

Inhalt

Dank	9
1 Einführung – Bedeutung digitaler Medien für die Psychotraumatologie	11
1.1 Schnittstellen zwischen der Psychotraumatologie und digitalen Medien – zentrale Begriffe und Konzepte	12
1.1.1 Zentrale Begriffe im Bereich E-Mental-Health	12
1.1.2 Zentrale Konzepte in der Psychotraumatologie	37
1.2 Inanspruchnahme digitaler Medien bei psychischen Erkrankungen	48
1.2.1 Inanspruchnahme durch Patienten	48
1.2.2 Inanspruchnahme durch Behandler	49
2 Digitale Medien in Prävention und Behandlung psychotraumatischer Störungen	52
2.1 Gesundheitsbezogene Websites	52
2.1.1 Inhaltsqualität von Websites	54
2.1.2 Klinisch relevante Effekte auf den Nutzer	56
2.2 Online-Selbstdiagnostik	63
2.2.1 Symptomchecker	63
2.2.2 Psychologische Selbsttests	65
2.2.3 Klinisch relevante Effekte auf den Nutzer	68
2.3 Online-Selbsthilfe: Online-Tagebücher und Communitys	71
2.3.1 Online-Tagebücher: Blogs und Channels	71
2.3.2 Soziale Bewegungen im Internet	79
2.3.3 Online-Selbsthilfegruppen	87
2.4 Online-Beratung	98
2.4.1 Methoden und Formate der Online-Beratung	101
2.4.2 Varianten der Online-Beratung	104
2.4.3 Effektivität und Wirkmechanismen	114

2.4.4	Inanspruchnahme, Herausforderungen und Empfehlungen	116
2.5	Online-Therapie	118
2.5.1	Kognitiv-behaviorale und psychodynamische Interventionsprogramme	121
2.5.2	Online-Interventionsansätze bei PTBS	125
2.5.3	Effektivität von Online-Interventionsansätzen	131
2.5.4	Herausforderungen und Empfehlungen	135
2.5.5	Remote-Therapie mittels Videotelefonie	138
2.6	Apps	143
2.6.1	Systematisierung von Apps zu psychischen Problemen und Störungen	144
2.6.2	Apps zu verschiedenen Traumafolgestörungen	149
2.6.3	Apps zu verschiedenen Typen von traumatischen Situationen und Zielgruppen	158
2.6.4	Herausforderungen und Empfehlungen	167
2.7	Computer- und Videospiele	170
2.7.1	Anwendung für die psychische und physische Gesundheit	172
2.7.2	Einsatz in der Psychotraumatologie	177
2.7.3	Effektivität von Computer- und Onlinespielen	182
2.7.4	Inanspruchnahme, Herausforderungen und Empfehlungen	184
2.8	Virtual-Reality-Anwendungen	188
2.8.1	Einsatz in der Psychotherapie	189
2.8.2	Einsatz in der Behandlung der PTBS	194
2.8.3	Effektivität von Virtual-Reality-Anwendungen	200
2.8.4	Inanspruchnahme, Herausforderungen und Empfehlungen	203
2.9	Zukünftige Trends bei digitalen Unterstützungsangeboten	206
2.9.1	Robotik	206
2.9.2	Digitale Phänotypisierung und Smart Sensing	208
2.10	Therapeutischer Umgang mit Online-Interventionsangeboten	212
2.10.1	Medienanamnese	213

2.10.2 Kriterien zur Einbindung von E-Mental-Health in die Traumatherapie	215
3 Psychotraumatische Gefahren der Nutzung digitaler Medien	226
3.1 Cybermobbing	228
3.1.1 Prävalenz	232
3.1.2 Motive von Mobbern und Bystandern	234
3.1.3 Psychische Folgen	238
3.1.4 Prävention und Intervention	240
3.2 Sexuelle Gewalt im Internet	246
3.2.1 Formen von sexueller Gewalt im Internet	250
3.2.2 Prävention und Intervention	259
3.3 Cyberdating-Missbrauch	264
3.3.1 Ausgewählte Missbrauchseignisse beim Cyberdating	270
3.3.2 Eigene Studie zum Cyberdating-Missbrauch	284
3.4 Traumatische Erfahrungen in Online-Spielen	287
3.4.1 Sexismus in Online-Spielen	289
3.4.2 Auswirkungen des Sexismus in Online-Spielen	293
3.4.3 Eigene Studie zum Sexismus im Online-Gaming	299
3.5 Rezeption von Medienberichten über traumatische Ereignisse	301
3.5.1 Eigene empirische Untersuchungen	304
3.5.2 Empfehlungen für die journalistische Arbeit	308
3.6 Behandlungstechnische Empfehlungen zum Umgang mit traumatischen Erfahrungen im virtuellen Raum	310
4 Ausblick	316
4.1 Forschungsdesiderate	316
4.2 Zukunftstrends	321
4.2.1 Berücksichtigung traumatischer Erfahrungen in weiteren digitalen Kontexten	321
4.2.2 Just-in-time-Interventionen	323
4.2.3 Auf künstlicher Intelligenz basierende Chatbots	325

4.3	Digitale Medien in der Aus-, Fort- und Weiterbildung	331
	Literatur	346
	Die Autorinnen	404