

5 Fragen an...

Dr. Luiza Olos

Dr. Luiza Olos ist Diplom-Psychologin und Diplom-Ökonomin. An der Freien Universität Berlin forschte sie unter anderem zu geschlechtsspezifischen und mehrgleisigen Berufsverläufen von Psychologen und war an der Entwicklung und Umsetzung des Programms „KOMPASS“ zur beruflichen Orientierung von Studierenden beteiligt. Seit einigen Jahren ist Dr. Luiza Olos mehrgleisig tätig: Neben Veranstaltungen zur Berufsorientierung und Laufbahnberatung an Universitäten umfasst ihr Tätigkeitsportfolio auch Gesundheitsförderung in großen Unternehmen, Coaching und Beratung von Studierenden, Selbstständigen und Multijobbern sowie Vortrags- und Autorentätigkeiten.

Der Andrang auf die Studienplätze für Psychologie ist groß. Was macht die Faszination der Psychologie als Beruf aus?

Wir Menschen können – im Gegensatz zu anderen Spezies – über das, was wir tun und erleben, nachdenken. Und das machen wir ausgesprochen gerne. Kein Wunder also, dass einige von uns den Wunsch haben, sich hauptberuflich damit zu beschäftigen. Und so geben Studienanfänger an, einer der wichtigsten Gründe für ein Psychologiestudium sei, menschliches Verhalten verstehen zu wollen – und damit anderen zu helfen. Für mich wird die Psychologie immer faszinierend sein: Die Gedanken, Gefühle und das Verhalten eines Menschen lassen sich nicht bis ins letzte Detail erklären und ergründen – es bleibt immer ein Geheimnis. Und gerade darum möchte ich dranbleiben und mich immer wieder überraschen lassen.

Der amerikanische Wissenschaftler Steven Ward hat einmal gesagt: „Psychologisches Wissen erscheint universell und lässt sich auf alle Menschen in allen Lebensbereichen beziehen.“ Tatsächlich sind die Studieninhalte in der Psychologie nicht nur als solche spannend, sondern auch sehr breit gefächert. Daher sind Psychologen in sehr vielen Bereichen und Berufsfeldern einsetzbar: Denken Sie nur an so unterschiedliche Fachrichtungen wie Arbeitspsychologie, klinische Psychologie, Verkehrspsychologie, Rechtspsychologie oder Sportpsychologie!

Was sicherlich auch einen Teil der Faszination ausmacht: Das im Studium Erlernte ist nicht nur im Beruf, sondern auch im Privatleben nützlich. Man bekommt einen anderen – differenzierteren – Blick auf die Dinge, lernt, auch scheinbar Offensichtliches zu hinterfragen und entwickelt mehr Verständnis für verschiedene Perspektiven und das Verhalten der Mitmenschen. Entsprechend ist es nicht verwunderlich, dass das Streben nach Selbstverwirklichung und Autonomie von Studienanfängern als wichtiger Grund für ihre Entscheidung für die Psychologie genannt wird: Den jungen Leuten geht es darum, sich selbst mit Hilfe der Profession weiterzuentwickeln.

Einen wichtigen Einfluss bei der Studienwahl haben sicher auch humanistische Werte im Umfeld der angehenden Studenten oder Vorbilder im Familienkreis. Mitunter wecken zudem psychische Störungsbilder in der Familie oder bei Bekannten das Interesse an dem Fach. Entgegen vieler Vorurteile nannten in den betreffenden Studien nur wenige der Befragten das Bewältigen einer eigenen Problematik als Grund für ein Psychologiestudium.

Inwiefern werden die hohen Erwartungen, die Studienanfänger mitbringen, erfüllt?

Das Psychologiestudium erweist sich tatsächlich als spannend und wird entsprechend positiv bewertet: In einer Online-Befragung von Kanning und Kollegen aus dem Jahr 2012 zum Beispiel bezif-

ferten berufstätige Psychologen ihre Gesamtzufriedenheit mit dem Studium mit einer durchschnittlichen Schulnote von 2,5. Als Hauptstärken des Studiums wurden dabei die breite Ausbildung, das wissenschaftliche Arbeiten und die guten Berufsaussichten genannt.

