

Für Sie berichtet

Fachtagung: „Die Digitalisierung der Gesundheit: Fluch oder Segen?“

14. Juni 2019, Salzburg

Am 14. Juni 2019 veranstaltete der Berufsverband Österreichischer Psychologinnen und Psychologen in Salzburg seine Jahrestagung und wählte dafür ein hoch aktuelles Thema, das etwa 200 Teilnehmerinnen und Teilnehmer, darunter führende Persönlichkeiten des BÖP, im Brunauer Zentrum versammelte.

Noch nie zuvor ist die Digitalisierung so schnell vorangeschritten wie in den letzten Jahren, was viele Chancen, aber auch Risiken birgt. Diesem äußerst aktuellen Thema widmete sich die Fachtagung: „Die Digitalisierung der Gesundheit: Fluch oder Segen?“ des Berufsverbandes Österreichischer Psychologinnen und Psychologen (BÖP) in Salzburg. Durch die neuen Technologien wird das Leben der Menschen immer mehr beeinflusst und verändert. Diese Veränderungen bringen viele neue Möglichkeiten, aber auch Fragen und Unsicherheiten hervor. Welche Vor- und Nachteile bringen die digitalen Medien? Wie kann man sie zum Wohl der Menschheit einsetzen oder die eigene psychologische Praxis damit bereichern? Welche berufsethischen Fragen, z. B. Datensicherheit, ergeben sich daraus und welche Lösungsansätze gibt es? Diesen Fragen wurde durch eine spannende Vortragsreihe inklusive Fragen und Diskussionen Rechnung getragen. Viele Informationen und Anregungen, die einen kritischen Blick erlauben und bei der eigenen Entscheidungsfindung und Reflektion helfen können.

Nach der Eröffnung durch die Präsidentin des BÖP, Frau Professorin Beate Wimmer-Puchinger, wurden vormittags vor allem sehr kritisch die möglichen negativen Auswirkungen der digitalen Medien beleuchtet.

Herr Professor Manfred Spitzer ging im Speziellen auf die „Risiken und Nebenwirkungen digitaler Informationstechnik“, insbesondere bei Kindern, ein. Die Kinder werden dadurch, dass sie sich noch in der Entwicklungs- und Wachstumsphase befinden, mehr als Erwachsene durch die digitalen Medien beeinflusst und „geformt“. Die heranwachsende Generation ist die erste, an der sich die Langzeitfolgen digitaler Medien zeigen bzw. abschätzen lassen werden. Eine reale Technikfolgenabschätzung gab es nie, auch aufgrund des großen wirtschaftlichen Interesses, das hinter den neuen Medien steckt. Prof. Spitzer zieht hier einen Vergleich zur Tabakindustrie, wo durch die starke Lobby jahrzehntelang die Nebenwirkungen ignoriert, ja sogar negiert wurden, und regt zu einer sehr kritischen Betrachtungsweise an. Gerade weil so viel Geld dahintersteckt, ist es ein äußerst schwieriges Thema mit verschiedenen Meinungen dazu.

