

NEWS

Das Magazin des Österreichischen
Bundesverbands für **Psychotherapie**

INHALT

07/25

- 3 Editorial
- 4 Neu gewähltes Präsidium des ÖBVP stellt psychotherapeutische Beziehung ins Zentrum
- 6 Die Generalversammlung
- 7 Psychotherapiegesetz 2024
- 9 Vorstellung des neuen Vorsitzes des Kandidat:innenforums
- 11 Psychotherapie Bewegt – Wie aus einem Impuls ein Podcast wurde
- 15 Aufklärungskampagne „Für alle Fälle“
- 16 30 Jahre Arbeits- und Expert*innen Gruppe „Trans*Inter*Geschlechtl-
lichkeiten-Psychotherapie
- 18 BeSt³ 2025 – Österreichs größte Bildungsmesse
- 19 Pionierarbeit in Wien: Erste fit4SCHOOL-Schule
- 21 „Es ist mehr als ein hormonelles Auf und Ab“
- 26 Psychotherapeutische Onlinegruppen für Frauen*
- 28 Buchrezensionen
- 35 Pressespiegel
- 38 Gremien

IMPRESSUM:

Medieninhaber und Herausgeber: Österreichischer Bundesverband für Psychotherapie - ÖBVP | ZVR:63143030174
Löwengasse 3/3/4, 1030 Wien | T +43 1 512 70 90 44 | oebvp@psychotherapie.at
Redaktionsleitung: Adina Birkner
Fotos: Unsplash, Archiv | Grafische Gestaltung: Leon Hungsberger
Bankverbindung: Oberbank AG, IBAN: AT381500 0045 9105 2495, BIC: OBKLAT2L

**Barbara Haid**

ÖBVP-Präsidentin

Ich möchte mich sehr herzlich bedanken, für das große Vertrauen, das Sie dem neuen Präsidium anlässlich der Generalversammlung in Salzburg entgegengebracht haben. Gemeinsam mit meinen Kolleg:innen im Präsidium werde ich in der kommenden Amtsperiode mit vollem Einsatz daran arbeiten, diesem Vertrauen gerecht zu werden.

Ein bedeutender Meilenstein konnte bereits vor der Generalversammlung erreicht werden: Der ÖBVP hat das 7.000. Mitglied begrüßt. Diese hohe Mitgliederdichte ist ein deutliches Signal für die Relevanz unseres Berufsverbandes – sowohl gegenüber politischen Entscheidungsträger:innen als auch gegenüber der Selbstverwaltung in der Sozialversicherung. Danke, dass Sie Teil dieser starken Gemeinschaft sind.

Zentrale Herausforderungen für die kommende Periode

Ein zentrales Anliegen bleibt: Wo Psychotherapie draufsteht, muss auch Psychotherapie drin sein. Die Wirksamkeit von Psychotherapie gründet sich wesentlich auf beziehungsweise wissenschaftliche Grundlagen – dies belegen zahlreiche Metaanalysen. Die psychotherapeutische Beziehung entsteht im Prozess, nicht im Abarbeiten von Manualen. Auch im Kontext der sogenannten Online-Psychotherapie (§ 39 Psychotherapiegesetz 2024) stößt dieser Aspekt an Grenzen: Vertrauen, Empathie und Sympathie (Hermer & Röhrle, 2008) lassen sich über digitale Medien nur eingeschränkt herstellen.

Unsere Arbeit steht daher jetzt unter dem Motto #beziehungswirkt! Dieser Hashtag steht nicht nur für den Kern unserer Profession, sondern auch für die Richtung, in die wir als Verband weitergehen: Mit Menschlichkeit, mit Professionalität – und vor allem mit dem tiefen Bewusstsein, dass echte Beziehungen Veränderung möglich machen. Ein weiteres zentrales Thema ist die psychotherapeutische Versorgungslage: ÖGK-Obmann Andreas Huss gebührt Dank für die konsequenten Ausbauschritte innerhalb der Kassenversorgung. Doch damit ist es nicht getan. Die derzeitige Kontingentierung psychotherapeutischer Stunden gefährdet den Behandlungsverlauf vieler Patient:innen – Psychotherapien müssen oft zu früh beendet werden. Der ÖBVP setzt sich daher mit Nachdruck für eine bedarfsgerechte und nicht begrenzte Versorgung ein.

Psychotherapeut:innen sind mittlerweile zentrale Akteur:innen in der wohnortnahen Versorgung psychischer Erkrankungen, sie sind die Nahversorger:innen im Bereich der psychischen Gesundheit. Mit den Versorgungsvereinen wurde eine stufenweise Erhöhung des Kassentarifs vereinbart – ein Schritt, der jedoch nicht ausreicht. Der für 2029 geplante Stundensatz von 105 Euro deckt weder die laufenden Kosten (Miete, Fortbildung, Supervision, Versicherungen) noch ermöglicht er eine angemessene Entlohnung angestellter Kolleg:innen. Der ÖBVP wird weiterhin für einen kostendeckenden und fairen Kassentarif kämpfen.

Liebe Kolleg:innen!

Neuerungen in der Ausbildung

Mit dem neuen Psychotherapiegesetz wurden die Weichen für ein Psychotherapiestudium an öffentlichen Universitäten nach der Bologna-Architektur gestellt. Ab dem Wintersemester 2026 werden verschiedene Bachelorstudiengänge den Zugang zum Master Psychotherapie ermöglichen. Der dritte Ausbildungsabschnitt umfasst die methodenspezifische sowie praktische Tätigkeit in Lehrpraxen, Versorgungseinrichtungen und unter Supervision. Der ÖBVP wird sich für eine faire Bezahlung dieser Ausbildungsphase – orientiert an der Facharztausbildung – stark machen.

Psychotherapie als Teil multiprofessioneller Versorgung

Die Herausforderungen im Gesundheitssystem lassen sich zunehmend nur in multiprofessionellen Teams bewältigen. In Primärversorgungszentren und psychosozialen Einrichtungen leisten Psychotherapeut:innen wertvolle Beiträge. Der ÖBVP wird sich in enger Zusammenarbeit mit den Gewerkschaften aktiv für die Interessen der angestellten Kolleg:innen einsetzen.

Psychotherapie im Lebensraum Schule

Der ÖBVP setzt sich seit Jahren für die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen im schulischen Kontext ein. Im Rahmen des Pilotprojekts fit4SCHOOL – Psychotherapeutische Beratung im Lebensraum Schule wurden an ausgewählten Schulen positive Erfahrungen mit dem regelmäßigen Einsatz von Psychotherapeut:innen gemacht. Ein Positionspapier wird gerade erstellt, wo die Erkenntnisse aus der Praxis zusammengeführt und

Empfehlungen für die strukturelle und nachhaltige Einbindung von Psychotherapeut:innen als Schulunterstützungspersonal in ganz Österreich gemacht werden. Die Zusammenarbeit mit dem Bildungsministerium ist hier von zentraler Bedeutung.

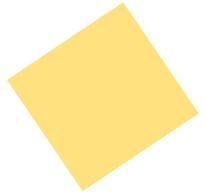
Ihr Engagement ist gefragt

Die vielfältigen Aufgaben des ÖBVP erfordern kompetente und engagierte Kolleg:innen. Jedes Mitglied ist herzlich eingeladen, sich mit der eigenen Exper-

tise in den Bundes- oder Landesorganisationen einzubringen. Wenn Sie Interesse an einer aktiven Mitarbeit haben, wenden Sie sich bitte an Ihre Landesorganisation.

Ich wünsche Ihnen einen erholsamen Sommer und verbleibe mit herzlichen Grüßen

Barabara Haid
Präsidentin des ÖBVP



#beziehungwirkt: Neu gewähltes Präsidium des ÖBVP stellt psychotherapeutische Beziehung ins Zentrum

Bei der Generalversammlung des Österreichischen Bundesverbands für Psychotherapie am 14. Juni 2025 wurde ein neues Präsidium für die kommenden drei Jahre gewählt. Barbara Haid übernimmt wieder das Amt der Präsidentin, Wolfgang Schimböck die Position des 1. Vizepräsidenten, Ines Gstrein ist 2. Vizepräsidentin und Béa Pall Schriftführerin. Neu hinzugekommen ist Markus Böckle als Kassier.

Mit dem Leitsatz #beziehungwirkt unterstreicht das neu gewählte Präsidium des Österreichischen Bundesverbands für Psychotherapie (ÖBVP) die essenzielle Rolle der Beziehungsarbeit in der psychotherapeutischen Versorgung. „Ich bin Psychotherapeutin geworden, weil ich an die Kraft der Beziehung glaube. Und ich bin Präsidentin des Berufsverbandes geworden, weil ich weiß: Diese Kraft braucht Schutz – durch gute Rahmenbedingungen, Zeit, Raum und politische Anerkennung“, so

Barbara Haid, erneut gewählte Präsidentin des ÖBVP.

Der ÖBVP betont: Die psychotherapeutische Beziehung ist der zentrale Wirkfaktor aller anerkannten psychotherapeutischen Schulen. Sie ist kein „nice to

have“, sondern Grundvoraussetzung für professionelle und wirksame psychotherapeutische Versorgung. „Psychotherapie ist Beziehungswissenschaft. Sie wirkt – aber nur, wenn man ihr vertraut, sie finanziert und strukturell absichert“, betont das Präsidium.



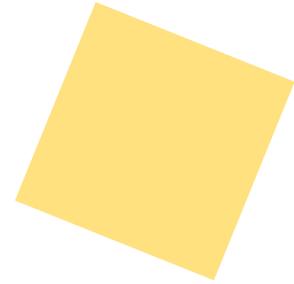
Die 3 Kernthemen des neuen Präsidiums sind:

- ÖBVP als DER Vertragspartner für die Sozialversicherungen. Psychotherapeutische Versorgung in Österreich aus einer Hand – Psychotherapie auf e-card für Patient:innen. Einheitliche, attraktive, faire und unbürokratische Zugangs- und Rahmenbedingungen für die Psychotherapeut:innen.

- Psychotherapiegesetz 2024 und Ausbildungsverordnung: Umsetzung der Vorgaben, Erreichen von Praktikums- und Fachausbildungsplätzen, Erweiterung der Studienplätze einschließlich Bachelorstudium Psychotherapie.

- Leuchtturmprojekte wie fit-4SCHOOL, Gesund aus der Krise und andere Initiativen müssen weiterentwickelt und von der öffentlichen Hand finanziert werden! Weil es um Menschen geht!

Auf den folgenden Seiten stellt sich **Markus Böckle** als neu hinzugekommenes Präsidiumsmitglied genauer vor.



Markus Böckle

Kassier

Mein Werdegang:

Nach der Matura in einem Gymnasium in Bregenz, studierte ich in Innsbruck und Wien Biologie und interessierte mich für die Verhaltensbiologie. Ebenso studierte ich Philosophie in Liechtenstein und Wien. Nach dem Studium promovierte ich im Bereich der Kognitionsbiologie und absolvierte dabei viele Studien- und Forschungsaufenthalte auf der ganzen Welt. Diese intensive Auseinandersetzung mit tierischen und menschlichen Verhalten, Denken und Erleben führte mich schließlich über die kognitionsbiologische Grundlagenforschung zur Psychotherapie – dorthin, wo mein wissenschaftliches Interesse und meine persönliche Erfahrung zusammenfinden. Seit 2013 widme ich mich der wissenschaftlichen Forschung in der Psychotherapie. Meine fachspezifische Ausbildung habe ich 2015 an der Donau Universität Krems in Integrativer Therapie begonnen und bin seit 2019 in die Berufsliste für Psychotherapie eingetragen.

Ich bin als Psychotherapeut in freier Praxis in Wien tätig, bin Lehrtherapeut und unterrichte seit 2014 an verschiedenen psychotherapeutischen Ausbildungs-

stituten und Universitäten in Österreich. Seit 2023 leite ich das Department für Wissenschaft und Forschung im ÖBVP und seit 2025 auch die Arbeitsgruppe für Online-Psychotherapie, Digitale Gesundheitsanwendungen und KI in der Psychotherapie.

So bin ich zur Psychotherapie gekommen:

Das Interesse für das menschliche Erleben und Verhalten hat mich früh gepackt – zunächst über die Philosophie und Verhaltensbiologie. Meine eigene Erfahrung der Psychotherapie mit Anfang Zwanzig führte mich über die Forschung in die therapeutische Praxis – dorthin, wo Beziehung, professionelle Unterstützung und gesellschaftliche Verantwortung konkret werden.



© Ricardo Gstrein

Meine Ziele und Schwerpunkte im neuen Präsidium:

- Die Psychotherapieforschung stärken und den Transfer in die Versorgungspolitik sicherstellen
- Öffentlichkeitsarbeit: Psychotherapie als wissenschaftlich breit fundierte, höchst wirksame und moderne Gesundheitsleistung sichtbar machen
- Die psychotherapeutische Ausbildung weiterentwickeln und mit innovativen Curricula stärken
- Die Digitalisierung der Psychotherapie wissenschaftlich fundiert und menschlich gestaltet vorantreiben
- Standards für Online-Psychotherapie, DiGAs und KI entwickeln und qualitätsgesichert etablieren

Interesse und auch genug Gelassenheit und Zielstrebigkeit zusammengekommen waren, weil ihnen die Diskussion um wichtige Themen und Veränderungen im Bundesverband, weil ihnen die Reflexion der letzten drei Jahre und der Ausblick auf Neues merkliche Anliegen waren.

Die Inhalte der Generalversammlung seien hier kurz umrissen, das genaue Protokoll wird allen Mitgliedern ja zukommen:

Da ging es um teilweise sehr umfassende Tätigkeitsberichte, die von hohem Einsatz Zeugnis geben (hier ein großes Danke an die Kolleginnen im Büro, die alle Unterlagen so fein vorbereitet hatten), es ging um Danksagungen und Ehrenmitgliedschaften, um Wahlen und Bestellungen in Funktionen, es ging

auch um die Erhöhung des Mitgliedsbeitrags und um eine umfassende und klare Information durch den Finanzbericht.

Und natürlich – ganz wichtig: es ging um die Entlastung des scheidenden Präsidiums, um die Bekanntgabe des Wahlergebnisses für das neue Präsidium und darum, dieses sehr herzlich willkommen zu heißen und alles Gute zu wünschen für die kommende Funktionsperiode. Auch an dieser Stelle hier euch eine herzliche Gratulation und ein Danke für euer Engagement!

In einer sich immer wieder schneller verändernden gesundheitspolitischen Landschaft, im Wahrnehmen von großen Herausforderungen im Zusammenhang mit der Umsetzung des neu-

en Psychotherapiegesetzes, im Spüren von immer mehr wachsendem Bedarf an psychotherapeutischer Versorgung in unserem Land kommt dem ÖBVP eine wichtige und tragfähige Rolle zu. Die Generalversammlung ermöglicht Weichenstellungen, die uns darin stärken, unserem Auftrag im Gesundheitswesen immer besser nachzukommen.

Daher:

Wie gut, dass es sie gibt: die Generalversammlung.



**Stephan
Kopelent**

Vorsitzender der
Kommission Psychotherapie
in Institutionen

Psychotherapiegesetz 2024 – ein Meilenstein für den Berufsstand

Mit dem neuen Psychotherapiegesetz 2024 ist ein bedeutender Fortschritt für die Profession gelungen. Dank des engagierten Einsatzes zahlreicher Beteiligten konnte ein modernes, zukunftsweisendes Berufsgesetz geschaffen werden.

Besonderer Dank gilt der zuständigen Fachabteilung im Gesundheitsministerium unter der Leitung von Ministerialrat Michael Kierein sowie Sarah Plimon-Rohm und Maria Sagl. Ebenso haben die Mitglieder der Expert:innengruppe des Psychotherapiebeirats – Wilfried Datler, Christian Korunka, Gerhard Pawlowsky, Markus Hochgerner, Henriette Löffler-Staska – sowie ÖBVP-Präsidentin Barbara Haid und AMFO-Vorsitzende Susanne Pointner in ehrenamtlicher Tätigkeit maßgeblich zum Gelingen beigetragen.

Klarheit durch präzise Begriffsbestimmungen

Erstmals wurden zentrale Begriffe im Gesetz eindeutig definiert (§ 4), wodurch bisher notwendige Rückgriffe auf Richtlinien nun entfallen. Dies betrifft insbesondere die Definitionen von Praxisgemeinschaften und psychotherapeutischen Versorgungseinrichtungen (§ 4 Ziff. 11 und 15), die künftig eine wichtige Rolle im Ausbildungsbereich spielen werden.

Umfassende Berufsbeschreibung und neue Kompetenzen

§ 6 regelt die Berufsausübung umfassend und beschreibt erstmals auch den psychotherapeutischen Kompetenzbereich einschließlich präventiver und rehabilitativer Maßnahmen. Neu aufgenommen wurden die eigenverantwortliche psychotherapeutische Diagnostik sowie die Erstellung psycho-

therapeutischer Gutachten (§ 6 Abs. 2 und 5). Auch die psychotherapeutische Versorgung wird in § 6 Abs. 3 detailliert beschrieben.

Vier Cluster für mehr Übersichtlichkeit

Die psychotherapiewissenschaftliche Ausrichtung erfolgt künftig in vier Clustern (§ 7):

- Humanistische Therapie
- Psychoanalytisch-psychodynamische Therapie
- Systemische Therapie
- Verhaltenstherapie

Die Clusterstruktur trägt wesentlich zur verbesserten Übersichtlichkeit im österreichischen Gesundheitssystem bei. Eine verpflichtende Angabe der Clusterzugehörigkeit auf Praxisschildern und Visitenkarten ist vorgesehen.

