

## **webtherapie.info: Internettherapie beim ipu und ipg**

### **1 Was ist Internettherapie?**

Internettherapie bietet über internetbasierte Online-Verbindungen Kommunikationsmöglichkeiten für beratende oder therapeutische Zwecke. Derzeit dominiert die Kommunikation durch schriftliche Äußerungen. Technisch möglich, jedoch noch nicht als einfacher Standard bei den meisten Internetnutzern verfügbar, sind Online-Ton- und Bildverbindungen.

Der beratende und therapeutische Zweck kann durch schriftliche Kommunikation in vielen Fällen erreicht werden, wie aktuelle Studien zeigen. Allerdings sind zusätzliche Maßnahmen erforderlich, um die gültigen Anforderungen (z.B. der Psychotherapeutenkammer) zu erfüllen.

### **2 Ziel und Zielgruppe**

Manche Patientinnen und Patienten möchten nicht persönlich in eine psychologische oder psychotherapeutische Praxis gehen, sind mobilitätsbehindert, halten sich im Ausland auf oder wohnen an einem Ort, der abseits von Gebieten mit guter Infrastruktur liegt. Das Internetangebot kann zudem bei besonderen Problemlagen der betroffenen Person (z.B. bei komplizierter Trauer oder nach einer Vergewaltigung) einen individuellen Einstieg in eine Präsenztherapie ermöglichen. Während einer psychologischen Beratung oder während einer psychotherapeutischen Behandlung gibt es gelegentlich Phasen, in denen die betroffene Person in dichter zeitlicher Folge (z.B. ein- bis zweimal täglich) dem Psychologen bzw. dem Psychotherapeuten über Stimmungen oder Erfahrungen berichten soll. Das Internet bietet sich in solchen Fällen für solch eine verdichtete Kommunikation an.

### **3 Vorgehen**

Das Vorgehen ist im Internetangebot im Einzelnen vorgegeben. Es ist so angelegt, dass sowohl die anfragende Person und als auch die beratene Person während der Internettherapie immer alternative Möglichkeiten behält und nicht in formale Zwangslagen (z.B. weitermachen zu müssen, um nicht Nachteile zu erleiden) gerät.

### **Erreichbarkeiten**

Institut für Psychologische Unfallnachsorge (ipu)  
Institut für Psychologische Gesundheitsförderung (ipg)  
Mauritiussteinweg 1  
50676 Köln (Innenstadt)  
Tel.: 0221 969 20 39  
Fax: 0221 969 26 77

E-Mail: [echterhoff@unfallnachsorge.de](mailto:echterhoff@unfallnachsorge.de) und [trautmann@kompetenzentwicklung.de](mailto:trautmann@kompetenzentwicklung.de)  
Internet: [www.unfallnachsorge.de](http://www.unfallnachsorge.de) und [www.kompetenzentwicklung.de](http://www.kompetenzentwicklung.de)