

Digitalisierte Welt und ihre Folgen für Psychotherapie und Psychosomatik – Gemeinsame Fachtagung LÄK und LPPKJP 2018

In der Debatte über digitale Diagnose- und Therapiehilfen hat die Präsidentin der Psychotherapeutenkammer Hessen, Dr. Heike Winter, Psychotherapeuten und Ärzte zu mehr Mut und Veränderungsbereitschaft aufgerufen. Die „digitalisierte Welt“ sei keine Zukunftsmusik, sagte Winter bei einer „Gemeinsamen Fachtagung“ von Landesärztekammer und Psychotherapeutenkammer Hessen zu diesem Thema in Frankfurt. „Wir leben bereits in dieser digitalisierten Welt – mit ihren Risiken, die uns bewusst sein sollten. Und mit den Chancen, die wir gerne nutzen möchten. Vom Spielfeldrand aus funktioniert das nicht wirklich“, heißt es in einer am Montag (3.12.) in Wiesbaden verbreiteten Erklärung der Psychotherapeutenkammer Hessen.



Kammerpräsidentin Dr. Heike Winter

Weder Ärztinnen und Ärzte noch Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten könnten den mächtigen Trend zur Digitalisierung auch im Bereich Gesundheit („eHealth“) „einfach nur beobachten – etwa mit dem Ziel, daraus Strategien zur Verteidigung des Analogen abzuleiten“, erklärt Präsidentin Dr. Heike Winter. Wer in den Technologien und Gesundheitsangeboten innovativer Start-Ups nach wie vor nur Antworten auf nicht oder falsch gestellte Fragen sehe, habe „ein echtes Problem – oder sogar drei: Mit der Wahrnehmung, mit der Gegenwart und der Zukunft“. Sicher gebe es mit Blick auf die Digitalisierung und ihre Dynamik „nach wie vor viele Fragen und zum Teil auch berechtigte Skepsis“. Aber die richtigen Fragen stellen und bei Fehlentwicklungen eingreifen könne nur, „wer sich mit der digitalisierten Welt und ihren Auswirkungen auf Psychotherapie und Psychosomatik“ tatsächlich auch befasse.

Beziehungswelten im digitalen Wandel –Folgen für die Psyche



Prof. Dr. Vera King

Die „Gemeinsame Fachtagung“ der Landesärztekammer mit der Psychotherapeutenkammer Hessen über die „Digitalisierte Welt“ war seit vielen Wochen ausgebucht. Fast 200 Ärzte und Psychotherapeuten waren dazu am Freitag und Samstag (1.12.) nach Frankfurt (Main) gekommen, um dort über Auswirkungen der Digitalisierung auf Psychotherapie und Psychosomatik zu informieren und zu diskutieren. So referierte Prof. Dr. Vera King (Sigmund-Freud-Institut und Goethe-Universität Frankfurt)

über "Beziehungswelten im digitalen Wandel – Folgen für Kultur und Psyche." Zahlreiche Fragen wurden thematisiert: Wie reagieren z. B. Babys, deren Eltern dauernd auf den Smartphone-Bildschirm schauen?

Verschiebt sich die Aufmerksamkeit von Eltern auf digitale Angebote, sind sie dann zwar physisch da, für Kinder aber emotional abwesend? Sehen davon betroffene Kinder in Smartphones mit ihren digitalen Welten dann erst recht unwiderstehliche Objekte der Begierde? Wie sich Beziehungswelten im digitalen Wandel auch für Jugendliche und junge Erwachsene verändern, lassen Forschungsbefunde erahnen, die Prof. King zur Faszination des Teilen und Mitteilens in Netzwerken skizzierte: Vielen fällt es offenbar schwer, sich dieser starken Sogwirkung zu entziehen und greifen sofort zum Smartphone, sobald sonst nichts passiert: So entwickelt sich eine tendenzielle Permanenz mit dem Ziel gelingender Selbstpräsentation im Kampf um Aufmerksamkeit: Die Offline-Welt dient dann vor allem zur Materialbeschaffung – für Bilder und Texte, die sich (was kommt an?) zum Posten eignen und möglichst viele "Likes" generieren. Neben besorgniserregenden Entwicklungen gibt es nach Einschätzung von Prof. King zugleich auch Signale für ein "wachsendes Unbehagen" sowie Indizien dafür, dass die durchschnittliche Internetsnutzungsdauer (bei jungen Leuten oft mehr als vier Stunden pro Tag) nicht weiter zunimmt.

Stille in der Fernbehandlung: Nachdenken oder Technik-Problem?



Die Psychoanalytikerin Dr. Irmgard Dettbarn (Berlin) sprach über "Zoom, Skype und andere – die unheimlichen Dritten und Psychotherapie". Sie hat sich schon vor vielen Jahren mit den Möglichkeiten der Videotelefonie mittels Skype für die Psychoanalyse auseinandergesetzt. Dettbarn hat einige Jahre in China gelebt, führte ihre in Asien begonnenen Lehranalysen dann via Skype fort und berichtete von ihren Erfahrungen: Kann angesichts der nur virtuellen Anwesenheit des Anderen ein echter analytischer Prozess entstehen? In Anlehnung an Sigmund Freud ("Das Unheimliche") betont die Psychoanalytikerin das mit der Telefonie über das Internet verbundene "Unheimliche" – das oft nicht nachvollziehbare "Eigenleben" der Technik, das Gefühle des Ausgeliefert-Seins an fremde, unbekannte Kräfte aufkommen lässt. So dränge sich dieser "unheimliche Dritte" in die Beziehung zwischen Patient und Therapeutin. Entstehe Stille, sei bei der Fernbehandlung unklar, ob es sich um eine nachdenkliche Phase oder eine technische Störung handele.

