



SCHWEIZERISCHE GESELLSCHAFT FÜR GESUNDHEITSPSYCHOLOGIE
SOCIÉTÉ SUISSE DE PSYCHOLOGIE DE LA SANTÉ

Curriculum zur post-gradualen Weiterbildung in Gesundheitspsychologie (Version Februar 2005)

Die Schweizerische Gesellschaft für Gesundheitspsychologie (SGGPsy), vertreten durch ihren Vorstand, stellt nachfolgendes Curriculum zur post-gradualen Weiterbildung in Gesundheitspsychologie vor. Das Curriculum präzisiert die Anforderungen für den Erhalt eines Fachtitels « FachpsychologIn für Gesundheitspsychologie FSP ».

1 Was ist Gesundheitspsychologie?

Die Gesundheitspsychologie umfasst den wissenschaftlichen und praktischen Beitrag der Psychologie zur Verbesserung und Aufrechterhaltung von Gesundheit, zur Prävention, Behandlung und Rehabilitation von Krankheiten, zur Analyse von Risikoverhaltensweisen und der Ursachen von Gesundheitsproblemen sowie zur Verbesserung des Gesundheitssystems. Auf der Präventionsebene umfassen ihre Aufgabengebiete die universelle, die selektive und die indizierte Prävention.

Die verschiedenen Bereiche der Gesundheitspsychologie können wie folgt gruppiert werden:

- Gesundheitsverhalten (gesundheitsförderliche Verhaltensweisen): Förderung und Aufbau von gesundheitsförderlichen Verhaltensweisen wie die regelmässige körperliche Aktivität, gesunde Ernährung, regelmässige Zahnpflege, Gesundheitskontrollen (incl. Selbstprüfung und Durchführen regelmässiger medizinischer Kontrolluntersuchungen), mittels von Interventionen, die auf psychologischen Ansätzen und Modellen beruhen.

- Gesundheitsbezogene Kognitionen und Repräsentationen: Untersuchung der kognitiven Prozesse, die gesundheits- und krankheitsrelevanten Verhaltensweisen zugrunde liegen. Die Gesundheitspsychologie hat bereits eine Reihe von theoretischen Modellen und Bezugsrahmen entwickelt, die nicht nur – in gewissem Umfang – der Erklärung und Vorhersage von gesundheitsrelevantem Verhalten dienen, sondern auch Interventionen zu entwickeln erlauben, die z.B. auf die Veränderung von Gesundheitsüberzeugungen zielen, auf die Erhöhung internaler Kontrollüberzeugungen und der Selbstwirksamkeit.
- Förderung umgebungsbezogener Faktoren, die für die Gesundheit bedeutungsvoll sind.
- Prozesse die Zugang zu und Erhalt von Gesundheitspflege beeinflussen: Arten und Auswirkungen der Beziehung zwischen Pflegeperson und Klient/Patient, inklusive psychologischer Interventionen, die auf eine Verbesserung der Kommunikation zielen, die die Selbstverpflichtung und das Engagement des Patienten erleichtern, Vorbereitung von belastenden medizinischen Behandlungen und Eingriffen.
- Psychologische Aspekte von Krankheit: Bemessung der psychologischen Auswirkungen von somatischen Krankheiten, seien sie akut oder chronisch, auf die betroffene Person und andere, wie seine Familie oder auf die pflegende Person, auch entlang der Lebensspanne. Entwicklung von psychologischen Interventionen, die dem Patienten helfen, mit der Krankheit umgehen zu können, Schmerzen zu bewältigen, die Lebensqualität zu verbessern und die Einschränkungen von Fähigkeiten oder Behinderungen zu verringern.
- Risikoverhaltensweisen: Identifikation gesundheitsschädlichen Verhaltens (wie Rauchen, Substanzmissbrauch, unausgeglichene Ernährung, Mangel körperlicher Aktivität, ungeschützter Sexualverkehr), Entwicklung von Interventionen zur primären Prävention, die auf psychologischen Ansätzen und Modellen gründen, mit dem Ziel, diese Verhaltensweisen zu verändern, sei es auf gemeindepsychologischer Ebene, im Arbeitsbereich oder bei speziellen Zielgruppen.

Die **Hauptaktivitäten der Gesundheitspsychologen** in den genannten Bereichen sind, Diagnostik, Beratung und Intervention, Ausbildung und Erziehung (inkl. Coaching), sowie Forschung und Management von Projekten.

