

Neue Medien: Chancen der Vernetzung in der Psychotherapie durch das Internet

Christiane Eichenberg*, Annegret Klemme* & Tanja Theimann**

*Köln, **Bonn



Das Internet stellt mit exponentiell ansteigenden Benutzerzahlen ein mächtiges und differenziertes Informations- und Kommunikationsmedium dar, das inzwischen zu einem Alltagsmedienmedium für die private und berufliche Nutzung ganz unterschiedlicher Personengruppen expandiert. So wird es auch zunehmend in der psychologischen Wissenschaft und Praxis genutzt.

Tabelle 1: Das Internet in Zahlen

Größe der weltweiten Internetgemeinde	über eine 1/2 Milliarde Personen
Anzahl der deutschsprachigen Netznutzer	34,2 Millionen
Anzahl der täglich verschickten E-mails	~ 10 Milliarden
Anzahl der WWW-Pages	~ 4,5 Milliarden
täglicher Zuwachs an WWW-Pages	~ 7 Millionen

Einfluss des Internet auf die Psychotherapie

Psychotherapeutisch Tätige betrifft der Einfluss neuer Informations- und Kommunikationstechnologien auf mehreren Ebenen:

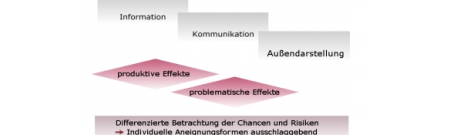
1. Arbeitssetting: Durch das Internet verändert sich der Aspekt der *Lokalität* in der psychotherapeutischen Arbeit: Bestand das therapeutische Setting bislang traditionell aus der persönlichen Begegnung von Angesicht zu Angesicht, so klingen psychotherapeutische Aktivitäten im Internet deshalb im ersten Augenblick modisch und abwegig. Kulturpessimistischen Überlegungen wie z.B. „Wird hier ein weiterer Weg der Technikfaszination beschritten?“ steht der Bedarf von bestimmten Zielgruppen gegenüber, die von netzvermittelter psychologischer Unterstützung profitieren (zu den Chancen und Grenzen internetbasierter Beratung und Therapie siehe die Posterpräsentation von Eichenberg, C., Klemme, A. & Theimann, T.: Beratung und Therapie im Internet).

2. Wissenserzeugung und -beschaffung: Das Internet als *Informationsmedium* stellt sowohl für Professionelle als auch für Laien eine Reihe von Ressourcen zur Verfügung. Vernetztes Wissen bietet einerseits eine genau neue Form der niederschwelligen Informatisierung, andererseits werden Probleme wie Informations-überflutung und Qualitätssicherung virulent.

3. Kommunikation: Das Internet als *Kommunikationsmedium* schafft einen Rahmen für kollegialen Austausch unter Psychotherapeuten. Die allgemein diskutierte *Ambivalenz* zwischen „Erleichterung interdisziplinären Austausches“ und „Fragmentierung scientific communities“ als Effekt des Internets auf den allgemeinen akademischen Diskurs, kann ebenso auf den psychotherapeutischen Austausch übertragen werden:
- Fördert das Internet die psychotherapieschulenübergreifende Kommunikation und damit Integration oder verhindert es durch die Bildung separater Communities den notwendigen Trend zu konsequenter Zusammenarbeit verschiedener psycho-therapeutischer Ausrichtungen?
- Werden tradierte Strukturen etabliert oder wird ein Aufbrechen in Richtung „demokratisches Miteinander“ der Schulen durch das Internet begünstigt?

4. Wissensdistribution: Die Psychotherapie ist auch von den internetbasierten Möglichkeiten zu veränderter Wissensverbreitung betroffen:
- *Publikationswesen:* Es war noch nie so leicht, sich auf vielfältige Weise einem großen Publikum mitzuteilen und Informationen weltweit zugänglich zu machen. Die Netzpräsentation der persönlich angewendeten psychotherapeutischen Behandlungsmethode, der eigenen Praxis oder die Veröffentlichung von wissenschaftlichen Interessen und Forschungsarbeiten auf einer Homepage ist im Internet einfacher, ökonomischer und schneller realisierbar als in herkömmlichen Medien.
- *Ausbildung:* Für Ausbildungsinstitute bietet das WWW die Möglichkeit über das Angebot und die Qualifikationsmöglichkeiten der Institution zu informieren. Zudem können auch in der Psychotherapieausbildung manche Module durch „virtuellen Unterricht“ abgewickelt werden.