Akademisierung der Ausbildung

Ein zentrales Element des neuen Gesetzes ist die künftige Ausbildung im Rahmen eines Masterstudiums Psychotherapie an öffentlichen Universitäten gemäß Bologna-Struktur. Voraussetzung ist ein Bachelorabschluss aus einem einschlägigen Gesundheitsbereich. Der ÖBVP setzt sich darüber hinaus für die Einführung eines spezifischen Bachelorstudiums der Psychotherapie ein. Um die Weiterentwicklung der Wissenschafts- und Forschungsdisziplin Psychotherapie zu fördern, sollen im Anschluss an das Masterstudium Psychotherapie strukturierte Doktorats Programme eingerichtet werden. Auch Privatuniversitäten werden weiterhin Ausbildungsangebote bereitstellen. Für bestehende Ausbildungswege gelten lange Übergangsfristen:

- Abschluss des Propädeutikums bis spätestens 30.09.2030

- Beginn des Fachspezifikums bis spätestens 01.10.2030 und Abschluss bis 30.09.2038

Der postgraduale Ausbildungsabschnitt erfolgt in Kooperation mit Fachgesellschaften in den Bereichen Selbsterfahrung, Supervision und Praxiserfahrung. Den Abschluss bildet eine kommissionelle Approbationsprüfung.

Fort- und Weiterbildungen mit Gütesiegel

Fort- und Weiterbildungen (§§ 20 und 21) unterliegen künftig klaren Qualitätskriterien. Der ÖBVP kann auf dieser Basis ein Gütesiegel vergeben, das durch das neue Gremium für Berufsangelegenheiten (§ 57) standardisiert wird. Weiterbildungen müssen 10 ECTS umfassen, wissenschaftlich fundiert sein und mit einer Prüfung abgeschlossen werden.

Klare Regelungen zur Berufsausübung

§§ 37 und 38 definieren die Bedingungen für die Berufsausübung und den Berufssitz. Es sind maximal zwei Berufssitze zulässig. Hausbesuche – auch im Rahmen von Online-Psychotherapie – sind bei fachlicher Begründung und entsprechender Dokumentation möglich.

Neues Gremium für Berufsangelegenheiten

Neben dem bisherigen Psychotherapiebeirat wird ein neues Gremium für Be-

rufsanangelegenheiten (§ 57) eingerichtet. Dieses setzt sich zusammen aus Vertreter:innen des ÖBVP, der VÖPP, des Psychotherapiebeirats, der Ärztekammer sowie der Sozialversicherungsträger. Das Gremium berät in Fragen der psychotherapeutischen Versorgung und erstellt Gutachten. Zu einzelnen Themenfeldern wie Versorgung, Ethik oder Fortbildung wurden bereits spezialisierte Arbeitsgruppen eingerichtet.

Fazit

Das neue Psychotherapiegesetz bringt zahlreiche Verbesserungen für die berufliche Praxis, insbesondere durch:

- die gesetzliche Verankerung der psychotherapeutischen Diagnostik und Gutachtenerstellung
- die Einführung eines Gütesiegels für Fortbildungen
- die stärkere Einbindung des ÖBVP in versorgungsrelevante Fragestellungen

All jenen, die an der Entstehung dieses Gesetzes mitgewirkt haben, gebührt großer Dank – insbesondere Gesundheitsminister Johannes Rauch (bei Beschlussfassung im Amt), sowie den Gesundheitssprechern im Nationalrat, Josef Smolle (ÖVP) und Ralph Schallmeiner (Grüne).



Wolfgang Schimböck

1. Vizepräsident des ÖBVP

© Ricardo Gstrein



HIER KOMMEN SIE ZUM VOLLSTÄNDIGEN GESETZESTEXT



Vorstellung des neuen Vorsitzes des Kandidat:innenforums (KFO)

Liebe Kolleg:innen,

ich freue mich sehr, mich Ihnen als neu gewählter Vorsitzender des Kandidat:innenforums (KFO) vorstellen zu dürfen. Es ist mir eine große Ehre, diese verantwortungsvolle Aufgabe zu übernehmen, und ich bedanke mich herzlich für das entgegengebrachte Vertrauen.

Unterstützt werde ich dabei tatkräftig von meiner Stellvertreterin Theresa Brandstätter, die ebenfalls als Ansprechperson für alle Anliegen der Ausbildungskandidat:innen zur Verfügung steht. Gemeinsam möchten wir das Kandidat:innenforum innovativ gestalten und aktuellen Herausforderungen aktiv begegnen.

Unsere zentrale Aufgabe sehen wir in der engagierten Vertretung der Interessen und Anliegen der Ausbildungskandidat:innen. Gleichzeitig möchten wir den Austausch sowie die Zusammenarbeit zwischen allen Beteiligten fördern, um als Gemeinschaft zu wachsen und ein starkes, tragfähiges Netzwerk aufzubauen.

Wir freuen uns auf eine gute Zusammenarbeit und darauf, gemeinsam den Weg in die Psychotherapie zu gestalten und zu bereichern!

Herzliche Grüße
Markus & Theresa

Psychotherapeut:innen in Ausbildung unter Supervision in freier Praxis

Psychotherapeut:innen in Ausbildung unter Supervision durchlaufen eine intensive und mehrjährige Ausbildung, die sowohl theoretische als auch praktische Elemente auf hohem Niveau vereint. Neben klassischen psychotherapeutischen Methoden erwerben sie fundiertes Wissen über aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse und interdisziplinäre Ansätze. Dieses Know-how fließt direkt in ihre praktische Arbeit mit Patient:innen ein.

Die Ausbildung erfordert enorme zeitliche und finanzielle Investitionen. Gleichzeitig übernehmen Psychotherapeut:innen in Ausbildung unter Supervision bereits während ihrer Ausbildung eine tragende Rolle in der psychotherapeutischen Versorgung innerhalb des österreichischen Gesundheitssystems.

Wert psychotherapeutischer Arbeit

Psychotherapeutische Behandlung ist essenziell für die psychische Gesundheit der Patient:innen. Sie erfordert nicht nur fachliches Wissen, sondern auch Empathie, ethische Verantwortung und ein hohes Maß an persönlichem Engagement. Ausbildungskandidat:innen leisten bereits während ihrer Ausbildung einen wichtigen Beitrag, indem sie Patient:innen begleiten und gleichzeitig eng mit erfahrenen Lehrtherapeut:innen zusammenarbeiten.

Nachhaltigkeit der Ausbildung und Motivation

Ein angemessenes Honorar für Psychotherapeut:innen in Ausbildung unter Supervision ist nicht nur Ausdruck der Wertschätzung ihrer Leistung, sondern

trägt maßgeblich dazu bei, die Motivation der Ausbildungskandidat:innen aufrechtzuerhalten. Ein angemessenes Honorar ermöglicht ihnen, sich konzentriert ihrer beruflichen Entwicklung zu widmen, ohne parallele fachfremde Tätigkeiten zur Finanzierung der Ausbildung ausüben zu müssen. Dies sichert eine nachhaltige Ausbildung und gewährleistet langfristig die hohe Qualität psychotherapeutischer Versorgung.

Empfehlung des KFO

Das KFO empfiehlt als Orientierungshilfe zu Honorargestaltung für Kandidat:innen folgende Überlegung: Die gängigen Honorarhöhen minus den Beitrag der Sozialversicherung, um auf einen adäquaten Tarif zu kommen. (Laut Wettbewerbsbehörde darf die Berufsvertretung keine Honorarempfehlungen weitergeben.)

Warum ein einheitliches Honorar wichtig ist

Vermeidung von Preisdumping

- Niedrige Honorare untergraben die professionelle Wahrnehmung des gesamten Berufsstandes.
- Niedrige Honorare führen zu ungesundem Wettbewerb und erhöhen den Druck auf bereits etablierte Psychotherapeut:innen.
- Ein faires Honorar verhindert eine Abwertung psychotherapeutischer Leistungen und stärkt den Markt insgesamt.

Qualität und Professionalität

- Die mehrjährige Ausbildung umfasst intensive theoretische und praktische Schulung inklusive Supervision und Selbsterfahrung.
- Alle psychotherapeutischen Leistungen werden unter enger Anleitung von erfahrenen Lehrtherapeut:innen erbracht.
- Ein angemessenes Honorar würdigt diese Qualität und fördert eine professionelle Haltung bereits in der Ausbildungsphase.

Hohe Ausbildungskosten

- Die Gesamtkosten für die Ausbildung belaufen sich aktuell zwischen €30.000 bis €70.000, in privater Finanzierung.
- Hinzu kommen Ausgaben für Selbsterfahrung, Supervision, Fachliteratur, Seminare und Prüfungen.
- Ohne angemessenes Einkommen müssen viele Ausbildungskandidat:innen in fachfremden Jobs arbeiten, was die Verfügbarkeit psychotherapeutischer Angebote reduziert.

Weitere zentrale Aspekte

- Eine faire Bezahlung trägt zur Professionalisierung und gesellschaftlichen Anerkennung des Berufs bei.
- Sie stärkt das Selbstwertgefühl und die Identifikation mit dem Beruf.
- Eine stabile finanzielle Basis ist essenziell, um der Verantwortung gegenüber Patient:innen gerecht zu werden – auch im Sinne der eigenen psychischen Gesundheit.

Kollegiale Grüße

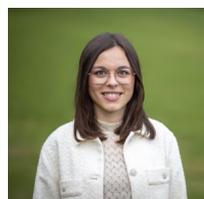
Markus Kelemen (KFO-Vorsitzender)

Theresa Brandstätter (Stv. KFO-Vorsitzende)



Markus Kelemen

Vorsitzender des
Kandidat:innenforums
(KFO)



**Theresa
Brandstätter**

Stv. Vorsitzende des
Kandidat:innenforums
(KFO)



**HIER KOMMEN SIE
ZUR KFO-WEBSITE**



Psychotherapie Bewegt – Wie aus einem Impuls ein Podcast wurde



Premiere - Folge 1: Was ist Psychotherapie? – mit Ines Gstrein

Ein nebliger Novembertag. Es ist still im Sigmund Freud Museum, das offiziell noch nicht geöffnet hat. Eine freundliche Mitarbeiterin führt Ines und mich in den ersten Stock in die Bibliothek. In Sigmund Freuds ehemaliger Wohnung rücken wir zwei dunkle Ledersessel vor eine Bücherwand, setzen uns einander gegenüber und bekennen, beide recht nervös zu sein. Ich befestige die Mikrofone an unseren Kragen, prüfe den Ton, starte die Aufnahme und stelle die erste Frage. Wir sprechen über Grundsätzliches: Was ist Psychotherapie – und was nicht? Wie ist die Psychotherapie in Österreich historisch gewachsen? Und was sind die Herausforderungen der Gegenwart? Ines liefert klare Antworten – aus ihrer praktischen Erfahrung und ihrem Verständnis für berufspolitische Zusammenhänge.



Die Richtung stimmt

Noch im Dezember 2024 veröffentliche ich die Folge. Die Resonanz ist beeindruckend – Gratulationen und motivierender Zuspruch von allen Seiten. Also muss es weitergehen, denke ich mir. An einem bitterkalten Jännertag 2025 treffe ich mich erneut in Wien in der Dominikanerbastei zum Mittagessen mit Ines Gstrein und diesmal auch mit Barbara Haid. Schnell sind wir uns einig: Ein Podcast ist das ideale Medium, um Psychotherapie hörbar und nahbar zu

machen. Ich will die Barrieren abbauen und einen niederschweligen Zugang zur breiten Disziplin der Psychotherapie für jede:n ermöglichen. Der Name: Psychotherapie Bewegt. Ich lege dem ÖBVP ein Konzept für eine mögliche Partnerschaft für die erste Staffel vor. Das Präsidium ist einstimmig dafür und die Reise von "Psychotherapie Bewegt" kann beginnen.

Gespräche in der Praxis

Mit Mikrofon, Notizbuch, Kamera und einer ordentlichen Portion Adrenalin im Gepäck begeben sich Ines und ich auf die Reise. Ich will verstehen, wie vielfältig dieses Feld ist und wie es klingt, wenn Psychotherapeut:innen selbst über ihre Arbeit sprechen. Also fahre ich los. Mit dem Zug, mit dem Rad, mit dem Auto. Quer durchs Land, einmal auch nach Deutschland – immer mit dem Wunsch, einen echten Einblick zu bekommen und Psychotherapeut:innen in ihren Räumlichkeiten zu begegnen. Ich frage sie nach ihrer Haltung, ihrem Handwerk, ihrem Menschenbild und vielem mehr. Und jede Folge gleicht dem Erschließen einer neuen Landschaft. Manche Themen und Fragen drängen sich förmlich auf, andere schälen sich langsam heraus. Immer ist es möglich, ein Gespräch mit offenem Verlauf zu führen – ein Umstand, für den ich sehr dankbar bin, denn so können wir spontan in Gassen einbiegen, auf Bäume kraxeln und uns gemeinsam einen Überblick erarbeiten.

Prolog Sommer 2024

Ich schlage eine österreichische Tageszeitung auf und entdecke einen durch und durch angriffigen Artikel über das neue Psychotherapiegesetz. Eine polemische Abrechnung, abwertend, unsachlich, weit entfernt von der Wirklichkeit. Kurzerhand beschließe ich, auf Instagram eine Story zu machen. Ich lese den Artikel vor und kommentiere ihn mit dem Versuch, Unklarheiten zu-
rechtzurücken. Und diese Story erreicht den ÖBVP. Genauer gesagt: Ines Gstrein, mittlerweile zweite Vizepräsidentin des Österreichischen Bundesverbands für Psychotherapie. Sie schreibt mich an, und ein paar Nachrichten später kommt es zu einem Treffen. Ich frage sie, ob sie sich vorstellen kann, ein Gespräch über Psychotherapie mit mir zu führen – als Pilotfolge für einen möglichen Psychotherapie-Podcast. Sie sagt ja, ich sage: Du wählst den Ort.

Folge 2: Online-Psychotherapie – mit Lukas Wagner

Mit Lukas Wagner sitze ich in seiner Grazer Praxis, angesiedelt in einer Umgebung meiner Kindheit. Städtische Umgebungsgeräusche wie Straßenbahn und Martinshorn säumen die Aufnahme. Lukas ist Experte für Digitalisierung und Mitglied mehrerer ÖBVP-Arbeitsgruppen. Er erzählt von seinem eigenen Ausbildungsweg und seinem Gewordensein als Psychotherapeut. Wortgewandt erklärt er Chancen, Grenzen und rechtliche Fallstricke der Online-Therapie. Er blickt auf die Herausforderungen und Möglichkeiten, die durch die Digitalisierung auch in die Psychotherapiepraxis Einzug halten. Es ist ein brandaktuelles und sich ständig aktualisierendes Thema, in das Lukas einen ersten Einblick gibt.



Folge 3: Psychoanalyse – mit Barbara Koch

Die nächste Reise führt mich mit dem Zug nach Innsbruck. Im strahlenden Sonnenschein mit Blick auf die umliegenden Berge nehme ich noch einen Espresso zu mir und betrete die Praxis von Barbara Koch. Ich will verstehen, was es mit der Psychoanalyse auf sich hat. Was ist die abstinente Haltung der Psychoanalytikerin? Wann spricht man von Übertragung? Was bedeutet es eigentlich, mehrmals pro Woche zur Analytikerin zu gehen und sich auf eine Couch zu legen? Anhand von Zitaten und fiktiven Beispielen erklärt Barbara Koch mit spürbarer Tiefe und einer Offenheit, die mich beeindruckt. Es ist ein

Gespräch, das mir lange nachgehungen ist. Und eines, das – wie ich finde – vielen den Zugang zur Psychoanalyse erleichtern kann.



© Charlie Zimmermann

Folge 4: Humanistische Psychotherapie – mit Barbara Haid

Nach dem Gespräch mit Barbara Koch bringt mich der Bus in einen Randbezirk von Innsbruck – zu Barbara Haid, der Präsidentin des ÖBVP. Mit ihr spreche ich über die Humanistische Psychotherapie und über das Psychodrama, über die Resonanz und die Akzeptanz, über Gruppensettings und Einzelarbeit und über Essstörungen. Auch die Berufspolitik spielt in unserem Gespräch eine Rolle. Denn Barbara Haid hat als Präsidentin des ÖBVP das neue Psychotherapiegesetz entscheidend vorangetrieben und kollegial verhandelt. Ich erlebe sie als klar, zugewandt und sehr aufrichtig – und weiß nach diesem Gespräch einmal mehr, warum ich diesen Podcast mache und einen Auftrag darin verspüre, das hohe Gut der österreichischen Psychotherapie zu kommunizieren.



© Ricardo Gstrein

Es nimmt weiter Fahrt auf

Nach vier Folgen wird klar: Das Interesse ist groß. Die Rückmeldungen sind bekräftigend. Gemeinsam mit den Zugriffszahlen klettert meine Motivation in luftige Höhen und ich beschließe, das Momentum am Schopf zu packen, die Taktung zu erhöhen und etwa alle zwei Wochen eine neue Folge zu veröffentlichen.

Folge 5: Systemische Psychotherapie – mit Theresia Gabriel

Der erster wirklich warme Tag des Jahres: Ich schwinge mich aufs Rad, kurze Ärmel, Aufnahmegerät im Gepäck, und fahre quer durch Wien zur Praxis von Theresia Gabriel. Sie ist systemische Psychotherapeutin, Lehrtherapeutin und Lehrgangsinhaberin an der Lehranstalt für Systemische Familientherapie. Ich bitte sie, mir zu helfen, eine Landkarte für dieses große, verwinkelte Feld zu zeichnen. Und sie tut genau das – strukturiert, humorvoll, fundiert. Wir sprechen über die Geschichte der Systemischen Psychotherapie und die systemische Methodenvielfalt. Und wir tun das in einem Gespräch, das wie diese Schule selbst immer wieder neue Perspektiven ermöglicht.