Zur Abgrenzung der Gesundheitspsychologie. In Abhebung von der Klinischen Psychologie beschäftigt sich die Gesundheitspsychologie nicht so sehr mit gestörtem oder problematischem Verhalten und Erleben, sondern vielmehr mit der Aufrechterhaltung und Förderung von Gesundheit. Ihr Gegenstand sind somit nicht nur die mit körperlicher Krankheit, sondern auch die mit Gesundheit und Wohlbefinden verbundenen psychischen Zustände und Prozesse.

In Abhebung von der Psychotherapie zielt die Gesundheitspsychologie nicht auf eine Behandlung psychischer Störungen durch weitreichende und komplexe Veränderungen von Verhaltens- und Erlebnisweisen oder der Persönlichkeit. Sie beschäftigt sich mit der Modifikation und Prävention von krankheitsbezogenen bzw. der Förderung und Aufrechterhaltung von gesundheitsbezogenen Verhaltens- und Erlebnisweisen.

Lernziele des Curriculums

Angesichts der Komplexität und der ständigen Weiterentwicklung des Faches ist die berufliche Position des Gesundheitspsychologen durch das « Scientist-Practitioner »-Paradigma zu charakterisieren. Die Tätigkeit als Gesundheitspsychologe erfordert nicht nur praktische Kompetenzen, sondern auch wissenschaftliche Kenntnisse – Theorien und Ergebnisse - und methodische Kompetenzen, die es erlauben, Forschungsprojekte durchzuführen und im Sinne « kontrollierter Praxis » zu arbeiten.

Die Lernziele des Curriculums betreffen daher gleichermassen Wissen und Können. Sie lassen sich wie folgt kennzeichnen:

1. Kenntnis und Anwendung von theoretischen Modellen der Gesundheitspsychologie.
2. Herstellen von Zusammenhängen zwischen wissenschaftlichen Grundlagen und ihrer praktischen Anwendung, in Verbindung mit Kritikfähigkeit.
3. Erwerb praktischer Kompetenzen, betreffend :
 - Intervention und Beratung (z.B. Erwerb von Techniken zur Modifikation von Kognition und Verhalten) ;
 - Kommunikation (z.B. Vermittlung von Informationen, Informationen für die breite Öffentlichkeit) ;
 - Projektmanagement (von der Analyse der Problemstellung bis zur Evaluation der Ergebnisse) ;

- Forschungsmethoden (die zumindest die konstruktive Teilnahme an Forschungsprojekten erlauben).

2 Allgemeine Bedingungen

2.1 Organisatorische Rahmenbedingungen und Verantwortlichkeiten

Angesichts der beschränkten Mittel, die der SGGPsy zur Verfügung stehen, kann sie selbst kein eingeständiges und umfassendes Curriculum anbieten. Es geht vielmehr darum, ein Rahmen-Programm zu erarbeiten, von dem einige Elemente durch die SGGPsy, zusammen mit einer oder mehreren Schweizer Universitäten realisiert werden können, während andere an externen Institutionen in der Schweiz oder im Ausland durchgeführt werden können.

- Akkreditierung und Anerkennung des Programms : FSP.
- Organisation und Verantwortung für das Rahmen-Programm sowie die Anerkennung von Unterrichtseinheiten und Ausbildungselementen, die von externen Institutionen angeboten werden : SGGPsy (Weiterbildungskommission).
- Verantwortung für die einzelnen Elemente: die Anbieter-Institutionen der Module.

2.2 Bedingungen für die Teilnahme an dem Programm

Universitärer Hauptfachabschluss in Psychologie.

Berufliche Praxis im Bereich der Gesundheitspsychologie zu mindestens 50%, spätestens ab dem 3. Semester des Kurses.

Für den Erhalt des FSP Fachtitels ist die ordentliche Mitgliedschaft in der FSP erforderlich.

2.3 Einschreibung

Einreichung eines vollständigen Dossiers.

Kandidatengespräch mit einem der Verantwortlichen des Programms zur Bestimmung eines persönlichen Curriculums entsprechend den Zielen und der beruflichen Einbindung des Kandidaten.

2.4 Titel

Der Titel « Fachpsychologin für Gesundheitspsychologie FSP » wird nach vollständigem Abschluss des Curriculums gemäss den Kriterien der FSP verliehen.

