich, Tel. 044 362 84 84, www.ief-zh.ch

Störungsspezifische Systemtherapie in Theorie und Praxis

Daten: 29.–31. Mai 2017

Dozent: Hans Lieb

Ort: IEF, Institut für systemische Entwicklung und Fortbildung, Zürich, Tel. 044 362 84 84, www.ief-zh.ch

Weiterbildung in Klientenzentrierter Psychotherapie (focusing- und körperorientiert) 2017

Informationsabende (Bitte Anmelden):

Nähe Basel:

- Dienstag, 30. Mai 18.30–20.30 Uhr
Ort: Gemeinschaftspraxis Kruschker, Faedi, Moser, Binnergerstrasse 5/7, Münchenstein, ca. 5 Minuten mit Tram 11 von HB Basel Richtung Reinach, Haltestelle Spengler

In Zürich:

- Donnerstag, 8. Juni 18.30–20.30 Uhr
Ort: Zürich, Konradstr. 54, Nähe HB

In Bern:

- Freitag, 9. Juni 18.00–20.00 Uhr

Ort: Gemeinschaftspraxis Effingerstrasse 6a, Bern, Nähe HB

Einstieg in Weiterbildung bis Ende August 17 möglich

Anbieter: Ausbildungsinstitut GfK

Kontakt: gfk.kontakt@bluewin.ch

Homepage: www.gfk-institut.ch

JUNI 2017

Was bewegt den Menschen?

Existenzanalytische Motivationstheorie im Überblick

Datum: 17.6.2017, 9.30–17 Uhr

Ort: Bern

Information und Anmeldung:

Gesellschaft für Existenzanalyse Schweiz, Tel. 031 332 42 05, ges@existenzanalyse.org, www.existenzanalyse.ch

Retreat und Weiterbildung in Yoga-Psychotherapie (YPT)

Yoga-Tools als psychotherapeutische Interventionen. Weiterbildung für Psychotherapeuten mit Interesse an Yoga. Studien- und Ferienwoche in der sommerlichen Bergwelt von Leukerbad.

Datum: 18.–23. Juni 2017

Ort: Spa- und Wellness-Hotel Le Bristol, Leukerbad

Weitere Informationen:

www.miriampopper.ch/Kurse

Systemisches Elterncoaching

Start: 19. Juni 2017 (Dauer: 11 Tage)

Leitung: Marianne Egloff

Ort: IEF Institut für systemische Entwicklung und Fortbildung, Zürich, Tel. 044 362 84 84, www.ief-zh.ch

Einführungskurs IBP erleben

Zum lebens- und praxisnahen Kennenlernen der Konzepte der Integrativen Körperpsychotherapie IBP

Datum: 22.–24.6.2017

Ort: Chlotisberg

Leitung: Corinna Möck-Klimek, Diplomsoziologin & Silvia Pfeifer, lic.phil. I, Psychologin FSP

Anmeldung: www.ibp-institut.ch, Tel. 052 212 34 30

Verlusterlebnisse

Trauer, Abschied nehmen und Kontaktabbruch in der Familie

Namhafte Referenten und Referentinnen beleuchten aus interdisziplinärer Sicht, was es bedeutet, wenn Familienangehörige sterben, nicht mehr da sind oder Kontakte abbrechen. Wie gehen Kinder, Geschwister oder Eltern mit Verlusterfahrungen um und wie können sie dabei unterstützt werden?

Datum: 23. Juni 2017, 9–16.30 Uhr

Veranstalter: Institut für Familienforschung und -beratung, Universität Fribourg

Information: www.unifr.ch/iff

Vortragszyklus «Setting und Identität»

The work of the negative and the psycho-analytic frame

Gregorio Kohon, writer, psychoanalyst (London)

Datum: Freitag, 23. Juni 2017

• 20.30 Uhr im Freud-Institut Zürich, Zollikerstr. 144, 8008 Zürich

- unentgeltlich, anerkannt von SGPP und PSY-Verbänden, je 2 Credits
- öffentliche Veranstaltung, keine Anmeldung erforderlich
- **Detail-Informationen unter** www.freud-institut.ch

Erfolgsfaktoren im Coaching

Leitung: Peter Behrendt, Dipl. Psychologe
Geschäftsführer des Freiburg Instituts
Datum: 23.6.2017
Ort: Bern
Information & Anmeldung: www.sscp.ch

Hypnosystemische Ressourcenarbeit bei Angst und Panik

Datum: Donnerstag und Freitag, 24.-25. August
Leitung: Pract. med. Christian Schwegler
Ort: Institut für Ökologisch-systemische Therapie, Klosbachstrasse 123, 8032 Zürich, www.psychotherapieausbildung.ch

Sucht, Angst, Zwang und Essstörungen

Datum: 26.-27. Juni 2017
Dozent: Reinhold Bartl
Ort: IEF, Institut für systemische Entwicklung und Fortbildung, Zürich, Tel. 044 362 84 84, www.ief-zh.ch

Session d'initiations et ateliers pratiques (formation continue universitaire)

Thérapies basées sur la mentalisation
Date: du 26 au 29 juin 2017 à l'Université de Genève
Informations et inscriptions: mentalisation.unige.ch/mentalisation@unige.ch

Jubiläumstagung «Das IEF wird 50! Von der Epigenetik über persönliche Erfahrung zur Mehrgenerationenperspektive»

Datum: 30. Juni 2017
Referenten: Gunther Schmidt, Peter Spork, Sacha Batthyany
Ort: Zürich

Forum**Otto Gross: Zwischen Psychoanalyse und Anarchie, zwischen Wissenschaft und Visionen**

Sabine Richebächer, Dr. phil. (Zürich)
Datum: Freitag, 30. Juni 2017
• 20.30 Uhr im Freud-Institut Zürich, Zollikerstr. 144, 8008 Zürich
• unentgeltlich, anerkannt von SGPP und PSY-Verbänden, je 2 Credits
• öffentliche Veranstaltung, keine Anmeldung erforderlich
• Detail-Informationen unter www.freud-institut.ch

JULI 2017**Agenda Institut für Ökologisch-systemische Therapie 2017 Psychoscope**

Hypnotherapeutische Ansätze bei Depression und Burnout
Datum: Montag-Dienstag, 10.-11. Juli 2017
Leitung: Dipl.-Psych. Ortwin Meiss
Ort: Institut für Ökologisch-systemische Therapie, Klosbachstrasse 123, 8032 Zürich, www.psychotherapieausbildung.ch

AUGUST 2017**Anerkannte Psychotherapieausbildung: Systemisch-lösungsorientierte Therapie für Einzelne, Paare und Familien (wilob®)**

prov. BAG, FSP & FMH & ASP & SBAP & Systemis.ch anerkannt!
Fr. 14 000 (Grund- und Aufbaukurs), mit weltbekannten Dozenten wie Dr. Gunther Schmidt, Jürgen Hargens, Dr. Guy Bodenmann, Dr. Uli Clement, Dr. Ben Furman, u.v.m.
Datum: ab 21.8.17
wilob AG, Hendschikerstrasse 5, 5600 Lenzburg
www.wilob.ch, kontakt@wilob.ch

Psychodramatische Aufstellungsarbeit im Einzelsetting

Leitung: Roger Schaller
Literatur: Schaller, R. (2016). Stellen Sie sich vor, Sie sind?(Hogrefe)
Datum: 25./26. August 2017 in Olten
Info/Anmeldung: Institut für Psychodrama und Aktionsmethoden, www.ipda.ch, info@ipda.ch

EinBlick ins Gehirn: Aktuelles aus der Psychiatrie für Therapeuten

Samstag, 26. August 2017
Careum Weiterbildung Aarau
Kursleitung: Prof. Dr. med. Dieter F. Braus
Zielgruppen: Therapeuten, Pflegende, Studierende, interessierte Rehabilitationsfachleute
Kosten: CHF 190.- inkl. Verpflegung (CHF 70.- Rabatt für Studierende)
Informationen und Anmeldung: http://kurse.rehabellikon.ch

Infoabend zum Lehrgang Integrative Körperpsychotherapie IBP

Leitung: Silvia Pfeifer, lic.phil. I, Psychologin FSP
Datum: 30.8.2017, 19.30-21.30 Uhr
Ort: IBP Institut, Winterthur
Anmeldung: www.ibp-institut.ch, Tel. 052 212 34 30

Jahrestraining Intuitive Präsenz

1-jährige Intuitionsschulung bestehend aus 5 Modulen
Start: 31.8.2017
Leitung: Darrel Combs
Ort: Schloss Glarisegg, Steckborn
Anmeldung: www.ibp-institut.ch, Tel. 052 212 34 30

SEPTEMBER 2017**Der Wandel der systemischen Therapie**

mit Dr. Kurt Ludewig
Datum: 4./5.9.17
wilob AG, Hendschikerstrasse 5, 5600 Lenzburg
www.wilob.ch, kontakt@wilob.ch

Hypnosystemische Konzepte in der Paartherapie

Datum: 4.-5. September 2017
Dozent: Gunther Schmidt
Ort: IEF, Institut für systemische Entwicklung und Fortbildung, Zürich, Tel. 044 362 84 84, www.ief-zh.ch

Führungskompetenz Mediation

Datum: 4.-5. September 2017
Dozent: Raymond Solèr
Ort: IEF, Institut für systemische Entwicklung und Fortbildung, Zürich, Tel. 044 362 84 84, www.ief-zh.ch

ISPNE – 47. jährliche Konferenz der International Society of Psychoneuroendocrinology

Organisation: Prof. Dr. Ulrike Ehlert
Datum: 7.-9. September 2017
Ort: Hauptgebäude der Universität Zürich
Information und Anmeldung: www.ispne2017.ch

Meine Emotionen als Mediator/in

Datum: 8. September 2017
Dozentin: Jana Juran
Ort: IEF, Institut für systemische Entwicklung und Fortbildung, Zürich, Tel. 044 362 84 84, www.ief-zh.ch

Die Kunst des Patchworks – Wie neue sexuelle Partnerschaften gelingen können

Ein Einblick in Aspekte der Sexualtherapie und Sexualberatung.
Mit ressourcenorientierten Erfahrungen und Übungen werden verschiedene Patchwork Konstellationen beleuchtet und hilfreiche Grundregeln zum Gelingen von neuen sexuellen Beziehungen vermittelt.
Datum: 8.9.2017, 10-18.00 Uhr
Ort: IBP Institut, Winterthur
Leitung: Notburga Fischer, Robert Fischer
Anmeldung: www.ibp-institut.ch, Tel. 052 212 34 30

