

---

## Psychotherapie online – ein Konzept der Zukunft?

Chatgruppen, die von PsychotherapeutInnen geleitet werden, automatisierte Selbsthilfeprogramme, wie „deprexis“ und Online-Beratungsangebote verbreiten sich ebenso rasant, wie sie nachhaltig kontrovers diskutiert werden. Als Vorteil solcher Angebote wird z.B. die leichte Überwindbarkeit der Schwellenangst zur Inanspruchnahme therapeutischer Hilfe genannt. Denn nach wie vor wirkt in unserer Gesellschaft ein Stigma, das verhindern kann, dass hilfebedürftige Menschen überhaupt psychotherapeutische Hilfe suchen.

So kann es aus unserer Sicht durchaus hilfreich sein, eine Online-Beziehung zum Patienten aufzubauen, z.B. um einen Erstkontakt überhaupt herzustellen oder die psychotherapeutischen Interventionsmöglichkeiten zu erweitern, - doch ein am inneren psychischen Geschehen orientiertes, wirksames Behandlungsverfahren kann die anonymisierte therapeutische Unterstützung nicht ersetzen:

- Das Fehlen wichtiger diagnostischer Hinweise, wie nonverbaler Signale, die nur bei einem face-to-face-Kontakt gewonnen werden können, erschwert die präzise und umfassende Psychodiagnostik und Indikationsstellung oder macht diese unmöglich.
- Die erforderliche psychotherapeutische Kompetenz der Anbieter solcher Programme und Angebote lässt sich nicht ohne weiteres sicherstellen.

Darüber hinaus lassen sich grundlegende **Voraussetzungen gelingender Psychotherapie**, wie

- die Unmittelbarkeit der persönlichen Beziehungsgestaltung zwischen Psychotherapeut und Patient,
- die Wirksamkeitserfahrung im Behandlungsprozess,
- der Ansatz, auf Grundlage eines differenzierten, wissenschaftlich fundierten Krankheits- und Störungsverständnisses individuelle, „maßgeschneiderte“ Therapien anzubieten,
- sowie nicht zuletzt der Anspruch an einen professionellen, therapeutischen Behandlungsabschluss

bei reinen Online-Angeboten nur schwer erfüllen.

Hinzu kommt, dass die Nutzung therapeutischer Online-Hilfsangebote insbesondere hohe (schrift-)sprachliche Anforderungen an die PatientInnen stellt, die diese nicht immer gleichermaßen erfüllen oder erfüllen können.

Die innovative Weiterentwicklung von Psychotherapieverfahren und –methoden, um so die Vielfalt angebotener Verfahren zu fördern und möglichst niedrigschwellige Versorgungsangebote zu schaffen, ist durchaus im Sinne der Psychotherapeutenkammer. Doch ist eindeutig zwischen Psychotherapie als Krankenbehandlung und Selbsthilfe- oder Präventionsangeboten, die gleichwohl psychotherapeutische Kompetenz erfordern können, zu unterscheiden. Auch die Sicherstellung der Qualität angebotener psychotherapeutischer Leistungen und der Berufsausübung gehört im Sinne des Patientenschutzes unter Gewährleistung des Facharztstandards zu unseren Aufgaben als Kammer. Webbasierte Angebote stellen uns hier vor neue Herausforderungen.

**Ihre Ansprechpartnerin:**

Daniela Allalouf, M.A.  
Referentin Presse- und  
Öffentlichkeitsarbeit

**Psychotherapeutenkammer Berlin**

Kurfürstendamm 184

10707 Berlin

Tel. 030 - 887140 – 13

Fax: 030 - 887140 – 40

E-Mail: [allalouf@psychotherapeutenkammer-berlin.de](mailto:allalouf@psychotherapeutenkammer-berlin.de)

