

Medienunterstützung in Beratung, Therapie und Rehabilitation



Short Message Service (SMS)

Rahmendaten



Seminar: Medienunterstützung in der klinisch-psychologischen Intervention:
Möglichkeiten für die Planung, Durchführung und Evaluation
(SS 2005 - Universität zu Köln)

Leitung: Dipl.-Psych. C. Eichenberg

Referentin: Karen Schulz

Thema: Short Message Service (SMS)

Inhalt



- Technik
- Kontext Psychologie
 - SMS als Gegenstand von Forschung + Therapie
 - SMS als Instrument in Forschung + Therapie
- Anwendung in Therapie + Beratung
 - Computerunterstützung
 - Anwendungsbeispiele
 - Bewertung
- Fazit/ Ausblick

Technik

Mobilkommunikation: Kommunikation mittels portabler, drahtlos angebundener Endgeräte



4 Short Message Service (SMS)

Technik

Mobiltelefon

Vernetzungstechnik:

- GSM-Technologie
- UMTS-Netze

Funktionen:

- Sprachdienste
- Datendienste
 - Kurzmitteilungsdienste
 - SMS
 - EMS
 - MMS
 - Mobiles Internet
 - WAP
 - i-mode
 - location-based-services

Zunahme der Übertragungsraten
→
Erweiterung des Anwendungsspektrums

5 Short Message Service (SMS)

Kontext >Psychologie<

SMS als Gegenstand

- Forschung
 - menschliches Erleben + Verhalten im Zusammenhang mit dem Short Message Service
 - neue Technologien verändern Umwelt, Verhalten + Erleben

→ Beobachten – Erklären – Vorhersagen – Mitgestalten ←
- Therapie
 - Störungen des menschlichen Verhaltens + Erlebens im Zusammenhang mit dem Short Message Service (Katalysator/ Ausdrucksfeld)

6 Short Message Service (SMS)

Kontext >Psychologie<



SMS als Instrument

- Forschung
 - Methode der Datenerhebung
 - SMS-Umfragen
 - SMS-Votes
 - SMS-Quizzes
 - Tagebuchmethode mittels SMS (auch Forschungstagebuch)
 - Mobilitätsmuster (non-reaktiv)
 - Ausbau von Handyfunktionen + Übertragungsraten + Kopplungsmöglichkeiten mit Peripheriegeräten
- Zusätzliche Dokumentationsmöglichkeiten (Fotos, Video-, Audio-Aufnahmen, physiologische Daten,...)

7

Short Message Service (SMS)

Kontext >Psychologie<



SMS als Instrument

- Therapie
 - Datenerhebungsmethode (s. o.)
 - Präventions-/ Interventions-/ Rehabilitationsmaßnahmen und Beratung
 - Erstkontakte
 - Kurzkontakte
 - Minimalintervention
 - › Brücken-Funktion
 - › step-down Intervention (Stepped-Care-Ansatz)

8

Short Message Service (SMS)

Anwendung (Therapie + Beratung)



Computerunterstützte SMS-Betreuung

- Bearbeitung
 - Verwaltung
 - Archivierung
-
- spezielle Software
 - z. T. sogar als Freeware vorhanden (SMS Blaster)
 - Entwicklung eigener individueller Lösungen
 - Nutzung einer Internet-Schnittstelle

9

Short Message Service (SMS)

Anwendung (Therapie + Beratung)

Software – Beispiel: SMS Blaster



10

Short Message Service (SMS)

Anwendung (Therapie + Beratung)

Anwendungsbeispiele

- Beratung/ Seelsorge
 - Seelsorge.net
 - Sorgentelefon für Kinder
 - Sextra (Sexualaufklärung für Jugendliche)
- Prävention/ Intervention/ Rehabilitation
 - EMOX (Raucherentwöhnung)
 - SMS Einsatz in Prävention + Behandlung von Adipositas im Grundschulalter
 - SMS-Brücke (nachstationäre Behandlung von Bulimiepatientinnen)

11

Short Message Service (SMS)

Anwendung (Therapie + Beratung)

Beratung/ Seelsorge – Beispiel: Seelsorge.net



12

Short Message Service (SMS)

Anwendung (Therapie + Beratung)

Beratung/ Seelsorge – Beispiel: Sorgentelefon



13 Short Message Service (SMS)

Anwendung (Therapie + Beratung)