Patchwork-Familien Bindung, Elternschaft und Paarbeziehung

Leitung: Dr. phil. Carole Gammer
Datum: 8./9. Sept. 2017, jeweils 9-17 Uhr
Ort: AZ Hottingen, Asylstrasse 71, 8032 Zürich
Info/Anmeldung: www.phasischesystemtherapie.ch, info@gammer.ch

Weiterbildung CAS Integrative Verfahren im Coaching

Beginn Lehrgang: 11. September 2017
Ort: IAP Institut für Angewandte Psychologie, Pfingstweidstrasse 96, 8005 Zürich
Information & Anmeldung: www.zhaw.ch/iap/cas-ivc

State of the Art Seminar «CBASP: Behandlung chronischer Depressionen»

Leitung: Dr. phil. Batya Licht
Datum: 13. September 2017, 9.15 Uhr-17 Uhr
Information: Klaus-Grawe-Institut für Psychologische Therapie, Grossmünsterplatz 1, 8001 Zürich
Anmeldung per E-Mail an info@ifpt.ch oder telefonisch +41 (0)44 251 24 40
Maximal 20 Teilnehmer

Verstehen und verändern in Coachingprozessen

Leitung: Barbara Heiniger Haldimann, lic. phil. Psychologie Klaus-Grawe-Institut für Psychologische Therapie, Zürich
Datum: 15.9.2017 & 3.11.2017
Ort: Bern
Information & Anmeldung: www.sscp.ch

Achtsamkeit für psychotherapeutisch Tätige FSP und FMH anerkannt.

Datum: 15.-17. September 2017
Ort: Haus Rutishauser, Mattwil
Kosten: Seminarkosten Fr. 350.-; Kost und Logis Fr. 200.-
Anmeldung: Monika Schäppi, Fachpsychologin für Psychotherapie FSP, Stolzestrasse 3, 8006 Zürich, Telefon 044 281 32 82, Mail: monika.schaeppi@psychologie.ch www.monika-schaeppi.ch

Die Gruppe als «Ressourcentreibhaus»

Datum: 18.-19. September 2017
Dozentin: Sonja Spiessberger-Roth
Ort: IEF, Institut für systemische Entwicklung und Fortbildung, Zürich, Tel. 044 362 84 84, www.ief-zh.ch

Grundlagen in Systemischer Therapie und Beratung

Start: 21. September 2017 (Dauer: 2 Jahre)
Leitung: Stephanie Rösner
Ort: IEF, Institut für systemische Entwicklung und Fortbildung, Zürich, Tel. 044 362 84 84, www.ief-zh.ch

Personzentrierte Psychotherapie mit traumatisierten KlientInnen: Focusing als Metamodell moderner Traumatherapie

Leitung: Paula Ritz, Ausbilderin pca
Datum: 22.-24.9.2017
Ort: Zürich
Infos: pca.acp, Schweizerische Gesellschaft für den Personzentrierten Ansatz, Josefstr. 79, 8005 Zürich, Tel. 044 271 71 70, www.pca-acp.ch, info@pca-acp.ch

Hypnotherapeutische Ansätze bei Depressionen und Burnout

Datum: 25.-26. September 2017
Dozent: Ortwin Meiss
Ort: IEF, Institut für systemische Entwicklung und Fortbildung, Zürich, Tel. 044 362 84 84, www.ief-zh.ch

Weiterbildung MAS Kinder- & Jugend-psychotherapie (BAG anerkannt)

Beginn Lehrgang: 28. September 2017
Ort: IAP Institut für Angewandte Psychologie, Pfingstweidstrasse 96, 8005 Zürich
Information & Anmeldung: www.zhaw.ch/iap/mas-kjpt

Ego State Therapie – Einführung

Datum: 28./29. September 2017
Dozent: Dr. René Hess
Ort: Systemisches Institut Bern
Anmeldung: www.si-bern.ch

OKTOBER 2017

Mediation Grundausbildung

Start: 2. Oktober 2017 (Dauer: 18 Tage)
Leitung: Raymund Solèr
Ort: IEF, Institut für systemische Entwicklung und Fortbildung, Zürich, Tel. 044 362 84 84, www.ief-zh.ch

Professionelle Unterstützung für Eltern und Kinder bei Trennung und Scheidung

Datum: 2.-3. Oktober 2017
Dozentin: Heiner Krabbe
Ort: IEF, Institut für systemische Entwicklung und Fortbildung, Zürich, Tel. 044 362 84 84, www.ief-zh.ch

Psychose und Familie. Was das eine mit dem anderen zu tun hat

Datum: Mittwoch-Donnerstag, 4.-5. Oktober 2017
Leitung: Dr. med. David Briner
Ort: Institut für Ökologisch-systemische Therapie, Klosbachstrasse 123, 8032 Zürich, www.psychotherapieausbildung.ch

Kognitive und verhaltenstherapeutische Ansätze, Verfahren und Interventionen in der Traumatherapie

Leitung: Dr. phil. Doris Denis
Datum: 13. und 14. Oktober 2017
Ort: Schaffhausen
Information und Anmeldung: Psychotherapeutisches Institut im Park, Steigstrasse 26, 8200 Schaffhausen, Tel. 052 624 97 82, info@iip.ch, www.iip.ch

Traumbilder

Leitung: Simone Grawe, Ausbilderin pca
Datum: 14.-17.9.2017
Ort: Südfrankreich, Nähe Nîmes
Infos: pca.acp, Schweizerische Gesellschaft für den Personzentrierten Ansatz, Josefstr. 79, 8005 Zürich, Tel. 044 271 71 70, www.pca-acp.ch, info@pca-acp.ch

HypnoSystemische Strukturaufstellungen nach Syst®

Mit O. Martin und J. Andersch
Datum: ab 19.10.17
wilob AG, Hendschikerstrasse 5, 5600 Lenzburg
www.wilob.ch, kontakt@wilob.ch

Achtsames Selbstmitgefühl

Training in Mindful Self-Compassion (MSC). 8 Sitzungen à 3 Stunden + 1 Halbtages-Retreat
Infoabend am 23.8.17, 19.30-21.00 Uhr
Datum: Start 25.10.2017
Ort: IBP Institut, Winterthur
Leitung: Gandhera Brechbühl, Silvia Pfeifer
Anmeldung: www.ibp-institut.ch, Tel. 052 212 34 30

Entwickle deine Stärke – Hypnosystemische Therapie und Klopftechniken in Kombination

Datum: 25.-26. Oktober 2017
Dozentin: Eva Albermann
Ort: IEF, Institut für systemische Entwicklung und Fortbildung, Zürich, Tel. 044 362 84 84, www.ief-zh.ch

NOVEMBER 2017

79. Schweizer Seminare für Kathym Imaginative Psychotherapie KIP

Datum: 2. bis 5. November 2017, Thun
Information: Sekretariat SAGKB/GSTIC Marktgasse 55, Postfach, 3001 Bern www.sagkb.ch

Hypnosystemisches Coaching – mit Leichtigkeit!

Datum: 6.-7. November 2017
Dozentin: Ina Hullmann
Ort: IEF, Institut für systemische Entwicklung und Fortbildung, Zürich, Tel. 044 362 84 84, www.ief-zh.ch

Fortbildung Sexualtherapie und Sexualberatung

21 Fortbildungstage für PsychotherapeutInnen und BeraterInnen
Start: 8.11.2014
Ort: Seminarzentrum Chlotisberg, Gelfingen LU
Leitung: Robert Fischer, Dr. med & Notburga Fischer, Sexualtherapeutin, Coach IBP
Anmeldung: www.ibp-institut.ch, Tel. 052 212 34 30

Weiter-/Fortbildung zum/r Integrativen Körperpsychotherapeut/in IBP

4-jähriger, von den Berufsverbänden (FSP, ASP, SBAP, FMH) anerkannter Weiterbildungslehrgang für PsychologInnen und ÄrztInnen. Für bereits psychotherapeutisch tätige Fachpersonen kann ein indivi-duelles Fortbildungsprogramm vereinbart werden.
Start: 11.11.2017
Ort: Deutschschweiz
Ausbildungsleitung: Eva Kaul, Dr. med., Silvie Pfeifer, lic. phil. I, eidg. anerkannte Psychotherapeutin
Anmeldung: www.ibp-institut.ch, Tel. 052 212 34 30

Elterncoaching mit psychisch beeinträchtigten Eltern

Datum: 13.-14. November 2017
Dozentin: Sonja Ott Seifert
Ort: IEF Institut für systemische Entwicklung und Fortbildung, Zürich, Tel. 044 362 84 84, www.ief-zh.ch

Undercurrents

Undercurrents ermöglicht über «Open Floor» unter die Oberfläche des eigenen Lebens zu schauen, auf die starken Kräfte, die die tiefen Gewässer der Psyche bewegen. «Open Floor» ist eine Synthese aus individueller, angeleiteter Bewegungs-Session und intensivem Gruppenprozess. 2-jähriges Training, bestehend aus 5 Modulen à 6 Tage.
Start: 14.11.2017
Ort: Seminarhaus Schweibenalp, Brienz
Ausbildungsleitung: Andrea Juhan, Ph. D.
Anmeldung: www.ibp-institut.ch, Tel. 052 212 34 30

State of the Art Seminar

«Gestresste Kinder und Jugendliche»
Leitung: Lic. phil. Nusa Sager-Sokolic
Datum: 15. November 2017, 9.15 Uhr bis 17 Uhr
Information: Klaus-Grawe-Institut für Psychologische Therapie, Grossmünsterplatz 1, 8001 Zürich
Anmeldung per E-Mail an info@ifpt.ch oder telefonisch +41 (0)44 251 24 40
 Maximal 20 Teilnehmer

Die Heldinnenreise

Datum: 17.-18. November 2017
Dozentin: Elsbeth Freudenfeld
Ort: IEF, Institut für systemische Entwicklung und Fortbildung, Zürich, Tel. 044 362 84 84, www.ief-zh.ch

Personzentrierte Psychotherapie und Beratung bei Klienten, die gegen Gesetze verstossen haben

Leitung: Thomas Barth, Ausbilder pca
Datum: 17./18.11.2017
Ort: Bern oder Zürich
Infos: pca.acp, Schweizerische Gesellschaft für den Personzentrierten Ansatz, Josefstr. 79, 8005 Zürich, Tel. 044 271 71 70, www.pca-acp.ch, info@pca-acp.ch