© Lukas Ilgner

Folge 6: Psychotherapeutisches Propädeutikum – mit Katharina Oppolzer

Windiger Mittwoch, Gürtelradweg, Wien. Ich trete dem Gegenwind trotzend in die Pedale, stelle mein Rad am Kutschkermarkt im 18. Bezirk ab und läute bei Katharina Oppolzer. Sie ist Psychotherapeutin in freier Praxis, Supervisorin, Lektorin und Teil des Leitungsteams eines Psychotherapeutischen Propädeutikums. Wir sprechen über das Propädeutikum, das Jahrzehntelange als Einstieg in die Ausbildung zur Psychotherapeut:in diente und darüber, wie sich dieses Modell durch das neue

Psychotherapiegesetz gerade tiefgreifend verändert. Für mich ist dieses Gespräch auch ein Stück Zeitgeschichte – ein Dokument des Umbruchs, das die Brücke schlägt zwischen gestern, heute und dem, was kommt.



© Ela Angerer

Folge 7: Kinder und Jugendpsychotherapie – mit Béa Pall

Diesmal nehme ich die U-Bahn. Der Himmel ist grau, leichter Regen. Ich steige in Wien-Landstraße aus, bin zu früh, warte kurz vor dem Haus, dann läute ich bei Béa Pall. Sie ist Systemische Psychotherapeutin, Mitglied im Präsidium des ÖBVP und seit fast drei Jahrzehnten spezialisiert auf die Arbeit mit Kindern, Jugendlichen und deren Familien. Wir setzen uns vor eine hohe Bücherwand – viele Kinderbücher, viele Fachbücher. Béa erzählt von der Komplexität familiärer Beziehungen, von Loyalitäten und Spannungsfeldern, von Elternarbeit, von Netzwerken. Sie spricht mit großer Ruhe, viel Erfahrung und mit einem Blick, der das Positive in der Zukunft sehen will. Ich verlasse die Praxis mit einem neuen Verständnis für die so wichtige Arbeit mit Kindern und Jugendlichen.



© Ricardo Gstrein

Folge 8: Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie in Deutschland – mit Nike Hilber

Für diese Folge steige ich in den Zug nach München. Ziel: ein Gespräch mit Nike Hilber, Psychologische Psychotherapeutin mit der Fachkunde Tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie und Autorin des Buchs Psychotherapie ohne Fachgedöns, das gerade in zweiter Auflage erschienen ist. Ich fahre weiter mit der Regionalbahn in eine kleine Ortschaft, spaziere durch sonnige Gassen, Nike öffnet mir die Tür zur Gemeinschaftspraxis. Wir setzen uns einander gegenüber in einen hellen Raum. Wir sprechen über psychodynamisches Denken, über innere Konflikte, über Bühnenbilder im Kopf, aber auch über die großen strukturellen Themen: die Reform der Ausbildung in Deutschland, Unterschiede zu Österreich, Stolpersteine und Visionen. Ein wichtiges Gespräch mit einer sehr ambitionierten Psychotherapie-Vertreterin aus Deutschland. Ernsthaft und durchdacht, stellenweise leicht und herzlich – und in jeder Hinsicht augenöffnend.



© concept-steiner

Folge 9: Verhaltenstherapie – mit Rafael Rabenstein

Am ersten wirklich heißen Sommertag schwinge ich mich frühmorgens auf das Rad und rolle in den 8. Wiener Gemeindebezirk. Beim Bäcker meines Vertrauens hole ich mir noch Kaffee und Croissant und betrete schließlich die angenehm kühle, weil klimatisierte Praxis von Rafael Rabenstein. Er ist Verhaltenstherapeut in freier Praxis,

Lehrtherapeut, Lektor, Präsident der Fachgesellschaft für Kognitive Verhaltenstherapie Austria – und ab Herbst 2025 Leiter einer neuen Fachausbildung in Wien. Mit ihm spreche ich über die Geschichte der Verhaltenstherapie, über Diagnostik und Manuale, über Störungsbilder und ihr Spektrum. Er gibt Einblicke in die Arbeit mit Persönlichkeitsstörungen und neurodiversen Klient:innen – und erklärt, wie man dabei mit strukturierten Vorgaben arbeitet, ohne die individuelle Passung aus den Augen zu verlieren. Rafael Rabenstein spricht ruhig und differenziert und wagt schließlich auch einen Ausblick auf das, was eine nächste Welle der Verhaltenstherapie sein könnte.



Folge 10: Psychotherapiewissenschaft – mit Aglaja Przyborski

Die Reise führt mich diesmal nach Kärnten. Geplant ist eine entspannte Zugfahrt, doch wegen eines Buchungsfehlers muss ich auf das Auto umsatteln. Es ist ein guter Zufall, denn unterwegs habe ich Zeit, um mich – lautstark mit mir selbst unterhaltend – vorzubereiten. In Millstatt am See erwartet mich Aglaja Przyborski – Personenzentrierte Psychotherapeutin in freier Praxis, Universitätsprofessorin für Psychotherapie an der Bertha von Suttner Privatuniversität St. Pölten und Vorsitzende des Senats eben dieser Universität. Wir setzen uns in einen luftigen Raum mit geöffneter Balkontür, vor uns der See. Und dann reden wir über die Wissenschaft. Über qualitative und quantitative Forschung und die Empirie. Über Geschichte und

Entwicklung. Über die Akademisierung der Ausbildung und die daraus entstehenden Chancen. Aglaja manövriert mich spielerisch durch die große Welt der Wissenschaft – scharfsinnig, konzentriert, mit spürbarer Begeisterung und ansteckender Neugier.



© Christian Ariel Heredia

Das war erst der Anfang

Die Reise hat gerade erst begonnen – und schon spaziert eine ganze Großgruppe durch die weiten Landschaften und das Dickicht der Psychotherapie. Bereits über 7.000 Mal sind die bisherigen Gespräche gehört worden, mehr als 600 Menschen folgen dem Podcast. Ich bin dankbar und glücklich, diesen Weg gehen zu können – geleitet von dem, was mir vorschwebt, was sich zeigt und was mich begeistert.

Wertschätzung und Zusammenarbeit

Meine Dankbarkeit gilt naturgemäß dem ÖBVP. Ich danke Ines Gstrein, dass sie so mutig war, sich mit mir als Erste auf ein Gespräch mit offenem Verlauf einzulassen. Ebenso bedanke ich mich bei allen Psychotherapeut:innen, die ihren Blick auf die Psychotherapie, ihre Haltung und ihre Erklärungen on record großzügig geteilt haben. Ich danke Barbara Haid, dass sie sich für Psychotherapie Bewegt begeistern hat lassen, und ich danke dem Präsidium, das mir sein Vertrauen geschenkt hat. Diese Kooperation ist ein Geschenk, weil wirklich jede Begegnung, jede Nachricht, jeder Austausch von Wertschätzung getragen ist und das Zusammenarbeiten ebenso effizient wie spielerisch verläuft.

Und jetzt?

Die erste Staffel ist abgeschlossen – zehn Folgen, zehn Begegnungen, zehn Einblicke in die Vielfalt der Psychotherapie. Doch jetzt heißt es, keine Müdigkeit vortäuschen: Auch im Sommer geht es weiter. Drei Folgen sind bereits in Vorbereitung, und am Reißbrett entsteht parallel die nächste zehnteilige Staffel. Ich bin auf einem Weitwanderweg unterwegs. Mal spazierend, mal locker laufend, mal kurz sprintend, mal verschlaufend – so geht es dahin. Hin und wieder spanne ich eine Hängematte zwischen zwei Bäume und gönne mir ein Schläfchen, aber die meiste Zeit bleibe ich in Bewegung – und freue mich auf die nächste Begegnung.



Zur Person

Lucia Laggner ist Wissenschaftsjournalistin und Moderatorin. Sie lebt in Graz und Wien, hat das Psychotherapeutische Propädeutikum in Wien beim APG absolviert und steht vor dem Beginn ihrer Fachausbildung. Sie liebt Bewegung und Begegnung – zum Nachdenken sitzt sie am Rad, zum Schreiben am liebsten im Zug und zum Abschalten taucht sie ins Wasser.



HIER KOMMEN SIE ZUM PODCAST



Aufklärungskampagne „FÜR ALLE FÄLLE – Die österreichischen Psychotherapeut:innen“

Mit dem Inkrafttreten des neuen Psychotherapiegesetzes (PThG 2024) am 1. Jänner 2025 hat der Österreichische Bundesverband für Psychotherapie (ÖBVP) gemeinsam mit der Vereinigung Österreichischer Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten (VÖPP) eine breit angelegte Informationskampagne ins Leben gerufen: „FÜR ALLE FÄLLE – Wir sind für alle Fälle für dich da!“

Ziel der Kampagne ist es, Psychotherapie als professionelles und wirksames Behandlungsangebot für Menschen mit psychischer Belastung stärker sichtbar zu machen. Sie thematisiert die Vielfalt psychotherapeutischer Leistungen – von der Behandlung psychischer Erkrankungen bis hin zur Persönlichkeitsentwicklung – und grenzt sie klar von anderen Gesundheitsangeboten ab. Angesprochen werden nicht nur betroffene Personen und deren Angehörige, sondern auch Fachkräfte im Gesundheitswesen, Multiplikator:innen und politische Entscheidungsträger:innen.

Kampagne mit doppeltem Schwerpunkt

Die Aufklärungsoffensive gliedert sich in zwei Hauptbestandteile: Zum einen eine sechswöchige Social-Media-Kampagne auf Instagram und Facebook; Zum anderen ein professionell gestalteter Infofolder für Allgemeinmediziner:innen und Hausärzt:innen. Ergänzend bietet die Initiative Webinare für Journalist:innen an, in denen der Fokus auf die mentale Gesundheit von Medienschaffenden gelegt wird. Seit dem Start am 16. Dezember 2024 rückte wöchentlich ein psychisches Krankheitsbild in den Fokus – von Schlafstörungen über Erschöpfung bis hin zu Traumafolgestörungen und Abhängigkeitserkrankungen. Jeder Themenschwerpunkt folgte einer festen Struktur: Eine zentrale Einstiegsfrage

(montags), ein informatives Kurzvideo durch eine:n Psychotherapeut:in (dionstags), faktenbasierte Beiträge (mittwochs) sowie Community-Resonanz (freitags). In den Videos erklärten Fachpersonen auf verständliche Weise Entstehung und Bewältigung psychischer Probleme.

Beeindruckende Reichweite und positive Resonanz

Der Kampagnenbericht zeigt eindrucksvolle Zahlen: Insgesamt erreichte die Kampagne rund 465.000 Menschen und erzielte über 1,15 Millionen Impressionen. Besonders auf Facebook erwiesen sich die Inhalte als wirkungsvoll: Mit einer Reichweite von 373.850 und über 933.000 Impressionen war die Plattform zentraler Hebel der Sichtbarkeit. Auf Instagram wurden 122.484 Personen erreicht. Die Themen „Erschöpfung“, „Trauma“ und „Psychosomatik“ generierten die meiste Aufmerksamkeit, vor allem bei der Altersgruppe zwischen 35 und 44 Jahren. Angesichts des Erfolgs wird die Kampagne seit Februar 2025 in reduzierter Form fortgesetzt: Alle zwei Wochen werden drei Beiträge pro Kampagnen-



HIER KOMMEN SIE ZUM FOLDER



DIE ÖSTERREICHISCHEN

FÜR ALLE FÄLLE

PSYCHOTHERAPEUT:INNEN

woche veröffentlicht – bestehend aus einer Frage zum Einstieg, einem informativen Video sowie einem abschließenden Wissensbeitrag zur Psychotherapie.

Infofolder für Ärzt:innen und digitale Materialien

Der zugehörige Infofolder „Psychotherapie“ wird derzeit österreichweit an Hausärzt:innen verteilt und steht auch auf den Websites von ÖBVP und VÖPP zum Download bereit. Zusätzlich können Unterstützer:innen der Kampagne

das offizielle „FÜR ALLE FÄLLE“-Logo – etwa für E-Mail-Signaturen – herunterladen und verwenden.

Weitere Informationen und alle bisherigen Inhalte der Kampagne sind über die Social-Media-Kanäle des ÖBVP abrufbar.



© Ricardo Gstrein

Ines Gstrein
2. Vizepräsidentin des ÖBVP

HIER KOMMEN SIE
ZUM INSTAGRAM-PROFIL



30 Jahre Arbeits- und Expert*innen Gruppe „Trans*Inter*Geschlechtlichkeiten-Psychotherapie“

1995 war ein ereignisreiches Jahr: Österreich wurde Mitglied der Europäischen Union, die Ermordung von Yitzak Rabin und der Völkermord von Srebrenica erschütterte die Welt, in Berlin wurde der leerstehende Reichstag von Jeanne Claude und Christo verhüllt, in Österreich ging der „Fall Groer“ durch die Medien, im Fernsehen konnte man ab März „Schiejok täglich“ schauen, im Burgenland verübte Franz Fuchs Sprengstoffanschläge, Norwegen gewann den Songcontest, Franzobel den Ingeborg-Bachmann-Preis und Andi Goldberger den Skisprung- Weltcup.

Und vor allem: Elisabeth Vlasich gründete im ÖBVP die interdisziplinäre Arbeits- und Expert*innengruppe, die heute den Namen „Trans*Inter*Geschlechtlichkeiten-Psychotherapie“ heißt. Die Gruppe verstand – und versteht sich immer noch – als ein professionelles Vernetzungsangebot für Expert*innen aller Gesundheitsberufe, die mit transidenten und non-binären Klient*innen sowie mit Menschen mit Varianten der Geschlechtsentwicklung (VdG) arbeiten und deren Anliegen es ist, das zu fördern und voranzutreiben, was man unter „Transgender Health“

versteht. Im Laufe der Jahre erweiterte sich das Spektrum um die Zielgruppe der Personen mit VdG und deren gesundheitsbezogene Anliegen.

1995 war ein Gründerzeitjahr für die Anliegen von transidenten Menschen: im gleichen Jahr wurde TransX gegründet, die wohl bedeutendste Selbstvertretungsorganisation von und für trans Personen in Österreich. Es ist eine besondere Freude, im gleichen Jahr Geburtstag zu feiern.

Die Situation für trans Personen war damals noch eine ganz andere. Der passende Personenstand konnte erst nach geschlechtsanpassenden chirurgischen Maßnahmen der sogenannten primären Geschlechtsorgane erlangt werden. Das war verbunden mit einer Begutachtung am Institut für Gerichtsmedizin in Wien – als einziger Stelle in ganz Österreich. Falls man verheiratet war, wurde man aufgrund des Eheverbots für gleichgeschlechtliche Partnerschaften zwangsgeschieden, etc. ... Wie ist die Lage im Jahr 2025? Vieles wurde erreicht, aber vieles ist auch

noch zu tun. Und das Erreichte ist nicht abgesichert.

Aktuelle Herausforderungen für die Psychotherapie sind:

- die Klient*innen werde immer jünger
- Geschlecht nicht binär zu denken und zu verstehen ist auch für viele Psychotherapeut*innen eine große Herausforderung
- Genderfluidität stellt grundlegende Annahmen über Geschlechtsidentität als zeitstabiles, situationsübergreifendes Phänomen in Frage
- Erhöhter Bedarf an Psychotherapie für Menschen mit Varianten der Geschlechtsentwicklung
- In den letzten Jahren wurden transfeindliche gesellschaftspolitische Positionen wieder populärer. Das Thema Transidentität scheint im Zentrum eines Kulturkampfes zu stehen. Während dieser Artikel geschrieben wird genehmigt der Supreme Court in den USA, den „ban on medical interventions for transgender minors“. Dabei weisen alle Untersuchungen darauf hinaus, dass die geschlechtsharmonisierende Hormonbehandlung bei Jugendlichen zu einer Verbesserung deren psychischen Wohlbefindens führt. Die Politik mischt sich verstärkt in klinische Fragestellungen ein. Das hat massive Auswirkungen auf das Wohlbefinden und die psychische Gesundheit von transidenten und non-binären Menschen. Die Zielgruppe ist nach wie vor in besonderer Weise vulnerabel und stigmatisiert.

Den politischen Attacken sind aber nicht nur unsere Klient*innen ausgesetzt, sondern sie treffen auch jene Vertreter der Gesundheitsberufe, die sich mit Transgender Health beschäftigen. Das alles bestimmt die Lage im 30. Jahr des Bestehens der Arbeitsgruppe, in der Psychotherapeut*innen, die mit transidenten, nonbinären, genderdivergenten und intersexuellen Klient*innen arbeiten.

Diesen – und vielen anderen – Herausforderungen ist die Jubiläumstagung gewidmet.

