

Pressemitteilung

info@pknds.de
www.pknds.de

Körperschaft öffentlichen Rechts

5. Niedersächsischer Psychotherapeutentag „Internettherapie und die psychotherapeutische Beziehung“

Diese Pressemitteilung hat:
Worte 548
Zeichen (ohne Leerz.) 2345
Zeichen (mit Leerz.) 2789
Absätze 4

Es klingt gut: Schnell, maßgeschneidert, ohne Wegezeiten und datengeschützt – „Psychotherapie“ online über das Internet wahrnehmen. Viele neue Programme kommen derzeit auf den Markt und bieten von Erstberatung über Anschlussprogramme nach einer Psychotherapie oder Rehabilitation bis hin zu kompletten psychotherapeutischen Programmen vieles an. Der Spiegel (Ausgabe 36. 2016) titelte kürzlich „Wie Computer und Roboter uns die Arbeit wegnehmen - und welche Berufe morgen noch sicher sind“. Auch der medizinische Bereich wurde betrachtet und dargestellt, welche Formen digitaler Diagnostik aktuell schon machbar wären. Insbesondere Diagnostik, die Datenbanken mit zigtausenden Informationen nutzen kann, z.B. bei einem Bildabgleich bei Hautveränderungen, könnte bald schon dem menschlichen Diagnostiker überlegen sein, so die These. Wie sieht das hingegen in der online-Psychotherapie aus? Gerade die Diagnostik wird hier meist dem Patienten oder Ratsuchenden selbst überlassen. So muss er selbst entscheiden, ob er beispielsweise als DAK Versicherter bei „veovita der schnellen und flexiblen Hilfe bei psychischen Erkrankungen“ oder doch eher an der „online Therapie deprexis@24“, einem Programm bei Depressionen, teilnehmen möchte. Aber ist eine solche Selbstdiagnostik immer sinnvoll?

Die technischen Möglichkeiten sollen genutzt werden, um Versorgungslücken zu schließen, Versorgung zu vereinfachen sowie Kosten zu sparen. Daher beschäftigte sich der **5. Niedersächsische Psychotherapeutentag, eine Veranstaltung der Psychotherapeutenkammer Niedersachsen** für ihre Mitglieder am 16.09.16 in Hannover mit dem aktuellen Thema „Internettherapie und die therapeutische Beziehung“.

Ca. 90 Kammermitglieder trafen sich um sich zu informieren, auszutauschen und zu diskutieren. Denn so gut es klingen mag: Die Frage ob hier eine gesellschaftliche Entwicklung - mehr virtuelle, weniger reale soziale Kontakte - mit noch mehr Technik „behandelt“ werden soll, muss reflektiert werden.

Zunächst wurden Ergebnisse empirischen Forschung zur Wirksamkeit von Online-Therapie dargestellt, die zeigen, dass bei bestimmten Diagnosen wie unter bestimmten Bedingungen Online-Therapie vergleichbar gut wirkt, wie Face-to-Face-Therapie. Hier werden in aller Regel nur Kurzzeittherapien miteinander verglichen. Es zeigt sich, dass die Wirksamkeit und Abbruchquote nur in den Therapieangeboten vertretbar sind, in denen es eine Begleitung durch einen Psychotherapeuten gibt.

Im Weiteren wurde aus verschiedenen Perspektiven der Frage nachgegangen, was die Reduktion der Informationsdichte, wie sie im Online-Kontakt stattfindet, mit dem therapeutischen Prozess macht und wie dies bewertet werden kann.

In der lebhaften Podiumsdiskussion wurde insbesondere herausgearbeitet, dass Online-Therapieangebote im Kontext gesellschaftlicher Entwicklungen eingeordnet werden müssen. Durch diese Veränderungen kann auch ein verändertes Bild von psychischer Erkrankung und Behandlung hervorgebracht werden, das kritisch zu reflektieren ist.

Einigkeit bestand darin, dass ohne Einbezug der Kompetenz der Profession der Psychologischen Psychotherapeuten und Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten mannigfaltige Fehlentwicklungen drohen.

Fazit:

Eine individuelle Psychotherapie kann durch Ratgeber, Selbsthilfegruppen und virtuelle Beratungsformen sinnvoll ergänzt werden. Auch als Überbrückung von Wartezeiten oder im Anschluss an Maßnahmen können Hilfsangebote über das Internet gemacht werden.

Einen vollwertigen Ersatz für eine Psychotherapie sahen sowohl die ExpertInnen als auch die anwesenden PsychotherapeutInnen nicht in den Online-Angeboten.

Den Vorteilen der Reduktion von Einflussquellen in der Online-Therapie, die diese insbesondere leicht erforschbar macht, steht der Nachteil gegenüber, dass die Individualität und Komplexität therapeutischer Prozesse nicht ausreichend berücksichtigt und genutzt werden kann. Bei seelischen Erkrankungen ist stets Soziales, Körperliches und Seelisches beteiligt. So wird die Frage weiterhin diskutiert werden müssen, ob diese vorweggenommene Reduktion auf Teilaspekte nicht doch Abbild einer Reduktion

menschlichen Kontaktes darstellt, wie sie zur Entstehung seelischer Erkrankungen mit beitragen kann.

Die Bedeutung der direkten Begegnung mit Händedruck und Blickkontakt, in der Tonlage, Körperhaltung, Atmosphäre im Raum und vieles mehr wahrgenommen und genutzt werden, wird für psychotherapeutische Behandlung unverzichtbar bleiben.

Ansprechpartner für Rückfragen:

Dipl.-Psych. Roman Rudyk

Präsident der PKN

r.rudyk@pknds.de