Einsatzbereiche des Internet als fachliches Medium für Psychotherapeuten



1. Informationsgewinnung

Tabelle 2: Potenziale und Probleme internetbasierter Informationsgewinnung bei psychotherapeutischen Inhalten

Vorteile	(noch bestehende) Nachteile
Unkomplizierter Zugriff: schnelle, kostengünstige sowie Orts und Zeit unabhängige Gewinnung von <i>Fachinformationen</i> : Das Internet enthält eine Fülle von psychotherapeutischen Ressourcen; einen Überblick über verschiedene Angebote gibt: www.christianeichenberg.de/wien1.html → Problem: Selektion nützlicher Informationen? → Lösung: Weiterentwicklungen derzeitiger Suchmaschinen	Informationsüberflutung: Beispiel: Ergebnis der Suchmaschine www.google.de im deutschsprachigen Web: „Psychotherapie“: 80.000 Treffer „Psychotherapie + Depression“: 14.000 Treffer → Problem: Selektion nützlicher Informationen? → Lösung: Weiterentwicklungen derzeitiger Suchmaschinen
Anarchische Struktur des Internet: Ohne die Notwendigkeit eines publizierenden Verlages und ohne redaktionelle Kontrolle kann jeder im Internet publizieren.	Qualitätssicherung 1. <i>Patienten:</i> Falsch- oder Fehlinformationen können erhebliche negative Folgen für das psychische und in manchen Fällen das körperliche Wohlbefinden haben. 2. <i>Fachleute:</i> Güte der Selektion hängt ab von: a) <i>fachlichen Vorkenntnissen:</i> Aber: In der Wissenschaft tätige Internetnutzer suchen im WWW mehr nach Informationen aus Nachbarwissenschaften als zum eigenen Fachgebiet, wo andere Informationsmöglichkeiten (Verbandsorgane, Kongresse etc.) zur Verfügung stehen (Lederbogen & Trebbe, 1999). b) <i>Netzkompetenz:</i> Einflüsse der Suchstrategie und der Erfahrung der Informationsuchenden mit dem Medium Internet: Groot, Riet, Khan und Missa (2001) konnten zeigen, dass erfahrene Internet-Redakteure ohne medizinisches Hintergrundwissen zu einem ausgewählten Störungsbild valider Suchergebnisse aufweisen konnten als ausgebildete Orthopäden

→ Problem: Modelle der Qualitätskontrolle?
 → Lösung: Adaptation bereits bestehender Modelle für medizinisches Internetmaterial, um die Entscheidung zwischen seriösen und unseriösen WWW-Angeboten zu erleichtern, z.B.: „Code of Conduct“; entwickelt von der Health On the Net Foundation „MEDCERTAIN-Gütesiegel“: ein von der Europäischen Union gefördertes Projekt der Forschungsgruppe Cyber-Medizin unter der Leitung Günther Eysenbachs (Vihune & Eysenbach, 2001)
 → Erste Bemühungen um die Sicherung von Qualitätsstandards für explizit *psychologische Internetangebote*:
 (1) Eine Arbeitsgruppe der Deutschen Gesellschaft für Psychologie hat, einen auf die Bedürfnisse der Psychologie angepassten Kriterienkatalog verabschiedet (Furke, Stumpf, Weisberg & Wilkening, 2002). Der Katalog zur Sicherung qualitativer Standards bezieht sich dabei auf folgende Bereiche: (1) Inhalte, (2) Technik, (3) Informationskodierung und Präsentationsmodalitäten, (4) Ergonomie und Design, (5) Dialog und Didaktik sowie (6) Ausfallsicherheit.
 (2) Seit Mitte 2001 vergibt der Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen e.V. ein Qualitätssiegel für psychologische Online-Beraterinnen und Berater mit entsprechender Qualifikation und Aufbereitung ihres Angebots.