HIER KOMMEN SIE ZUM FOLDER





JUBILÄUMSTAGUNG

30 JAHRE „ARBEITS- UND EXPERT*INNENGRUPPE „TRANS*INTER“
GESCHLECHTLICHKEITEN - PSYCHOTHERAPIE“
DES ÖSTERREICHISCHEN BUNDESVERBANDES FÜR PSYCHOTHERAPIE

„TRANSIDENTITÄTEN UND VARIANTEN DER GESCHLECHTSENTWICKLUNG – aktuelle Herausforderungen und Chancen für die Psychotherapie“

Samstag 27.09.2025 | Sky Dome | Schottenfeldgasse 29, 1070 Wien

PROGRAMM

<p>Ab 9.30: Einlass</p> <p>10.00-10.30: Eröffnung und Grußbotschaften</p> <p>10.30 – 12.00: „Was brauchen Jugendliche mit Geschlechtsinkongruenz und was brauchen sie nicht?“ Vortrag von Dagmar Pauli mit anschließender Diskussion.</p> <p>12.00 – 12.30: „30 Jahre interdisziplinäre Expert*innen und Arbeitsgruppe Trans*Identitäten - Psychotherapie“, ein Erfahrungsbericht von Elisabeth Vlasich mit einer Laudatio durch den langjährigen Wegbegleiter Univ.-Prof. Dr. Franz Fischl</p> <p>12.30-13.30 Mittagspause</p>	<p>13.30 – 14.15 „Zur Entwicklung der ambivalenten Beziehung zwischen TransAktivismus und Psychotherapie“. Referat von Eva Fels mit anschließender Diskussion</p> <p>14.15 – 15.00: „Felder der Unsicherheit – Transgeschlechtlichkeit und Trauma“. Referat von Cornelia Kunert mit anschließender Diskussion</p> <p>15.00 – 15.30: Pause</p> <p>15.30 – 16.15: „Intergeschlechtlichkeit im Kontext Psychotherapie“. Referat von Charlie Wunn mit anschließender Diskussion</p> <p>16.15 – 17.00: „Herausforderungen und Bedürfnisse von trans Jugendlichen und jungen Erwachsenen“. Referat von Mel Dafert mit anschließender Diskussion</p>	<p>17.00 – 17.15: Pause</p> <p>17.15 – 17.45: Kabarett mit Haltung, Humor und Herz. Der Kuseng</p> <p>18.00 – ca. 19.00: „Mathias“ – Filmvorführung und Filmgespräch mit Clara Stern</p>
--	--	---

ANMELDEN
BIS 19.09.25



veranstaltung@psychotherapie.at

BeSt³ 2025 – Österreichs größte Bildungsmesse

Wie in den vergangenen beiden Jahren war der ÖBVP auch 2025 wieder auf der BeSt³, Österreichs größter Messe für Beruf, Studium und Weiterbildung, vertreten. Die Messe fand von 6. bis 9. März 2025 in der Messe Wien statt. Am gemeinsamen Stand der Gesundheitsberufekonferenz informierte der ÖBVP an zwei Tagen über den Beruf und die Ausbildung zur Psychotherapeut:innen

Am Donnerstag, dem 6. März 2025, war ich in meiner Funktion als Präsidentin des ÖBVP sowie als Vizepräsidentin der Gesundheitsberufekonferenz persönlich vor Ort. In zahlreichen Gesprächen mit interessierten Besucher:innen – von Schüler:innen über Studierende bis hin zu Personen in beruflicher Neuorientierung – konnte ich einen Einblick in den Ausbildungsweg, die Zugangs-

voraussetzungen sowie den Berufsalltag in der Psychotherapie geben.

Im Mittelpunkt stand für mich die individuelle Beratung und die damit verbundene Aufklärung über die gesellschaftliche Bedeutung und Verantwortung des Berufs. Neben Fragen rund um die Ausbildung und die vielfältigen beruflichen Möglichkeiten in der Psychotherapie, wurden auch Informationen über die

Aufgaben und die Rolle des ÖBVP als gesetzlich anerkannte, freiwillige Berufsvertretung vermittelt.

Die Teilnahme an der BeSt³ 2025 war für mich persönlich in mehrfacher Hinsicht bereichernd. Sie bot nicht nur die Gelegenheit, Psychotherapie sichtbarer zu machen und umfassend über das Berufsbild aufzuklären, sondern auch junge Menschen bei der Orientierung auf ihrem künftigen Berufsweg zu unterstützen – und ihnen die Bedeutung psychischer Gesundheit nahezubringen.



© Ricardo Gstrein

Barbara Haid
Präsidentin des ÖBVP



Pionierarbeit in Wien: Erste fit4SCHOOL-Schule an der HBLVA17 für chemische Industrie Rosensteingasse

Psychotherapeutin Viola Plos berichtet über ein Jahr schulpsychotherapeutische Arbeit im Rahmen des fit4SCHOOL-Projekts

Mit dem Schuljahr 2024/25 wurde an der HBLVA17 Rosensteingasse – einer technischen Bundeslehranstalt im 17. Wiener Gemeindebezirk – ein innovativer und dringend notwendiger Schritt in der psychotherapeutischen Versorgung junger Menschen gesetzt: Die Schule wurde zur ersten fit4SCHOOL-Standortschule Wiens. Als Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin durfte ich dieses Projekt von Anfang an mitgestalten und umsetzen – eine Arbeit, die mich beruflich wie persönlich bereichert hat.

Niederschwellige Hilfe am Lebensort Schule

fit4SCHOOL ist ein Konzept des ÖBVP, das schulpsychotherapeutische Beratung direkt und niederschwellig am Standort Schule ermöglicht – regelmäßig, kostenfrei, vertraulich. Ziel ist es, sowohl in akuten Krisen zu unterstützen als auch kontinuierliche Begleitung über das Schuljahr hinweg anzubieten. Zudem soll psychischen Erkrankungen frühzeitig entgegengewirkt und präventiv gearbeitet werden. Gerade Jugendliche, die sonst kaum Zugang zu Psychotherapie haben, werden so erreicht – genau das war mir als Psychotherapeutin und Sozialpädagogin immer ein zentrales Anliegen.

peutin und Sozialpädagogin immer ein zentrales Anliegen.

Von der Idee zur Umsetzung

Den Anstoß gab die Direktorin der HBLVA17, die sich im Frühsommer 2024 an Béa Pall, die Projektleiterin von fit4SCHOOL beim ÖBVP, wandte. Die psychische Belastung der Schüler:innen war so groß geworden, dass das bestehende schulinterne Beratungnetzwerk – bestehend aus Jugendberatung, Bildungsberatung und Schulärztin – an seine Grenzen stieß. Mobbing, Überforderung, selbstverletzendes Verhalten, Panikattacken und Suizidgedanken waren keine Einzelfälle.

fit4SCHOOL

Nach einem kurzfristigen Aufruf des Wiener Landesverbands für Psychotherapie (WLP) bewarb ich mich. Nach mehreren Kennenlerngesprächen mit der Schulleitung und der Jugendberatung wurde ich in das Team aufgenommen. Dank der engagierten Unterstützung vor Ort – insbesondere durch die Jugendberatung – gelang der Start Anfang Oktober 2024.

Psychotherapie in der „alten Portiersloge“

Vier Wochenstunden standen für Beratung zur Verfügung – finanziert durch den Elternverein sowie einem schulischen Sonderbudget. Der Beratungsraum, ein etwas abgelegener kleiner Raum im Schulgebäude, musste erst ein wenig heimeliger gemacht werden. Die Diskretion war wichtig: Viele Jugendliche wollten nicht, dass Eltern, Lehrkräfte oder Mitschüler:innen von ihrem Besuch wussten. Vertraulichkeit und Verschwiegenheit waren zentrale Voraussetzungen für das Gelingen der Arbeit.

Die Terminvereinbarung erfolgte unkompliziert – überwiegend über QR-Codes. Pro Woche waren vier bis fünf Termine buchbar, zusätzlich blieb Zeit für spontane Anfragen, Telefonate und Dokumentation. Die durchschnittliche Dauer der Sitzungen betrug rund 30 Minuten.

Psychische Krisen sichtbar machen – und auffangen

Im Laufe des Schuljahres wurden insgesamt 116 Beratungen an 32 Wochen durchgeführt. Der Großteil der Ratsuchenden war weiblich (81 weiblich / 32 männlich / 1 divers). Thematisch reichte das Spektrum von Prüfungsangst, Überlastung und familiären Konflikten über Panikattacken und depressive Symptome bis hin zu Suizidgedanken. Acht Beratungen fanden spontan statt, 110 wurden im Vorfeld gebucht.

Zudem gab es sechs Gespräche mit Lehrkräften sowie zwei Elterngespräche. Auch aus der Peermediation und dem Kollegium kamen Anfragen zur Reflexion des Umgangs mit belasteten Jugendlichen.

Die enge Zusammenarbeit mit dem internen Beratungsteam – insbesondere durch die monatlich stattfindende Online-Intervision – war essenziell. So konnten Schüler:innen gezielt an mich weitergeleitet werden, etwa durch die Jugendberatung oder Jugendcoaches. In einigen Fällen gelang die Weitervermittlung in eine niedergelassene psychotherapeutische Behandlung.

Herausforderungen: Befangenheit, Freiwilligkeit und Systemgrenzen

Die Arbeit im schulischen Kontext bringt besondere Herausforderungen mit sich. Anders als in der freien Praxis begegnen sich viele meiner Klient:innen täglich – etwa in der gleichen Klasse. Hier galt es, mit großer Achtsamkeit Verschwiegenheit und Unparteilichkeit zu wahren.

Ein weiteres Thema war die Freiwilligkeit: Lehrkräfte wollten – oft aus Fürsorge, manchmal aus disziplinarischen Gründen – Schüler:innen zu einer Beratung bewegen. In Einzelfällen wurde der Besuch bei mir als Alternative zur Disziplinarkonferenz genutzt. Hier zeigte sich der dringende Bedarf an klarer Kommunikation und Schulung der Lehrkräfte, was psychotherapeutische Beratung leisten kann – und was nicht.

Fazit und Ausblick

Die Zahlen sprechen für sich: 44 Erstgespräche, 70 Folgetermine, 8 spontane Anfragen – und ein hoher Bedarf an psychotherapeutischer Unterstützung im schulischen Alltag. Besonders deutlich wurde, wie präsent psychische Erkrankungen und Krisen im Lebensraum Schule bereits sind. Professionelle Begleitung ist kein „Luxus“, sondern notwendige Realität.

Mein persönliches Fazit: Die schulp psychotherapeutische Arbeit bietet eine einzigartige Möglichkeit, Jugendliche dort zu erreichen, wo sie einen Großteil ihres Alltags verbringen. Das direkte Umfeld – Freundeskreis, Lehrkräfte, Schulstruktur – kann eingebunden werden, was die therapeutische Wirksamkeit erhöht. Auch Jugendliche ohne Zugang zu Therapieplätzen erhalten so professionelle Hilfe.

Aufgrund des Erfolgs wird die Zusammenarbeit mit der HBLVA17 im kommenden Schuljahr fortgesetzt – ein starkes Signal für die Notwendigkeit schulnaher psychotherapeutischer Angebote.



Viola Plos

Psychotherapeutin und Supervisorin, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin, diplomierte Sozialpädagogin



„Es ist mehr als ein hormonelles Auf und Ab“

Zwei Psychotherapeutinnen im Gespräch über Wechseljahre, Tabus und therapeutische Chancen. Die Wechseljahre rücken zunehmend ins öffentliche Bewusstsein – und doch bleiben viele Aspekte dieser bedeutenden Lebensphase im Schatten. Wir sprechen mit zwei Psychotherapeutinnen, Sonja Leskowschek und Raffaella Kellner, über die gesellschaftliche Unsichtbarkeit der Wechseljahre, die Relevanz für die psychotherapeutische Arbeit – und warum es höchste Zeit ist, dieses Thema auch fachlich ernst zu nehmen.

ÖBVP:

Frau Leskowschek, Frau Kellner, wie kommt es, dass Sie sich in Ihrer Praxis so intensiv mit dem Thema Wechseljahre beschäftigen?

Sonja Leskowschek: Als Frau die sehr viel mit Frauen* arbeitet, müssen alle Themen rund ums Frau*-sein auch Platz finden – auch in der psychotherapeutischen Praxis. Je mehr ich mit den Wechseljahren konfrontiert war, um so deutlicher wurde, dass auch die Wechseljahre unbedingt in der therapeutischen Praxis mitgedacht werden müssen. Meine eigene Betroffenheit hat meinen Blick geschärft, auch für das, was meine Klient:innen erzählen. Parallel habe ich begonnen, mich intensiver in das Thema einzuarbeiten, habe aber leider wenig Information über die Wechseljahre in der Psychotherapie gefunden.

Raffaella Kellner: Mein Zugang war zunächst ebenfalls ein persönlicher. Als ich selbst in diese Phase kam, habe ich gemerkt: Das ist etwas, das ich in meiner therapeutischen Arbeit bislang kaum bewusst mitbedacht hatte. Zyklus, Fruchtbarkeit, Schwangerschaft, ja. Aber die Wechseljahre? Die waren lange ausgeklammert. Das hat mich irritiert – und ehrlich gesagt auch empört. Aus dieser Empörung heraus ist viel Energie entstanden, mich dem Thema auch fachlich und persönlich intensiv zu widmen.

Sonja Leskowschek: Über Raffaellas Instagram-Postings habe ich gesehen, dass sie das Thema Wechseljahre sichtbar macht und darüber gefreut eine „Mitreiterin“ gefunden zu haben. Ich habe sie dann kontaktiert mit der Frage: Wie können wir dieses wichtige Thema für Psychotherapeut:innen zugänglicher machen?

Raffaella Kellner: Dank Sonjas Initiative ist unsere „Fachaustauschgruppe Wechseljahre“ entstanden. Wir treffen uns regelmäßig online mit interessierten Kolleg:innen, tauschen Erfahrungen aus, teilen Informationen. Das Angebot ist niederschwellig und lebt vom Wunsch, Wissen sichtbar und zugänglich zu machen, ohne weitere Kosten.

ÖBVP:

Was ist Ihrer Meinung nach besonders wichtig, um Wechseljahre besser zu verstehen?

Raffaella Kellner: Wir alle – Betroffene, Angehörige, Fachpersonen oder Arbeitgeber:innen – sollten über diese Lebensphase und ihre hormonellen,

körperlichen und psychischen Auswirkungen informiert sein. Die Wechseljahre sind weit mehr als nur Hitzewallungen oder das mit ihnen oftmals assoziierte „alt werden“.

Sonja Leskowschek: Vorallem dauert diese Phase deutlich länger, als viele denken. Die Perimenopause – also die Übergangszeit vor der Menopause – kann zwischen 5 und 15 Jahre dauern. Sie beginnt oft schon mit Ende 30/ Anfang 40. Die Menopause selbst, also die letzte Regelblutung, tritt durchschnittlich mit etwa 51 Jahren ein. Doch auch danach ist der hormonelle Umstellungsprozess keineswegs abgeschlossen. Wir sprechen hier also von einer langfristigen, intensiven Lebensphase. **Raffaella Kellner:** Eine Phase, die jede Frau* durchlebt – genauso tiefgreifend wie Pubertät oder Schwangerschaft. Nur: Die Wechseljahre sind gesellschaftlich noch immer stark tabuisiert. Wir wollen dazu beitragen, das zu ändern – auch in der Psychotherapie.

Sonja Leskowschek: Denn klar ist, die hormonellen Umstellungen betreffen eben nicht nur den Körper, sondern auch die Psyche. Und das muss auch in der psychotherapeutischen Arbeit Platz finden. Bei Depression, Ängstlichkeit und Schlafstörungen die Wechseljahre nicht mitzudenken, wäre schon fast verrückt.

ÖBVP:

Mit welchen Symptomen oder Veränderungen muss man in den Wechseljahren rechnen?

Sonja Leskowschek: Es kommt zu deutlichen hormonellen Schwankungen. Die Umstellung von einer fruchtbaren zu einer nicht mehr fruchtbaren Phase bedeutet einen tiefgreifenden Umbau im Hormonsystem – mit zahlreichen möglichen Symptomen: verstärkte PMS-Beschwerden, Schlafstörungen, Hitzewallungen, Hautveränderungen, Haarausfall, Erschöpfung, Gelenk-

schmerzen, Herzrhythmusstörungen und vielen möglichen Symptomen mehr. Und natürlich auch mit psychischen Auswirkungen: Stimmungsschwankungen, Reizbarkeit, Ängste, bis hin zu Panikattacken oder depressiven Episoden.

Raffaella Kellner: Das alles wirkt sich massiv auf den Alltag und das soziale Leben aus. Viele Frauen* erleben sich plötzlich weniger leistungsfähig, leiden noch stärker unter den Mehrfachbelastungen durch Job und familiären Anforderungen – oft mit Kindern in der Pubertät, während sie selbst hormonell „im Umbau“ sind. Das ist mitunter ein echtes Hormonchaos!

Sonja Leskowschek: Über 80 % der Frauen* berichten im Laufe ihres Lebens über Symptome – manche kaum spürbar, andere massiv einschränkend. In Österreich befinden sich derzeit etwa eine Million Frauen* in den Wechseljahren. Diese Zahl zeigt: Wir können uns dem Thema nicht mehr entziehen.

Raffaella Kellner: Dabei ist wichtig: Der Hormonstatus allein reicht nicht als Diagnosekriterium. Auch ein regelmäßiger Zyklus schließt Wechselbeschwerden nicht aus. Frauen* haben eine fundierte, symptombezogene und ganzheitliche Abklärung verdient – und eine adäquate Behandlung.

ÖBVP:

Mit welchen Themen kommen Frauen in dieser Lebensphase in die Psychotherapie?

Raffaella Kellner: Neben der Symptomatik ist oft Orientierung gefragt. Viele Frauen* wissen schlicht nicht, dass ihre Beschwerden mit den Wechseljahren zusammenhängen. Psychoedukation ist hier ein zentraler Bestandteil – also ein offener, wertfreier, informativer Zugang zum Thema.

Sonja Leskowschek: Und häufig tun sich durch diese Phase auch tiefere Themen auf: Wo nimmt sich die Frau*

für Psychotherapeut:innen
& Psycholog:innen | online
29.09.25
19 Uhr

**FACH
AUSTAUSCH**
zum Thema Wechseljahre

Wozu?
Wir wollen dem Thema Wechseljahre in der Therapie Raum geben und in einer Gruppe regelmäßig Wissen austauschen, voneinander lernen, Fragen nachgehen usw.

