

# Videobehandlungen in der COVID-19-Pandemie: Ein Überblick zum Stand der Forschung

## Video Treatments During the COVID-19 Pandemic: An Overview of the Status Quo of Research

Christiane Eichenberg, Alena Leukhardt & Maximilian Heider

Themenschwerpunkt Pandemie – Gesellschaften in der Krise

### Zusammenfassung

Stellten Videotherapien in der Vergangenheit eher die Ausnahme als die Regel dar, so sind sie anlässlich der COVID-19-Pandemie zu einem integralen Bestandteil der psychotherapeutischen Regelversorgung geworden. Entsprechend seiner spärlichen Nutzung vor der Pandemie war bis dahin die Forschung zum Videosetting sehr begrenzt. Seither haben sich die Forschungsaktivitäten jedoch intensiviert. Im Beitrag wird daher der Forschungsstand zur Videotherapie zum Zeitpunkt vor COVID-19 und heute kontrastiert. Dargestellt werden Befunde zur Wirksamkeit, zur Inanspruchnahme, zur Anwendung von Interventionen sowie zum Prozess des Settingwechsels. Sichtbar wird, dass insbesondere auf dem Gebiet der psychodynamischen Psychotherapien ein Mangel an Untersuchungen herrscht. Aus dem Grund wurde, mit dem Ziel, therapeutInnen- sowie patientInnen-seits die Erfahrungen im psychotherapeutischen Videosetting zu dokumentieren, eine eigene Studie mit besonderem Fokus auf das Erleben des Settingwechsels durchgeführt. Insgesamt wiesen die Befunde auf einen starken Anstieg der Nutzung von Videotherapien seit Beginn der Pandemie hin, damit einhergehend scheint sich auch die Einstellung der TherapeutInnen bezüglich eines zukünftigen Einsatzes positiv verändert zu haben. Weiterbildungen werden in Folge notwendig sein, um einen qualifizierten Einsatz der Videotherapie zu gewährleisten. Prospektiv gilt es zudem, ein differenziertes Verständnis von möglichen Nebenwirkungen des Videosettings zu etablieren.

### Abstract

Being used only occasionally before, video-based treatments have become an integral component of psychotherapeutic practice in a world facing the COVID-19 pandem-

ic. Due to its scarce usage few attention has been paid to video-based treatments previous to the current pandemic. Since then research activities on the topic have intensified. This review aims at contrasting the status quo of research on video-based psychotherapy with efforts made before COVID-19 appeared. Findings on its efficacy, frequency of use, alterations in interventions, and the process of changing the setting are considered. Particularly affected by a lack of empirical findings was research on psychodynamic psychotherapies. Aware of this fact, we conducted a study on the process of changing from face-to-face to video-based setting, focusing on experiences of therapists as well as patients. Taken as a whole research on the frequency of video-based treatments implementation meanwhile points to a rapid growth accompanied by a more positive attitude towards the medium in terms of its future application. In order to ensure an empirically sound use of video-based treatments it will accordingly be necessary to establish training programs. Regarding potential side effects of psychotherapy in the virtual space further research is, however, still pending.

### 1. Videotherapie vor der COVID-19-Pandemie: Stand der Forschung

Unabhängig von der COVID-19-Pandemie haben PsychotherapeutInnen ihren PatientInnen in der Vergangenheit Videositzungen angeboten, um psychisch kranke Personen in ländlichen, abgelegenen Regionen zu erreichen oder eine Therapie mit PatientInnen fortzusetzen, die wegzogen oder einige Zeit im Ausland sind, oder um Reisekosten und -zeit zu sparen (Simpson, 2009). Aus diesem Grund wurden bereits einige Studien zur Wirksamkeit von Videotelefonie in der psychotherapeutischen Behandlung durchgeführt, die sich aber vor allem auf den Einsatz innerhalb der Verhaltenstherapie beziehen.