

**Rezension zu:
Berger, T. (2015). Internetbasierte Interventionen bei
psychischen Störungen.**

Stefan Kühne

In der Reihe „Fortschritte der Psychotherapie“ ist im Hogrefe-Verlag der Band „Internetbasierte Interventionen bei psychischen Störungen“ von Thomas Berger erschienen. Berger forscht an der Universität Bern mit dem Arbeitsschwerpunkt zu internetbasierten Präventions- und Therapieansätzen und er ist Mitglied des wissenschaftlichen Beirats des e-beratungsjournal.net.

Die Publikation ist auf 82 Seiten in 6 inhaltliche Kapitel gegliedert (dazu Literaturverzeichnis und Anhang), zusätzlich gibt es zwei beigelegte Karten mit Indikationsfragen bzw. Dos und Don'ts bei internetbasierten Therapien.

Zu Beginn beschreibt Berger internetbasierte Interventionen in inhaltlicher und historischer Perspektive, wobei auch deutlich benannt wird, welche (rechtlichen) Schwierigkeiten in Deutschland mit dem Begriff „Online-Psychotherapie“ verbunden sind. Einen kurzen Blick wirft er auf neuere Entwicklungen, wie z.B. Apps und Serious Games.

Im zweiten Kapitel werden Theorien und Modelle der computervermittelten Kommunikation vorgestellt, so z. B. die Kanalreduktionstheorie (Döring), die Theorie der sozialen Informationsverarbeitung (Walther) bis hin zu den Theorien der Medienwahl, die schließlich in ihrer Bedeutung für therapeutisches Handeln gewürdigt werden.

Das dritte Kapitel widmet sich diagnostischen Vorgehensweisen und dem Thema Indikation, wobei sowohl Online-Fragebogendiagnostik und Telefoninterviews als Möglichkeiten der Diagnostik beschrieben werden, wie auch die Notwendigkeit, gerade in Online-Kontexten die Suizidalität der Patienten einzuschätzen. Zum Thema Indikation weist Berger darauf hin, dass „noch keine *goldenen* Indikationsregeln“ (S. 36) existieren, die Überlegungen somit eher als Heuristiken zu verstehen seien.

Kapitel vier zum Thema Behandlung ist mit 25 Seiten das ausführlichste des Bandes. Zu Beginn werden webbasierte ungeleitete und geleitete Selbsthilfeprogramme vorgestellt, wie z.B. die von Berger et. al. (2014) entwickelten Module zur Behandlung verschiedener Angststörungen oder auch das Beispiel „deprexis“, ein Programm zum Einsatz bei Depressionen. Bei den geleiteten Selbsthilfeansätzen sind sehr anschauliche Praxisbeispiele der Kommunikation zwischen Patienten und Therapeuten beschrieben. Daran anschließend wird das wegweisende (und bereits gut erforschte) Programm

„Interapy“ dargestellt, schließlich folgt eine Darstellung von Therapie mittels E-Mail, Chat und Videokonferenzsystemen mit sehr praktischen und hilfreichen Anmerkungen zur Gestaltung des therapeutischen Dialogs.

Zum Stand der Wirksamkeitsforschung merkt Berger im fünften Kapitel an, dass es bereits über 100 Wirksamkeitsstudien im Bereich von internetbasierten Therapieangeboten gibt. Beim Einsatz in der Routineversorgung benennt der Autor dann Faktoren, welche die Wirksamkeit internetbasierter Therapieangebote beeinflussen können, wie z. B. der Fokus auf den therapeutischen Kontakt und die therapeutische Beziehung und auch die Frage nach den Qualifikationen, die ein Therapeut für internetbasierte Interventionen haben sollte.

Das abschließende Kapitel sechs reißt dann als Fazit nur mehr die möglichen Einsatzgebiete internetbasierter Interventionen an: Ärztliche Grundversorgung, psychotherapeutische/psychiatrische Settings, E-Mental-Health-Kliniken sowie der Einsatz in verschiedenen medizinischen Settings (wie z. B. bei somatischen oder auch chronischen Erkrankungen).

„Verantwortungsvoll eingesetzt können internetbasierte Interventionen mithelfen, auf die hohen Prävalenz- und Inzidenzraten psychischer Störungen in der Bevölkerung besser einzugehen“ (S. 73).

In der Kürze der jeweiligen Kapitel finden sich zahlreiche Verweise auf aktuelle Forschungsliteratur, die jedoch etwas breiter hätten ausfallen können, so fehlen z. B. die Forschungen von C. Eichenberg gänzlich.

Das Buch ist sehr gut strukturiert und durch viele Marginalien am Rand findet man sich schnell zu recht. Es ist im besten Wortsinn ein praktisches Buch zum Einstieg in die Materie. Berger verweist auch auf die Entwicklungsschritte der Onlineberatung, die in Theorie und Praxis der Onlinetherapie etwas voraus zu sein scheint. Dieser Band in der Reihe „Fortschritte der Psychotherapie“ ist zwar sehr knapp gehalten (was vermutlich der Reihe geschuldet ist, in der er erschienen ist), er hilft jedoch, das Feld der Onlinetherapie und der internetbasierten Interventionen besser zu beschreiben.

Es bleibt zu hoffen, dass es in Zukunft weitere und umfangreichere Publikationen von Thomas Berger zu diesem Thema geben wird – die Onlinetherapie-Forschung könnte es gebrauchen!

**Berger, T. (2015). Internetbasierte Interventionen bei psychischen Störungen. Fortschritte der Psychotherapie, Bd. 57. Göttingen u.a.: Hogrefe.
ISBN 978-3-8017-2629-4**

Stefan Kühne, leitet die Einrichtungen wienXtra-jugendinfo & wienXtra-soundbase. Er ist Erwachsenenbildner und Herausgeber des e-beratungsjournal.net