Anmeldung unter:
raffaelakellner@gmail.com oder
hallo@mutpraxis.at

Raum in ihrem Leben? Welche Bedürfnisse melden sich zu Wort? Wohin gehört die Wut, die plötzlich so präsent ist? Auch das Thema der Sexualität & Lust kann neu beleuchtet werden. Die Wechseljahre sind nicht nur eine Phase des Abschieds, sondern auch eine Zeit des Aufbruchs – mit dem Potential zur Neuausrichtung.

Raffaella Kellner: Nicht zu unterschätzen ist auch die gesellschaftliche Dimension: Während Männer im Alter oft als „reifer“ oder „charismatischer“ gelten, verschwinden Frauen* aus dem medialen und öffentlichen Raum, oder werden chirurgisch „jung gehalten“. Viele Frauen* stellen sich zurecht die Frage: Welche Vorbilder habe ich? Und welches möchte ich selbst sein?

ÖBVP:

Welche Haltung braucht es Ihrer Meinung nach im Umgang mit Frauen in den Wechseljahren?

Sonja Leskowschek: Eine offene, nicht pathologisierende Haltung – und eine klare Ressourcenorientierung. Es geht darum, Stärken und Entwicklungsmöglichkeiten zu sehen, nicht nur das, was gerade schwerfällt. Aber eben auch die Ermutigung, sich Wissen über diese Phase des Lebens anzueignen.

Raffaella Kellner: Die Wechseljahre können auch als Einladung verstanden werden, sich selbst und das eigene Leben neu zu betrachten: Wo stehe ich gerade? Was ist mir wichtig? Was will ich hinter mir lassen – und was möchte ich in den nächsten Lebensabschnitt mitnehmen? Das kann eine sehr kraftvolle, sogar empörende Zeit sein – wenn wir ihr den nötigen Raum geben.

ÖBVP:

Was möchten Sie Kolleg:innen mitgeben, die bisher wenig mit dem Thema zu tun hatten?

Sonja Leskowschek: Sich zu öffnen und sich damit auseinanderzusetzen. Der weibliche Zyklus in all seinen Phasen – von der ersten Menstruation bis zur letzten und darüber hinaus – muss in der psychotherapeutischen Arbeit mitbedacht werden. Nur so können wir Frauen* wirklich gut begleiten.

Raffaella Kellner: Wir müssen keine Expert:innen für Hormone werden. Aber wir brauchen ein Grundverständnis, um Frauen* zu ermutigen, ihre eigenen Expertinnen zu werden. Das bedeutet auch: sich medizinisch fundierte Unterstützung zu holen, Fragen zu stellen, sich selbst ernst zu nehmen. Und Ärzt:innen zu finden, die das ebenfalls tun.

ÖBVP:

Was ist Ihnen abschließend wichtig?

Beide: Die Wechseljahre gehören unbedingt in die psychotherapeutische Ausbildung. Die Mehrheit unserer Klient:innen sind Frauen* – und viele von ihnen befinden sich genau in dieser Lebensphase. Als Psychotherapeut:innen tragen wir Verantwortung für Enttabuisierung und Bewusstmachung. Denn nur wer über sich selbst Bescheid weiß, kann gut für sich sorgen.

Abschließend möchten wir noch interessierte Kolleg:innen zu unserer Fachaustauschgruppe einladen. Diese findet mehrmals jährlich online statt. In einem informellen Rahmen werden Informationen geteilt. Wir sind bemüht, Expert:innen zu bestimmten Themen einzula-

den, um niederschwellig und kostenfrei Wissenstransfer und Austausch zu ermöglichen.

Nächster Termin: Montag 29. September 25 um 19 Uhr. **Wir bitten um Anmeldung unter:** raffaelakellner@gmail.com oder hallo@mutpraxis.at



Sonja Leskowschek

Psychotherapeutin in freier Praxis (Systemische Therapie, Hypnotherapie) Leitung der Fachaustauschgruppe Wechseljahre



Raffaella Kellner

Psychotherapeutin in freier Praxis (Psychodrama) Leitung der Fachaustauschgruppe Wechseljahre

Phasen des reproduktiven Alterns



In Anlehnung an
The Stages of Reproductive Aging Workshop +10: Stadien des reproduktiven Alters bei Frauen
Quelle: Harlow SD et al (2012) Executive summary of the Stages of Reproductive Aging Workshop + 10: addressing the unfinished agenda of staging reproductive aging.
<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC3340903/> 10. Juni 25

Art der Therapie	Effekt auf Vasomotorische Symptome	Nebenwirkungen
Phytoöstrogene	Kein klarer Vorteil gegenüber Plazebo.	östrogenähnlichen Wirkung
Kognitive Verhaltenstherapie	Reduziert das Leiden aber nicht die Häufigkeit der VMS.	Minimales Risiko
Mindfulness-based-stress-reduction	Reduziert das Leiden der VMS.	Minimales Risiko
Hypnose	Positiv	Minimales Risiko
Yoga	Verbessert die Stimmung, reduziert das Leiden, kein Effekt auf Häufigkeit der VMS.	Minimales Risiko
Sport	Inkonsistente Effekte	Minimales Risiko, Effekt kann von Fitnesslevel abhängen
Akupunktur	Inkonsistente Effekte auf Häufigkeit der VMS.	Minimales Risiko

Quelle: Frei übersetzt von den Autorinnen in Anlehnung an: Pinkerton J.V. The New England Journal of Medicine, Jan 2020

Checkliste zur (frühen) Perimenopause

(nach Dr. Schaudig & Dr. Schwenkhagen)

- Veränderung bzw. Variabilität der Zykluslänge?
- Unterschiedlich lange/starke Blutungen?
- Beeinträchtigung der Stimmung in den letzten 6-12 Monaten (im Vergleich zu vorher)?
- Neu aufgetretenen Schlafstörungen?
- Neu aufgetretene Konzentrationsstörungen?
- Eingeschränkte Leistungsfähigkeit?
- Gelegentliche Hitzewallungen?

Quelle: Schaudig K. Schwenkhagen A. Hormonsprechstunde Frauenarzt 10/2023, Seite 690

KLIMAKTERISCHE STÖRUNGEN NACH ICD-10 (N95.-)

N95.- Klimakterische Störungen
 N95.0 – Postmenopausenblutung (wichtig für gynäkologische Abklärung)
 N95.1 – Klimakterisches Syndrom
 Zustände im Zusammenhang mit der Menopause und dem Klimakterium (Inklusive Symptome wie Hitzewallungen, Schlaflosigkeit, Kopfschmerzen, Konzentrationsschwäche)
 Psychische Beschwerden: Reizbarkeit, Ängstlichkeit, depressive Verstimmung
 Wichtig für die Differentialdiagnostik psychischer Störungen
 N95.2 – Atrophische Kolpitis
 N95.3 – Zustände im Zusammenhang mit artifizieller Menopause (z. B. bei Hysterektomie, Ovarektomie)
 N95.8 – Sonstige näher bezeichnete klimakterische Störungen
 N95.9 – nicht näher bezeichnete klimakterische Störungen

Zusätzlich diagnostische Möglichkeiten in der Psychotherapie:

- Menopause Rating Scale (MRS)
- Meno-D Fragebogen zur Erfassung menopausaler Beschwerden (Meno D Fragebogen auf Englisch: <https://go.nature.com/2QciHz3>)
- ICD-10 Screening

Quelle: <https://www.icd-code.de/icd/code/N95.-.html>

Initiativen

- www.feuerfrauen.at**
Österreichweite Wechseljahre Initiative
- www.oegg.at/wirsind1mio**
Österreichische Gesellschaft für Gynäkologie & Geburtshilfe
- www.menopause-gesellschaft.de**
Deutsche Menopause Gesellschaft
- www.meno-pause.ch**
Schweizerische Menopausengesellschaft
- www.palais-fluxx.de**
Online-Magazin für Rausch, Revolte, Wechseljahre
- www.wirsindneunmillionen.de**
Wechseljahre in der Gesundheitspolitik
- www.wechselweise.net**
Portal für die Wechseljahre
- www.wexseljahre.de**
Wissensplattform für die Wechseljahre
- www.nobodytoldme.com**
Portal für die Wechseljahre und Ernährung

• Behandlungsmöglichkeiten

- Hormonersatztherapie (HRT)
 - synthetische und oder bioidente Hormone
- nicht hormonelle Therapien
 - Pharmakologische Alternativen
 - SSRI & SNRI
 - NSRI
 - Gabapentin
 - Neurokinin-3-(NK3-)Rezeptor-Antagonisten (Fezolinetant & Elinzanetant)
 - Lebensstil: Bewegung/ Sport, gesunde, ausgewogener Ernährung, Reduktion von Kaffee, Alkohol, Nikotin und scharfen Gewürzen
 - Pflanzenheilkunde (Z. Bsp. Mönchspfeffer, Traubensilberkerzenextrakt, Pflanzliche Östrogene, Salbei zur Reduktion von Schweißausbrüchen und Lavendel zur Beruhigung)
 - Die Fachgesellschaften DMG empfiehlt Pflanzenstoffe, während die TMS von pflanzlichen Präparaten abrät.
 - Akupunktur & TCM (empfohlen von der DMG, nicht der TMS)
 - Hypnose
 - Empfohlen von TMS und der DMG
 - Kognitive Verhaltenstherapie (empfohlen von TMS und DMG, andere Therapiemethoden wurden in diesem Zusammenhang nicht untersucht, von ähnlichen Effekten wird ausgegangen)
 - Autogenes Training/Entspannungsverfahren (Empfohlen von DMG)

DMG: Deutsche Menopausen Gesellschaft

TMS: The Menopause Society, Nordamerika

Quelle: <https://www.menopause-gesellschaft.de/nicht-hormonale-behandlungsmoeglichkeiten>
 NAMS Position Statement, Menopause: The Journal of The North American Menopause Society, Vol. 30, No. 6, pp. 573-590

Bei psychischer Vorerkrankungen wichtig:

Bei Frauen mit einer Vorgeschichte psychischer Erkrankungen besteht das Risiko, dass neu auftretenden Symptome der Peri- und Postmenopause als Rückfall der psychischen Erkrankung fehlinterpretiert werden. Die Autorinnen unterstreichen die Wichtigkeit der gleichzeitigen Behandlung von peri- und postmenopausalen Symptomen und die der psychischen Erkrankung. Eine HRT kann die Wirksamkeit von Medikamenten verbessern.

Bei **Depression** kommt es oft zu einem Rückfall in dieser Phase und Patientinnen berichten von fehlender Wirkung der Medikation oder benötigen eine höhere Dosis, um denselben Effekt zu erzielen.

Angstsymptome, typisch für die Perimenopause, treten besonders bei Frauen mit bereits bestehender Angststörung auf. Sie sind häufig mit Hitzewallungen verbunden, wobei die Angst oft schon vor den körperlichen Symptomen beginnt.

Quelle: <https://www.cambridge.org/core/journals/bjpsych-bulletin/article/severe-mental-illness-and-the-perimenopause/8D072AACBCD3C7888C173B36635C08C3>
 13. Juni 2025, 11 Uhr

Filme/Serien/Dokus

- The M Factor
- Die Frauensau: Verdammte Wechseljahre (ARD Mediathek)
- 37 Grad. Wechseljahre: heißkalt erwischt, (ZDF Mediathek)
- Menopause: Hot change (YouTube)

Podcasts

- Hormongesteuert
- Menomio
- Heiter bis Wechselhaft
- Medica
- Meno auf Mich
- 5 zu eins und 50 über 50
- Frauenstimmen
- Meno Cool
- Hallo Wechseljahre
- FCK NTi Age
- Crazy Sexy Wechseljahre
- Fix und Vierzig
- Dr. Anne Fleck
- Synapsen – ein Wissenschaftspodcast (Folge: Wechseljahre, dafür bin ich doch zu jung)
- You are not broken

Literatur

- Bleisch, B. (2024). Mitte des Lebens. Eine Philosophie der besten Jahre. München: Hanser
- Bigalke, K. & Schwarz, M. (2023). Midlife: Das Buch über die Mitte des Lebens. Berlin: Aufbau Digital.
- Bildau, J. (2021). Raus aus dem Hormonkarussell: Soforthilfe bei PMS, Regelschmerzen, Psychischen Tiefs, Schlafstörungen und Gewichtszunahme. GU Verlag.
- Birkhäuser, M. (2013). Das klimakterische Syndrom. In: Birkhäuser, M. (Hrsg.), Präventionskonzepte und aktuelle Therapieempfehlungen in der Peri- und Postmenopause. UniMed, Bremen, S. 30–156.
- Christoph, A. (2025). Einsamkeit in den Wechseljahren: Ursachen, Auswirkungen und psychotherapeutische Ansätze. <https://angela-christoph.at/einsamkeit-in-den-wechseljahren-ursachen-auswirkungen-und-psychotherapeutische-ansaeetze/> abgerufen am 23.5.2025
- De Liz, S. (2020). Woman on Fire. Alles über die fabelhaften Wechseljahre. Hamburg: Rowohlt
- Frigo, P. (2023). Im Wechsel: Für ein neues Lebensgefühl in der Menopause. Gut durch die Wechseljahre. Berlin: Carl Ueberreuter Verlag.
- Gunter, J. (2022): Das Menopause Manifest – meine zeit der Stärke ist jetzt. München: Südwest Verlag.
- Haver, M. C. (2024). The New Menopause: Navigating your path through hormonal change with purpose, power and facts. Pennsylvania: Rodale Books.
- Heinemann, K., Ruebig, A., Potthoff, P., et al. (2004). "The Menopause Rating Scale (MRS) scale: a methodological review." Health Qual Life Outcomes, 2, 45.

- Helfrich, D. (2022). Wechseljahre – Ich dachte, ich krieg das nicht: Mein Selbsthilfebuch für die zweite Lebenshälfte. Knauer Verlag.
- Lebiszczak, J. (2024). Wechseljahre? Ich doch nicht! <https://www.wechselweise.net/blog/janinas-wechselweise-welt-wechseljahre-ich-doch-nicht-abgerufen-am-1.6.2025>
- Lozza-Fiacco, S., Ehlert, U. (2023). Ratgeber Wechseljahre: Informationen für Betroffene und Angehörige. Göttingen: Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG.
- Mosconi, L. (2022) Das weibliche Gehirn: Länger leben, besser schlafen, Demenz vorbeugen - wie Frauen gesund bleiben. Rowohlt Verlag.
- Reichelt, P. (2024). Woman in Balance: Die 10 häufigsten Symptome der Wechseljahre und was frau dagegen tun kann. München: Gräfe und Unzer.
- Scholler, R. (2024): Wechselhaft: Prä- und Perimenopause. Informiert und kraftvoll in die Wechseljahre. Wien: Facultas.
- Scholten, B. (2024). Einsamkeit in den Wechseljahren. <https://palais-fluxx.de/job-menopause-frau-scholten-weiss-einsamkeit/> abgerufen am 23.5.2025
- Schutzbach, F. (2024). Die Erschöpfung der Frauen: Wider die weibliche Verfügbarkeit. München: Droemer Knauer.
- Sinniken, A. (2024). Wechseljahre. Das Upgrade: Aufgeklärt und selbstbestimmt durch das Hormonchaos. Freiburg: Verlag Herder.
- Stein, M. (2022). Die gereizte Frau: Was unsere Gesellschaft mit meinen Wechseljahren zu tun hat. München: Goldmann Verlag.

Psychotherapeutische Onlinegruppen für Frauen* – gezielte Unterstützung in belastenden Lebensphasen

Ein Angebot der Universitätsambulanz für Psychotherapie der Paris Lodron Universität Salzburg

Der ÖBVP führt zusammen mit der Abteilung für Psychotherapie/-forschung der Paris Lodron Universität Salzburg (Leitung: Thomas Probst) sowie der an die Abteilung angegliederten Universitätsambulanz für Psychotherapie ein Forschungsprojekt zu psychotherapeutischen Onlinegruppen durch. Teilnehmende Patient:innen unterstützen durch das regelmäßige Ausfüllen von Fragebögen die Erforschung des Verlaufs und der Wirksamkeit der Online-Gruppenpsychotherapie. Psychotherapeut:innen aus ganz Österreich können Patient:innen auf dieses Forschungsprojekt aufmerksam machen. Das Forschungsprojekt richtet sich an Frauen* mit postpartaler Depression oder mit prämenstruellen Beschwerden oder an jene, die aktuell an gynäkologischen Krebserkrankungen oder Brustkrebs leiden bzw. ehemals davon betroffen waren. Es handelt sich um ein niederschwelliges, fachlich fundiertes und wissenschaftlich begleitetes psychotherapeutisches Angebot.

Postpartale Depression – wenn das Muttersein schwerfällt

Die Geburt eines Kindes ist ein zentrales Ereignis im Leben einer Frau*, und doch ist es nicht immer von Freude geprägt. Etwa 10-15% aller Frauen* entwickeln nach der Geburt depressive Symptome, die über den sogenannten „Baby Blues“ hinausgehen. (vgl. Riecher-Rössler 2006, S. 12) Betroffene berichten von innerer Leere, Angstzuständen,

Schlafproblemen, Reizbarkeit oder dem Gefühl, dem eigenen Kind nicht gerecht zu werden.

In der psychotherapeutischen Gruppe zur postpartalen Depression findet das Schweigen über das leidvolle und von inneren Konflikten geprägte Erleben ein Ende. Der Austausch mit anderen Müttern, die ähnliches empfinden, wirkt oft schon entstigmatisierend und entlastet. Die psychotherapeutische Arbeit umfasst psychoedukative Elemente wie Informationen zu Hormonstadiumsphasen oder zur Rolle von Stress und Schlafmangel, aber auch konkrete Hilfestellungen zur Selbstfürsorge und Emotionsregulation. Gefühle wie Ambivalenz oder Schuld dürfen ausgesprochen werden und können dadurch an Macht verlieren. Es handelt sich um eine geschlossene Gruppe mit 5 Terminen, die live videobasiert über eine zertifizierte Software stattfinden.

