

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 Selbsthilfensätze	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