

Inhaltsverzeichnis

| | | |
|----------|--|----|
| 1 | Beschreibung internetbasierter Interventionen | 1 |
| 1.1 | Unterscheidungen und Bezeichnungen | 2 |
| 1.1.1 | Ausmaß des therapeutischen Kontaktes | 2 |
| 1.1.2 | Formen des therapeutischen Kontaktes | 3 |
| 1.1.3 | Phasen der psychosozialen Versorgung | 3 |
| 1.1.4 | Therapeutische Ansätze | 4 |
| 1.1.5 | Beratung oder Therapie? | 5 |
| 1.2 | Vorläufer von internetbasierten Interventionen | 6 |
| 1.2.1 | Bibliotherapie und frühe geleitete Selbsthilfeansätze | 7 |
| 1.2.2 | Telefontherapien | 7 |
| 1.2.3 | Schreibtherapien („expressive writing“) | 8 |
| 1.3 | Vor- und Nachteile internetbasierter Interventionen | 9 |
| 1.4 | Qualitätskriterien und Umgang mit Nachteilen und Risiken | 11 |
| 1.5 | Rechtliche Aspekte | 14 |
| 1.6 | Neuere Entwicklungen | 15 |
| 1.6.1 | Mobile Apps | 16 |
| 1.6.2 | Serious Games | 18 |
| 1.6.3 | Cognitive Bias Modification | 18 |
| 2 | Theorien und Modelle | 20 |
| 2.1 | Theorien der computervermittelten Kommunikation | 21 |
| 2.1.1 | Kanalreduktionstheorie | 21 |
| 2.1.2 | Theorie der sozialen Informationsverarbeitung | 22 |
| 2.1.3 | Theorien, die die Imaginations- und Simulationsmöglichkeiten in der computervermittelten Kommunikation betonen | 23 |
| 2.1.4 | Theorien der Medienwahl | 25 |
| 2.1.5 | Zusammenfassung und Implikationen der dargestellten Theorien | 28 |
| 3 | Diagnostische Vorgehensweisen und Indikation | 30 |
| 3.1 | Abklärung und Diagnostik | 30 |
| 3.1.1 | Online-Fragebogendiagnostik | 32 |
| 3.1.2 | Diagnostische Interviews per Telefon | 32 |
| 3.1.3 | Abklären der Suizidalität und Erarbeiten eines individuellen Notfallplans | 33 |
| 3.1.4 | Prozessdiagnostik | 34 |
| 3.2 | Indikation | 36 |

| | | |
|----------|---|----|
| 4 | Behandlung | 38 |
| 4.1 | Webbasierte ungeleitete und geleitete Selbsthilfeprogramme .. | 38 |
| 4.1.1 | Therapeutische Unterstützung in geleiteten Selbsthilfe- ansätzen | 42 |
| 4.1.2 | Fallbeispiel | 46 |
| 4.2 | Interapy | 50 |
| 4.3 | E-Mail-, Chat-Therapie und Therapie via Videokonferenz- systeme | 52 |
| 4.3.1 | E-Mail-Therapie | 52 |
| 4.3.2 | Chat-Therapie | 59 |
| 4.3.3 | Therapie via Videokonferenzsysteme | 62 |
| 5 | Stand der Wirksamkeitsforschung | 63 |
| 5.1 | Wirksamkeit von internetbasierten Therapieansätzen | 63 |
| 5.1.1 | Internetbasierte Therapieangebote in der Routineversorgung .. | 65 |
| 5.1.2 | Faktoren, die die Wirksamkeit internetbasierter Therapieangebote beeinflussen können | 65 |
| 5.2 | Wirksamkeit internetbasierter Nachsorgeinterventionen | 69 |
| 6 | Fazit und Ausblick | 70 |
| 7 | Weiterführende Literatur | 73 |
| 8 | Literatur | 74 |
| 9 | Anhang | 80 |
| | Auflistung hilfreicher Webseiten | 80 |
| | Checkliste Qualitätskriterien zur Überprüfung der Homepages von Anbietern psychologischer Online-Beratung/Therapie | 82 |

Karten:

Indikationsfragen zu internetbasierten Therapien

Dos und Don'ts in internetbasierten Therapien