



Verkehrspsychologie

Die Verkehrspsychologie ist ein Teilgebiet der Psychologie, das sich mit dem Erleben und Verhalten von Menschen in Verkehrs- und Transportsystemen beschäftigt. Unter diese Systeme fallen der Straßenverkehr, die Luftfahrt, der Schienenverkehr und der Schiffsverkehr. Im Straßenverkehr liegt der Schwerpunkt der psychologischen Praxis dabei auf der verkehrspsychologischen Diagnostik (Eignung zum Führen von Kraftfahrzeugen) und der Beratung, Rehabilitation und Nachschulung von auffällig gewordenen KraftfahrerInnen.

Zunehmend sind auch Verhalten von FußgängerInnen und RadfahrerInnen im Fokus.

Weitere Tätigkeitsfelder von VerkehrspsychologInnen umfassen die Verkehrserziehung und die Ausbildung von FahrlehrerInnen sowie Fortbildung von FahrlehrerInnen und FahrprüferInnen.

Verkehrspsychologische Forschung (z.B. zu Unfallrisiko und Sicherheitsbedürfnis, Risikobereitschaft und Fahrmotivation) ermöglicht interdisziplinäre Weiterentwicklung in Verkehrsraumgestaltung, Fahrerassistenzsystemen und Verkehrsplanung.

Klinische Psychologie

Die Klinische Psychologie ist ein Teilgebiet der Psychologie und beschäftigt sich insbesondere mit:

- psychischen Störungen (z.B. Depressionen, Angststörungen)
- körperlichen Störungen, bei denen psychische Einflüsse eine Rolle spielen (z.B. Magen-Darm-Beschwerden, Schlafstörungen, Migräne)
- psychischen Extremsituationen
- psychischen Folgen akuter Belastungen (z.B. Burnout)
- Entwicklungskrisen und psychischen Krisen (z.B. Verlust- und Trennungserlebnisse).

Die klinisch-psychologische Beratung und Behandlung beinhaltet Auslegung und Prognose des menschlichen Erlebens und Verhaltens sowie die gesundheitsbezogenen und störungsbedingten Einflüsse darauf. Sie hat zum Ziel, psychische Leidenszustände und Störungen zu beseitigen oder zu lindern sowie Menschen darin zu unterstützen, eine Krankheit besser bewältigen zu können.

Gesundheitspsychologie

Die Gesundheitspsychologie ist ein Teilgebiet der Psychologie. Sie beschäftigt sich mit der Förderung und Erhaltung von Gesundheit (Prävention) und mit gesundheitsbezogenen Verhaltensweisen (etwa Ernährung, Bewegung und Stressverarbeitung betreffend...). Es geht darum die Ursache(n) von gesundheitlichen Beeinträchtigungen zu erkennen und Wohlbefinden bzw. Leistungsfähigkeit von Menschen zu erhalten bzw. wieder herzustellen (Rehabilitation).

Gesundheitspsychologische Beratung und Behandlung basiert auf wissenschaftlichen Erkenntnissen und Methoden. Sie stützt sich auf psychologische Theorien, Erklärungsmodelle und empirische Forschungsergebnisse. Sie bezieht Risikofaktoren (chronische Belastungen, dauerhafte Konflikte...) und individuelle Schutzfaktoren (persönliche Haltung...) in ein Gesamtkonzept mit ein.

Themen dazu sind beispielsweise:

- Entspannungstraining
- Stressmanagement und Burnout- Prävention
- Reflexion von Konsum, Genussstraining, Suchtprävention
- Schmerzbewältigung
- Wahrnehmungslenkung und Ressourcenaktivierung
- Begleitete Reflexion beim „Älterwerden“
- Psychologie in der Gynäkologie

Ernährungspsychologie

Die Ernährungspsychologie ist ein wissenschaftliches Fachgebiet, das Ernährungswissenschaft und Psychologie verbindet. Im Mittelpunkt der Forschung stehen die biologischen und psychischen Mechanismen, die Hunger, Durst und Appetit auslösen und das Essverhalten von Menschen beeinflussen. Auch Genuss und Ekel spielen bei der Nahrungsaufnahme eine Rolle. In den letzten Jahren bekommen vermehrt einige Lebensmittelinhaltsstoffe und deren Wirkung auf die Psyche größere Aufmerksamkeit. Sowohl der Geschmack als auch die thermische Wirkung von Lebensmitteln haben einen therapeutischen Nutzen. Gestörtes Essverhalten bei Stress oder ungezügelter Heißhunger haben psychische und physiologische Ursachen (Störungen bei der Hormonregulation bzw. im Zuckerstoffwechsel). Eine ausgewogene Ernährung kann generell eine wichtige Basis für weitere therapeutische Interventionen liefern und gut beim Gesundbleiben bzw. Gesundwerden unterstützen.