

Virtual Reality Therapy: Die Zukunft klinisch-psychologischer Behandlung?

Virtual Reality Therapy: A Future Perspective of Interventions in Clinical Psychology

Oswald D. Kothgassner, Sophie-Antonia Utermöhlen & Anna Felnhofer

Themenschwerpunkt Aktuelle Entwicklungen ...

Zusammenfassung

Der rasante technologische Fortschritt hat auch für die Klinische Psychologie bisher ungeahnte Möglichkeiten in der Behandlung eröffnet. Insbesondere die sogenannten Virtuellen Realitäten (VR) stellen durch ihre Eigenschaft, bei den NutzerInnen realitätsnahe kognitive, emotionale und behaviorale Reaktionen hervorzurufen, ein optimales Behandlungstool dar. Während die Wirksamkeit der Virtual Reality Exposure Therapy (VRET) vor allem für Angststörungen bereits zufriedenstellend belegt ist, steckt die Anwendung von VR bei anderen Störungsbildern teilweise noch in den Kinderschuhen. Der vorliegende Artikel skizziert folglich vergangene wie auch gegenwärtige Einsatzbereiche von VR im Kontext der Klinischen Psychologie, wobei auf aktuelle Entwicklungen besonderes Augenmerk gelegt wird. Neben der VRET existieren – wie anhand ausgewählter Beispiele pro Störungsbild gezeigt wird – bereits vielfältige VR-basierte diagnostische Verfahren, kognitive VR-Trainings wie auch computersimulierte Entspannungs- und Achtsamkeitstrainings und Trainings sozialer Kompetenzen. Die vielversprechenden Forschungsergebnisse wie auch die zunehmende Erreichbarkeit von VR-Technologien lassen den routinemäßigen Einsatz von VR in der klinisch-psychologischen Behandlung als nächsten logischen Entwicklungsschritt erscheinen.

Abstract

Rapid technological advances have opened not previously expected possibilities for Clinical Psychology. Virtual Reality (VR), in particular, represents an ideal tool for treatment as it evokes genuine and lifelike cognitive, emotional and behavioral reactions in users. While the efficacy of Virtual Reality Exposure Therapy (VRET) has been established particularly for the group of anxiety disorders, the use with other men-

tal disorders is still in its infancy. Thus, the present article outlines past and present areas of application for VR in the context of Clinical Psychology, with a particular focus on current developments. Apart from VRET, numerous other VR-based applications exist – as shown by selected examples for each disorder – such as VR-based assessments, cognitive VR-trainings, computer simulated relaxation and mindfulness trainings as well as social skills trainings. Promising research results, as well as the increasing affordability of VR technology, make the routine use of VR in clinical-psychological treatment seem as the next logical developmental step.

1. Einleitung

Der rasante technische Fortschritt der letzten Jahre bedingte unter anderem die Verwirklichung einer Vision der 1970er- und 1980er-Jahre, jene der sogenannten Virtuellen Realität (VR). VR basiert auf einer Form der Mensch-Computer-Interaktion (Mühlberger & Pauli, 2011), welche es den NutzerInnen ermöglicht, ein aktiver Teil einer 3D-Computerumgebung zu sein. Hierzu werden Echtzeit-Computergrafiken, Bewegungsverfolgung (u. a. Infrarot-Sensoren, Eye-Tracking), hoch aufgelöste visuelle Input-Technologien (sogenannte Head-Mounted-Displays, HMD) sowie auch Geräte zur Erfassung sensorischer Inputs (z. B. Datenhandschuhe) eingesetzt, welche allesamt die Grundlage für das (fast) vollständige Eintauchen in eine virtuelle Umwelt darstellen (Krijn, Emmelkamp, Olafsson & Biemond, 2004; Morina, Ijntema, Meyerbröcker & Emmelkamp, 2015; Mühlberger & Pauli, 2011). Die UserInnen haben somit die Möglichkeit, die künstliche Umgebung frei zu explorieren, mit ihr zu interagieren bzw. sich neuen oder ungewöhnlichen Situationen auszusetzen (Riva & Mantovani, 2012). Vor allem Letzteres trägt ein großes Potenzial für klinisch-psychologische Interventionen in sich, zumal mittels VR