Notwendigkeiten, um den Nutzen internetbasierter Angebote im psychotherapeutischen Bereich zu sichern:

- Erhöhung vorhandener Modelle der Qualitätssicherung;
- Erhöhung von Medienkompetenzen z.B. durch einführende Internetkurse;
- stärkere Berücksichtigung der auch durch die zunehmende Verbreitung des Internet wachsende Gruppe des „informierten Patienten/Klienten“, in dem psychotherapeutisch Tätige aktiv den Diskurs suchen über selbstrecherchierte Informationen:

In den USA haben 55% der Personen mit Internetzugang das Netz bereits genutzt, um an medizinische Informationen zu gelangen (repräsentative Telefonumfrage an 12.751 volljährigen Personen). Ein Großteil der Befragtenpersonen, die gesundheitsrelevante Internetseiten nutzen, gaben an, dass die rezipierten WWW-Inhalte einen direkten Effekt auf ihre Entscheidungen bezüglich persönlicher Gesundheitsvorsorge und Arztbesuche haben (Pew Research Center, 2000).

2. Kommunikation
 Das Internet schafft einen Rahmen für kollegiale Vernetzung - psychotherapieschulen- als auch länderübergreifend. Fachliche Kommunikationsforen im Netz werden technisch ganz unterschiedlich realisiert. Es ist zunächst zwischen **zeitgleichen** und **zeitversetzten** Formen der computervermittelten Kommunikation zu unterscheiden.

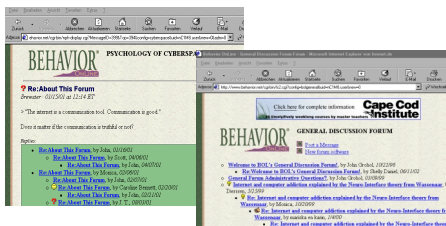
- 1) Beim **zeitgleichen** Austausch müssen sich die Interessierten alle zur gleichen Zeit in einem Chatforum treffen, denn die Tastatureingaben werden *zeitweise* unmittelbar übertragen. Chat-Foren werden typischerweise für fachliche Expertenrunden genutzt, die mit Termin und Thema rechtzeitig im Netz angekündigt werden.

Beispiel: Die Online-Zeitschrift „*Psychotraumatologie*“ www.thieme.de/psychotrauma organisiert regelmäßig 1-2stündige *Expertenchats*, deren Protokolle auf dem Server zugänglich sind.

- 2) Verbreiteter als der zeitgleiche ist der **zeitversetzte** Austausch, bei dem die Äußerungen in Form von kompletten Artikeln (sog. postings) gespeichert und zu einem selbstgewählten Zeitpunkt gelesen und beantwortet werden können.
 Grundsätzlich möglich ist dieser Austausch via **Webboards**, **Newsgruppen** oder **Mailinglisten**.

a) **Webboards** funktionieren nach dem Prinzip einer Anschlagtafel: Man kann bereits vorhandene Nachrichten lesen und an passender Stelle eigene Nachrichten hinzufügen. Zugangsbeschränkungen sind technisch grundsätzlich möglich, sie werden allerdings meist nicht genutzt, so dass sich der Austausch nicht mehr nur auf Professionelle beschränkt, sondern ebenso Laien miteinschließt. Dennoch können Webboards generell interessante Informationen liefern oder auch auf Kollegen aufmerksam machen, die man per E-mail kontaktieren kann, wenn der Austausch nicht mehr öffentlich geführt werden soll. Denn alle Postings werden permanent archiviert und sind somit auch noch nach Jahren abrufbar.