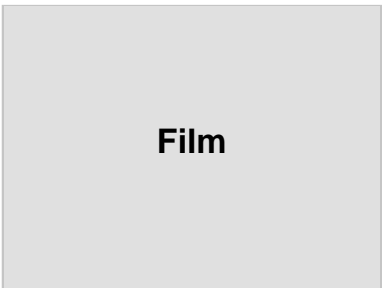
Beratung/ Seelsorge – Beispiel: Sextra



14 Short Message Service (SMS)

Anwendung (Therapie + Beratung)


Beratung/ Seelsorge – Beispiel: Sextra



15 Short Message Service (SMS)

Anwendung (Therapie + Beratung)

Intervention – Beispiel: EMOX



16 Short Message Service (SMS)

Anwendung (Therapie + Beratung)

Prävention/ Intervention – Beispiel: Adipositas



Prävention und Behandlung von Adipositas und Übergewicht im Grundschulalter

17 Short Message Service (SMS)

Anwendung (Therapie + Beratung)

Prävention/ Intervention – Beispiel: Adipositas



Stuttgarter Forschungsstelle für Psychotherapie + University of Carolina
Pilotstudie von Bauer et al. (2004)

- Ziel: langfristige Betreuung bei vergleichsweise niedrigem Aufwand

- Interventionsgruppe: Dokumentation + Feedback per SMS
- Kontrollgruppe: Dokumentation mittels Fragebogen
- AVs: Gewicht + Verhalten (Aktivität, Konsum,...)

➔ SMS → Motivation höher?

18 Short Message Service (SMS)

Anwendung (Therapie + Beratung)

Intervention/ Rehabilitation – Beispiel: SMS-Brücke




poststationäre Behandlung von Bulimiepatientinnen

19 Short Message Service (SMS)

Anwendung (Therapie + Beratung)

Intervention – Beispiel: SMS-Brücke



Stuttgarter Forschungsstelle für Psychotherapie +
Psychosomatische Fachklinik Bad Pyrmont
Pilotstudie von Bauer et al. (Mai 2002 – Mai 2003)

- Ziel:
 - Exploration der Einsatzmöglichkeiten des SMS im therapeutischen Prozess
 - Minimalintervention im Rahmen eines Stepped-Care-Ansatzes (zur Überbrückung der kritischen Phase nach der Entlassung aus der Klinik)

hohes Chronifizierungs- und Rückfallrisiko

20 Short Message Service (SMS)

Anwendung (Therapie + Beratung)

Intervention – Beispiel: SMS-Brücke




- Teilnehmer: 33 Patientinnen
 - Hauptdiagnose: Bulimia nervosa (DSM-IV)
- Dauer: 6 Monate ab Entlassung aus d. Klinik


- Datenerhebung:
 - standardisierte, wöchentliche SMS der Patientinnen zur Symptomatik
 - Körperwahrnehmung (Zufriedenheit)
 - Essanfälle (Häufigkeit)
 - kompensatorische Maßnahmen (Häufigkeit)
 - freie Textnachrichten (Ereignisse, Gedanken, Gefühle, ...)
 - monatliche Fragebögen (Postweg)

21 Short Message Service (SMS)

Anwendung (Therapie + Beratung)




Intervention – Beispiel: SMS-Brücke




- Bearbeitung: computerunterstützt
- Datenauswertung:
 - Status: Dichotomisierung (innerhalb/ außerhalb der Norm)
 - Trend (vgl. Vorwoche):
 - Verbesserung
 - Verschlechterung
 - unverändert (innerhalb/ außerhalb der Norm)
 - $4 \times 4 \times 4 = 64$ Verlaufsvarianten
 - Qualitative Auswertung der freien Nachrichten (auch bzgl. der Evaluation)

22 Short Message Service (SMS)

Anwendung (Therapie + Beratung)




Intervention – Beispiel: SMS-Brücke




- Intervention:
 - wöchentliche semi-standardisierte SMS (fester Zeitpunkt)
- standardisiert
 - Antworten auf die 64 Verlaufsvarianten
 - Begrüßung, Verabschiedung, Erinnerung, ...
- individuell zugeschnitten
 - manuelle Überarbeitung (Einbeziehung zusätzlicher Informationen (z. B. freie SMS))
- Rückmeldung zum Status
 - Verstärkung, Unterstützung
 - Anregung zur Verhaltensmodifikation

23 Short Message Service (SMS)

Anwendung (Therapie + Beratung)



