

**05.04.2013**

**PD Dr. phil. Thomas Berger, Bern**

### **Internetbasierte Therapien**

In den letzten Jahren wurde ein breites Spektrum an internetbasierten Interventionen bei psychischen Problemen und Erkrankungen entwickelt. Angebote reichen von internetbasierten Selbsthilfeprogrammen zu E-Mail-Therapien, von Prävention über Beratung und Behandlung zu Nachsorge- und Rückfallpräventionsprogrammen, und von Interventionen, die internetvermittelte Teile in hauptsächlich Face-to-Face durchgeführte Interventionen integrieren bis hin zu vollständig via Internet durchgeführte Therapien. In diesem Vortrag wird schwerpunktmäßig auf internetbasierte therapeutengeleitete und ungeleitete Selbsthilfeprogramme bei Angststörungen und Depressionen eingegangen. Dabei geht es neben Fragen zur Wirksamkeit um die Rolle des therapeutischen Kontaktes, um Merkmale von Menschen, die internetbasierte Therapieangebote nutzen und um Prädiktoren des Therapieerfolgs und Wirkmechanismen. Im Weiteren werden Vor- und Nachteile, neuere Entwicklungen und Fragen zur Implementierung entsprechender Ansätze in die Regelversorgung diskutiert.