Das Psychologiestudium kann für manche Studierende aber auch enttäuschend wirken: Sie erwarten zum Beispiel mehr Selbsterfahrung und Praxisbezug – was leider häufig nicht gegeben ist. In einer Untersuchung von Schneider aus dem Jahr 2005 gab nur die Hälfte der befragten Absolventen an, dass sie sich erneut für ein Psychologiestudium entscheiden würden, wobei besonders die fehlende Praxisnähe kritisiert wurde. Dieses Manko bestätigte auch die bereits genannte Onlinebefragung von Kanning und Kollegen. An manchen Universitäten gibt es zwar die Möglichkeit, im Studium Erfahrungen im Projektmanagement, in der Personalarbeit, im Coaching, in Moderation und Mediation oder sogar in verschiedenen Therapieformen zu sammeln. Da diese Angebote jedoch noch vergleichsweise selten sind, müssen Studierende selbst aktiv werden, um sich parallel zum Studium weiter zu qualifizieren.

Seit der europäischen Studienreform ist allerdings der Leistungsdruck höher, denn um einen Master-Studienplatz zu bekommen, sind sehr gute Noten im Bachelor-Bereich notwendig. Entsprechend bleibt weniger Raum, um sich auszuprobieren, über den Tellerrand zu schauen und etwas zu lernen, das nicht unmittelbar prüfungsrelevant ist. Das ist sehr schade, finde ich. Zudem hat sich – so ist jedenfalls mein Eindruck – auch die Atmosphäre zwischen den Studierenden verändert: Statt Kooperation und Unterstützung ist mehr Ellenbogenmentalität zu spüren. Das passt so gar nicht zum humanistischen Bild des Psychologen.

Unterschätzt wird auch oft, wie hoch der Anteil an Statistik und Methodik im Psychologiestudium ist. Doch gerade diese methodischen und wissenschaftlichen Kompetenzen sind letztendlich ein Alleinstellungsmerkmal beim Berufseinstieg: Psychologen können Dinge, die andere Sozialwissenschaftler nicht können. Das sollte zumindest ein Argument sein, sich auch für diese – vergleichsweise trockenen – Fächer zu erwärmen.

Es gibt also einige Gründe, die dazu führen könnten, das Studium nicht durchzuhalten...

Bei der großen Konkurrenz um Studienplätze ist wahrscheinlich bereits die Vorentscheidung für das Studium wohlüberlegt. Die meisten, die ein Psychologiestudium beginnen, schaffen dann auch den Abschluss: Zahlen des Deutschen Zentrums für Hochschul- und Wissenschaftsforschung zeigen nur eine recht geringe Abbrecherquote von etwa 14 Prozent für das Bachelor-Studium insgesamt und etwa elf Prozent für das Bachelor-Studium an den Universitäten. Im Jahr 2013 schlossen laut Angaben des Statistischen Bundesamtes fast 8.400 junge Menschen das Psychologiestudium ab. Wobei allerdings mehr als die Hälfte der Absolventen nur über einen Bachelor-Abschluss verfügt. Zwar ist es, wie Untersuchungen bestätigen konnten, der Wunsch der meisten Studenten, einen Master zu machen – doch viele können das nicht, weil schlichtweg nicht ausreichend Studienplätze vorhanden sind. Und das, obwohl auf dem Arbeitsmarkt meist der Master verlangt wird, so wie er auch für die Therapeutenausbildung notwendig ist.

Psychologie ist heute ein Frauenberuf. War das schon immer so?

Nein, ganz im Gegenteil: Anfang des 20. Jahrhunderts war Psychologie ein Männerberuf und bis hinein in die 1960er-Jahre blieb sie auch eine Männerdomäne. Dann jedoch wandelte sich die Hochschullandschaft allgemein: Immer mehr Frauen studierten an den Universitäten. Und gerade bei ihnen war das Interesse an Psychologie groß. Dadurch veränderte sich auch die Ausrichtung des Faches: Während es vorher eher um Arbeits- und Verkehrspsychologie ging, gewann nun die klinische Psychologie immer mehr an Bedeutung. Ab den 1980er-Jahren entwickelte sich die Psy-

chologie dann zum Frauenberuf, der Frauenanteil stieg im Jahr 2004 auf über 70 Prozent. Heute ist der Anteil unter den Studierenden und Absolventen sogar noch höher. Daher wird nun versucht, mehr junge Männer für den Beruf zu begeistern, denn es gibt nur sehr wenige männliche Psychotherapeuten.