Zukunft der Psychotherapie: Individualisierte Behandlungen durch Digitalisierung



Thema von Prof. Dr. Dr. Günter Schiepek.

Von der Paracelsus-Universität Salzburg war Prof. Dr. Dr. Günter Schiepek ins "Haus am Dom" nach Frankfurt gekommen – er thematisierte die Vernetzung von Digitalisierung und Therapiefeedback: "Wie

verändert sich die psychotherapeutische Praxis?". Wie Prof. Schiepek in seinem Vortrag zeigen konnte, weisen psychotherapeutische Veränderungsprozesse in vielen Fällen komplexe und sprunghafte Dynamiken auf. In der psychotherapeutischen Praxis sei hilfreich, solche Muster auf der Höhe des Geschehens zu erkennen. Dies setze ein hochfrequentes „real-time monitoring“ voraus – durch tägliche Selbsteinschätzungen der Patienten und Auswertung der Angaben durch das von ihm mitentwickelte Programm „Synergetisches Navigationssystem“ (SNS): Patienten bekommen so die Möglichkeit, im Rahmen einer Tagesreflexion ihre Eindrücke, Erfahrungen und Gedanken in ein elektronisches Tagesbuch zu schreiben. Die digitalisierte Auswertung helfe, die Entwicklungsprozesse der Patienten zu unterstützen und die Therapieverlauf besser auf ihre aktuelle individuelle Situation abzustimmen. So ermöglicht die Digitalisierung nach Ansicht von Prof. Dr. Dr. Schiepek eine evolutionäre Weiterentwicklung der Psychotherapie: Die unterschiedlichen Schulen der Psychotherapie seien Vergangenheit und krankheitsbezogene Behandlungsprogramme in der Gegenwart derzeit noch üblich. Die Zukunft gehöre der personalisierten Psychotherapie mit individualisierten Behandlungen – versichert der von den Möglichkeiten der Digitalisierung faszinierte Hochschullehrer, der das Institut für Synergetik und Psychotherapieforschung an der Paracelsus Medizinischen Privatuniversität Salzburg leitet.

Mit Therapie: Vom Avatar verabschieden und in neuen Lebensabschnitt starten



Dr. Yvonne Klubartz-Klatt

Das therapeutische Vorgehen bei pathologischem PC-Gebrauch war Thema eines Vortrages der Verhaltenstherapeutin Dr. Yvonne Klubartz-Klatt (Berlin). Sie zeigte an praktischen Beispielen, wie Menschen behandelt werden können, die sich so intensiv mit Computerspielen beschäftigen, dass sie mit der realen Welt kaum mehr zurechtkommen. So verbringen Betroffene oft fast den ganzen Tag vor dem Bildschirm – in Mehrpersonen-Online-Rollenspielen in einer virtuellen meist fantastischen Welt, die für sie durch leistungsstarke Grafikprozessoren immer intensiver erlebbar wird. Wenn diese virtuelle Welt von Dauer ist und kein spielimmanentes Ende hat (wie bei einem Film oder einem Buch), können sich Betroffene davon kaum lösen – Abstinenzversuche bleiben oft erfolglos, obwohl die Spieler um die Folgen (Gefährdung von Freundschaften, Ausbildung, Beruf, Karrieremöglichkeiten etc.) wissen. Yvonne Klubartz-Klatt zeigte, wie Therapien in solchen Fällen trotzdem gelingen können: Wenn Betroffene ihren Spiel-Account löschen, sich von ihrem Avatar verabschieden und sich auf einen neuen Lebensabschnitt einlassen können.

“Was macht das Spiel im virtuellen Raum für Jugendliche attraktiv?”

Über “Wunscherfüllung und Selbstvergewisserung” referierte Prof. Dr. Michael Günter bei der Frage: “Was macht das Spiel im virtuellen Raum für Jugendliche attraktiv?” Auch der Ärztliche Direktor der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie am Klinikum Stuttgart verwies dabei auf den Wandel bei der Bild(er)-Produktion und -Qualität: Die digitalisierte Welt ermögliche Jugendlichen eine faszinierende visuelle Wahrnehmung mit reizvollen Handlungsmöglichkeiten (Spannung erleben, Spaß haben etc.).



Prof. Dr. Michael Günter:

Auch wenn die Zugehörigkeit zur "Peer Group" stark über digitale Aktivitäten definiert werde, dürfe die unmittelbare Begegnung mit anderen Menschen gerade im Lebensabschnitt zwischen der späten Kindheit und dem Erwachsenenalter nicht zu sehr in den Hintergrund treten.

Zukunftsthema: „Vorurteile überwinden und Beharrungskräfte auflösen“

Nach Überzeugung der Psychotherapeutenkammer gibt es "in Sachen Digitalisierung" nach wie vor viele offene Fragen und Details zu klären – aber im Grundsatz bestehe Einigkeit: „Wir möchten die Entwicklungen in der digitalisierten Welt aktiv mitgestalten – und nicht von ihnen überrollt werden“.