EMDR-Einführungsseminar

Leitung: Hanne Hummel, EMDR-Institut Schweiz

Datum: 19. bis 21. Oktober 2017 mit Praxistag am 25. November

Ort: Schaffhausen

Information und Anmeldung: EMDR-Institut Schweiz/Psychotherapeutisches Institut im Park, Steigstrasse 26, 8200 Schaffhausen Tel. 052 624 97 82, info@emdr-institut.ch, www.emdr-institut.ch, www.iip.ch

«ich schaff's»

Datum: 22.-23. November 2017

Dozent: Thomas Hegemann

Ort: IEF, Institut für systemische Entwicklung und Fortbildung, Zürich, Tel. 044 362 84 84, www.ief-zh.ch

Klärungshilfe und die Lust am Doppeln

Datum: 23.-24. November 2017

Dozent: Christian Prior

Ort: IEF, Institut für systemische Entwicklung und Fortbildung, Zürich, Tel. 044 362 84 84, www.ief-zh.ch

Mehrpersonensetting

Datum: Montag-Dienstag, 27.-28. November 2017

Leitung: Dr. med. MAS Bernadette Ruhwinkel, Dr. med. Barbara Walder

Ort: Institut für Ökologisch-systemische Therapie, Klosbachstrasse 123, 8032 Zürich, www.psychotherapieausbildung.ch

Systemischer Werkzeugkoffer

Datum: 27.-28. November 2017

Dozent: Raymund Solèr

Ort: IEF, Institut für systemische Entwicklung und Fortbildung, Zürich, Tel. 044 362 84 84, www.ief-zh.ch

Was ist an schwierigen Patienten schwierig?

Datum: Donnerstag-Freitag,

30. November-1. Dezember 2017

Leitung: Dr. med. Erwin Lichtenegger

Ort: Institut für Ökologisch-systemische Therapie, Klosbachstrasse 123, 8032 Zürich, www.psychotherapieausbildung.ch

DEZEMBER 2017

Wenn die Seele durch den Körper spricht II

Daten: 1.-2. Dezember 2017

Dozentin: Charlotte Wirl

Ort: IEF, Institut für systemische Entwicklung und Fortbildung, Zürich, Tel. 044 362 84 84, www.ief-zh.ch

Ich schaff's – Spielerische Lösungen

Mit Dr. Ben Furmann

Datum: 1./2.12.17

wilob AG, Hendschikerstrasse 5, 5600 Lenzburg

www.wilob.ch, kontakt@wilob.ch

20^{ème} Formation postgraduée en

psychothérapie centrée sur la personne (C. Rogers), cycle 1, 2017-2020, reconnue par la Confédération et les org. faitières FSP, SBAP, SSPP/FMH

Animation: Philippe Dafflon, Olivier Siegenthaler, Philippe Wandeler, formateurs acp; Brigitte de Raemy, formatrice acp

Date: à partir du 4.12.2017

Lieu: Fribourg et Suisse romande

Infos: pca.acp, Société Suisse pour l'ap-proche centrée sur la personne, Josefstr. 79, 8005 Zurich, Tél. 044 271 71 70, www.pca-acp.ch, info@pca-acp.ch

Stressbewältigung durch Achtsamkeit – MBSR

Datum: 6.-7. Dezember 2017

Dozentin: Susanna Püschel-Attinger

Ort: IEF, Institut für systemische Entwicklung und Fortbildung, Zürich, Tel. 044 362 84 84, www.ief-zh.ch

Vom Umgang mit Emotion und Motivation in der Mediation

Datum: 8.-9. Dezember 2017

Dozent: Heiner Krabbe

Ort: IEF, Institut für systemische Entwicklung und Fortbildung, Zürich, Tel. 044 362 84 84, www.ief-zh.ch

JANUAR 2018

Einführung in die Diagnostik und Behandlung dissoziativer Störungen

Leitung: Hanne Hummel

Datum: 12. und 13. Januar 2018

Ort: Schaffhausen

Information und Anmeldung: Psychotherapeutisches Institut im Park, Steigstrasse 26, 8200 Schaffhausen, Tel. 052 624 97 82, info@iip.ch, www.iip.ch

Weiterbildung Systemische Supervision

Start: 18. Januar 2018 (Dauer: 12 oder 16 Tage)

Dozierende: A. Ebbecke-Nohlen, L. Nicolai, A. Röhrbein

Ort: IEF, Institut für systemische Entwicklung und Fortbildung, Zürich, Tel. 044 362 84 84, www.ief-zh.ch

Elterncoaching im interkulturellen Kontext

Datum: 31. Januar-1. Februar 2018

Dozentin: Rosa Font

Ort: IEF, Institut für systemische Entwicklung und Fortbildung, Zürich, Tel. 044 362 84 84, www.ief-zh.ch

MÄRZ 2018

Kinderschutz und systemisches Eltern-coaching

Datum: 7.-8. März 2018

Dozent: Rainer Kreuzheck

Ort: IEF, Institut für systemische Entwicklung und Fortbildung, Zürich, Tel. 044 362 84 84, www.ief-zh.ch

JULI 2018

Mentale Stärke

Datum: 2.-3. Juli 2018

Dozent: Ortwin Meiss

Ort: IEF, Institut für systemische Entwicklung und Fortbildung, Zürich, Tel. 044 362 84 84, www.ief-zh.ch

SEPTEMBER 2018

Schuld, Schuldgefühl und schlechtes Gewissen

Datum: 14.-15. September 2018

Dozent: Ortwin Meiss

Ort: IEF, Institut für systemische Entwicklung und Fortbildung, Zürich, Tel. 044 362 84 84, www.ief-zh.ch

KLEININSERATE

Zentraler freundlicher Praxisraum in Frauenfeld

Zur Mitbenutzung, ca. 22 m², 3 Tage pro Woche, Warteraum, WC, Küche und grosse Terrasse. Ab 1.7.2017, CHF 450.- mtl. inkl. Nebenkosten. Mario Marques, 078 654 24 17

Verkaufe infolge Berufsaufgabe

verschiedene psychodiagnostische Tests, Fachliteratur, Folkwangs Puppe usw. S. Rothenberger, 076 432 31 42, faerot@bluewin.ch

Ihre Praxis-Website: individuell und preiswert

Psychologe und Journalist erstellt Ihren Internetauftritt. Stefan Krucker, www.psychotext.ch

À louer, bureau pour médecin ou psychologue FSP

Genève, quartier hôpital, tranquillité, cachet, proximité des transports en commun, libre de suite. 900.-/mois. Contact : 079 969 38 66

Sonniger Therapieraum im Seefeld/Zürich

Ab Mai 2017 ist ein sonniger, charmanter Therapieraum (20 m², Raumhöhe 3,50 m) in psychiatrisch-psychotherapeutischer Praxis im 3. Stock eines Jugendstilgebäudes im Seefeld zu vermieten. Blick aus dem Fenster auf den 50 m entfernten See, Lift, nahe bei Tram 2/4, sowie 2 Parkhäusern.

Mietpreis: 1550.-/Monat inkl. NK.

Der Raum ist an eine oder zwei Personen zu vergeben, wenn gewünscht, mit Delegation.

Anfragen bitte an Heike Weis Hyder, 079 249 31 82.

Sonniger Therapieraum im Seefeld/Zürich

Ab Mai 2017 ist ein sonniger, charmanter Therapieraum (16 m², Raumhöhe 3,50 m) für 2 Tage pro Woche (Mittwoch/Freitag) in psychiatrisch-psychotherapeutischer Praxis im 3. Stock eines Jugendstilgebäudes im Seefeld zu vermieten. 50 m zum See, Lift, nah bei Tram 2/4, sowie 2 Parkhäusern.

Mietpreis: 500.-/Monat inkl. NK.

Wenn gewünscht, mit Delegation.

Anfragen bitte an Heike Weis Hyder, 079 249 31 82.

Folgen Sie uns auf Twitter!

Über den Kanal «@FSP_psychoscope» hält die Psychoscope-Redaktion ihre Follower über fachliche und berufliche Entwicklungen der Psychologie auf dem Laufenden.

 @FSP_psychoscope folgen



FSP Föderation der Schweizer Psychologinnen und Psychologen
Fédération Suisse des Psychologues
Federazione Svizzera delle Psicologhe e degli Psicologi

psychoscope

TWEETS 363 FOLGE ICH 285 FOLLOWER 327 GEFÄLLT MIR 186 [Folgen](#)

Psychoscope
@FSP_psychoscope
Psychoscope – die Zeitschrift der Föderation der Schweizer Psychologinnen und Psychologen (FSP) / le magazine publié par la Fédération Suisse des Psychologues
Berne, Switzerland
psychologie.ch
Beigetreten Juni 2015
124 Fotos und Videos

Tweets Tweets & Antworten Medien

Angehefteter Tweet
Psychoscope @FSP_psychoscope · 5. März
Von wegen vergesslich: die Alten schlagen die Jungen, wenn das prospektive #Gedächtnis im Alltag getestet wird.
psychologie.ch/nc/landing-pag...

Neu bei Twitter?
Melde Dich jetzt an, um Deine eigene, personalisierte Timeline zu erhalten!
[Registrieren](#)

Vielleicht gefällt Dir auch · Aktualisieren

- Sébastien Simonet** @sebsim21
- Stephan Wenger** @Stephan_Wenger
- Jasmin Biller** @BillerJasmin

Psychotherapeut – Stellenangebot

für delegiert angestellt arbeitende(n) Psychotherapeut(in) mit abgeschlossenem Psychologiestudium und mindestens 1 Jahr fortgeschrittener Psychotherapieausbildung und praktischer psychotherapeutischer Berufserfahrung.

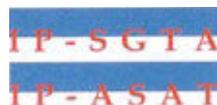
Wo/Wann: In psychiatrischer Praxis in Diepoldsau SG, Rheintal/Schweiz, 100 % Pensum, Beginn ab 1.7.2017 bzw. nach Vereinbarung möglich.

Psychotherapeutische Arbeit mit Erwachsenen und Jugendlichen im Einzelsetting, gelegentlich Paarsetting oder Familien/Systemen.

Psychotherapeutenkleinteam mit grosszügigen räumlichen Voraussetzungen, angenehmem Arbeitsklima und fairer Entlohnung und voller sozialrechtlicher Absicherung.