PMS und PMDS – wenn der Zyklus zur Belastung wird

Das prämenstruelle Syndrom (PMS) sowie die prämenstruelle dysphorische Störung (PMDS) zählen zu den häufigsten, aber auch am meisten unterschätzten zyklusbedingten Störungen bei Frauen*. Etwa 20–30 % der menstruierenden Frauen* erleben signifikante emotionale und/oder körperliche Beschwerden in der zweiten Zyklushälfte – von Reizbarkeit, depressiver Verstimmung, Angst und Konzentrationsstörungen bis hin zu Kopfschmerzen, Müdigkeit oder Brustschmerzen. (vgl. Nuriyeva & Bachmann, 2022)

Trotz dieser weit verbreiteten Problematik erfahren viele Betroffene weder Anerkennung noch Hilfe.

Die Gruppe bietet Raum, sich diesen Erfahrungen anzunähern und zu erkennen: „Ich bilde mir das nicht ein.“ Die teilnehmenden Personen lernen zyklusbedingte Veränderungen zu beobachten, innere Selbstkritik zu relativieren und alternative Denk- und Verhaltensmuster zu entwickeln. Auch körperorientierte Übungen und Selbstfürsorgepraktiken werden durchgeführt. Die Gruppe soll so nicht nur Symptome lindern, sondern auch ein neues Selbstverständnis von individueller Weiblichkeit und zyklischer Gesundheit ermöglichen. Auch diese Gruppe findet als geschlossene Gruppe mit 5 Terminen synchron per Video über eine zertifizierte Software statt.

Psychoonkologische Gruppe – mit der Diagnose leben lernen

Die Diagnose Krebs stellt das Leben auf den Kopf. Besonders bei gynäkologischen Krebserkrankungen oder Brustkrebs erleben viele Frauen*, dass sie sich in ihrer Weiblichkeit, Sexualität und sozialen Rolle tief erschüttert und verunsichert fühlen. Die psychoonkologische Gruppe bietet hier eine psychotherapeutische Begleitung, die über die medizinische Nachsorge hinausgeht.

In einem geschützten Rahmen können Sorgen, Ängste, Trauer über Körperveränderungen oder Fragen nach dem „Wie Weiterleben?“ thematisiert werden. Die Auseinandersetzung mit der individuellen Krankheitsverarbeitung steht dabei ebenso im Mittelpunkt wie die Aktivierung von Ressourcen und sozialem Rückhalt. Es handelt sich um eine offene Gruppe. Patient:innen können nach Voranmeldung jederzeit einsteigen und über eine zertifizierte Software live videobasiert teilnehmen.

Warum Gruppen und warum online?

Gruppenpsychotherapie ist ein bewährter und besonders wirksamer Ansatz für viele psychische Belastungen. Die Interaktion mit anderen Betroffenen schafft Normalisierung, emotionale Resonanz und häufig neue Perspektiven auf das eigene Erleben. Dass alle drei Angebote online stattfinden, ist kein Zufall. Viele betroffene Frauen* haben zu wenig Ressourcen, um regelmäßig eine Praxis aufsuchen zu können. Durch das digitale Format wird die Teilnahme ortsunabhängig, flexibel und unkompliziert.

Die Leitung aller Gruppen übernimmt Sabine Thayer, Senior Scientist am Fachbereich Psychologie, Abteilung Psychotherapie/-forschung der Paris Lodron Universität Salzburg, sowie Psychotherapeutin und Sexualtherapeutin. Sie hat sich auf die psychotherapeutische Arbeit im Kontext von Frauen*gesundheit spezialisiert. „In meiner Praxis habe ich immer wieder erlebt, wie stark psychosoziale, biologische und strukturelle Faktoren das Erleben von Frauen* prägen und wie oft diese Themen in der psychotherapeutischen Versorgung zu wenig Beachtung finden. Die psychischen Herausforderungen

sind vielfältig und werden in unserem Gesundheitswesen nach wie vor zu wenig erforscht, thematisiert und behandelt. Dieses Ungleichgewicht hat mich dazu gebracht, gezielte Angebote zu entwickeln, die genau hier ansetzen. Wir wissen mittlerweile, dass beispielsweise Hormone einen wesentlichen Einfluss auf die körperliche und auch psychische Gesundheit der Frau* haben. Dazu wollen wir einerseits ein gutes Versorgungsangebot für betroffene Frauen* schaffen, aber auch auf Forschungsebene mögliche Ursachen und psychotherapeutische Wirkfaktoren beobachten, um Prozesse noch besser verstehen zu können und damit möglicherweise Behandlungen individueller und zielgerichteter gestalten zu können.“, so Thayer.



© Kolarik

Thomas Probst

Psychotherapeut, Leitung der Abteilung Psychotherapie/-forschung, Wissenschaftlicher Direktor der Universitätsambulanz für Psychotherapie



Sabine Thayer

Psychotherapeutin, Senior Scientist (Abteilung Psychotherapie/-forschung)



© Ricardo Gstrein

Barbara Haid

Präsidentin des ÖBVP



© Ricardo Gstrein

Markus Böckle

Kassier des ÖBVP

Psychotherapeut:innen und medizinische Fachkräfte sind herzlich eingeladen, Patient:innen darauf aufmerksam zu machen.

Eine Anmeldung zu den Gruppen kann während der Telefonsprechzeiten unter +43 662 8044 5191 oder per Mail unter psychotherapie@plus.ac.at erfolgen.

Kosten: 40 Euro pro Patient:in pro Gruppensitzung á 100min.

Mehr Informationen zur Universitätsambulanz für Psychotherapie finden Sie unter www.plus.ac.at/psychotherapie

Dieser Artikel schließt in Frauen* all jene FLINTA*-Personen mit ein, die sich angesprochen fühlen.

Die Online-Psychotherapiegruppen richten sich an betroffene Frauen* aus ganz Österreich. Es wird eine zertifizierte Software für Videokonferenzen verwendet und die Berufspflichten gemäß Psychotherapiegesetz 2024 werden von der Gruppenleitung Frau Thayer (Psychotherapeutin, Sexualtherapeutin) eingehalten.

Universitätsambulanz für Psychotherapie

Paris Lodron Universität Salzburg
Getreidegasse 21, 3. Stock,
5020 Salzburg
psychotherapie@plus.ac.at
+43 662 8044 5191

Literatur:

Nuriyeva, R., Bachmann, A. (2022): Prämenstruelles Syndrom (PMS) und prämenstruelle dysphorische Störung (PMDS). J. Gynäkol. Endokrinol. CH 25, 13–18. Online unter: <https://doi.org/10.1007/s41975-022-00232-4>
Riecher-Rössler, A. (2006): Was ist postpartale Depression? (pp. 11-20). Wien: Springer

Buchrezension zu „Boundary Boss – The Essential Guide to Talk True, Be Seen, and (Finally) Live Free“

von Terri Cole, Sounds True, 2021, 288 Seiten

Terri Cole, US-amerikanische Psychotherapeutin mit langjähriger Praxiserfahrung, widmet sich in *Boundary Boss* einem Thema, das im psychotherapeutischen Kontext immer wieder zentrale Bedeutung hat: der Kunst, gesunde Grenzen zu setzen – gegenüber anderen, aber auch sich selbst gegenüber.

Cole führt die Leser:innen Schritt für Schritt durch einen Prozess der Selbstreflexion. Sie hilft dabei, ungesunde Beziehungsmuster zu erkennen, hinderliche Glaubenssätze zu entlarven und neue, gesündere Verhaltensweisen zu etablieren. Herzstück des Buches ist ihr Konzept des „Boundary Blueprint“ – ein Werkzeug zur individuellen Standortbestimmung in Bezug auf persönliche Grenzen. Zahlreichen Übungen, Fallbeispiele und Reflexionsfragen machen das Buch zu einem praxisnahen Begleiter.

Für Psychotherapeut:innen ist *Boundary Boss* ein hilfreiches Zusatzmaterial – etwa bei Themen wie Co-Abhängigkeit, Selbstwertarbeit oder Burnout-Prävention. Es eignet sich sowohl zur eigenen Inspiration als auch als Literaturempfehlung für Patient:innen. Als besonders wertvoll empfinde ich Coles Erläuterungen, wie frühe Bindungserfahrungen unsere Fähigkeit zur Abgrenzung beeinflussen können.

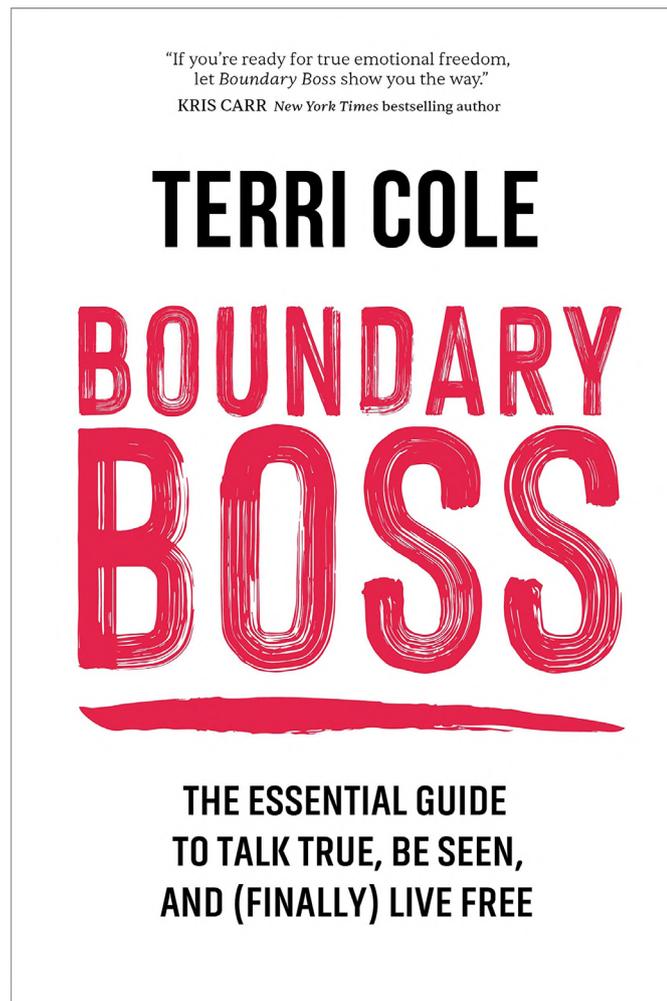
Das Buch richtet sich klar an ein US-amerikanisches Publikum und orientiert sich stark an Coaching-Sprache und Empowerment-Rhetorik. Eine fundierte psychologische Theoriebasis oder systemische Perspektiven werden nicht erörtert. Dennoch gelingt Cole eine lebensnahe und ermutigende Auseinandersetzung mit einem schwierigen Thema.

Zusammenfassend lässt sich *Boundary Boss* als ein zugänglicher, praxisorientierter Ratgeber verorten, der viele wertvolle Impulse für die psychotherapeutische Arbeit liefert. Es empfiehlt sich vor allem für jene, die mit Menschen arbeiten, deren Grenzen im Leben häufig übergangen wurden.



© Ricardo Gstrein

Ines Gstrein
2. Vizepräsidentin des
ÖBVP



Buchrezension zu „Die Psycho- Industrie –

Wie das Geschäft mit unserer Psyche funktioniert und was es so gefährlich macht“

von Diana Pflighthofer

In diesem Buch wirft die Autorin, Diana Pflighthofer, Fachärztin für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, einen kritischen Blick auf das boomende Geschäft mit der Psyche. Sie beleuchtet aktuelle „Mode-Diagnosen“, den Aufstieg (und deren akademischen und beruflichen Hintergrund) von selbsternannten Coaches, Berater:innen und Heiler:innen – und zeigt, wie sich dieser Trend entwickelt hat und weiterentwickelt. Besonders hilfreich ist, dass Fachbegriffe verständlich erklärt werden, ebenso wie der Weg zur Ausbildung als Psychotherapeutin in Deutschland.

Die Autorin legt die Mechanismen dieser wachsenden Industrie offen und zeigt, dass nicht jedes Angebot wissenschaftlich fundiert oder wirklich im Sinne der Klient:innen ist. Der klare und direkte Schreibstil macht das vielschichtige Thema zugänglich – auch für Leser:innen ohne Fachwissen.



© Ricardo Gstrein

Béa Pall

Schriftführerin des ÖBVP



Buchrezension zu „Digitale Diagnosen“

von Laura Wiesböck

Laura Wiesböck, Soziologin mit Fokus auf digitale Kultur, nimmt in ihrem Buch die Wirkung sozialer Medien auf das gesellschaftliche Verständnis von psychischer Gesundheit unter die Lupe. Begriffe wie „toxisch“, „Trauma“ und „Trigger“ begegnen uns immer mehr im Alltag, oftmals in vereinfachter und inflationärer Weise.

Die Autorin erklärt nicht nur, wie es dazu gekommen ist, sondern auch die Bandbreite der Entwicklungen: von der wertvollen Entstigmatisierung psychischer Erkrankungen bis hin zur problematischen Tendenz zur Selbstdiagnose und Verharmlosung komplexer Krankheitsbilder.

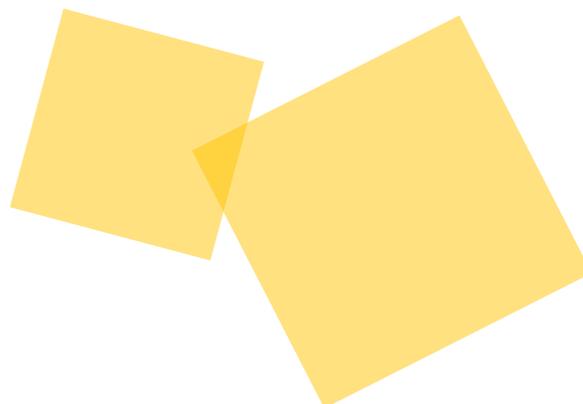
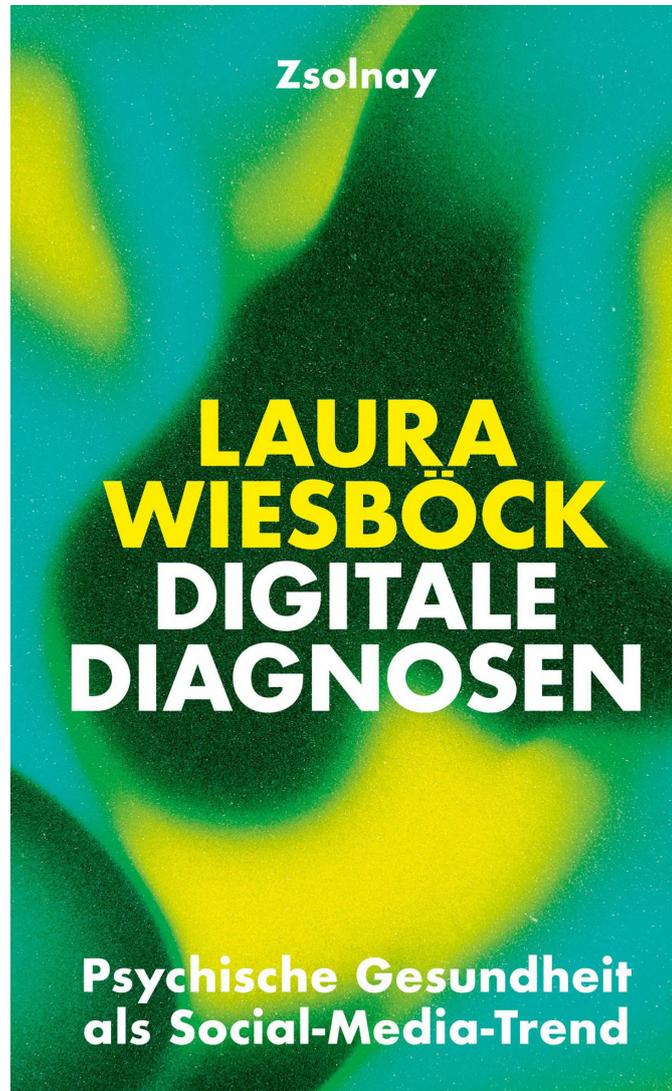
Das Buch ist besonders lesenswert aufgrund der Tatsache, dass es die Brücke zwischen Wissenschaft und Alltag schlägt. Es hilft, die Dynamiken der digitalen Welt und deren Auswirkungen besser verstehen und einordnen zu können. In einer Zeit, in der mentale Gesundheit immer präsenter wird, ist das Buch definitiv ein Must-Read.



© Ricardo Gstrein

Béa Pall

Schritfführerin des ÖBVP



Buchrezension zu „Burnt.Out – Hat's in deinem Kopf schon mal gekracht?!“

von Verena Titze, Buchschmiede, 2022, 166 Seiten



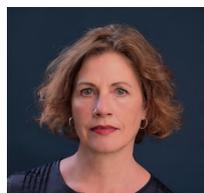
Mit Burnt.Out legt Verena Titze, Kabarettistin und ehemalige PR-Managerin, einen ehrlichen, humorvollen und zugleich tief bewegenden Erfahrungsbericht vor. Sie spricht offen von ihrem persönlichen Weg durch Burnout, Alkoholsucht und den anschließenden Heilungsprozess. Sie macht damit ein Thema sichtbar, das in unserer leistungsorientierten Gesellschaft oft wenig Beachtung findet.