3 Beschreibung des Curriculums

3.1 Aufbau und Dauer

Theoretische und methodische Module 450h
Unterrichtseinheiten zu Wissen und Können

"Independent studies" 100h
Kurse, Workshops, Kongresse etc.
spezifisch für den Praxisbereich des Studierenden

"Praxis-Begleit-Seminar" (« pratique encadrée ») 100h
Teilnahme an einem Seminar zur Analyse der praktischen Tätigkeit; Es wird organisiert von der Weiterbildungskommission der SGGPsy unter Beteiligung von Experten (z.B. während 2 Wochenenden / Jahr während 3 Jahren)

Durchführung eines Forschungs- und/oder Interventionsprojektes 300h
(mit Evaluation)
Das Projekt wird von einem Experten individuell supervisiert (mind. 10 h Einzelsupervision) und mind. zweimal (in Anfangsphase und Abschlussphase) im Projektbegleitseminar vorgestellt.

Insgesamt verteilt auf 3 bis 4 Jahre ***950h***

3.2 Inhaltsbereiche der Kurse

Zu jedem der genannten 15 Inhaltsbereiche sind mind. 25 h zu absolvieren (insgesamt 375 h). Die darüber hinausgehenden Stunden sind vorzugsweise in den Bereichen der Gruppen A und B, den spezifisch gesundheitspsychologischen Grundlagen, Anwendungsgebieten und Paradigmen, zu absolvieren. Eine Unterrichtsstunde besteht gemäss FSP-Usanz aus 50 Min. Lehre und 10 Min. Pause.

Gruppe A: Grundlagen der Gesundheitspsychologie

(1) Kontexte und Perspektiven der Gesundheitspsychologie

- Historischer Überblick, europäischer und internationaler Kontext
- Aktuelle Theorien und Ansätze der Gesundheitspsychologie
- Nachbardisziplinen: Psychologie, Verhaltensmedizin, Medizinsoziologie und – anthropologie, Gesundheitsökonomie, Neurowissenschaften, etc.
- Kulturelle und soziale Einflussfaktoren

(2) Epidemiologie

- Krankheits- und Todesursachen
- Verhaltensepidemiologie
- Biostatistik
- Ungleichheiten im Gesundheitsbereich
- Ökologische Probleme
- Migration

(3) Biologische Mechanismen von Gesundheit und Krankheit

- Psycho-Immunologie
- Kardiovaskuläres System
- Reproduktionssystem (Prokreation)
- Genetik

(4) Gesundheitsbezogene Verhaltensweisen

- Theoretische Modelle
- Protektive Verhaltensweisen
- Risikoverhaltensweisen und -faktoren
- Soziokulturelle Faktoren

(5) Gesundheitsbezogene Kognitionen, Emotionen und individuelle Unterschiede

- Soziale und individuelle Repräsentationen von Gesundheit und Krankheit
- Gesundheitsbezogene Attributionen und Überzeugungen
- Internal-externale Kontrollüberzeugungen und Selbstwirksamkeit, Optimismus und Pessimismus
- Emotionsverarbeitung und Gesundheit
- Negative Affektivität
- Wahrnehmung von Symptomen und Risiken
- Entscheidungsprozesse
- Resilienz

(6) Krankheitsbezogene Kognitionen und Emotionen

- Repräsentation und Erleben von Krankheit
- Repräsentation und Erleben der Welt der Medizin und des Arztes
- Der Körper in Gesundheit und Krankheit
- Sprache, Ausdruck und Sprechen über Krankheit

(7) Interventionen in der Gesundheitspsychologie

- Entwicklung von Interventionen und ihre Evaluation
- Gesundheitserziehung und -förderung: (i) Interventionen am Arbeitsplatz, (ii) Gemeindepsychologische Interventionen, (iii) Öffentliche Gesundheit / Medienkampagnen, (iv) ökologische Interventionen
- Spezifische Anwendungen und Interventionen, z.B. Prävention und Umgang mit kardiovaskulären Erkrankungen, Krebs, HIV, genetische Diagnostik, medizinisch unterstützte Befruchtung und Schwangerschaft, Geburtenkontrolle, Transplantationen, usw.