Siehe auch www.dr.begle.ch

Bewerbungen an dr.begle@hin.ch, Tel. 041 71 511 37 01
Dr. med. Klaus Begle, FMH Psychiatrie/Psychotherapie



Institut für Psychotherapie der Schweizerischen Gesellschaft für Transaktionsanalyse

Institut de Psychothérapie de l'Association Suisse d'Analyse Transactionnelle

Filière Psychothérapie Analyse Transactionnelle (A.T.)

Accréditation provisoire ASP et FSP
Dossier en cours pour l'accréditation ordinaire auprès de l'OFSP

Une approche multidimensionnelle: psychodynamique, émotionnelle et comportementale

Un programme structuré en 2 cycles et 8 modules Connaissances et Savoir Faire

Ouvert aux psychologues titulaires d'une licence, d'un master ou d'un DESS en psychologie clinique et aux psychiatres s'orientant vers une pratique de la psychothérapie, spécialisation Analyse Transactionnelle.

Cycle 1 (2 ans): Intégrer les concepts fondamentaux AT en psychothérapie
26 crédits ECTS

Module 1: Métathéorie de l'Analyse Transactionnelle – Module 2: Concepts fondamentaux 1ère partie – Module 3: Méthodologie de psychothérapie transactionnelle – Module 4: Concepts fondamentaux 2^{ème} partie

Cycle 2 (3 ans): Développer sa compétence de professionnel de la psychothérapie AT – **24 crédits ECTS**

Module 5: Stratégies et techniques de traitement – Module 6: Diagnostics et plans de traitement – Module 7: Structures de personnalité et AT – Module 8: Regards croisés

Pré-requis: 2 jours d'initiation à l'AT (cours 101).

Prochain séminaire: 13 et 14 mai 2017 à Genève

Contact et informations: psychotherapie@asat-sr.ch, Mme Jocelyne Lugin, tél. 021.652.00.65 – Site: www.ip-sgta/ip-asat.ch



Akademie für Verhaltenstherapie und Methodenintegration

Neue Weiterbildungsgänge in kognitiver Therapie und Methodenintegration

Ab März 2018 (Zürich, Wil), ab Oktober 2018/19 (Bern, Basel)
Der Weiterbildungsgang Oktober 2017/18 (Bern Basel) ist ausgebucht.

Schwerpunkte der vierjährigen Weiterbildung für PsychologInnen bilden kognitive Verhaltenstherapie und Verhaltensmedizin. Weitere empirisch begründbare Therapieansätze anderer Therapieschulen werden ebenfalls berücksichtigt. Das Curriculum der ab 2014 beginnenden Weiterbildungsgänge orientiert sich an den Q-Standards des BAG. Der erfolgreiche Abschluss der Weiterbildung berechtigt zum Führen der Bezeichnung «eidgenössisch anerkannte(r) PsychotherapeutIn». Der FSP Fachtitel (FachpsychologIn für Psychotherapie FSP) kann beantragt werden.

Für externe InteressentInnen besteht auch die Möglichkeit, nur einzelne Kurse zu buchen. Preis pro Kurs CHF 390.– bzw. 430.–

16./17.09.17 Widmer Karin, Dr.phil.
Bewältigungsorientierte Paartherapie

07./08.10.17 Lieb Hans, Dr.phil.
Systemische Therapie

04./05.11.17 Dittmar Volker, Dipl.-Psych
Einführung in die Ego State Therapie

17./18.11.17 Berner Michael M., Prof. Dr. med.
Fr./Sa. Therapie sexueller Störungen

02./03.12.17 Motivierende Gesprächsführung
Mayer Klaus, Dipl.-Psych.

Anmeldung und weitere Infos

AIM, Cornelia Egli-Peierl, Psychiatrische Klinik, Zürcherstr. 30, 9500 Wil
Direktwahl Tel. 071 913 12 54 (telefonisch erreichbar:
Mo-/Mi-Morgen und Freitag), egli@aim-verhaltenstherapie.ch oder

www.aim-verhaltenstherapie.ch

VEREIN NOTFALLPSYCHOLOGIE.CH

Fortbildung Notfallpsychologie 2018

Der Verein notfallpsychologie.ch, ein Gliedverband der FSP, bietet im Januar 2018 den nächsten Fortbildungsgang in Notfallpsychologie an. Das Curriculum führt zum Zertifikat in Notfallpsychologie FSP resp. zur Zertifizierung als Fachperson Nationales Netzwerk für psychologische Nothilfe NNPN.

– Januar 2018 bis Frühjahr 2019 an diversen Kursorten in der Schweiz (v.a. Zug)

– 3 Module sowie Einführungs- und Abschlussveranstaltung = 15 Kurstage

– zusätzlich 3 Tage Praxiserfahrung und 4 Stunden Supervision

– Kosten: Für FSP-Mitglieder oder Mitglieder des Vereins Notfallpsychologie CHF 5700.–, für Nicht-Mitglieder CHF 6270.– (exkl. Spesen, Supervision und Zertifizierungsgebühr).

– Zielpublikum: PsychologInnen, PsychiaterInnen, NotfallseelsorgerInnen und in der Notfallmedizin tätige ÄrztInnen.

Information, detailliertes Kursprogramm und Anmeldung:

www.notfallpsychologie.ch

E-Mail: info@notfallpsychologie.ch

Z

hdk

Zürcher Hochschule der Künste
Zentrum Weiterbildung

Zwei Leidenschaften –
Musik & Psychologie
Möchten Sie beides
miteinander verbinden?

Weiterbildung

Musik-Psychotherapie

Vertiefungsrichtung ASP Integral

Studienbeginn im September 2017
www.zhdk.ch/musiktherapie

In Zusammenarbeit mit:

• A • S • P •

psychotherapieausbildung.ch

Institut für Ökologisch-systemische Therapie



Weiterbildung in systemischer Paartherapie

7 Module und Supervision, 14 Monate
nächster Beginn: 2019

Weiterbildung in Psychotherapie mit systemischem Schwerpunkt

Anerkannte postgraduale Weiterbildung von BAG,
FSP, SBAP, SGPP und Systemis.ch.
Die Anforderungen der SGKJPP sind erfüllt.

nächster Beginn: 2018

Fortbildungskurse

10. - 11. Juli 2017

Hypnotherapeutische Ansätze bei Depression und Burnout
Ortwin Meiss

24. - 25. August 2017

Hypnosystemische Ressourcenarbeit bei Angst und Panik
Christian Schwegler

04. - 05. Oktober 2017

Psychose und Familie. Was das eine mit dem anderen zu tun hat
David Briner

27. - 28. November 2017

Mehrpersonensetting
Bernadette Ruhwinkel, Barbara Walder

30. November - 01. Dezember 2017

Was ist an schwierigen Patienten schwierig?
Erwin Lichtenegger

Weiter- und Fortbildung in systemischer Therapie

Kloslachstrasse 123, CH-8032 Zürich, Tel. +41 (0)44 252 32 42

sekri@psychotherapieausbildung.ch www.psychotherapieausbildung.ch

Tagung vom 16. November 2017 in Biel

KINDER IN FAMILIÄREN BELASTUNGSSITUATIONEN

Wie können Kinder bei häuslicher Gewalt, Sucht oder psychischer
Erkrankung eines Elternteils unterstützt werden?

6. Netzwerktagung Psychische Gesundheit Schweiz

Anmeldung unter:

www.kinderschutz.ch/tagung2017

Eine Veranstaltung von:

**Kinderschutz Schweiz // Sucht Schweiz // Netzwerk Psychische Gesundheit Schweiz //
Gesundheitsförderung Schweiz // Pro Mente Sana // Coraasp // iks Institut Kinderseele Schweiz**

Mit Unterstützung von:



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI
Département fédéral de l'intérieur DFI
Bundesamt für Gesundheit BAG
Office fédéral de la santé publique OFSP



Föderation
der Schweizer Psychologinnen
und Psychologen



FACH
VERBAND
SUCHT

Konzept ASP Integral

Prozessorientierte Psychotherapie

nach Dr. Arnold Mindell

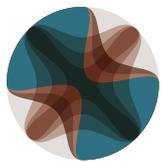
Infoabende: 11.5.17 und 24.8.17, jeweils 19.15 – 20.45 Uhr
Für alle Aus- oder Weiterbildungen in Prozessarbeit.
Teilnahme kostenlos und ohne vorherige Anmeldung

Einführungsseminar: 10.6.17, 10.00 – 17.00 Uhr
Lehrende der Fakultät geben theoretische und praktische Inputs zu verschiedenen Anwendungsgebieten der Prozessarbeit

Basislehrgang: Nächster Start 27. Oktober 2017
Der Basis-Lehrgang in Prozessarbeit richtet sich an Personen aus einem breit gefächerten Berufsfeld, die Prozessorientierte Psychologie grundlegend kennenlernen wollen.

Alle Veranstaltungen finden am Institut für Prozessarbeit in Zürich, zentral, direkt beim Bahnhof Zürich Binz statt!
Für Anmeldungen und Fragen stehen wir gerne unter:
info@institut-prozessarbeit.ch oder 044 451 20 70 zur Verfügung!

Institut für Prozessarbeit Zürich
www.institut-prozessarbeit.ch



Institut für
Prozessarbeit

Centre AT Genève

www.centreatgeneve.com

«101» Cours d'introduction à l'Analyse Transactionnelle (A.T.)

Ce séminaire de deux jours s'adresse à toute personne intéressée à développer une meilleure connaissance de soi et des relations interpersonnelles, tout en s'initiant à l'Analyse Transactionnelle. Introduction officielle, le cours «101» est également un prérequis à tout parcours de formation en A.T. Ce séminaire permet l'obtention d'un certificat ainsi que l'acquisition du statut de Membre extraordinaire de l'EATA (European Association of Transactional Analysis).

Animation: Mireille Binet TSTA-P (formatrice-superviseur certifiée en psychothérapie AT)

Dates: 13 et 14 mai 2016

Prix: CHF 400.- (Etudiants: CHF 320.-)

Lieu: Centre AT-Genève, Chemin du Pont-de-Ville 11, CH-1224 Genève (Chêne-Bougeries)

Renseignements et inscriptions: www.centreatgeneve.com

Contact: cat_ge_infos@bluewin.ch

«Wir sehen nicht, dass wir
nicht sehen, was wir nicht sehen.»



Institut für systemische Entwicklung
und Fortbildung

ENTWICKLE DEINE STÄRKE

Hypnosystemische Therapie und Klopftechniken in Kombination.

