

Jünger aussehen ohne Facelifting

(cs) Psychologen der Universität Jena haben für alle, die den Wunsch hegen, jünger auszusehen, einen einfachen Ratschlag: Sie sollen sich mit Älteren umgeben. In einem Experiment konnten sie feststellen, dass Menschen, die eigentlich sehr gut darin sind, das Alter ihres Gegenübers zu schätzen, sich sehr oft irren, wenn sie zuvor intensiv Gesichter einer bestimmten Altersgruppe ansahen. Wurden am Computer zunächst Gesichter alter Menschen gezeigt und das »Testgesicht« war danach ein Menschen mittleren Alters, dann schätzten sie den Probanden als deutlich jünger ein. Im umgekehrten Fall lief es genauso: Nach dem Betrachten jüngerer Gesichter wurde der Proband älter geschätzt. Diese Effekte traten unabhängig von Alter und Geschlecht der Betrachter auf. Diese Ergebnisse widerlegen verschiedene bisher im Feld vertretene Expertenmeinungen.

Ausgeprägte Rituale eventuell Hinweis auf Zwangsstörung

(cs) Abergläubisches Verhalten, magisches Denken und Rituale sind während der Entwicklung von Kindern nichts Ungewöhnliches. Meist betreffen diese Verhaltensweisen alltägliche Situationen, wie etwa das Zubettgehen, das Essen oder das Ankleiden. Wenn Kinder jedoch ständig gleiche Handlungen wiederholen, wie das Kontrollieren von Fenstern und Türen oder das Zählen bestimmter Gegenstände, und diese Handlungen als unangenehm empfinden, dann deutet dies auf eine Zwangsstörung hin. Darauf hat die Deutsche Gesellschaft für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie (DGKJP) anlässlich ihrer 32. Jahrestagung im März 2011 verwiesen. Kinder und Jugendliche mit einer Zwangsstörung (ca. zwei Prozent) leiden häufig unter Zwangsgedanken. Die Betroffenen fürchten beispielsweise, dass sie sich beschmutzen oder ihren Eltern oder Geschwistern etwas zustoßt. Diese Ängste versuchen Kinder und Jugendliche durch zwanghaft wiederholte Rituale zu neutralisieren. Versucht das Kind, die Handlung zu unterlassen, oder wird es daran gehindert, kommt es zu Angstzuständen, erläutert die DGKJP. Oft versuchen Kinder mit einer Zwangsstörung, ihre Familie in die Rituale einzubeziehen. Dabei kann es auch zu Aggressionen gegenüber Eltern und Geschwistern kommen.

TU Dresden erforscht Stressreaktionen in sozialen Situationen

(cs) Seit Jahresbeginn läuft an der TU Dresden eine Untersuchung zu den Zusammenhängen zwischen Stress und Angst in sozialen Situationen. Um die Ursachen von übergroßer Zurückhaltung, von Lampenfieber und Prüfungsangst besser analysieren zu können, kooperieren die Institute für Klinische Psychologie/Psychotherapie und Biopsychologie in einer von der Deutschen Forschungsgemeinschaft geförderten Studie. Prof. Jürgen Hoyer (Klinische Psychologie) und Prof. Clemens Kirschbaum (Biopsychologie) untersuchen, welche psychischen, körperlichen und genetischen Prozesse die Reaktion von Menschen in stressreichen sozialen Situationen beeinflussen. Gleichzeitig wird bei einer Gruppe von Patienten analysiert, inwieweit sich durch Psychotherapie nicht nur die sozialen Ängste verändern, sondern auch die mit ihnen verbundenen Stressreaktionen.

Eine existenzielle Frage

Absicherung gegen Einschränkungen der Erwerbsfähigkeit (Teil 1)

Die Ausgangssituation: Nach gelungenem Berufsstart und einigen erfolgreichen Jahren wird man unerwartet durch eine schwere Krankheit aus der Bahn geworfen. Die Diagnose – z.B. schwerer Schlaganfall – ist so gravierend, dass die berufliche Tätigkeit auf lange Zeit, vielleicht sogar lebenslang nur noch mit sehr starken Einschränkungen ausgeübt werden kann, weil das Sprachzentrum in Mitleidenschaft gezogen ist. Doch gerade die Kommunikation mit Patienten und Klienten ist für den Psychologen die wichtigste Voraussetzung für den beruflichen Erfolg. Das erwirtschaftete Einkommen sinkt rapide ab, finanzielle Verpflichtungen für die Bedienung von Krediten können nicht mehr erfüllt werden, neue Kosten sind mit der Erkrankung entstanden und können nicht getragen werden. Damit eine solche existenzielle Bedrohung gar nicht erst eintritt, ist Eigenvorsorge für alle angestellten und selbstständigen Psychologen unabdingbar. Ansprüche aus der gesetzlichen Rentenversicherung bestehen entweder gar nicht oder genügen nicht.

Welche Absicherungsmöglichkeiten gibt es?

Insgesamt sind in Abhängigkeit von der beruflichen Stellung Berufsunfähigkeitsabsicherungen über unterschiedliche Wege darstellbar. Eine bedarfsgerechte Absicherung ist aber nur dann möglich, wenn verschiedene Produkte bzw. Vorsorgemöglichkeiten miteinander kombiniert werden. Folgende grundsätzliche Lösungen sind zunächst zu unterscheiden: Wie eine private Berufsunfähigkeitsabsicherung aussehen kann und wie man für sich selbst die optimale Lösung findet, werden wir in der Mai-Ausgabe von »report psychologie« erläutern.
Dr. Michael Marek

Berufliche Stellung	Vorsorgewege
Angestellter Psychologe	• in der gesetzlichen Rentenversicherung teilweise oder volle Erwerbsminderungsrente – kein echter BU-Schutz
	• im Rahmen einer Betriebsrente/bAV Berufsunfähigkeitsabsicherung (sofern zugesagt)
	• im Rahmen eines privaten Vertrages Berufsunfähigkeits-Zusatzversicherung
	Selbstständige Berufsunfähigkeitsversicherung
	• im Rahmen eines geförderten Vorsorgevertrages (Rürup-/Basis-Rente oder Riester-Rente) Berufsunfähigkeits-Zusatzversicherung

Freiberuflich od. selbstständig tätiger

a) Psychologischer Psychotherapeut (Freiberufler)	• über ein berufsständisches Versorgungswerk (sofern vorhanden und Mitgliedschaft besteht) Berufsunfähigkeitsabsicherung
	• im Rahmen eines geförderten Vorsorgevertrages (Rürup-/Basis-Rente) Berufsunfähigkeits-Zusatzversicherung (Möglichkeiten der BU-Absicherung sind gesetzlich limitiert)
	• im Rahmen eines privaten Vertrages Berufsunfähigkeits-Zusatzversicherung Selbstständige Berufsunfähigkeitsversicherung
b) Selbstständiger Psychologe	• im Rahmen eines geförderten Vorsorgevertrages (Rürup-/Basis-Rente) Berufsunfähigkeits-Zusatzversicherung (Möglichkeiten der BU-Absicherung sind gesetzlich limitiert)
	• im Rahmen eines privaten Vertrages Berufsunfähigkeits-Zusatzversicherung
	Selbstständige Berufsunfähigkeitsversicherung