Intervention – Beispiel: SMS-Brücke




- Evaluation:
 - Akzeptanz
 - hohe Zufriedenheit
 - hohe durchschnittliche Teilnahmedauer
 - Lob: Gefühl von Anteilnahme
Anregung zur Reflektion
Dauer + Frequenz gut
 - Kritik: fehlender persönlicher Kontakt
standardisierter Charakter
- Praktikabilität → Software + Technik benutzerfreundlich + sehr ökonomisch
- Effektivität → deutliche Therapieerfolge (allerdings keine Kontrollgruppe)

24 Short Message Service (SMS)

Anwendung (Therapie + Beratung)

Intervention – Beispiel: SMS-Brücke



- künftige Forschungsziele:
 - Kausalaussagen (Kontrollbedingungen/ Stichprobenumfang)
 - Geltungsbereich abstecken
 - Optimierung (Dauer, Frequenz, Inhalte)

25 Short Message Service (SMS)

Anwendung (Therapie + Beratung)

Bewertung – Vorteile –



- großer Nutzerkreis + ggf. andere Teilpopulationen
- Autonomie durch ständige Verfügbarkeit
 - Ort + Zeit frei wählbar! (Bedarf, Ruhe + Zeit)
 - z. B. auch bei akuten Krisen
- interaktives Medium
- potentielle Erleichterung der Kontaktaufnahme
- soziale „Nabelschnur“
- Ökonomie → auch langfristige Betreuung bei vergleichsweise niedrigem Aufwand
- begrenzte Zeichenzahl kann zur Pointierung/ zur Optimierung des Informationsflusses führen
- verkürzte Responsezeit
- z. T. neue Datentypen/ größere Datenmenge

26 Short Message Service (SMS)

Anwendung (Therapie + Beratung)

Bewertung – Nachteile –



- Finanzierung (Kosten für Klienten/ Probanden)
- Anforderungen an Fähigkeiten
- Einschränkungen bzgl. Zielgruppe (Alter)
- Gefahr der Unpersönlichkeit + mangelnden Differenziertheit
- Gefahr der Abhängigkeit beim Klienten
- Problematik des Datenschutzes + der Überwachungsmöglichkeiten
- Ursachen bei Kontaktabbruch z. T. nicht rekonstruierbar
- begrenzte Zeichenzahl + Linearität kann Handicap sein
- Stichprobenzusammensetzung/ Repräsentativität

27 Short Message Service (SMS)

Fazit/ Ausblick



Kostendämpfung im
Gesundheitswesen

→ neue Versorgungsmodelle
→ technischer Fortschritt

→ Ergänzung nicht Ersatz!

Short Message Service (SMS)
– Einsatz in Beratung und Therapie –

Literatur



- Bauer, S., Percevic, R., Okon, E., Meermann, R. & Kordy, H. (2003). Use of text messaging in the aftercare of patients with bulimia nervosa, *European Eating Disorders Review*, 11, 3, 279-290. (incl. Vortragsfolien)
- Bauer, S., Percevic, R., Schick, M., Hagel, J. & Kordy, H. (in Zusammenarbeit mit E. Okon & R. Meermann) (2003). SMS-Brücke: eine PC-gestützte Minimalintervention zur nachstationären Betreuung von Bulimiepatientinnen. [Online-Dokument] <http://www.psyres-stuttgart.de/index.php/article/artcleview/96/1/16>
- Bauer, S., Haug, S., Arikan, L., Arikan, M. & Kordy, H. (2004). Der Einsatz des Short Message Service in der Prävention und Behandlung von Adipositas im Grundschulalter [Online-Dokument] <http://www.psyres-stuttgart.de/index.php/article/artcleview/109/1/17/>
- Döring, N. (2005). Psychologische Aspekte der Mobilkommunikation. In J.R. Höfllich & Gebhardt, J. (Hrsg.), *Mobile Kommunikation: Perspektiven und Forschungsfelder* (S. 61-88). Berlin: Peter Lang Verlag
- Pro Familia: www.sextra.de
- Schweizer Sorgentelefon für Kinder: www.sorgentelefon.ch (Erfahrungsbericht: Peyer, H. (2001). Sorgentelefon für Kinder. Jahresbericht 2000. [Online Dokument] <http://www.sorgentelefon.ch/Jahresberichte/JB2000.pdf>)
- Christlich-kirchliche Internet-Seelsorge: www.seelsorge.net/sms.html (Erfahrungsbericht: Aebischer-Crettol, E. (2001, Nov.). Seelsorgerische Bemühungen übers Internet und mittels SMS. Vortrag anlässlich des Symposiums „Telefonseelsorge und neue Medien“, Ulm. [Online-Dokument] <http://www.seelsorge.net/aebischer.htm>)