Beispiel: *Behavior OnLine*: Ein US-amerikanisches Webboard, in dem die verschiedensten psychotherapielevanten Themen in mehr als 20 Foren z.T. auch mit prominenten Therapeuten wie Meichenbaum oder Shapiro diskutiert werden



b) **Newsgruppen** im Usenet sind thematisch in sog. Hierarchien gegliedert und tragen meist selbsterklärende Namen, die den thematischen Fokus beschreiben. Newsgruppen sind generell öffentlich, d.h. die Beschränkung auf einen bestimmten Leserkreis ist nicht möglich. Manche Newsgruppen nutzen ein Moderationsverfahren, d.h. die Beiträge werden erst nach formaler und/oder inhaltlicher Überprüfung publiziert.

Beispiel: *Newsgruppen mit der sci(ence)-Hierarchie* (z.B. <de.sci.psychologie> oder <sci.psychology.psychothera>) dienen definitionsgemäß dem fachlichen Austausch. Sie werden in der Praxis jedoch häufig von Laien, Studierenden oder Ratsuchenden benutzt, so dass ein fachlicher Austausch kaum zustande kommt.

- c) **Mailinglist** für professionellen Austausch haben meist einen deutlich kleineren Teilnehmerkreis als Newsgruppen und unterliegen oft Zugangsbeschränkungen und -kontrollen.

Beispiel: *Deutschsprachiges Forum für Psychotherapie, 1996 ins Leben gerufen von Dr. med. Christian Anger, Erfurt: Hier tauschen sich derzeit rund 1000 psychologisch und medizinisch psychotherapeutisch tätige Personen sowie Studierende dieser Fachrichtungen in ca. 80 thematischen Mailinglisten zu den Themen Berufspolitik, Angststörungen, Qualitätssicherung in der Psychotherapie, Psycho-Onkologie etc. aus. Die Qualität des Austausches wird durch ein strenges Aufnahmeverfahren geregelt, so dass nur Fachleute an den Mailinglisten partizipieren können und somit u.a. auch eine sichere Umgebung für virtuelle Intervention zugesichert werden kann. Obwohl in der Hauptliste des Forums aktuell 150 Personen eingeschrieben sind, ist der Anteil derer, die regelmäßig Beiträge liefern, sehr gering.*

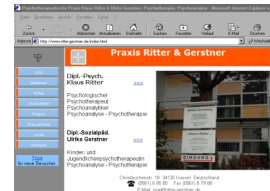
Tatsächlich bleiben viele Mailinglisten mehr oder weniger tot, weil sich nicht genügend aktive Mitglieder zusammenfinden, keine konkreten Gesprächsthemen anliegen oder keine günstigen sozialen Rahmenbedingungen für einen offenen Austausch bestehen. Wer eine Mailingliste verwaltet, ist nicht selten von der Passivität und Konsumhaltung der Teilnehmer enttäuscht, die sich nicht eine Philosophie des „Gebens- und Nehmens“ zu eigen machen, sondern vielmehr Service-Leistungen erwarten. Somit muss der Listenverwalter nicht nur inhaltlichen Input i.S. von Gesprächsanlässen bieten, sondern ist auch häufig damit beschäftigt, in der Funktion eines Mediators sog. „flamings“ abzuwehren, um ein positives Listenklima zu wahren. Tabelle 3 gibt einen zusammenfassenden Überblick zu den Vor- und Nachteilen netzbasierter kollegialen Austauschs (Döring, 2000).

Vor- und Nachteile netzbasierter kollegialen Austauschs	
Vorteile	Nachteile
zeit- und ortflexibel	sozial defizitär
schnell	konfliktkaltig
ökonomisch	umständlich
komfortabel	schwer koordinierbar

Diese Merkmale sind jedoch nicht als gegebene Effekte des Mediums Internet zu verstehen, sondern vielmehr hängt es von individuellen internetangepassten Kommunikationskompetenzen und der Reflexion veränderter Kommunikationsbedingungen ab, ob das Internet als Netzwerk von Psychotherapeuten, die potenziell über die ganze Welt verstreut sein können, fruchtbar genutzt werden kann.