Gruppe B: Gesundheitspsychologische Anwendungsfelder und Paradigmen

(8) Gesundheitspsychologie im Kontext von Krankenhaus und Klinik

- Kommunikation zwischen Patient und Pflegeperson
- Medizinische Untersuchungen (Screening und Diagnose)
- Vorbereitung auf belastende medizinische Eingriffe und Behandlungen
- Auswirkungen der Hospitalisierung (bei Kindern und Erwachsenen)
- Mitteilung schlechter Neuigkeiten
- „Adherence“
- Patienten-Zufriedenheit

(9) Chronische Krankheit und Behinderung

- Mechanismen und Strategien der Bewältigung von Krankheit und Behinderung
- Theoretische Modelle zu Schmerz und Schmerzbewältigung
- Interventionen zur Schmerzbewältigung
- Probleme der Pflege und Versorgung von chronischen Patienten

(10) Stress, Coping, Gesundheit und Krankheit

- Ursachen, Manifestationen und Konsequenzen von Stress
- Theoretische Modelle zu Stress
- Moderator-Variablen
- Soziale Unterstützung und soziales Netzwerk
- Mechanismen und Strategien der Stressverarbeitung
- Interventionen zur Stressverarbeitung

(11) Lebensbereiche, Lebenslauf („Life-span“), Geschlecht und interkulturelle Perspektiven in der Gesundheitspsychologie

- Arbeit und Gesundheit
- Umwelt und Gesundheit
- Interkulturelle Perspektiven
- Geschlecht und Gesundheit
- Gesundheit und Krankheit im Lebenslauf
- Rolle der Familie im Kontext von Gesundheit und Krankheit
- Krankheit bei Kindern
- Tod, Sterben, Trauer und Suizid

Gruppe C: Methoden und Rahmenbedingungen in der Gesundheitspsychologie

(12) Projektmanagement und Qualitätssicherung

- Projektsteuerung
- Prozesskontrolle
- Evaluation von Ergebnissen
- Organisationsentwicklung

(13) Forschungsmethoden

- Forschungsdesigns und -Strategien in der Gesundheitspsychologie
- Ausarbeitung von Theorien, Modellen und Hypothesen
- Datenanalyse, quantitativ und qualitativ
- Angewandte Forschung im Gesundheitsbereich (Ausarbeitung, Management, Evaluation, Publikation)
- Spezifische Forschungsprobleme und -Biases

(14) Messmethoden und Instrumente

- Testtheoretische und psychometrische Grundlagen
- Erfassung und Messung von Prozessen
- Erfassung und Messung von Ergebnissen / Effekten
- Entwicklung von Instrumenten
- Analyse und Einbeziehung individueller Differenzen
- „Lebensqualität“ im Kontext von Gesundheit

(15) Professionelle Aspekte

- Ethische Standards
- Gesetzliche und satzungsgemäße Verpflichtungen
- Beziehungen zwischen verschiedenen Berufen im Gesundheitsbereich

- Europäische und internationale Perspektiven gesundheitspsychologischer Berufe

4 Evaluation und Erlangung des Titels

4.1 Evaluation der Weiterbildungsleistungen

Jede Ausbildungseinheit ist zu validieren bzw. zu evaluieren. Unterrichtseinheiten, die von externen Institutionen angeboten und durch die SGGPsy anerkannt werden sollen, sind detailliert zu dokumentieren, inklusive der Art und des Ergebnisses der Evaluation.

Ein schriftlicher Projektbericht dokumentiert das Interventions- und/oder Forschungsprojekt (er ist entsprechend Richtlinien zu redigieren). Er wird von dem betreuenden Projektsupervisor evaluiert. Die schriftliche Beurteilung ist zusammen mit der schriftlichen Projektarbeit zur Zertifizierung einzureichen.

Ein mündliches Abschlussexamen von mind. 45 Min. beschliesst die Weiterbildung. Es umfasst Themenbereiche, die aus Themenvorschlägen der Kandidatin ausgewählt werden, sowie den Themenbereich der Projektarbeit.

4.2 Erlangung des Titels

Zur Erlangung des Titels stellt die Kandidatin einen Antrag beim Vorstand der SGGPsy und reicht ein Dossier ein. Dieses enthält:

1. den detaillierten Nachweis der absolvierten Weiterbildungseinheiten gemäss Abschnitt 4.1
2. den Projektbericht, zusammen mit der Beurteilung durch den Projektsupervisor und dem Nachweis der zweimaligen Präsentation des Projektes im Praxisseminar.