Titze beschreibt, wie sie über Jahre hinweg äußerlich erfolgreich, aber innerlich zunehmend leer und erschöpft war. Alkohol, Ablenkung und Aktionismus hielten sie am Laufen, bis sie 2020 zusammenbrach: Klinikaufenthalt, Alkoholentzug, intensive Psychotherapie folgten. Das Buch basiert auf Tagebuchaufzeichnungen aus dieser Zeit.

Burnt.Out eignet sich hervorragend als ergänzende Perspektive für Fachkräfte, die mit Menschen arbeiten, die sich in

ähnlichen Lebenslagen befinden. Titze beschreibt nachvollziehbar, wie Selbstverleugnung, Überforderung und Alkohol als Bewältigungsmechanismus ineinandergreifen. Als besonders wertvoll empfinde ich ihre Offenheit im Umgang mit Scham, Stigma und der Schwierigkeit, sich Hilfe zu holen – Themen, die viele Betroffene vor und während einer Psychotherapie beschäftigen. Gleichzeitig erlaubt das Buch Einblicke in systemische Belastungen und gesellschaftliche Vorstellungen von Erfolg, die psychische Erkrankungen begünstigen.

Verena Titze gelingt mit Burnt.Out eine Gratwanderung zwischen Humor und Tiefgang. Das Buch bietet keine Therapieanleitung – aber es macht Mut, eigene Muster zu hinterfragen, sich Hilfe zu holen und das Thema Burnout öffentlich zu enttabuisieren. Lesenswert für Psychotherapeut:innen als Perspektivwechsel, Gesprächsanstoß oder als niedrigschwellige Empfehlung für Patient:innen im frühen Stadium der Selbsterkenntnis.



© Ricardo Gstrein

Claudia Pokorny
ÖBVP-Generalsekretärin

Buchrezension zu „Transidentität, Transgender – Transitionsprozesse begleiten und gestalten“

von Udo Rauchfleisch, Göttingen, 2024

Völlig zurecht schreibt der Autor im Vorwort dieser 6. Ausgabe, dass es im Grunde ein gänzlich neues Fachbuch ist. In den letzten 10 Jahren hat es zahlreiche wissenschaftliche, medizinische, juristische und gesellschaftspolitische Veränderungen gegeben, welche Udo Rauchfleisch durchaus berücksichtigt.

Zwei wesentliche und wichtige Grundpfeiler in der Begleitung von Transgender durchziehen dieses Buch von der ersten bis zur letzten Seite:

- Im Zentrum aller Begleitungsprozesse steht die Transgender-Person selbst mit den jeweils individuellen Bedürfnissen und Wünschen. Deren Selbstbestimmung ist ein wesentlicher und zu berücksichtigender Faktor.
- Im Sinne einer optimalen Begleitung ist die interdisziplinäre Zusammenarbeit der verschiedenen Fachdisziplinen notwendig (Psychologie, Psychotherapie, Endokrinologie, Psychiatrie, Logopädie, Dermatologie, Chirurgie)

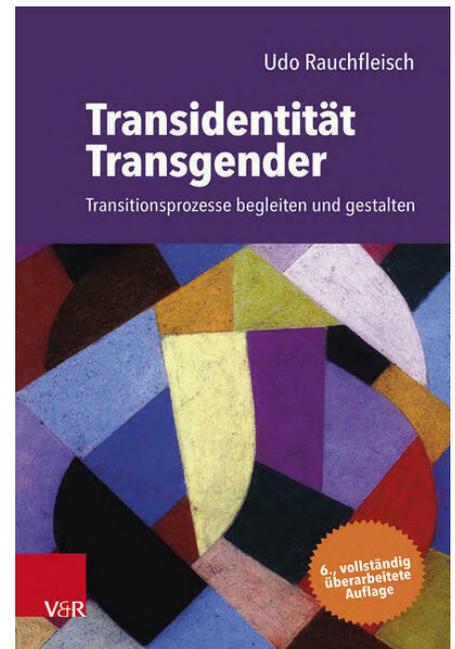
Im ersten Kapitel entwirrt Udo Rauchfleisch den in den letzten Jahren entstandenen „Begriffswirrwarr“; vor allem differenziert er die Begriffe „Transgender“, „Transidentität“ und „Nicht-Binarität“. Mir fehlt hier jedoch die Abgrenzung zu weiteren Identitäten wie „Queer“, „Genderqueer“ oder „Genderfluid“, mit denen auch einige Klient:innen in meiner Praxis vorstellig werden.

Im historischen Überblick zeichnet der Autor die Entwicklungen von den 1950er Jahren bis heute nach, wobei er deutlich auf den Paradigmenwechsel verweist, der mit der Veröffentlichung

des DSM-5 im Jahre 2013 eingeleitet wurde und schon allein durch die Einführung des Begriffs „Geschlechtsdysphorie“ (anstatt „Geschlechtsidentitätsstörung“) eine Entpathologisierung stattfand.

Im Kapitel „Der Ablauf der Diagnostik und Begleitung von Transidenten/Transgendern“ nennt der Autor richtigerweise die 8. Version der „Standards of Care“, die von der WPATH 2020 veröffentlicht wurde und eine Basis darstellt für konkrete Behandlungsrichtlinien, wie etwa die evidenzbasierten S3-Leitlinien in Deutschland. Für Österreich führt der Autor die wichtigen Beschlüsse des Verfassungsgerichtshofes (2006) und des Verwaltungsgerichtshofes (2009) an, mit denen der Operationszwang aufgehoben wurde. Zu ergänzen wäre an dieser Stelle noch, dass das österreichische Gesundheitsministerium die von fachlichen Arbeitsgruppen erarbeiteten „Empfehlungen für den Behandlungsprozess bei Geschlechtsdysphorie bzw. Transsexualismus nach der Klassifikation in der derzeit gültigen DSM- bzw. ICD-Fassung“ (2017) und „Empfehlungen für den Behandlungsprozess bei Geschlechtsdysphorie von Kindern und Jugendlichen nach der Klassifikation in der derzeit gültigen DSM- bzw. ICD-Fassung“ (2017) beschlossen hat.

Udo Rauchfleisch weist zurecht darauf hin, dass in der Diagnostik der Begriff „Gutachten“ nicht zielführend ist, weil Fachleute eben nichts zu begutachten haben (würde im Grunde bedeuten zu bewerten, zu beurteilen, was die Selbstbestimmung von Trans-Personen konterkarieren würde). In Österreich wird deshalb der Begriff „Stellungnahme“



verwendet, der situationsangemessen ist. Ebenso wichtig finde ich den Hinweis auf den obsoleten „Alltagstest“. Die österreichischen Behandlungsempfehlungen verwenden den meiner Meinung nach weniger pathologisierenden Begriff der „real life experience“.

In den Kapiteln „Diagnostische Überlegungen“, „Die den Transitionsprozess begleitende Psychotherapie“, „Mit welchen Fragen und Probleme sind Transgender konfrontiert?“ und „Worauf kommt es in der therapeutischen Begleitung von Transgendern an“ gibt Udo Rauchfleisch den Fachpersonen Empfehlungen bzgl. Fragen zur Anamnese, diagnostischen Testverfahren, Umgang mit Komorbiditäten (Traumafolgestörungen, Persönlichkeitsstörungen, Suchterkrankungen, schizophrener Formenkreis, ...), welche grundsätzliche keine Kontraindikation für Transitions-

prozesse darstellen. Es geht hier um die klärende Frage: Was ist bei Transgender-Klient:innen anders und was muss besonders berücksichtigt werden? Mit welchen Lebensthemen müssen sich im Unterschied zu cisgeschlechtlichen Personen Transgender auseinandersetzen (Diskriminierungserfahrungen außerhalb, aber vor allem auch innerhalb der queeren Community, Minoritätenstress, geschlechtliche Klischeebilder, Coming-out-Prozesse)? Die Selbstreflexion der therapeutisch Tätigen wird genauso betont wie die Erschließung der Resilienzfaktoren der Klient:innen und die Förderung des Empowerment. Dem Autor ist es gelungen, dem Fachpersonal wichtiges Handlungswerkzeug mitzugeben.

Ebenfalls bedeutsam finde ich den Hinweis auf die besonders vulnerable Gruppe der Transgender-Flüchtlinge und Asylsuchenden, die nach meinen Erfahrungen in der Beratungsstelle COURAGE in Österreich vermehrt Schutz und Unterstützung suchen.

Udo Rauchfleisch gibt auch Hilfestellungen und teilt seine Erfahrungen im Umgang mit „Sondersituationen“: Transgender-Eltern(teile), Transgender-Partner:innen, ...

In dem Kapitel über Kinder und Jugendliche geht der Autor auf die in den letzten Jahren entfachten transfeindlichen Diskussionen ein, meist angestachelt durch selbst ernannte Pseudo-Fachkräfte. Diese Thesen, Argumente und Behauptungen kann Udo Rauchfleisch durch evidenzbasierte Studien und Forschungsergebnisse widerlegen. Vor allem erklärt er den von transfeindlichen Gruppen missbräuchlich verwendeten Begriff der „transaffirmativen Haltung“, bei dem es nicht um ein „Hindrängen in die Trans-Richtung geht“, sondern vielmehr um eine Stärkung und Förderung des Selbstwertes. Zudem wird auch in diesem Kapitel auf die Selbstbestimmung des Kindes und Jugendlichen hingewiesen, basierend auf der UNO-

Kinderrechtskonvention aus dem Jahre 1989.

Um die Wichtigkeit der interdisziplinären Haltung noch zu unterstreichen, sind grundsätzliche Informationen zu somatischen Fachgebieten wie Endokrinologie, Chirurgie, Urologie, Gynäkologie, Dermatologie enthalten, welche auch für psychotherapeutisch und psychologisch Tätige wertvoll sind.

Der Autor beschreibt ebenfalls die Wichtigkeit juristischer Beratung und nennt einige spezialisierte Einrichtungen und Verbände in Deutschland, Österreich und der Schweiz, welche juristische Unterstützung anbieten. Nicht angeführt wird das in Österreich tätige Rechtskomitee Lambda, welches als Hauptziel die „Beendigung jeglicher Diskriminierung gleichgeschlechtlich l(i)ebender, transidenter und intergeschlechtlicher Menschen in allen Rechtsbereichen“ betont und einen wesentlichen Beitrag zu den juristischen Veränderungen in Österreich der letzten Jahre beigetragen hat.

Bei Fachpersonen sorgt immer wieder die sog. Detransition für Unsicherheiten, weshalb Udo Rauchfleisch diesem Thema ein eigenes Kapitel widmet. Er definiert den Begriff genauer, nennt statistische Zahlen, beleuchtet die Gründe für eine mögliche Detransition und untermauert seine Argumentation mit evidenzbasierten Studien.

Spannend finde ich eines der letzten Kapitel mit dem Titel „Gendertheoretische Aspekte der Transidentität“, in welchem der Autor nochmals das „Geschlecht als Kontinuum“ unterstreicht, die Binariät berechtigterweise in Frage stellt, auf das Konstrukt des biologischen Geschlechts hinweist und die verschiedenen Dimensionen von Geschlecht(er) darstellt.

Zum Schluss möchte ich noch einen Punkt erwähnen, der mir persönlich in diesem Buch fehlt: Es wird zwar die nichtbinäre Identität definiert und

beschrieben, meiner Erfahrung nach unterscheiden sich aber Transitionsprozesse von nichtbinären Menschen teilweise sehr deutlich von Transgendern hinsichtlich ihrer Wünsche und Bedürfnisse, weshalb ich mir bei einer neuen Auflage eine differenzierte Betrachtungsweise bzgl. Transitionsprozessen bei nichtbinären Personen wünschen würde.

Auf den Punkt gebracht: Dieses Buch ist ein wertvoller Ratgeber sowohl für Fachpersonen als auch für alle interessierten Menschen, die Transgender- und nichtbinäre Personen begleiten, und liefert wertvolles sowie praktisches Handwerkszeug. Udo Rauchfleisch stellt uns seine jahrzehntelangen Erfahrungen in der Arbeit mit Transgendern zur Verfügung, stützt sich dabei auf internationale wissenschaftliche Studien und liefert somit auch einen wesentlichen gesellschaftspolitischen Beitrag für menschenrechtsbasierte Begleitungsprozesse von nicht-cisgeschlechtlichen Personen.



Michael Peintner

Psychotherapeut in niedergelassener Praxis in Innsbruck, Mitarbeiter der Beratungsstelle COURAGE in Innsbruck, Mitglied der Trans*/Inter*-Expert:innenkommission des Österreichischen Bundesverbandes für Psychotherapie (ÖBVP)

Buchrezension zu „Psychotherapie ohne Fachgedöns“

von Nike Hilber

Mit diesem Buch gelingt Nike Hilber das, was sich viele wünschen: Sie wirft einen verständlichen und zugleich fundierten Blick hinter die Kulissen psychodynamischer Psychotherapie. In fünf frei erfundenen Fallgeschichten zeigt sie, wie Beziehung entsteht, Symptome sprechen lernen und Zugänge zum Unbewussten erreicht werden können. Das Buch gliedert sich entlang zentraler Themen: Angst, Scham, Einsamkeit, Schmerz und Wut sind die Überschriften hinein in Lebens- und Begegnungswirklichkeiten der Psychotherapeutischen Zusammenarbeit. Die Unsicherheit vor dem Erstgespräch, das schamhafte Zögern etwas zu erzählen, das sich in der Übertragung wiederholende Alleingelassen werden, das schmerzhaft Ringen um eine Erklärung, das Erkennen einer kraftvollen Wut. Es sind Geschichten, wie sie bildhafter kaum dargestellt werden könnte. Es entstehen Welten einer bestuhlt, bemalt, bebilderten Praxis, in der Menschen mit Kleidung, Gesten und Körpersprache zum Leben erwachen. Hilber gelingt ein wahrhaftiges Eintauchen in die Intimität eines psychotherapeutischen Prozesses, ein hinter den Vorhang Blicken ohne je ins Voyeuristische abzudriften. Die Geschichten, die sie erzählt, sind fiktional ihrer Kreativität entsprungen – sie öffnen Räume, die sonst verschlossen bleiben: der Therapieraum, das Innenleben und die sich entwickelnde Beziehung zwischen Psychotherapeut:in und Patient:in. Und immer bleibt Hilber klar ihrer Haltung treu: keine Einladung zu Selbstdiagnosen, kein Erhärten von Stigmatisierung – sondern Entmystifizierung und Aufklärung. Psychische Erkrankungen sind Teil menschlicher Erfahrung. Psychotherapie soll nicht länger ein „gehei-

mes“ oder beängstigendes Terrain sein. Kenntnisse über Psychotherapie sollen nicht elitäres Gut sein, sondern allen zugänglich. Ergänzt wird das Buch durch Reflexionsanleitungen.

Nike Hilber gelingt ein seltener Spagat: sie schreibt so verständlich, dass sich auch Menschen ohne Psychotherapeutisches Vorwissen angesprochen fühlen, und gleichzeitig so präzise und tiefgründig, dass auch Psychotherapeut:innen darin eine inspirierende Ressource finden können. Ihr Anliegen ist ein zutiefst demokratisches: Psychotherapie soll kein Luxus für wenige sein, sondern ein Raum, der vielen offensteht – emotional, sprachlich und sozial.

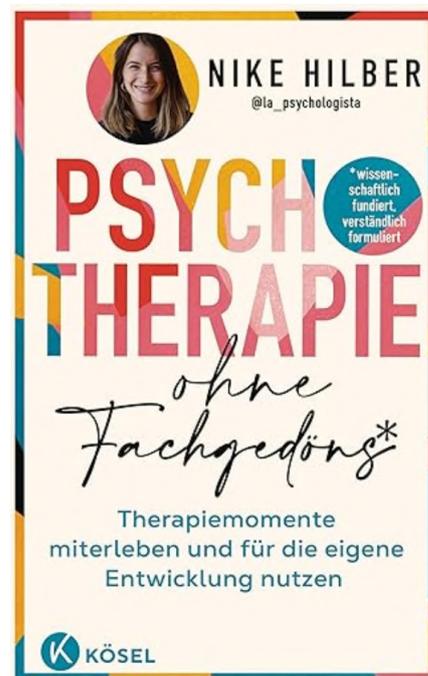
In der 8. Folge des Podcasts „Psychotherapie Bewegt“ spricht Nike Hilber mit Lucia Laggner über die Entstehungsgeschichte und die Hintergründe zu diesem Buch.