Bildschirme beherrschen immer mehr unser Leben,

egal ob Fernseher, Laptop, PC, Tablet und das am meisten genutzte Smartphone. Immer mehr Stunden werden vor einem Bildschirm verbracht, dies bleibt nicht ohne Nebenwirkungen wie z. B. Kurzsichtigkeit, Schlafprobleme und -störungen, weniger Empathie, Depressionen und erhöhte Suizidalität und Aufmerksamkeitsstörungen. Diese führen vor allem bei Kindern wiederum zu einer Beeinträchtigung der kognitiven Entwicklung, die sich wiederum in schlechten schulischen Leistungen niederschlägt. Prof. Spitzer untermauert dies durch zahlreiche Studien im gesundheitlichen Bereich, mit teilweise hohen Korrelationen. Vor allem im Bildungsbe- reich sieht Prof. Spitzer keinerlei positive Effekte durch die Digitalisierung, so bringen die neuen Medien keinerlei Verbesserung in den Leistungen der Schülerinnen und Schüler. Im Gegenteil, leistungsschwächere Schülerinnen und Schüler werden am meisten negativ beeinflusst, starke Schülerinnen und Schüler werden im besten Falle nicht bzw. nur wenig negativ beeinflusst. Vor allem das Smartphone stört und beeinflusst bzw. verhindert zu oft ein reales (Er-) Leben. Die Kinder bekommen viel zu wenig reale Eindrücke, zwischenmenschliche Interaktionen und Lernerfahrungen, mit den Folgen eines schlechteren Bildungsgrades, was wiederum die Gefahr an Demenz zu erkranken im Alter erhöht. Prof. Spitzer verwendet hier den Ausdruck „digitale Demenz“, der das Gesundheitssystem in einigen Jahrzehnten noch viel Geld kosten wird, wenn dem nicht entgegengewirkt wird. Er fordert deshalb auf, besonders die Kinder und Jugendlichen zu schützen, genau hinzusehen und sich kritisch mit dem Konsumverhalten der neuen Medien auseinanderzusetzen. Er bittet um Aufklärung und Verbreitung dieses Wissens.

Sehr ergänzend und passend dazu war der Vortrag „Babys und Medienkonsum“ von Frau Doktorin Andrea Koschier, die im Anschluss die Auswirkungen von digitalen Medien auf die Gehirnentwicklung und das Bindungsverhalten darstellte. Im Laufe des Vortrages wurde vor allem eines klar, dass insbesondere das Smartphone ablenkt und Eltern so sehr in das virtuelle Leben ziehen kann, dass dabei der wichtige Bindungsaufbau zu ihrem Kind vernachlässigt werden kann. Social Media verleiten außerdem dazu, ständig sein Leben nach außen zu tragen, dabei ist jedoch vor allem in der Schwangerschaft und Elternzeit der Kontakt zum eigenen Inneren und dem Kind wichtig. Kinder brauchen Ruhe und verfügbare, aufmerksame Eltern, die durch permanenten realen Austausch mit dem Kind ihm bei seiner Emotionsregulation und Lernerfahrungen helfen.

In der äußerst wichtigen und prägenden Entwicklungsphase von 0 – 3 Jahren sollte also genügend handyfreie Zeit zur Verfügung stehen, um eine sichere Bindung zu den Kindern entwickeln zu können und damit einen wichtigen Grundstein für eine gesunde Zukunft zu legen.

Dipl.-Psychologe Fredi Lang berichtete über „Berufsethische Fragen zur Digitalisierung: Neue Belastungen, neue Probleme und Bedarfe?“ Die Digitalisierung, bringt neue Belastungen innerhalb der Arbeitsfelder und neue Identitätskonzepte mit sich. Dies führt zu großer Unsicherheit, mit der es umzugehen bedarf. Die Entwicklung in diesem Bereich nimmt immer weiter Fahrt auf, z. B. Apps im Gesundheitsbereich. Die App-Nutzung ist oft noch experimentell und wirtschaftsgetrieben. Hier wurde vom Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen (BDP) ein Gütesiegel erarbeitet, welches eine Qualitätsprüfung ermöglicht und den Nutzerinnen und Nutzern psychologischer Gesundheitsangebote im Internet mehr Transparenz verschafft. Ein Ziel für die Zukunft ist, dieses Gütesiegel der Europäischen Föderation psychologischer Berufsverbände EFPA vorzustellen, um es auf europäischer Ebene etablieren zu können.