Das Dossier wird durch die Weiterbildungskommission geprüft und bei positiver Beurteilung an die FSP zur Anerkennung weitergereicht.

5. Weiterbildungskommission

Die Mitglieder der Weiterbildungskommission (WBK) werden durch den Vorstand bestimmt. Die WBK hat insbesondere folgende Funktionen:

1. Bestimmung der Inhalte und der Struktur des Curriculums und seine Durchführung.
2. Entscheidung, welche Kursangebote anerkannt werden, bzw. welche Kriterien der Anerkennung zugrunde liegen.
3. Prüfung der Dossiers zur Erlangung des Fachtitels und Entscheidung über die Zulassung zum Abschlussexamen.
4. Durchführung des Abschlussexamens mit dem Kandidaten, ggf. unter Hinzuziehung von Experten.
5. Beantragung des Fachtitels bei der FSP.
6. Information des Vorstandes mind. einmal jährlich über ihre Tätigkeit.
7. Evaluation des Curriculums und Vorschläge allfälliger Massnahmen zur Qualitätssicherung zuhanden des Vorstandes.
8. Dokumentation der Ergebnisse der Prüfung der Dossiers, der Beurteilung der Projektarbeit und der Abschlussprüfung; auf Wunsch erteilt sie der Kandidatin Einsicht in die Unterlagen.

6. Ausbilder, Dozenten und Supervisoren

Als Ausbilder, Dozenten und Supervisoren anerkannt werden Fachpsychologen für Gesundheitspsychologie FSP. Ebenfalls können ausgewiesene Experten mit Universitätsabschluss und speziellem Leistungs- oder Erfahrungsnachweis im Bereich der Gesundheitspsychologie zugelassen werden. Über Anerkennung und Zulassung im Rahmen des Curriculums befindet die Weiterbildungskommission der SGGPsy gemäss den FSP-Richtlinien.

7. Kostenrahmen der Ausbildung

Die Kosten der Weiterbildung betragen insgesamt etwa CHF 35'000.-

Sie setzen sich wie folgt zusammen:

Theoretische und methodische Module	450h à CHF 30.-	13'500.-
Praxis-Begleit-Seminar mit Expertenbegleitung (einzeln und in Gruppen)	100h à CHF 100.-:	10'000.-
Projektsupervision	10h à CHF 200.-:	2'000.-
Zertifizierung (inkl. Prüfung und Anerkennungsverfahren)	CHF	1'000.-
Independent Studies	100h à CHF 50.-	5'000.-
Zuz. Reisekosten	ca. CHF	3'500.-

8. Übergangsbestimmungen

Die Übergangsbestimmungen für die Erlangung des Fachtitels sind während 4 Jahren nach In-Kraft-Treten des Curriculums anwendbar.

1. Die Kandidatin muss während 5 Jahren zu mindestens 50% im Fachgebiet der Gesundheitspsychologie tätig gewesen sein.
2. Die Kandidatin muss sich fachspezifisch fort- und weitergebildet haben. Davon müssen mind. 50% der vom hier vorliegenden Curriculum verlangten Leistungen nachgewiesen sein.
3. Das Dossier wird von der WBK der SGGPsy überprüft und bedarf allenfalls einiger Ergänzungen.

9. Fortbildung

Die Fachpsychologen für Gesundheitspsychologie sind verpflichtet, sich über die Weiterbildung hinaus fortzubilden, um die Qualität beruflichen Handelns zu sichern. Die Fortbildung erfolgt gemäss den FSP-Richtlinien.

10. Änderungen im Curriculum

Allfällige Änderungen im Curriculum werden von der SGGPsy umgehend der FSP gemeldet.

11. Rekurs

Alle Leistungsnachweise und sonstigen relevanten Unterlagen werden von der Weiterbildungskommission aufbewahrt und im Falle eines Rekurses der Rekurskommission der FSP zur Einsicht vorgelegt.

Die SGGPsy anerkennt die Rekurskommission der FSP als Rekursinstanz.

Fassung verabschiedet durch den Vorstand der SGGPsy, Fribourg, den 2. November 2004, revidiert gemäss Vorstandsbeschluss vom 4. Februar 2005.