

# Internet-Interventionen, gemischte Therapie, algorithmenbasierte Therapieplanung und Prozessmonitoring

Internet Interventions, Blended Therapy, Algorithm-Based Treatment Planning and Process Monitoring

Tim Kaiser, Raphael Schuster & Anton-Rupert Laireiter

Themenschwerpunkt Aktuelle Entwicklungen ...

## Zusammenfassung

Moderne Technologien wie Smartphones, Tablets und andere internetfähige Geräte verbreiten sich mit immenser Geschwindigkeit und erreichen immer mehr Menschen. Auch auf dem Feld der psychischen Gesundheitsversorgung gab es in den letzten Jahren verschiedenste Ansätze mit dem Ziel, die Diagnostik, die Behandlungsplanung und auch die Intervention bei psychischen Problemen mit diesen Technologien zu unterstützen. Die Möglichkeiten, die sich daraus für die flächendeckende Versorgung von Menschen mit psychischen Problemen ergeben, sind vielfältig und entwickeln sich rasch. In diesem Artikel sollen beispielhaft einige dieser Ansätze vorgestellt und ihr Potenzial erläutert werden.

## Abstract

Modern technologies like smartphones, tablet computers and other Internet-enabled devices spread rapidly and reach an increasing number of people. In the field of mental health, many different approaches for supporting assessment, treatment planning, but also treatment of mental disorders have been developed. The possibilities for providing universal access to treatment for people with mental health problems are diverse and develop quickly. In this article, some approaches are introduced and their potential will be discussed.

## 1. Ausgangslage

Der Siegeszug moderner Medien und das wachsende Anwendungswissen ihrer UserInnen wirkt sich zunehmend auf die Entwicklung neuer Interventionsformen

in der psychologischen Praxis aus. Das Spektrum reicht dabei von modernen Formen der Selbsthilfe über die begleitete Selbsthilfe (engl. guided self-help) bis hin zum Einsatz moderner Technologien in psychologischen Trainings und der Psychotherapie. Berger und Caspar (2011) nennen folgende Gründe für diese Entwicklung:

- Technologischer Fortschritt: bildet die Basis für effiziente Interventionen.
- Gesellschaftliche Entwicklung: Anpassung und Gewöhnung an neue Medien.
- Nachfrage nach psychosozialer Unterstützung: nur teilweise von klassischen Angeboten abgedeckt.
- Standardisierung psychotherapeutischer Methoden: gute Übertragbarkeit in internetbasierte Beratungsangebote.
- Vielversprechende Wirksamkeitsnachweise: fördern die Beforschung und Implementierung internetbasierter Interventionen.

### 1.1. Begriffsbestimmung: Internet-Intervention, gemischte Therapie und Prozessmonitoring

Die Frage, ob psychische Beeinträchtigungen und Erkrankungen durch computerbasierte Methoden behandelt werden können, ist keine neue. Bereits in den 1960er-Jahren simulierte Weizenbaum (1966) mit seinem Programm ELIZA das Kommunikationsverhalten eines humanistischen Psychotherapeuten. Sein Ziel war es zu zeigen, dass menschliche Interaktion im therapeutischen Kontext nicht ersetzbar ist. Wenngleich computergesteuerte Avatare gegenwärtig bereits im Stande sind, menschliche Kommunikation verblüffend flüssig zu imitieren (etwa: Robinson, 2015), lassen sich moderne Formen der Online-Therapie (syn. internetbasierte Therapie, Internet-Interventionen oder computerbasierte Interventionen) eher als „Bibliotherapie 2.0“ be-