Seminar mit Eva Albermann, Dr. med.

Mi.-Do., 25.-26. Oktober 2017

DIE GRUPPE ALS «RESSOURCENTREIBHAUS»

Eine systemische Methodenwerkstatt: Mit Gruppen arbeiten und ihr hohes Wirkungspotential nutzen.

Seminar mit Sonja Spiessberger-Roth

Mo.-Di., 18.-19. September 2017

Jubiläumstagung
«Das IEF wird 50!»:

«Von der Epigenetik über
persönliche Erfahrung zur
Mehrgenerationenperspektive»

Freitag 30. Juni 2017,
14 bis 19 Uhr,
anschliessend Apéro
und Fest u. a. mit Hazel Brugger

www.jubiläumstagung.ch

IEF Institut für systemische Entwicklung und Fortbildung

Schulhausstrasse 64, 8002 Zürich, Tel. 044 362 84 84, ief@ief-zh.ch, www.ief-zh.ch



neuroraum Fortbildung am Bielersee

„Wird alles wie früher?“ – Autonomie und Teilhabe nach erworbener Hirnschädigung
 19.05.2017 - 20.05.2017 (Kursnummer: FB170519B)
 Prof. Dr. Wolfgang Fries, D-München,
 450,00 €; 16 Std.

Entwicklungsneuropsychologie des Kindes- und Jugendalters
 23.06.2017 (Kursnummer: FB170623C)
 Dr. Karen Lidzba, Dipl.-Psych., CH-Bern
 225,00 €; 8 Std.

Kognitives Training mit Kindern und Jugendlichen
 24.06.2017 (Kursnummer: FB170624B)
 PD Dr. Regula Everts Brekenfeld, Dipl.-Psych., CH-Bern
 225,00 €; 8 Std.

„Tell me, how do I feel?“ Klinische Neuropsychologie sozialer Kognition
 18.11.2017 (Kursnummer: FB171118B)
 Prof. Dr. Hennric Jokeit, Dipl.-Psych., CH-Zürich
 225,00 €; 8 Std.

(Schweizer Franken werden zum Tageskurs auf unserer Website umgerechnet)

neuroraum Fortbildung
 Semmelstraße 36/38
 D-97070 Würzburg

Tel. +49.931.46 07 90 33
www.facebook.de/neuroraum
info@neuroraum.de - www.neuroraum.de

Olivier Piedfort-Marin & Eva Zimmermann ^{CH}
Diagnostic et traitement des troubles dissociatifs

Formation en 4 parties de 2 jours
2-3 juin 2017, Lausanne **1-2 septembre 2017**, Fribourg
1-2 décembre 2017, Lausanne **16-17 mars 2018**, Fribourg

Luise Reddemann Prof. Dr med ^{ALL}
 & Olivier Piedfort-Marin ^{CH}
Psychothérapie Psychodynamique Imaginative des Traumatismes - PPIT

Traitement intégratif des traumatismes complexes basé sur la théorie des états du moi et des techniques hypno-imaginatives.

14-16 septembre 2017, 1^{ère} partie, Lausanne
11-13 janvier 2018, 2^{ème} partie, Lausanne

irpt institut romand de psychotraumatologie **www.irpt.ch**
 Av. Montchoisi 21 - 1006 Lausanne
 secretariat.irpt@gmail.com
 +41 21 311 96 71



Postgraduale Weiterbildung
Integrative Psychotherapie

Der nächste Lehrgang in der Schweiz startet am 3. November 2017. Termine zu den Informationsveranstaltungen finden Sie auf unserer Webseite unter www.integrative-therapie-seag.ch

Wir freuen uns über Ihre Kontaktaufnahme bei Fragen und Interesse via info@integrative-therapie-seag.ch

Stiftung Europäische Akademie für Psychosoziale Gesundheit und Integrative Therapie SEAG, Schweiz, in Kooperation mit der EAG-FPI




Interdisziplinäre Fachtagung
 Universität Freiburg
23. Juni 2017

Verlusterlebnisse
 Trauer, Abschied nehmen und Kontaktabbruch in der Familie

Infos und Anmeldung: www.unifr.ch/iff

www.traumahealing.ch

<p>11. Schweizer Bildungsfestival PRÄSENZ UND MITGEFÜHL Dr. Bonnie Badenoch ^{USA} Dr. Peter A. Levine ^{USA} Prof. Dr. Stephen Porges ^{USA} 17. - 20. August 2017 in Weggis</p>	<p>SOMATIC EXPERIENCING (SE) UND NEURONALE ABLÄUFE Dr. Peter A. Levine ^{USA} Prof. Dr. Stephen Porges ^{USA} 22. - 23. August 2017</p>
<p>9. Zürcher Traumatage TRAUMA IM KINDER- UND JUGENDALTER Ale Duarte ^{BRA} Maggie Kline ^{USA} Dr. Andreas Krüger ^{DE} 23. - 25. Juni 2017</p>	<p>TAT: TINNITUS ATEM-THERAPIE Die Töne zum Verschwinden bringen Maria Holl ^{DE} Einführungskurs: 9. - 11. Juni 2017 Trainingsbeginn: 20. Oktober 2017</p>

ZENTRUM FÜR INNERE ÖKOLOGIE (ZIO)
 Zwinglistrasse 21 | 8004 Zürich | info@traumahealing.ch | Tel: 044 218 80 80



Mit Hypnotherapie nutzen wir Ressourcen...

... die uns verborgen sind.

Die Gesellschaft für klinische Hypnose Schweiz bietet mit der *Zusatzausbildung ghyps* eine qualifizierte Weiterbildung für PsychologInnen mit Hochschulabschluss und ÄrztInnen an.

Spezialseminar «Lebensgeschichtliches Arbeiten»:

Dr. med. Corinne Marti 15.–16.9.2017 Meilen
Häusler + lic. phil.
Jacqueline Blumenthal Jegher

Spezialseminar «Entscheidungen»:

lic. phil. Susy Signer-Fischer 9.–10.11.2017 Basel

Anmeldung und alle weiteren Veranstaltungen unter:
www.hypnose.ch

Institut für Sportwissenschaft (ISPW)

DAS Sport Psychology (DAS SP Unibe)

Der berufsbegleitende Postgraduale Weiterbildungsstudiengang Sportpsychologie bietet einen umfassenden, systematischen und aktuellen vertiefenden Einblick in das Praxisfeld der Sportpsychologie. In 19 dreitägigen Kursblöcken, ergänzt durch Selbststudium, Praxiserfahrung und Supervision wird das fachliche Wissen und Können erlernt und eingeübt.

Das Ziel ist, eine eigenverantwortliche und kompetente psychologische Tätigkeit mit Individuen und Gruppen im Handlungsfeld Sport und körperliche Aktivität ausüben zu können.

Der Studiengang richtet sich insbesondere an Psychologinnen und Psychologen mit abgeschlossener universitärer Hochschulausbildung sowie Sportwissenschaftlerinnen und Sportwissenschaftler mit universitärem Abschluss und ausreichenden psychologischen Kenntnissen.

Dauer: November 2018 bis Oktober 2021

Umfang: 30 ECTS-Credits

Anmeldeschluss: 1. Juni 2018

Information: Institut für Sportwissenschaft, Bremgartenstr. 145, 3012 Bern, Tel. +41 31 631 51 70, sportpsychologie@ispw.unibe.ch, www.sportpsychologie.unibe.ch

Jobs und Bildung auf www.psychologie.ch

Senden Sie Ihr Inserat an inserate@staempfli.com und profitieren Sie von:

- 53 000 Besuchen pro Monat
- 30 Tagen Laufzeit

UNIVERSITÄT BASEL | ADVANCED STUDIES

Postgraduale

Weiterbildungen in Kinder- und Jugendpsychologie der Fakultät für Psychologie der Universität Basel

- Durchgeführt von ausgewiesenen Expertinnen und Experten aus der ganzen Schweiz als Dozierende
- Orientiert an einer systemisch-ressourcenorientierten Entwicklungsperspektive
- Ein breites Themenspektrum abdeckend, mit einem Schwerpunkt in der Schulpsychologie
- Modular zu einem Master of Advanced Studies in Kinder- und Jugendpsychologie aufgebaut (bisher Master of Advanced Studies in Developmental Diagnostics and Psychological Counseling)

Master of Advanced Studies in Kinder- und Jugendpsychologie

der Universität Basel

- Erfüllt die Kriterien zur Erlangung des Fachtitels Fachpsychologe/in für Kinder- und Jugendpsychologie FSP
- Seminare/Workshops meist berufsbegleitend an Fr/Sa in Basel, zusätzlich Literaturstudium, Supervision und Fallarbeit
- Voraussetzung: Hochschulabschluss im Hauptfach Psychologie
- Einstieg zu Beginn Herbst- und Frühjahrssemester

Auskunft und Anmeldung:

Dr. Letizia Gauck

Studiengangleitung MAS KJP

Fakultät für Psychologie

Missionsstrasse 60/62, 4055 Basel, Tel. 061 207 24 00

www.mas-kjp.unibas.ch



UNI
BASEL



Berufsbegleitende Weiterbildung in Gestalttherapie

Klinische Gestalttherapie 4 Jahre

Das Curriculum Klinische Gestalttherapie des igw Schweiz ist vorläufig akkreditiert im Sinne des Psychologieberufgesetzes.

Anerkannt von FSP, Charta und SGPP

Fortbildung „Der Gestalt-Ansatz“ 2 Jahre

Weiterbildung in Gestaltberatung 3/4 Jahre

Anerkannt von der SGfB

Informations- und Auswahlseminar

vom 23. bis 24. September 2017 in Zürich

mit lic. phil. Gabriela Frischknecht und Dipl. Päd. Werner Gill

In diesem Seminar können Sie sich über die Fort- bzw. Weiterbildungsgänge im Detail informieren und Trainerin und Trainer kennenlernen.

Mehr Informationen erhalten Sie unter
www.igw-schweiz.ch



**Universität
Zürich** UZH

Zentrum für Gerontologie

CAS Gerontologie heute besser verstehen, erfolgreich vermitteln, innovativ gestalten

Das interdisziplinäre Zertifikatsprogramm vermittelt in 13 Tagesveranstaltungen das neueste gerontologische Grundlagenwissen in den Themenbereichen Alterstheorien, soziodemographische Entwicklung, psychische und somatisch verursachte Erkrankungen, Palliative Care, Gesundheitsförderung und Alterspolitik. Auch erweitert es die Methodenkompetenzen zur besseren Analyse und Vermittlung altersspezifischer Inhalte. Angesprochen sind Fachleute aus dem Bildungs-, Sozial- und Gesundheitsbereich, die sich auf die Planung und Vermittlung gerontologischer Fragestellungen und deren Besonderheiten spezialisieren möchten.

