

24.03.2023

Digitale Applikationen in der Psychotherapie

Prof. Dr. phil. Thomas Berger, Klinische Psychologie und Psychotherapie, Universität Bern

Die Erforschung und Anwendung digitaler Interventionen hat in den letzten Jahren rapide zugenommen, wobei die COVID-19-Pandemie zusätzlich zu dieser Entwicklung beigetragen hat. In den letzten Jahren wurde ein breites Spektrum an online- und computergestützten Interventionen bei psychischen Erkrankungen entwickelt. Angebote reichen von Selbsthilfeprogrammen und Apps, die mit wenig oder gar keinem Kontakt mit Fachpersonen auskommen, zu E-Mail-Therapien und Videosprechstunden, die das Internet als Kommunikationsmedium nutzen. Im Weiteren können digitale Applikationen mit Sprechzimmertherapien kombiniert werden (Blended Therapien).

Der Einsatz neuer Technologien in der Psychotherapie kann helfen, Versorgungslücken zu verkleinern. Zu den wichtigsten Risiken gehören die Patientensicherheit, der Datenschutz und die Qualität und Qualifikation der Angebote und Anbieter. Verschiedene Verbände haben Qualitätskriterien für digitale Applikationen erstellt und in Deutschland können sog. Digitale Gesundheitsanwendungen (DiGA) inzwischen zu Lasten der Krankenkassen auf Rezept verordnet werden.

In dieser Präsentation werden zunächst die verschiedenen Formen von Online Interventionen und der Stand der Implementierung vorgestellt, um anschliessend den Forschungsstand, Vorteile und Risiken von digitalen Applikationen zu diskutieren.