3. Außendarstellung

Das Internet kann als ein Medium der Außendarstellung von privaten Praxen und Kliniken genutzt werden. Während eine direkte Werbung sowohl für psychologische als auch für medizinische Psychotherapeuten untersagt ist, bleibt gerade niedergelassenen Psychotherapeuten immer noch die Möglichkeit, sich der Öffentlichkeit über fachlichen Gesichtspunkten darzustellen. Potenziell interessante Informationen dürften hierbei z.B. sein:
 - Behandelte Störungsgruppen
 - Angewandte Verfahren
 - Informationsmaterialien zu einzelnen Störungsgruppen
 - Informationen zum organisatorischen Ablauf
 - Diagnostische Verfahren oder Materialien für Hausaufgaben.



Beispiel-Homepage: Psychotherapeutische Praxis Ritter & Gerstner, Kassel. Die Erstellung einer eigenen Homepage bedarf keiner besonderen technischen Fähigkeiten. Mittels HTML-Editoren ist es ohne größeren Aufwand möglich, ein eigenes WWW-Angebot zu erstellen.

Im Internet selbst existieren inzwischen viele hilfreiche Einführungen für Anfänger (z.B. SELF-HTML selfhtml.tecmoo.de), die technische sowie gestalterische Tipps geben. Ebenso gibt es inzwischen schon Homepage-Generatoren für bestimmte Berufsgruppen, z.B. angeboten von net-praxis (www.net-praxis.de) für Arztpraxen. Hinweise zu berufspolitischen Normen, deren Beachtung wesentlich ist, um eine rechtlich einwandfreie Homepage zu erstellen, lässt sich für Deutschland ein eigenes Artikel des Deutschen Ärzteblattes entnehmen (www.aerzteblatt.de/v4/archiv/artikel.asp?id=30534).

Ausblick: Konstruktive Internetnutzung für psychotherapeutische Fachleute

Netzbasierter Informationsangebote und Kommunikationsangebote sowie die Möglichkeit zur Außendarstellung mittels einer Website können nutzbringend in alltägliche Arbeitsabläufe integriert werden. Dabei kann man jedoch nicht per se von produktiven Effekten der Internetnutzung ausgehen: Neue Wege der Öffentlichkeitsarbeit, der Zugriff auf relevante und aktuelle Informationsquellen und eine Erweiterung des kollegialen Kontaktnetzes sind nämlich keine Netz-Effekte, sondern Resultate einer engagierten und kompetenten Netzteilnahme. Die technische Vernetzung kann nur dann die Basis zur sozialen Vernetzung werden, wenn sog. Medienkompetenzen erlernt werden, die die Strukturen des Internets antizipieren, um z.B. bei der Informationssuche nicht das „lost im cyberspace“ zu erleben.

Es ist davon auszugehen, dass der Einfluss des Internet sowohl im Allgemeinen als auch für die Psychotherapie im Speziellen zu nehmen wird. Von den eigenen Bemühungen des Berufsstandes wird abhängen, wie sich die weitere Entwicklung der Psychotherapie durch die z.T. genuin neuen Möglichkeiten des Internets gestalten wird. Die aktive Mitgestaltung kann dazu beitragen, das Bild der Psychotherapie in der Öffentlichkeit von immer noch bestehenden Klischees zu befreien. Dies ist möglich, indem z.B. Behandlungsmethoden einem breiten Publikum vorgestellt, valide Fachinformationen für interessierte und betroffene Laien sowie für Kollegen bereitgestellt und die Vorteile der dezentralen Strukturen des Internet genutzt werden, um einen psychotherapieschulenübergreifenden Diskurs zu fördern.

Alle Literaturarchiven und erwähnten Links finden Sie unter www.christianeichenberg.de/wien1.html

Autorenkontakt:
 Dipl.-Psych. Christiane Eichenberg, Institut für Klinische Psychologie und Psychotherapie der Universität zu Köln, E-mail: christe@rz-uni-koeln.de
 Dipl.-Psych. Annegret Klemme, Vor- und Siederbogen 45, 50676 Köln, E-mail: Annegret.Klemme@web.de
 Dipl.-Psych. Tanja Theimann, Döge, Altmann & Partner, Bonn, E-mail: tanja@thiemo.de