Passend dazu startete die Vorstellung eines neuen Start-Ups, das mittels Internet den Zugang zu psychologischer Beratung erleichtern möchte. Unter anderem das große psychologische Versorgungsdefizit, welches in Deutschland herrscht, veranlasste Frau Nora Blum, M.Sc. Psychologie, in Berlin „Selfapy“ (= Self + Therapy), eine erste klinisch-psychologische virtuelle Praxis“ zu gründen. Das Konzept von Selfapy stützt sich auf 3 Säulen, Online-Kurse, die Strategien kognitiver Verhaltenstherapien in Modulen vermitteln, Trackings, wo online oder per Handy-App die Stimmung und Symptomatik erfasst werden und eine ein- bis zweimal wöchentliche telefonische psychologische Beratung. Es wird ein weites Spektrum an Therapiekursen für leichte bis mittelwertige Störungen angeboten sowie Präventionskurse. Ziel ist es, den Menschen innerhalb von 2 Tagen das erste psychologische Gespräch zukommen zu lassen, wobei eine extreme Flexibilität bei den Gesprächen geboten wird. Kurzfristig wird so ein schneller Zugang zu psychologischer Hilfe geboten und langfristig soll damit auch das Gesundheitssystem entlastet werden. Bisher konnte die Wirksamkeit von Selfapy bestätigt werden und sogar eine Zusammenarbeit mit deutschen Krankenkassen erwirkt werden. So wird durch das Eintippen der Sozialversicherungsnummer direkt mit der Krankenkasse abgerechnet. Ziel ist es, diese Therapieform weiter auszubauen und es wird weiter an einer Individualisierung des Programmes gearbeitet, ohne dabei das therapeutische Konzept zu verlieren. Sobald genügend Studien bzw. Daten vorliegen, möchte sich Selfapy auch über den BDP zertifizieren lassen und das Gütesiegel erwerben.

Im Bereich der Mobile Health arbeitet die Aurora Health GmbH Berlin, vorgestellt durch Geschäftsführer Dipl.-Psychologen Goering Mark, mit der App Moodpath, die auf Depressionen spezialisiert ist.

Unglaublich viele Menschen suchen im Internet nach Informationen über eine mögliche Depression, ca. 50 %

der Betroffenen sollten sogar unbehandelt bleiben, unter anderem durch Behandlungsengpässe und auch schlechtes Schnittstellenmanagement. Hier setzt die App Moodpath an und bietet einen schnellen Zugang zu Hilfe bei Depressionen an.

Die App stellt Fragen, lernt daraus und gibt daraufhin ein Feedback. Es werden 3 x täglich 3-9 adaptive Fragen gestellt (max. 1 Min. pro Block) und 14-tägige Monitoring-Feedbacks gegeben. Die Hauptnutzung besteht in einem Stimmungstagebuch, welches bei Bedarf auch als PDF exportiert werden und zur Therapeutin/zum Therapeuten mitgenommen werden kann. Die Fragen orientieren sich am AMPD-System und am ICD-10. Moodpath ist auch als Medizinprodukt zertifiziert und besitzt laut eigener Aussage das Gütesiegel des BDP.

Eine sehr interessante digitale Ergänzung ihres Phobius – Phobie Zentrum Wien, stellten Mag. Christian Dingemann und Johannes S. Lanzinger, M.Sc. vor: „Exposition in virtueller Realität – Ein bewährtes Verfahren neu gedacht“.

So führen die beiden die bei Phobien bewährte Exposition unter anderem mittels Virtuelle Realitäts-VR-Brillen durch, welche man in einem Video hautnah miterleben kann. Was hier in einem Satz erklärt ist, brauchte jedoch eine lange und kostenintensive Weiterentwicklung der ursprünglich für die Gamer-Szene entwickelten Technik und Software, um sie gezielt zur Behandlung von speziellen Phobien einsetzen zu können. So gibt es nun Programme bzw. Umgebungen speziell auf eine Phobie zugeschnitten, die die Nutzerin/den Nutzer in 3D hautnah mit ihren/seinen Ängsten konfrontieren.