Interessanterweise bedeutet eine Feminisierung nicht zwangsläufig, dass Frauen am Ende auch die höheren Leitungspositionen erreichen und mehr Einfluss haben. Da ist es in der Psychologie nicht anders als in anderen Fachbereichen: Auf den höheren Hierarchiestufen und Einkommensebenen sind Frauen unterrepräsentiert. Im Wissenschaftsbereich zum Beispiel kann man das deutlich sehen: Mit der hierarchischen Stufe steigt der Männeranteil – und bei den Professuren ist das Geschlechterverhältnis fast umgekehrt. Da spielen gesellschaftliche Gründe mit hinein und die Tatsache, dass sich eine höhere Leitungsposition oft nicht mit der Familienplanung vereinbaren lässt. Dass es allerdings auch anders geht, sehen wir in anderen Ländern und an Vorgesetzten, die die Vorteile einer Elternschaft ihrer Mitarbeiter schätzen – auch und besonders bei Psychologen.

Welche Voraussetzungen sollten angehende Psychologen mitbringen?

Um überhaupt ein Psychologiestudium beginnen zu können, sind zunächst einmal sehr gute Abiturnoten gefragt; um es abschließen zu können, Ausdauer und der Wille, intensiv und zielgerichtet zu arbeiten. Systemisches Denken ist wichtig. Zudem sollten angehende Psychologen natürlich bestimmte soziale Kompetenzen mitbringen: Sie sollten vor allem offen, neugierig und tolerant sein und sich für Menschen allgemein interessieren, also ein Herz für Menschen haben. Und sie sollten empathisch sein und zuhören können. Natürlich sind kommunikative Kompetenzen und Einfühlungsvermögen in verschiedenen Anwendungsfeldern unterschiedlich stark gefragt, aber man sollte sie doch zu einem gewissen Grade von Psychologen erwarten können.

Wichtig ist zudem die Bereitschaft, interdisziplinär mit Angehörigen anderer Berufe zusammenzuarbeiten. Denn – außer vielleicht in der psychotherapeutischen Niederlassung – Psychologen arbeiten vorrangig interdisziplinär: mit Ärzten, Betriebswirtschaftlern, Soziologen, Juristen, Pädagogen, Technikern usw. Und eben diese sind oftmals auf einer höheren Hierarchiestufe. Hier ist besonders wichtig, sich gegebenenfalls durchsetzen zu können und die professionsspezifischen Kompetenzen zu betonen. Sich gut zu „vermarkten“ und die eigenen speziellen Fähigkeiten zu unterstreichen, ist leider eher eine Schwachstelle bei Psychologen. Genauso wie strategische und unternehmerische Kompetenzen. Irgendwie scheinen sich diese Fähigkeiten mit der humanistischen Grundorientierung zu beißen. Aber ich finde gerade diesen scheinbaren Gegensatz zwischen dem Humanisten und dem Unternehmer spannend und glaube, dass die Wertschätzung des Menschen als Teil des unternehmerischen Profils einen freiberuflich tätigen Psychologen unverwechselbar und gefragt machen kann.

Welche beruflichen Möglichkeiten eröffnen sich Absolventen der Psychologie?

Das Symbol der Psychologie, der Buchstabe „ Ψ “, sieht aus wie ein kleiner Baum: Aus einem Stamm wachsen mehrere Äste. Das finde ich sehr passend, weil das Psychologiestudium mit seiner breiten Ausbildung so viele verschiedene Möglichkeiten eröffnet. In einem Handbuch von Angela Schorr aus dem Jahr 2003 zum Beispiel sind fast 60 verschiedene Tätigkeitsfelder beschrieben, in denen Psychologen arbeiten können – und wahrscheinlich sind es seitdem noch mehr geworden. Neben den klassischen Berufsfeldern wie der klinischen Psychologie und der Psychotherapie, der pädagogischen Psychologie sowie der Arbeits- und Organisationspsychologie, gibt es viele neuere, gar „exotische“ Bereiche: Angefangen bei der Auftragsforschung, Berufs-, Freizeit- und Gesundheitspsychologie bis hin zu Feldern wie Notfallpsychologie, Medien-, Tourismus-, Umwelt- oder Werbe-