Dauer: 25. August 2017 bis 31. Januar 2018

Abschluss: Certificate of Advanced Studies in Gerontologie der Universität Zürich und 15 ECTS-Punkte

Information: Friederike Geray, Programmleitung, Universität Zürich, Zentrum für Gerontologie, Pestalozzistrasse 24, 8032 Zürich, www.zfg.uzh.ch (Weiterbildung), Tel. +41 44 635 34 24, friederike.geray@zfg.uzh.ch

SIE MÖCHTEN PSYCHOTHERAPEUT/IN FÜR KINDER UND JUGENDLICHE WERDEN?

DANN SIND SIE BEI UNS RICHTIG!

MAS Kognitive Verhaltenstherapie mit Schwerpunkt Kinder und Jugendliche der Universitäten Fribourg und Zürich

>> JÄHRLICHER BEGINN AB 2018 <<

Abschluss:

- Eidgenössisch anerkannte/r Psychotherapeut/in
- Fachpsychologe/in für Psychotherapie FSP
- Interuniversitärer Master of Advanced Studies (MAS) der Universitäten Fribourg und Zürich

Bewerbung mit: Motivations schreiben, Curriculum vitae, BA & MA Zeugnissen

an: Kerstin Stülb, Universität Fribourg, Département für Psychologie
2, Rue de Faucigny, CH-1700 Fribourg
kerstin.stuelb@unifr.ch | 026 300 74 78

Weitere www.mas-kjpsych.uzh.ch
Informationen auf: www.unifr.ch/psychologie/research/kjpsy/teaching/postgraduate

Ausbildungsinstitut Meilen

Systemische Therapie und Beratung

Weiterbildung in systemischer Therapie und Beratung

(Dauer 4 Jahre)

Führt zum Titel «Eidgenössisch anerkannte/r Psychotherapeut/in»

Einführungskurs:
28./29./30.08.2017
15./16./17.01.2018

Grundkurs:
Start Oktober 2017

Vertiefungskurs:
2018–2019 und 2019–2020

**Programme,
Informationen und
Anmeldung:**

www.ausbildungsinstitut.ch

Weiterbildung in systemischem Coaching und systemischer Supervision

Oktober 2017 – August 2019

In Kooperation mit dem Institut für Ökologisch-systemische Therapie

Fortbildungen und Workshops

**Einführung in die hypnosystemischen
Konzepte und Ego States**
mit Daniel Dietrich
22./23.05.2017 oder 12./13.09.2017

**Trennung und Scheidung –
systemisch und interdisziplinär geführt**
mit Erna Haueter, Patrick Schaez und
Miriam V. Spiegel
29.05.2017 und 03./04.07.2017

**Kinder aus der Klemme –
Familiengruppenarbeit mit hochstrittig
geschiedenen Eltern und deren Kindern**
mit Justine van Lawick
01./02.06.2017

**Die «Sprache» des Körpers –
Körpertherapeutische Elemente in der
systemischen Therapie und Beratung**
mit Regina Kipp
26./27.09.2017



formation
continue





www.formation-continue-unil-epfl.ch

Formation de 9 jours

Remédiation cognitive avec RECOS

Public concerné

Professionnel-le-s travaillant avec des personnes atteintes de troubles psychiques (schizophrénie, TDA, dépression, etc.)

Dates et lieu

- 13 - 15 septembre 2017,
- 4 - 6 octobre 2017,
- 28-30 novembre 2017
- Campus UNIL-EPFL, Lausanne

Organisation

- Université de Lausanne
- DP-CHUV

Objectifs

- Comprendre l'impact des déficits cognitifs sur le fonctionnement des personnes souffrant de troubles psychiques
- Appréhender les outils d'évaluation et le bilan cognitif
- Savoir mesurer l'impact fonctionnel des troubles psychiques
- Maîtriser les principales techniques utilisées en remédiation cognitive et apprendre à utiliser le logiciel RECOS 2.0

Pour plus d'informations
www.formation-continue-unil-epfl.ch/remediation-cognitive-recos



Formation Continue UNIL-EPFL
 Tél.: +41 21 693 71 20
 formcont@unil.ch

UNI
FR

UNIVERSITÉ DE Fribourg



UNIVERSITÉ DE GENÈVE



UNIL | Université de Lausanne

Master of Advanced Studies en psychologie de la santé

L'expertise des psychologues de la santé leur permet de s'adapter aux multiples situations de santé et de maladie expérimentées au cours de la vie. Les psychologues de la santé sont des ressources de premier plan dans les contextes multidisciplinaires.

Le **MAS en psychologie de la santé** permet d'acquérir des connaissances et un savoir-faire avancés dans la compréhension et l'explicitation des comportements en santé et maladie et pour l'amélioration des pratiques professionnelles dans le système de santé. Il est composé de trois CAS:

CAS Conseil psychologique, santé et famille (Fribourg): 10 ECTS

CAS Sciences comportementales appliquées à la promotion de la santé (Genève): 10 ECTS

CAS Analyse des pratiques des situations de soins (Lausanne): 10 ECTS

Contenu: Le MAS (90 ECTS) est formé des trois CAS, d'un enseignement spécifique, et d'un mémoire dans le domaine de la recherche ou de l'intervention, d'un stage pratique (ou une pratique approfondie d'intervention ou de recherche) ainsi que d'une supervision.

Public: Psychologues désireux d'acquérir les compétences spécialisées nécessaires à la pratique autonome de la psychologie de la santé.

Durée: 2 ans

Début: Le prochain MAS commencera en janvier 2018. Les inscriptions sont ouvertes.

Informations et coordination: Fasseur Fabienne.
Contact: Fabienne.Fasseur@unifr.ch

Jobs und Bildung auf www.psychologie.ch

Sie suchen eine Stelle, möchten sich weiterbilden oder benötigen einen Praxisraum?

Auf der Website der FSP finden Sie:

- Jobinserate
- Bildungsangebote
- Marktplatz

Sie brauchen neue Mitarbeitende oder bieten Weiterbildungskurse an?

Senden Sie Ihr Inserat an inserate@staempfli.com und profitieren Sie von:

- 53 000 Besuchen pro Monat
- 30 Tagen Laufzeit

Jobs und Bildungsangebote: CHF 580.– für maximal eine A4-Seite
 Marktplatz: CHF 60.– Grundgebühr für 5 Zeilen, pro weitere Zeile CHF 15.– (alle Preise exkl. MWST)



Föderation der Schweizer Psychologinnen und Psychologen FSP

www.psychologie.ch/fsp@fsp.psychologie.ch

KANTONAL-/REGIONALVERBÄNDE

AFP/FPV: Association Fribourgeoise des Psychologues / Freiburger PsychologInnen-Verband
P: Anjulie Muth, www.psy-fri.ch

AGPsy: Association Genevoise des Psychologues
P: Loïc Deslarzes, www.psy-ge.ch

AJBFPP: Association Jurassienne et Bernoise Francophone des Psychologues et Psychologues-Psychothérapeutes
P: Simone Montavon Vicario, www.ajbfpp.ch

ANPP: Association Neuchâteloise des Psychologues et Psychologues-Psychothérapeutes,
P: Tamara Ventura Vercher, www.anpp.ch

APVs/APW: Association des Psychologues du Valais / Associazione der Psychologinnen und Psychologen des Wallis
P: Anne Guidoux (APVs), Christine Lutz (APW), www.psy-vs.ch

ATP: Associazione Ticinese Psicologi
P: Matteo Magni, www.psicologi-ticino.ch

AVP: Association Vaudoise des Psychologues
P: Numa Dottrens, www.psy-vd.ch

OSPP: Verband der Ostschweizer Psychologinnen und Psychologen
P: Markus Sigrist, www.ospp.ch

PPB: Verband der Psychologinnen und Psychologen beider Basel
P: Adrian Kamber, www.ppb.psychologie.ch

VAP: Verband Aargauischer Psychologinnen und Psychologen
P: Sara Michalik-Imfeld, www.vap-psychologie.ch

VBP: Verband Berner Psychologinnen und Psychologen
P: Franziska Gabaglio, www.psychologiebern.ch

VIPP: Verband der Innerschweizer Psychologinnen und Psychologen
P: Katja Erni, www.vipp.ch

VPB: Verband der Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten beider Basel
P: Peter Schwob, www.psychotherapie-bsbl.ch

VSP: Verband der Solothurner Psychologinnen und Psychologen
P: Susanne Eschmann, www.vsp-so.ch

ZüPP: Kantonalverband der Zürcher Psychologinnen und Psychologen
P: André Widmer, www.zuepp.ch

FACHVERBÄNDE

APPOPS/SPPVP: Association des Psychologues et des Psychothérapeutes d'Orientation Psychanalytique de Suisse / Schweizer Psychologen- und Psychotherapeutenverband Psychoanalytischer Richtung
P: Raouf Maherzi, www.appops.ch

ASPCo/SVKoP: Association Suisse de psychothérapie cognitive, Section des Psychologues / Schweizerischer Verein für kognitive Psychotherapie, PsychologInnensektion
P: Béatrice Weber, www.aspco.ch

ASPSC-SPVKS: Association Suisse des Psychologues Sexologues Cliniciens / Schweizerischer PsychologInnenverband Klinischer Sexologen
P: Ursula Pasini, www.aspsc-spvks.ch

AVM-CH: Arbeitsgemeinschaft für Verhaltensmodifikation Schweiz / Sektion PsychologInnen
P: Alessandra Colombo, www.avm-ch.ch

Ghyps: Gesellschaft für Klinische Hypnose Schweiz
P: Caroline Maroni, www.hypnose.ch

IBP: PsychologInnen-Sektion des Schweizer Vereins für Integrative Körperpsychotherapie IBP
P: Jasmin Ackermann, www.ibp-institut.ch

IIPB: Sektion Schweiz des Internationalen Instituts für Psychoanalyse und Psychotherapie Charles Baudouin / Section Suisse de l'Institut International de Psychanalyse et de Psychothérapie Charles Baudouin
P: Jean-Christophe Bétrisey, www.institut-baudouin.org