Die Behandlung mittels VR-Brille hat die gleiche Evidenz wie eine reale Konfrontation in vivo. Ein klarer Vorteil liegt in einer höheren Behandlungsmotivation bei Klientinnen und Klienten, es gibt keine logistischen Hindernisse und sie ist schneller und kostengünstiger durchzuführen.

Die beiden Gründer des Phobius-Phobie-Zentrum Wien nutzen die VR-Brille als bereichernde Ergänzung ihrer Behandlungsmethoden bei Angststörungen.

Im Anschluss an jeden Vortrag wurden Fragen gestellt und Diskussionen angeregt, so wurde vor allem bei den digitalen Gesundheitsangeboten nach der Datensicherheit gefragt und es kam auch eine Diskussion über Chancen und Grenzen von digitalen Angeboten zustande.

Viel Input aus verschiedenen Blickwinkeln, der zum Nachdenken und auch kritischen Hinterfragen anregt und hilfreich ist, in einer sich rasant (digital) verändernden Welt voranzuschreiten und seine eigene Position zu finden.

Berichtet von
Maria Keuschnigg
Jochberg/Tirol

Tagungsbericht des 11. Internationalen Kongresses über Theorie und Therapie von Persönlichkeitsstörungen

5. bis 7. Juli 2019, Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie der Ludwig-Maximilians-Universität München

Der Kongress war dem breiten Thema „Radikalität und Polarisierung: Herausforderungen für Therapie und Gesellschaft“ gewidmet. Langjährig erfahrene und namhafte PsychiaterInnen, PsychologInnen und PsychotherapeutInnen gaben auf der Grundlage ihrer Forschungstätigkeit im Bereich Diagnostik, Begutachtung und Therapie einen Einblick in ihre Arbeit und in die Anwendbarkeit im Praxisalltag. Der folgende Tagungsbericht beschränkt sich auf Auszüge aus den Plenarveranstaltungen:

Die erste Plenarveranstaltung wurde von Otto Kernberg/New York, Henning Saß/Aachen und Miriam Victory Spiegel/Zürich bestritten: Kernberg veranschaulichte in seinem Eröffnungsvortrag Phänomene, die innerhalb von Gruppen beobachtet werden können. Im Versuch, sich gegenüber der Großgruppe abzugrenzen, können sich Kleingruppen bilden. Rollen und Identitätsverlust innerhalb von Gruppen begünstigten so die Möglichkeit für Radikalisierung und Gewalttätigkeit. Am Beispiel des Terroranschlages auf das World Trade Center erläuterte Kernberg, wie sehr die traditionelle Einheit und Identität in der New Yorker Bevölkerung zerstört wurde und welche Symptome der „zweiten Haut“ sich in der Folge entwickelten auf der Suche nach sozialer Struktur und nach Führung. Abschließend wies er auf die Chancen für eine unabhängige Regulation von außen hin, wenn diese darauf ausgerichtet ist, soziale Identitäten zu erhalten. Henning Saß berichtete aus der Sicht eines forensischen Psychiaters über Wege in die Radikalisierung anhand von historischen Fallbeispielen und resümiert, dass es weder einen universellen Typus des Gesinnungstäters noch eine universelle Entwicklung zu Radikalisierung zu geben scheint. Miriam V. Spiegel arbeitet als systemische Paar- und Familientherapeutin in Zürich und beschrieb in ihrem Referat „Transgenerationale Weitergabe von Traumatisierung bei Überlebenden der Shoah“ einfühlsam eine Generation der „child survivors“. Spiegel beschrieb die Kinder der child survivors als „second generation“, die Rollenkonfusion erleben können. Der familiäre Dialog untereinander erschwerte sich dadurch, die Ablösung von den Eltern sei oftmals zu Lebzeiten unmöglich. In der transgenerationalen psychotherapeutischen Arbeit liegt laut Spiegel eine Chance, Wut, Trauer und Ambivalenz der „second generation“ bewusst zu verarbeiten.

