

Online-basierte Therapie bei chronischen Schmerzstörungen

Natalie Bauereiß & Eileen Bendig, Ulm

Internet- und mobilebasierte Interventionen (IMIs) zur Diagnostik, Behandlung und Prävention psychischer Störungen stellen einen innovativen Ansatz in der psychotherapeutischen Gesundheitsversorgung dar. Ein wachsender Forschungskorpus belegt die Wirksamkeit von IMIs u. a. im Einsatz bei chronischen Schmerzpatientinnen und –patienten. Psychologische Problembereiche wie Depressivität und Angst können durch den Einsatz von IMIs reduziert werden. Auch die Entwicklung einer annehmenden Haltung bezüglich des Schmerzerlebens und der Schmerzbeeinträchtigung kann unterstützt werden. Zudem können IMIs zur Veränderung von Gesundheits- und Risikoverhalten wie z. B. körperlicher Aktivität, Schlaf oder Alkoholkonsum eingesetzt werden. Der Einsatz solcher Internet- und mobilebasierter Diagnostik- und Interventionsansätze ermöglicht die Optimierung und Unterstützung psychotherapeutischer Maßnahmen. Der Workshop gibt einen Einblick in die Einsatzmöglichkeiten von IMIs im psychotherapeutischen Kontext, beispielsweise als Add-On traditioneller Face-to-face Psychotherapie oder in der Nachsorge im Anschluss an eine ambulante oder stationäre Behandlung. Es wird zudem auf Fragen der therapeutischen Beziehung im Kontext technologiebasierter Interventionen eingegangen. Die Inhalte werden anhand einer Demonstration einer bestehenden Intervention (ACTonPain) veranschaulicht.

Zielgruppe

Der Workshop richtet sich an klinische oder gesundheitspsychologisch orientierte Psychologinnen, Psychologen sowie Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten, die einen Überblick über IMIs im Bereich psychischer Störungen und körperlicher Erkrankungen erhalten möchten.

Ziele / Am Ende des Workshops sollen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ...

- Anwendungsbereiche Internet- und mobilebasierter Interventionen benennen und deren Wirksamkeit bewerten können
- Den Nutzen Internet- und mobilebasierter Interventionen für eine praxisnahe psychosoziale Versorgung und Rehabilitation chronischer Schmerzpatienten einordnen können
- Realisierungsmöglichkeiten Internet- und mobilebasierter Interventionen anhand der Beispielintervention ACTonPain kennen lernen und kritisch diskutieren können

Literatur

1. Baumeister H, Lin J, Ebert DD (2017) Internetbasierte Gesundheitsinterventionen. In: Koch U, Bengel J (Hrsg) Enzyklopädie der Psychologie: Anwendungen der Medizinischen Psychologie. Hogrefe, Göttingen, S 231–258.
2. Lin J, Lüking M, Ebert DD, Buhrman M, Andersson G, Baumeister H (2015). Effectiveness and cost-effectiveness of a guided and unguided internet-based acceptance and commitment therapy for chronic pain: Study protocol for a three-armed randomised controlled trial. *Internet Interventions*, 2(1), S. 7–16.
3. Lin J, Paganini S, Sander L, Lüking M, Ebert DD, Buhrman M, Andersson G, Baumeister H (in press). Effectiveness of a guided and unguided internet-based Acceptance and Commitment Therapy for chronic pain: a three-armed randomised controlled trial. *Deutsches Ärzteblatt International*.