NWP/RPPS: Netzwerk für wissenschaftliche Psychotherapie / Réseau Professionnel de la Psychothérapie Scientifique
P: Daniela Belarbi, www.nwpsy.ch

pca.acp: Schweizerische Gesellschaft für den Personenzentrierten Ansatz, PsychologInnensektion / Société Suisse pour l'approche centrée sur la personne, section des psychologues
P: Martin Brezina, www.pca-acp.ch

PDH: Psychodrama Helvetia
P: Lothar Janssen, www.pdh.ch

psy4work.ch: Schweizerischer Verband der A&O-Psychologinnen und -Psychologen
P: Ingrid Vernez, www.psy4work.ch

RR: Relance Relationnelle
P: Rodolphe Soullignac, www.relancerelationnelle.ch

SAGKB/GSTIC: Schweizer Arbeitsgemeinschaft für Katathymes Bilderleben, PsychologInnensektion / Groupement Suisse de Travail d'Imagination Catathyme, section des psychologues
P: Anna Sieber-Ratti, www.sagkb.ch

SASP: Swiss Association of Sport Psychology
P: Katharina Albertin, www.sportpsychologie.ch

SFDP: Psychologensektion des Schweizerischen Fachverbandes für Daseinsanalytische Psychotherapie
P: Valeria Gamper, www.daseinsanalyse.com

SGGPsy/SSPsyS: Schweizerische Gesellschaft für Gesundheitspsychologie / Société Suisse de Psychologie de la Santé
P: Holger Schmid, www.healthpsychology.ch

SGIT: PsychologInnen-Sektion der Schweizerischen Gesellschaft für Integrative Therapie / Section des psychologues de la société suisse de thérapie intégrative
P: Marianne Bamert, www.integrativetherapie-schweiz.ch

SGLP: Schweizerische Gesellschaft für Laufbahn- und Personalpsychologie
P: Bernhard Meyer, www.sglp.ch

SGPO: Sektion FSP der Schweiz. Ges. für Psycho-Onkologie / Section FSP de la Société Suisse de Psycho-Oncologie
P: Diana Zwahlen, www.psycho-onkologie.ch

SGRP/SSPL: Schweizerische Gesellschaft für Rechtspsychologie / Société Suisse de Psychologie Légale
P: Leena Hässig, www.rechtspsychologie.ch

SGVT-PsyS/SSTCC-PsyS: Sektion PsychologInnen der Schweizerischen Gesellschaft für Verhaltens- und Kognitive Therapie / Section des psychologues de la Société Suisse de Thérapie Comportementale et Cognitive
P: Andi Zemp, www.sgvt-sstcc.ch

SKJP/ASPEA: Schweizerische Vereinigung für Kinder- und Jugendpsychologie / Association Suisse de Psychologie de l'enfance et de l'adolescence
P: Philipp Ramming, www.skjp.ch

SPK: Sektion FSP der Schweiz. Ges. der PsychotherapeutInnen für Kinder und Jugendliche / Section FSP de la Société Suisse des Psychothérapeutes d'enfants et d'adolescents
P: Roland Straub, www.spkspk.ch

SSCP: Swiss Society for Coaching Psychology
P: Nicole Gilgen und Isabelle Zumwald-Hess, www.sscp.ch

SSS: Swiss Society of Sexology, Section psychologues
P: Nicolas Leuba, www.swissexology.ch

SVG: PsychologInnensektion des Schweizer Vereins für Gestalttherapie und Integrative Therapie
P: Babs Schmidt, www.gestalttherapie.ch

SVKP/ASPC: Schweizerische Vereinigung Klinischer Psychologinnen und Psychologen / Association Suisse des Psychologues Cliniciens et Cliniciens
P: Christopher Schütz, www.svkp-aspch.ch

SVNP/ASNP: Schweiz. Vereinigung der Neuropsychologinnen und Neuropsychologen / Ass. Suisse des Neuropsychologues
P: Joachim Kohler, www.neuropsychologie.ch

Systemis: Schweizerische Vereinigung für Systemische Therapie und Beratung, Fachgruppe FSP-PsychologInnen
P: Stephanie Rösner, www.systemis.ch

VfV/SPC: Schweizerische Vereinigung für Verkehrspsychologie / Société Suisse de Psychologie de la Circulation
P: Livia Bühler, www.vfv-spc.ch

VNP.CH: Verein Notfallpsychologie.ch
P: Edgar Schaller, www.notfallpsychologie.ch

SGPP Jahreskongress
Congrès annuel de la SSPP

2017

Die Psychiatrie der Zukunft
La psychiatrie de l'avenir

10%
Rabatt

Code Oh4sni28

13.–15.09.2017

Kursaal Bern

www.psychiatrie-kongress.ch

Keynote Speakers

Thomas Becker, Ulm
Thomas Berger, Bern
Martin Bohus, Heidelberg
Katharina Domschke, Würzburg
Michael Herzog, Lausanne
Giovanni Maio, Freiburg i. Br.
Luc Mallet, Genève
David Nutt, London

Keynotes

Tony Charman, United Kingdom
Jörg Fegert, Germany
Johannes Hebebrand, Germany
Paul Hoff, Switzerland
Patrick Luyten, Belgium
Patrick McGorry, Australia
Maria Melchior, France
Dieter Wolke, United Kingdom

TRANSITION

Child and adolescent psychiatry
in a world of change

77th
International

ESCAP



Geneva, Switzerland
9–11 July 2017

Congress

10% Rabatt: Code vnre4co1

Wir sind bereit

Die psychotherapeutische Versorgung von Kindern und Jugendlichen ist nicht gewährleistet – weder ambulant, stationär noch teilstationär. Schwierig ist die Versorgungssituation auf dem Land und in den Agglomerationen. Dies sind die Erkenntnisse der Ende 2016 vom Bundesamt für Gesundheit (BAG) veröffentlichten Studie. Für das BAG steht die Behebung dieser Lücken im Zentrum eines möglichen Wechsels zum Anordnungsmodell bei der psychologischen Psychotherapie.

Zusammen mit der Fach- und der Projektgruppe diskutieren wir zurzeit die Ausgestaltung dieses Modells. Wichtig ist uns, dass Einschränkungen nicht zulasten der Patientinnen und Patienten erfolgen. Wir lehnen Vorschläge klar ab, die nur auf die Senkung der Kosten abzielen. So fordert der Krankenkassenverband santésuisse eine Beschränkung der Zuweiser. Damit würden neue Zugangshürden aufgebaut. Dabei bräuchten Hilfesuchende einen möglichst niederschweligen Zugang zu professioneller Betreuung. Mit Anreizen und einer besseren Vernetzung der vorhandenen Versorgungsangebote könnte die Situation in den heute ungenügend abgedeckten Bereichen verbessert werden. Die FSP bietet Bund und Kantone Hand zu nachhaltigen Lösungen.

Wir sind bereit für die Tarifverhandlungen. Dank Ihrer engagierten Teilnahme an unserer Erhebung haben wir eine Modellpraxis erarbeitet, die dem Tarifmodell zugrunde liegen soll. Unsere Position ist klar: Gleiche Leistungen sollen gleich entschädigt werden – egal, wer sie erbringt.

Für den Vorstand, Yvik Adler



Stephan Wenger
 Samuel Rom
 Christoph Steinebach
 Peter Sonderegger
 Sébastien Simonet
 Yvik Adler

Neue Fachtitel und Zusatzqualifikationen
 2

Wie ist das eigentlich rechtlich? Inkassorisiko
 3

Die FSP erarbeitet Qualitätsstandards für Onlineinterventionen
 4

Neue Fachtitel und Zusatzqualifikationen

An der Sitzung der Titelkommission (TK) vom 1. April 2017 wurde folgenden Personen ein FSP-Fachtitel verliehen. Herzliche Gratulation!

Kinder- und Jugendpsychologie: Nathalie Addor Gaillard, Sandra Burkhalter-Kunz, Cristina Guhl, Fabienne Heiniger, Sarah Hornung, Dina Horowitz, Sandra Zibell.

Neuropsychologie: Laetitia Golay Devaud.

Psychotherapie: Stefanie Bachmann-Greber, Georg Bandl, Aurélie Baudin-Rossé, Justin Baudraz, Renate Baumgartner, Sonia Baziz-Boisset, Virginie Bonomo, Corinne Bonvin, Adriana Burkhardt, Alexa Casu, Catherine Delafontaine (04.02.2017), Stefanie Deuber-Bürgler, Estelle Devaud, Nadja Fischer-Urwyler, Céline Fleury-Schaller, Céline Frey, Karin Gämperle, Kathrine Gradassi-Fournier, Gonzales Groza (04.02.2017), Christina Gruber, Barbara Hew, Caroline Inauen, Elodie Jombart, Daisy Joye, Paul Lukas, Yolande Löffler, Martina Müller, Eva Murino, Thanh Tuy Ott-Nguyen, Catherine Pasca Gétaz, Marco Passardi, Charlotte Patois, Maria Pecheva, Adriana Radulescu, Fabian Ramseyer, Maryline Rodellar, Sibylle Roost, Manuela Rosner Schimpf, Alexandra Ruesch-Völlmin, Caroline Sofie Schlar, Emina Schmidt, Jon Schmidt, Ketí Simmen-Janevska, Valérie Skrivan, Andrea Stäheli, Simone Stöcklin, Miriam Straub (09.04.2016), Sandrine Tauxe, Viola Vichery, Laurence Volpi, Valérie von Gunten, Bettina Weilenmann, Susan Wipf.

Zudem wurde im Zeitraum vom 5. Februar 2017 bis 1. April 2017 der FSP-Fachtitel in Psychotherapie folgenden Personen verliehen, die entweder über eine Anerkennung ihrer im Ausland absolvierten Psychotherapieweiterbildung durch die Psychologieberufekommision (PsyKo) oder einen ASP- oder SBAP-Fachtitel in Psychotherapie verfügen: Andrea Studer Burkhard, Adele Canna, Katia Carbé, Christina Ernst-Enold, Ana Magalhães, Valter Mascetti, Gianluca Tavasci, Franziska von Arb (17.1.2017), Angela Zanoletti Cavadini.

Zudem wurde folgenden Personen eine FSP-Zusatzqualifikation verliehen.

Notfallpsychologie: Sonia Baziz-Boisset, Silvia Medzihradska.

Kognitiv-verhaltenstherapeutische Supervision: Felicia Bähr, Batya Licht-Albeck, Nicole Rechsteiner-Schuler.

www.fsp.ch → Aktuell → News

LOHNUMFRAGE

Vielen Dank für Ihre Teilnahme!