psychologie. Und natürlich bieten die neuen Medien interessante Möglichkeiten: So gibt es im Bereich der Usability Psychologen, die Internetseiten oder Apps auf ihre Anwendbarkeit testen. Oder sogenannte „social Entrepreneurs“: Psychologen, die neue Ansätze entwickeln, um gesellschaftliche Probleme zu lösen. So fördert zum Beispiel das Projekt „Verrückt, na und?“ die Entstigmatisierung psychischer Störungen in Schulen.

Das finde ich so spannend an der Psychologie – dass die Profession dynamisch ist, dass es Raum für Weiterentwicklung gibt, dass auch innovative Ideen Platz haben. So kann jeder selbst gestalten, etwas bewegen und sich im Laufe seines Berufslebens immer wieder neu definieren. Das zeigte sich auch sehr schön in unserer Studie zu Berufsverläufen an der Freien Universität Berlin: Bei Psychologen sind diese viel weniger starr und vorgezeichnet als in anderen Berufen, wie beispielsweise der Medizin.

Zudem begünstigt die Profession als solche die Entwicklung mehrgleisiger Berufsverläufe: Jeder zweite Psychologe hat in seiner Karriere schon einmal eine Phase der Mehrgleisigkeit gehabt. Oft geschieht das beim Berufseinstieg oder in Phasen des Umbruchs, wie etwa beim Übergang aus der Klinik in die eigene Praxis oder generell beim Wechsel in die Selbstständigkeit. Typisch sind verschiedene Tätigkeiten in ähnlichen Bereichen, zum Beispiel die Kombination aus einer psychotherapeutischen Praxis und Gutachten, Coaching bzw. einer wissenschaftlichen Tätigkeit. Mitunter werden aber auch sehr unterschiedliche Arbeitsfelder kombiniert.

Manchmal wohl gezwungenermaßen...

Natürlich darf man über die Stärken des Psychologenberufs und die guten Berufsaussichten nicht vergessen, wie sehr zum Beispiel die Psychotherapeuten in Ausbildung zu kämpfen haben, und dass es in vielen Berufsfeldern schwierig ist, ein Auskommen zu finden. Gute Berufsaussichten – und die haben Psychologen – bedeuten nicht unbedingt gute Arbeitsbedingungen. Gemessen am Qualifikationsniveau ist die Bezahlung von Psychologen nicht besonders hoch. Besser sieht es bezeichnenderweise in den Männerdomänen – wie etwa der Arbeits- oder der Verkehrspsychologie – aus.

Bei dem steigenden Druck in der Arbeitswelt entscheidet jeder für sich selbst: Was sind meine Ziele? Was bedeutet Erfolg für mich? Wie will ich arbeiten? Da bietet die Psychologie auf jeden Fall vergleichsweise viel Raum für Selbstbestimmung, für verschiedenste Konzepte, Arbeitsformen, -zeiten und -modelle.

Ich selbst habe meine Berufung in der Psychologie gefunden: andere Menschen dabei zu unterstützen, ihren beruflichen Weg zu finden und ihre Tätigkeit sinnvoll und gesundheitsförderlich zu gestalten sowie voller Freude auszuüben. Und ich freue mich auf die kommenden Entwicklungen und künftigen Möglichkeiten, die unsere Profession bietet. Denn, wie ein Psychologe, den ich einmal interviewte, sagte: „Eine Katze ist ein sehr entspanntes Tier. Das liegt daran, dass sie so viele Möglichkeiten hat, sich zu verteidigen: Sie hat eine gute Sensorik, sie hat zur Verteidigung Krallen und Zähne, sie kann klettern und sehr schnell rennen. Deshalb kann sie so entspannt sein. Ein Psychologe mit all seinen Fähigkeiten ist so ähnlich.“ Und wenn wir weiter neugierig und lernfreudig bleiben, dann können wir genauso entspannt sein und sagen: Schauen wir mal, was da kommt!

Die Fragen stellte Susanne Koch.