Autorin:

Nike Hilber



© concept-steiner



Lucia Laggner

Wissenschaftsjournalistin, Moderatorin und Psychotherapeutin in Ausbildung

PRESSESPIEGEL



© BMASGPK

12.06.2025, news.at, Amoklauf in Graz: **Kritik an zu wenig psychischer Betreuung an Schulen**, Interview mit ÖBVP-Präsidiumsmitglied Béa Pall

12.06.2025, derstandard, **„Wie soll man mit Kindern darüber sprechen?“**, Interview mit ÖBVP-Präsidiumsmitglied Béa Pall

12.06.2025, derstandard, **„Mediale Gratwanderung“**, Interview mit STLP Vorsitzender Ingrid Jagiello

11.06.2025, orf.at, **„Wie mit dem Schock umgehen: Psychotherapeut Markus Böckle im Gespräch“**, Interview mit Markus Böckle

11.06.2025, derstandard.at, **„Mit Kindern über Amok sprechen: In welchem Alter sagt man was?“**, Interview mit ÖBVP-Präsidiumsmitglied Béa Pall

20.05.2025, Podcast **„Psychotherapie Bewegt“**, **„Kinder und Jugendpsychotherapie“**, mit ÖBVP-Präsidiumsmitglied Béa Pall

20.05.2025, freizeit.at, **„Der Sitz der Gefühle: Wieso immer häufiger auf Parkbänken therapiert wird“**, Interview mit ÖBVP-Präsidentin Barbara Haid

20.05.2025, Kurier, **„Eine Bank für einfühlsame Gespräche“**, Interview mit ÖBVP-Präsidentin Barbara Haid, S. 25



© ÖBVP

09.07.2025, Ö1 Morgenjournal, **PsychotherapeutInnen wollen an Schulen unterstützen**, Statement von ÖBVP-Präsidentin Barbara Haid

08.07.2025, Kronen Zeitung, **die Mutter war wohl in einem absoluten Ausnahmezustand**, Interview KLP-Vorsitzender Margret Tschuschnig

07.07.2025, Tiroler Tageszeitung, **Nachhilfe für die Seele...**, Interview mit ÖBVP-Präsidentin Barbara Haid

04.07.2025, orf.at, **ab Herbst mehr Unterstützung bei Problemen**, Interview mit ÖBVP-Präsidentin Barbara Haid

02.07.2025, MeinBezirk, **Respekt in der Schule lernen**, Pressekonferenz KPH Wien/NÖ, die European Character and Virtues Association (ECVA) sowie der ÖBVP

28.06.2025, Kurier, **Fragen der Freizeit...**, Interview ÖBVP-Vizepräsidentin Ines Gstrein

26.06.2025, Die Furche, **Es braucht ein ganzes Dorf ...**, aus der Pressekonferenz mit katholisch pädagogischer Hochschule und ÖBVP

25.06.2025, orf.at, **„Amoklauf: Psychologische Sonderkontingente“**, Interview mit STLP Vorsitzender Ingrid Jagiello

24.06.2025, Kurier, **„Eine Frage des Charakters“**, Interview ÖBVP-Präsidentin Barbara Haid

24.06.2025, OÖN, **„Thema nicht TikTok überlassen“**, Interview ÖBVP-Präsidentin Barbara Haid

23.06.2025, profil.at, **„Emotional Baggage, Trauma, Sad Girl Culture. Über psychiatrie Mode- und Fehldiagnosen“**

23.06.2025, news.at, **„Psychische Gesundheit in Schulen: Persönlichkeitsbildung gefordert“**, Pressekonferenz mit ÖBVP-Präsidentin Barbara Haid

14.06.2025, Kronen Zeitung, **„Nicht das Videospielmacht den Täter“**, Interview mit ÖBVP-Präsidentin Barbara Haid, S. 14

14.06.2025, Kurier, **„Zwischen Einsamkeit und digitaler Gemeinschaft“**, Interview mit ÖBVP-Präsidiumsmitglied Béa Pall, S.6

13.06.2025, Kurier, **„Ruf nach mehr Schulpsychologen“**, Interview mit ÖBVP-Präsidiumsmitglied Béa Pall, S.4



19.05.2025, freizeit.at, „Leeres-Nest-Syndrom: Wie Michelle Obama eine Lanze für ein sensibles Thema brach“, Interview mit ÖBVP-Präsidiumsmitglied Béa Pall

19.05.2025, Kurier, „Leeres Nest, große Trauer“, Interview mit ÖBVP-Präsidiumsmitglied Béa Pall, S. 25

14.05.2025, kurier.at, „Psychische Erkrankungen: Uni-Ambulanz in Krems eröffnet“, Statement von ÖBVP-Präsidentin Barbara Haid

13.05.2025, derstandard.at, „People-Pleasing: Wie man aufhört, es ständig allen recht zu machen“, Interview mit ÖBVP-Präsidentin Barbara Haid

06.05.2025, orf.at, „Schule Mit Handy-Verboten ist es nicht getan“, Interview mit VLP-Vorsitzenden Michael Kögler

27.04.2025, freizeit.at, „Der White-Lotus-Effekt: Sind drei eine zu viel?“, Interview mit ÖBVP-Präsidiumsmitglied Ines Gstrein

27.04.2025, Kurier, „Bei Frauenfreundschaften herrscht mehr Nähe - aber auch mehr...“

27.04.2025, Kurier, „Drei sind (k)eine zu viel“, Interview mit ÖBVP-Präsidiumsmitglied Ines Gstrein

16.04.2025, Falter, „Der Robo-Therapeut“, Interview mit ÖBVP-Department Forschung Markus Böckle

13.04.2025, kleinezeitung.at, „Kuscheln als Hauptberuf: ‚Ich liebe diesen Job‘“

13.04.2025, Kleine Zeitung, „Berührungen als Therapie gegen die Einsamkeit“, S. 22

12.04.2025, Profil, „Ohne Worte“, S. 21

09.04.2025, kleinezeitung.at, „Grazer Spital zittert um ‚Trauma-Betten‘“

09.04.2025, Kleine Zeitung, „Spital zittert um ‚Trauma-Betten‘“, S. 16

07.04.2025, Podcast „Psychotherapie Bewegt“, „Humanistische Psychotherapie“, mit ÖBVP-Präsidentin Barbara Haid

01.04.2025, on.orf.at – ZIB MAGAZIN, „KI als Psychotherapeut - geht das? | Psychotherapie in Österreich“, Interview mit ÖBVP-Präsidentin Barbara Haid

01.04.2025, Österreich, „300 Kinder warten auf Psychotherapie“, Statement von ÖBVP-Präsidentin Barbara Haid, S. 15

31.03.2025, orf.at, „300 Kinder und Jugendliche warten auf Therapie“, Interview mit ÖBVP-Präsidentin Barbara Haid

18.03.2025, orf.at, „5 Jahre Corona - ein Trauma, das bleibt?“, ÖBVP-Präsidentin Barbara Haid zu Gast

18.03.2025, orf.at, „Ohne Abschied – Sterben in Zeiten von Corona“, Interview mit ÖBVP-Präsidiumsmitglied Béa Pall

17.03.2025, orf.at, „Stöckl live“ und „Das Gespräch“-Spezial über „Fünf Jahre Corona - ein Trauma, das bleibt?“, ÖBVP-Präsidentin Barbara Haid zu Gast

13.03.2025, BVZ, „Vera Patek vom Landesverband für Psychotherapie über das Thema...“, Interview mit BLP-Vorstandsmitglied Vera Patek

10.03.2025, freizeit.at, „Warum schmeckt das letzte Stück Kuchen immer am besten?“, Interview mit ÖBVP-Präsidiumsmitglied Ines Gstrein

08.03.2025, Kurier, „Fragen der Freizeit ... und Antworten, die Sie überraschen werden“, Interview mit ÖBVP-Präsidiumsmitglied Ines Gstrein

05.03.2025, MeinBezirkNiederösterreich, „Mutig sein“, Statement von NÖLP-Vorsitzender Karin Fidler

02.03.2025, krone.at, „Trumps großes kleines Ego: So geht man damit um“, Statement von ÖBVP-Präsidentin Barbara Haid

22.02.2025, Kurier, „Das große Sammeln“, Interview mit TLP-Vorstandsmitglied Bernhard Hungsberger, S. 35

19.02.2025, NÖN, „Gemeinde startet Projekt ‚Redebedarf?!‘“, Statement von NÖLP-Vorsitzender Karin Fidler, S.20

17.02.2025, Burgenland heute, „Umagng mit Terroranschlägen“, Interview mit Ex-ÖBVP-Präsident Peter Stippl

14.02.2025, krone.at, „Einsamer Valentinstag? Das rät die Therapeutin“, Interview mit ÖBVP-Präsidentin Barbara Haid

03.02.2025, Podcast „Psychotherapie Bewegt“, „Was ist Psychotherapie?“ mit ÖBVP-Präsidiumsmitglied Ines Gstrein





© BMBWF

03.02.2025, freizeit.at, „Wieso Freundschaften im Alter lebenswichtig sind“, Interview mit ÖBVP-Präsidentin Barbara Haid

03.02.2025, Kurier, „Wer zwei oder drei gute Freunde hat, ist reich“, Interview mit ÖBVP-Präsidentin Barbara Haid, S. 17

30.01.2025, Kurier, „Das stille Leiden“, Interview mit ÖBVP-Präsidiumsmitglied Ines Gstrein, S. 22

28.01.2025, orf.at, „Die Krux der Social-Media-Psychologie“, Interview mit ÖBVP-Präsidentin Barbara Haid

27.01.2025, „Warum wir Erschöpfung bei Frauen nicht sehen“, Interview mit Präsidiumsmitglied Ines Gstrein

18.01.2025, OÖNachrichten, „Neues Psychotherapiegesetz läutete mit 1. Jänner 2025 eine wegweisende Reform ein“, Interview mit ÖBVP-Präsidentin Barbara Haid und ÖBVP-Präsidiumsmitglied Ines Gstrein, S. K4

14.01.2025, Salzburger Nachrichten, „Eine Therapie ohne direkte Begegnung?“, Interview mit ÖBVP-Präsidentin Barbara Haid, S. 14

13.01.2025, freizeit.at, „Wieso vergeht der Jänner stets langsamer als andere Monate?“, Interview mit ÖBVP-Präsidiumsmitglied Ines Gstrein

13.01.2025, sn.at, „Psychotherapie ohne direkte Begegnung? Eine Gesetzesänderung macht es möglich“, Interview mit ÖBVP-Präsidentin Barbara Haid

12.01.2025, wienerzeitung.at, „Suizid, Selbstverletzung und der toxische TikTok-Algorithmus“, Interview mit ÖBVP-Präsidentin Barbara Haid

11.01.2025, news.at, „Unis rechnen nicht mit günstigerem Psychotherapiestudium“

11.01.2025, diepresse.com, „Psychotherapiestudium an öffentlichen Unis: Geringere Kosten seien ‚nicht realistisch‘“

11.01.2025, orf.at, „Psychotherapie-Ausbildung bleibt teuer“

11.01.2025, sn.at, „Unis rechnen nicht mit günstigerem Psychotherapiestudium“

11.01.2025, kleinezeitung.at, „Unis rechnen nicht mit günstigerem Psychotherapiestudium“

11.01.2025, tt.com, „Unis rechnen nicht mit günstigerem Psychotherapiestudium“

11.01.2025, vn.at, „Unis rechnen nicht mit günstigerem Psychotherapiestudium“

11.01.2025, Kurier, „Fragen der Freizeit ... und Antworten, die Sie überraschen werden“, Interview mit ÖBVP-Präsidiumsmitglied Ines Gstrein, S.6

05.01.2025, Kleine Zeitung, „Den Menschen wieder vertrauen können“, Statement von KLP-Vorsitzender Margret Tschuschnig

04.01.2025, orf.at, „Michael Kögler: Liebe macht blind - aber wofür?“, Vortrag von VLP-Vorsitzenden Michael Kögler

29.12.2024, Tiroler Tageszeitung, „Vereine und Selbsthilfegruppen“, S. 35

28.12.2024, Kurier, „Feiern wie in den Zwanzigern“, Interview mit ÖBVP-Präsidiumsmitglied Ines Gstrein, S. 25

28.12.2024, Vorarlberger Nachrichten, „Neues Psychotherapiegesetz“, Statement von ÖBVP-Präsidentin Barbara Haid, S. F5

27.12.2024, vn.at, „Neues Psychotherapiegesetz“, Statement von ÖBVP-Präsidentin Barbara Haid

22.12.2024, Kleine Zeitung, „Alternativen zur Einsamkeit“, Interview mit KLP-Vorsitzender Margret Tschuschnig, S. 24

22.12.2024, Tiroler Tageszeitung, „Vereine und Selbsthilfegruppen“, S. 41

18.12.2024, orf.at, „18. Dezember 2024 Mental Health: Was junge Menschen in Österreich belastet“, Statement von ÖBVP-Präsidentin Barbara Haid

18.12.2024, MeinBezirkNiederösterreich, „Ganz ohne Stress: so macht Weihnachten ‚glücklich‘“, Interview mit NÖLP-Vorsitzender Karin Fidler

13.12.2024, krone.at, „Therapeutin: ‚Zu Weihnachten mehr Mut zur Lücke‘“, Interview mit ÖBVP-Präsidiumsmitglied Ines Gstrein

13.12.2024, Kronen Zeitung, „Zu Weihnachten mehr Mut zur Lücke“, Interview mit ÖBVP-Präsidiumsmitglied Ines Gstrein, S. 30

08.12.2024, Tiroler Tageszeitung, „Vereine und Selbsthilfegruppen“, S. 53

06.12.2024, Tiroler Tageszeitung, „Mehr Unterstützung für psychische Gesundheit“, S. 13

05.12.2024, diepresse.com, „Gesundheitsminister stockt Mittel für ‚Gesund aus der Krise‘ um 4,5 Millionen Euro auf“

05.12.2024, sn.at, „Gesund aus der Krise: 4,5 Millionen Euro zusätzlich bis Ende 2024“

05.12.2024, derstandard.at, „Deutsche Studie: Psyche von Kindern und Jugendlichen anhaltend belastet“

GREMIEN

Präsidium

Barbara Haid
Wolfgang Schimböck
Ines Carola Gstrein
Béa Pall
Markus Böckle

Bundesausschuss

Karin Fidler	Vorsitzender:
Herta Wimberger-Spörker	Stv. Vorsitzender
Béa Pall	Präsidium
Ines Carola Gstrein	Präsidium
Barbara Haid	Präsidium
Wolfgang Schimböck	Präsidium
Markus Böckle	Präsidium
Gerhard Pawlowsky	AMFO
Gabriele Thalhammer	AMFO
Ruth Krumböck	AMFO
Susanne Pointner	AMFO
Doris Beneder	AMFO
Markus Kelemen	KFO
Theresa Brandstätter	KFO
Alexander Mladenow	LFO
Margret Tschuschnig	LFO
Friedrich Faltner	LFO
Ingrid Jagiello	LFO
Marion Gasser	LFO
Michael Kögler	LFO
Leonore Lerch	LFO
Karoline Windhager	LFO

Ausbildungs- und Methodenforum

Wolfgang Schimböck	Präsidium
Ida-Maria Kisler	ABILE
Karin Christine Macke	APG - IPS
Gudrun Peisser	APLG
Margarete Finger-Ossinger	ARGE HKPT
Saam Faradji	AVM
Michael Winger	BSU
Christine Pechtl	DÖK
Angelika Jobst	DUK
Hans-Peter Ratzinger	FORUM APG
Susanne Pointner	GLE-Ö
Stefan Schnegg	IAP
Johann Christian Bachl	IGW
Hans Peter Weidinger	IHTP
Gerhard Buchinger	ITAP
Ruth Krumböck	LA-SF
Gabriele Thalhammer	LEW
Hans-Peter Kapfhammer	LKH-Univ. Klinikum Graz
Michael Nigitz-Arch	M.E.I.Salzburg
Melitta Fischer-Kern	Meduni Wien
Markus Purgina	ÖAGG GD DG
Günter Dietrich	ÖAGG GPA
Liselotte Nausner	ÖAGG IG
Silvia Weigl	ÖAGG PD
Margarete Mernyi	ÖAGG SF
Gerd Mantl	ÖAGG-IT
Doris Beneder	ÖAGP
Martina Althuber	ÖAKBT
Michaela Mühl	ÖAS
Günther Bliem	ÖATA
Stephan Dietrich	ÖDAI
Martina Reschreiter-Ladner	ÖGAP
Julia Graf-Neumann	ÖGATAP-HYP
Claudia Mühl	ÖGATAP-KIP
Nina Pintzinger	ÖGVT
Daniela Leithner	ÖGWG

Ingrid Senk	ÖTZ-NLP
Anita Schedl	ÖVIP
Emil Philipp Lassnig	PSI
Michael Schreckeis	SAP
Elmar Fleisch	SCHLOHO
Gianluca Crepaldi	Universität Innsbruck
Daniela Jäger	Universität Innsbruck
Tanja Amann-Halder	Verein POP
Gabriele Thalhammer	VPA
Gerhard Pawlowsky	VRP
Margarete Finger-Ossinger	VPL
Marianne Scheinost-Reimann	WAP
Michael Blattny	WKPS
Maria Moritzer	WPA
Wolfgang Oswald	WPV

Kandidat:innenforum

Béa Pall	Präsidium
Patricia Kleinwaechter	APG-IPS
Wolfgang Pergler	APLG
Helene Mörtl	AVM
Andrea Böhme	BLP
Vanessa Hönigl	DUK
Felix Linhart	FORUM APG
Thomas Lippitsch	KLP
Pinar Kiziltas	LEW
Harald Egerer	NÖLP
Friedel Kroner	ÖAGG GD DG
Nadine Luka	ÖAGG IG
Vero Loitzenbauer	ÖAGG-IT
Deborah Bunas	ÖAKBT
Žiga Jereb	ÖDAI
Gabriela Schild	ÖGAP
Beate Wittmann	ÖGATAP-KIP
Irene Tschischka	ÖGVT
Eva Figge	ÖGWG
Isabella Kirchgatterer	OÖLP
Bojan Kumm	ÖVIP
Lars Michael Steffes	PSI
Markus Kelemen	STLP
Theresa Magdalena Brandstätter	TLP
Veronika Verzetnitsch	VLP
Laura Waschulin	WAP
Markus Berger	WKPS
Kornelia Plank	WPA
Markus Berger	WKPS
Kornelia Plank	WPA

Länderforum

Ines Gstrein	Präsidium
Alexander Mladenow	BLP
Margret Tschuschnig	KLP
Karin Fidler	NÖLP
Mathias Fürst	NÖLP
Maria Laglstorfer	OÖLP
Herta Wimberger-Spörker	OÖLP
Herwig Viechtbauer	SLP
Friedrich Faltner	SLP
Ingrid Jagiello	STLP
Barbara Holzer-Titze	STLP
Marion Gasser	TLP
Bernhard Hungsberger	TLP
Michael Kögler	VLP
Irmgard Demirolo	WLP
Leonore Lerch	WLP
Martin Melchard	WLP
Yasmin Randall	WLP
Karoline Windhager	WLP