Im Januar wurden unsere Mitglieder aufgefordert, sich an einer Lohnumfrage zu beteiligen. Es handelte sich dabei um die erste systematische Erhebung zur Entlohnung von Psychologinnen und Psychologen in verschiedenen Tätigkeitsbereichen. Von den 6703 kontaktierten Mitgliedern haben 2405 den Fragebogen vollständig ausgefüllt. Dies ist eine Beteiligung von fast 36 Prozent, was für eine Onlineumfrage über ein sensibles Thema sehr erfreulich ist. Wir möchten uns bei allen, die sich Zeit für die Umfrage genommen haben, herzlich bedanken. Die nun auszuwertenden Daten bieten eine solide und fundierte Grundlage für Lohnverhandlungen. Die Ergebnisse werden im Sommer in einem Bericht veröffentlicht, und im Herbst wird ein Online-Lohnrechner aufgeschaltet.

POLITIK

Wenn sich FSP-Psychologen politisch engagieren

Psychologinnen und Psychologen sollten in Gesellschaft und Politik präsenter werden! Diese Aufforderung wird regelmässig von unseren Partnerorganisationen ausgerufen. Sie wurde gehört. Am 5. März wurden zwei FSP-Psychologen als Suppleante in den Grossen Rat des Kantons Wallis gewählt. Herzlichen Glückwunsch also an Egon Werlen und Manfred Kuonen, die bei Abwesenheit der gewählten Abgeordneten die Psychologie in ihrem Kantonsparlament vertreten. Sie sorgen dafür, dass das Parlament jederzeit voll besetzt tagen kann. Sind auch Sie in Ihrer Gemeinde oder in Ihrem Kanton politisch aktiv? Teilen Sie es uns mit! E-Mail: redaktion@fsp.psychologie.ch

GESCHÄFTSSTELLE

Personelles

Erika Röthlisberger hat sich für einen neuen Arbeitgeber entschieden. Sie hat während gut zweier Jahre die Finanzgeschäfte der FSP mit hoher Eigenverantwortung und ohne Beanstandungen in ausgezeichneter Qualität erledigt. Im Herbst 2016 wurde sie in die Geschäftsleitung aufgenommen, um dort ihre Kenntnisse auch in die Verbandsleitung einzubringen. Ihre ruhige und überlegte Art hat wesentlich zu einem angenehmen Arbeitsklima beigetragen. Wir wünschen ihr alles Gute und danken ihr herzlich für die geleistete Arbeit.

Als neue Leiterin Dienste haben wir Bébé Massamba gewinnen können. Die frankofone Betriebsökonomin FH kann eine fundierte Erfahrung als Leiterin Finanzen und Administration sowie in der Führung von Betriebs- und Finanzbuchhaltungen ausweisen.

Zur Verstärkung des Teams Dienste konnten wir weiter Véronique Manser als Sachbearbeiterin Rechnungswesen verpflichten. Sie hat eine langjährige Erfahrung im Rechnungswesen, in der Sachbearbeitung Personalwesen sowie in der Kontrolle von Spesenabrechnungen von Kommissionen. Auch Véronique Manser ist französischer Muttersprache. Mit diesen zwei Anstellungen sind die Voraussetzungen für die Kontinuität in den Finanzen sowie einer sachgerechten Abwicklung der Kommissionsabrechnungen gegeben.

Als Ergänzung des Stabs konnten wir zudem die Psychologin Andrea Schönhofer verpflichten. Sie hat Erfahrungen in den Bereichen IV-Eingliederung sowie Stabsarbeit. Sie wird zu 40 Prozent einsteigen und neben Stabsarbeiten die Prozesse der Geschäftsstelle klären und aufzeichnen helfen.

SAVE THE DATE

30-Jahre-Jubiläum unserer Föderation



Im Herbst feiert die FSP ihren runden Geburtstag. Reservieren Sie sich den Abend des 18. Novembers, denn als Mitglied sind Sie herzlich zu einem Fest auf dem Berner Hausberg Gurten eingeladen. Zücken Sie Ihre Agenda! Eine persönliche Einladung folgt.

Wie ist das eigentlich rechtlich?



Inkassorisiko

Ich bin als delegierte Psychotherapeutin in einer Arztpraxis tätig. Mein Chef bezahlt mir meinen Lohn jeweils provisorisch. Erst nachdem der Patient seine Arztrechnung bezahlt hat, wird definitiv abgerechnet. Ausstände werden von meinem Chef zu meinen Lasten von meinem Lohn abgezogen. Darf er das?

Nein. Der Arbeitgeber darf das Inkassorisiko grundsätzlich nicht beziehungsweise nur sehr beschränkt auf seine Arbeitnehmenden abwälzen. Es gilt aber seitens des Arztes neben dem arbeitsrechtlichen auch noch einen weiteren Aspekt zu berücksichtigen: Die psychologische Psychotherapie gilt nur als delegierte Psychotherapie, wenn unter anderem ein Anstellungsverhältnis zwischen dem Arzt und der psychologischen Psychotherapeutin vorliegt.

Ein Anstellungsverhältnis zeichnet sich durch eine organisatorische und wirtschaftliche Abhängigkeit der Psychotherapeutin zur delegierenden Ärztin oder dem Arzt aus. Hinsichtlich des Anstellungsverhältnisses ist massgeblich, ob das unternehmerische Risiko bei der Ärztin oder beim Arzt verbleibt. Das Inkassorisiko gehört zu den klassischen unternehmerischen Risiken. Wenn nun der Arzt das Inkassorisiko auf die psychologische Psychotherapeutin vollumfänglich abwälzt, indem er den vereinbarten Lohn im Umfang der von den Patientinnen und Patienten nicht bezahlten Rechnungen kürzt, liegt kein Anstellungsverhältnis und somit auch keine delegierte Psychotherapie vor. Eine Leistungspflicht der Grundversicherung entfällt. Die Patienten erhalten ihre Arztrechnungen nicht von der Grundversicherung vergütet.

Snezana Blickenstorfer, Leiterin Recht

Die FSP erarbeitet Qualitätsstandards für Onlineinterventionen

Psychotherapie, Beratung und Coaching wird vermehrt im Internet angeboten. Wie kann bei diesen Leistungen die Qualität garantiert werden?

AURÉLIE FAESCH-DESPONT

Aufgrund des immer breiteren Zugangs zum Internet nimmt das Angebot an Onlinedienstleistungen zu. Die Thematik psychische Gesundheit ist dabei keine Ausnahme, denn alle Dienstleistungen sind von dieser Entwicklung betroffen. Wer nach dem englischen Begriff «online therapy» googelt, erhält mehr als 37 Millionen Treffer. Dass es psychologische Interventionen im Internet gibt, ist zwar bekannt. In letzter Zeit gibt es aber immer mehr Formen dieser Dienstleistungen, angefangen bei Therapien per E-Mail, Chat oder Videokonferenzen bis hin zu Beratungs-Apps und -Programmen, die nicht professionell betreut werden.

Die psychologische Forschung interessiert sich immer mehr für Onlineinterventionen, und es gibt zahlreiche vielversprechende Studienergebnisse, die die Wirksamkeit solcher Interventionen belegen und die langfristigen Wirkungen hervorheben.

Zwischen Forschung und Praxis

Vor diesem Hintergrund beschloss die FSP im Jahr 2016, ihre zehn Jahre zuvor formulierten Richtlinien zur Praxis der psychologischen Onlineberatung zu aktualisieren. Letztes Jahr wurde zu diesem Zweck eine Arbeitsgruppe gegründet. Der Projektverantwortliche Jean-Baptiste Mauvais erklärt: «Wir wollten Vertretende aus der Praxis mit Forschenden, die sich mit diesen neuen Leistungen beschäftigen, zusammenbringen, um deren Wirksamkeit zu bewerten.» Das Ziel der Arbeitsgruppe war, Qualitätsstandards für Onlineinterventionen zu definieren, um in diesem wachsenden und sich verändernden Bereich eine gewisse Qualität gewährleisten zu können.

Durch die Zusammenarbeit von Fachleuten aus Praxis und Forschung sowie Mitarbeitenden der FSP-Geschäftsstelle wird sichergestellt, dass die Qualitätsstandards aktuelle Forschungsergebnisse und den politischen und rechtlichen Kontext berücksichtigen. «Eine der grössten Herausforderungen des Projekts ist die Formulierung von Empfehlungen, die für alle Formen der Onlineinterventionen, wie zum Beispiel Therapie, Beratung und Coaching, gültig sind, gleichzeitig aber auch die Eigenheiten der jeweiligen Bereiche berücksichtigen», erläutert Jean-Baptiste Mauvais.

Die Arbeitsgruppe führte zunächst im Rahmen ihrer Tagungen eine Bestandsaufnahme durch und verständigte sich auf eine gemeinsame Definition des Begriffs Onlineintervention sowie auf eine gemeinsame Beschreibung ihrer Formen. Weiter wurden die Chancen und Risiken dieser Leistungen evaluiert. Zurzeit sind die Mitglieder der Arbeitsgruppe dabei, die Formulierung der Qualitätsstandards abzuschliessen. Bei diesen Standards werden Aspekte wie die Identifizierung der Anbieter, die Transparenz des Angebots, Kontraindikationen sowie Ethik und Datenschutz berücksichtigt.

Wir werden die wertvollen Ergebnisse der Arbeitsgruppe ausführlich in der nächsten *Psychoscope*-Ausgabe vorstellen. Auf Basis der Qualitätsstandards wird die FSP Empfehlungen formulieren und gezielt Informationen publizieren, damit potenzielle Klientinnen und Klienten wissen, worauf bei Onlineinterventionen zu achten ist. Weiter führt die FSP im November eine Fachtagung zum Thema Onlineinterventionen, Digitalisierung und Psychologie im Internet durch (siehe Infobox). ♦

FSP-FACHTAGUNG

Psychologie 2.0

In bestimmten Bereichen der Psychologie finden Informations- und Kommunikationstechnologien (IKT) eine immer breitere Anwendung. Welche Herausforderungen und Chancen sind mit der «Psychologie im Internet» verbunden? An einer Fachtagung über die Digitalisierung am 9. November 2017 in Bern informiert die FSP über den derzeitigen Stand der Forschung und gibt einen Überblick über die Praxis.

www.fsp.ch/fachtagung