Der Samstag begann mit Ausführungen von Manuela Dudeck/Universität Ulm über die Gewalt, wobei sie anhand des Maßnahmenvollzugs über das Ermöglichten und das Verwehren von menschlichen Bedürfnissen, insbesondere sexuellen Bedürfnissen, als Ausübung eines Menschenrechtes spricht. Sie engagiert sich kritisch und auch politisch für eine Humanisierung des Maßnahmenvollzuges. Thomas Elbert hat u. a. Kindersoldaten beforscht und berichtete über den Zusammenhang von Trauma und Radikalität basierend auf einer in Dänemark durchgeführten Studie, die belegt, dass bei straffällig gewordenen Erwachsenen zu einem überwiegenden Teil bereits in der Kindheit Selbstverletzungen und/oder Gewalterfahrung nachweisbar waren. Er stellte in seinem Vortrag Narrative Emotionstherapie (NET) und FORNET vor mit dem Thema „Von dem/r KämpferIn zum/r ZivilistIn“. Für Interessierte sind nähere Informationen unter www.vivo.org abrufbar.

Andreas Mokros/FernUniversität Hagen bestätigte in seinem Referat über die „Diagnostik, Risikobeurteilung und Überlegungen zur Ätiologie der psychopathischen Persönlichkeit“ die Überprüfung des Messverfahrens PCL-R (Hare 2009) als objektives, reliables und valides Messinstrument zur Risikobeurteilung bei männlichen Erwachsenen.

Über Gewaltformen ging es in den Ausführungen von Peer Briken/Hamburg, einem Mitglied der bundesdeutschen Aufarbeitungskommission. Kritik und Schwierigkeiten, die sich gerade bei der Erfassung ritueller Gewaltformen und bei Hearings in der Öffentlichkeit ergeben, zeigten sich unmittelbar auch in der anschließenden Diskussion im Auditorium.

Beim Themenblock „Beziehung und Persönlichkeit: neurobiologische Befunde“ referierte Anna Buchheim/Innsbruck auf der Grundlage des 2017 erschienenen e-books Neuroscience of Human Attachment neben anderem über Unterschiede zwischen sicheren versus unsicheren Müttern in der neuronalen Aktivierung. Dabei sei bemerkenswert, dass es bis jetzt kaum Studien über die Neurobiologie von Vätern gibt. Frank Padberg/München veranschaulichte in seinem Vortrag über „Ostrazismus und Neurobiologie“, wie überlebenswichtig soziale Zugehörigkeit sei und über Risikofaktoren für anhaltende Angst vor sozialer Zurückweisung.

Der Londoner Psychiater Peter Tyrer, langjähriger Editor des British Journal of Psychiatry stellte die Neuerungen des ICD-11 im Bereich der Persönlichkeitsstörungen vor, welche genauere Diagnosestellungen und auch gezieltere Behandlungsentscheidungen ermöglichen. Dabei werde der ICD-11 Umwälzungen in der Diagnostik insofern mit sich bringen, weil dimensionale Ansätze mehr die kategorialen ablösen. Ähnliches argumentierte der New Yorker Psychologe John F. Clarkin, der über das DSM 5 als Alternative zum ICD-11 berichtete,

wobei im DSM 5 mehr Forschungsergebnisse nachgeschlagen werden können.

Die Vorträge zum Kongressthema „Radikalität und Polarisierung“ zeigten insgesamt die großen Herausforderungen auf, vor allem auf den Ebenen Öffentlichkeit, Politik und im Umgang mit (Differential-) Diagnostik und Behandlung von Betroffenen und TäterInnen. Das umfassende Kongressprogramm war zeitlich und inhaltlich sehr gut strukturiert und entsprechend gut besucht. Der „Internationale Kongress über Theorie und Therapie von Persönlichkeitsstörungen“ findet jedes ungerade Jahr in München statt.

Berichtet von
Ulrike Richter
Linz a. d. Donau