

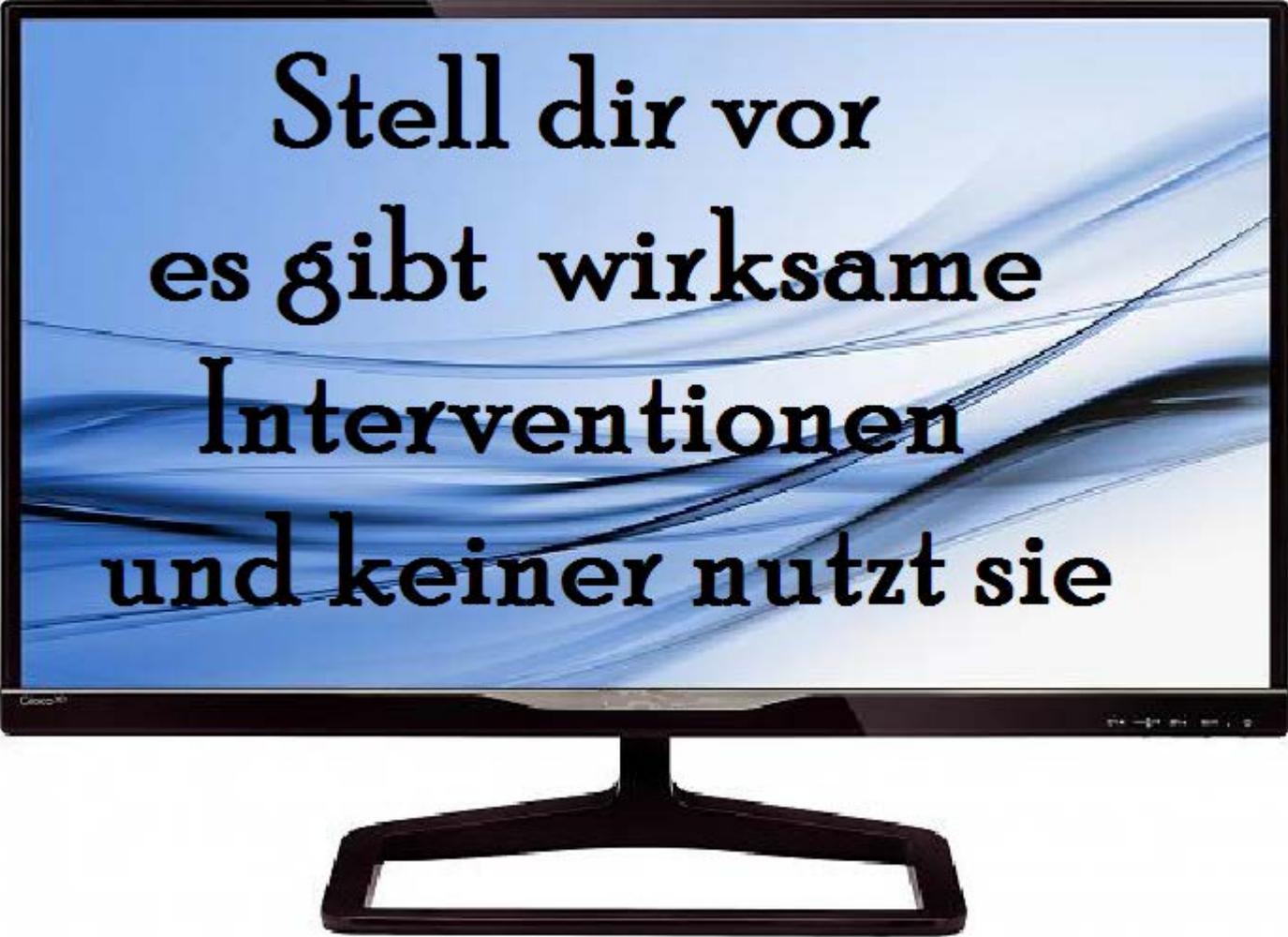


# **Blended Therapy**

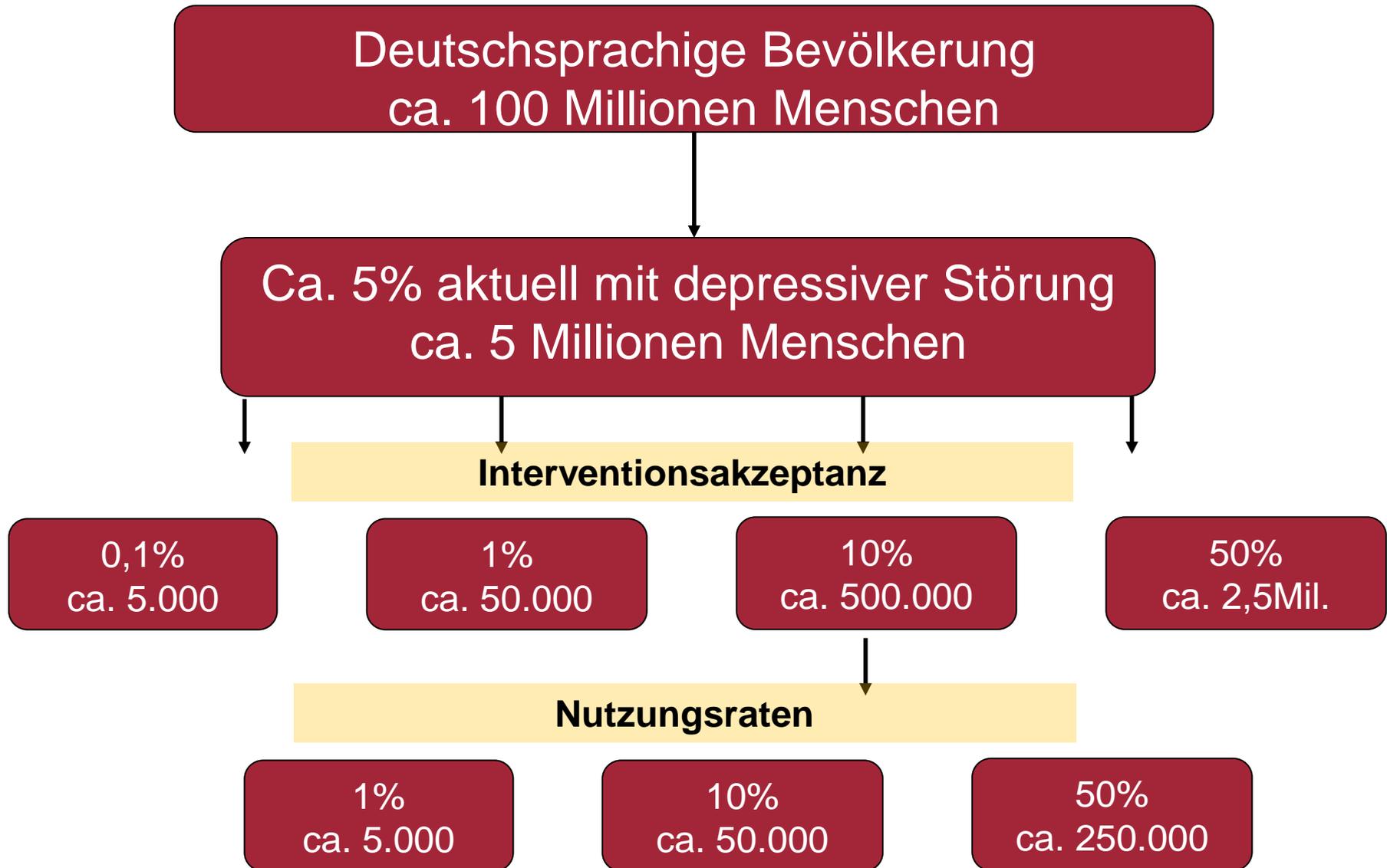
## **Einsatz von internetbasierten Interventionen in der psychotherapeutischen Behandlung**

Prof. Dr. Harald Baumeister

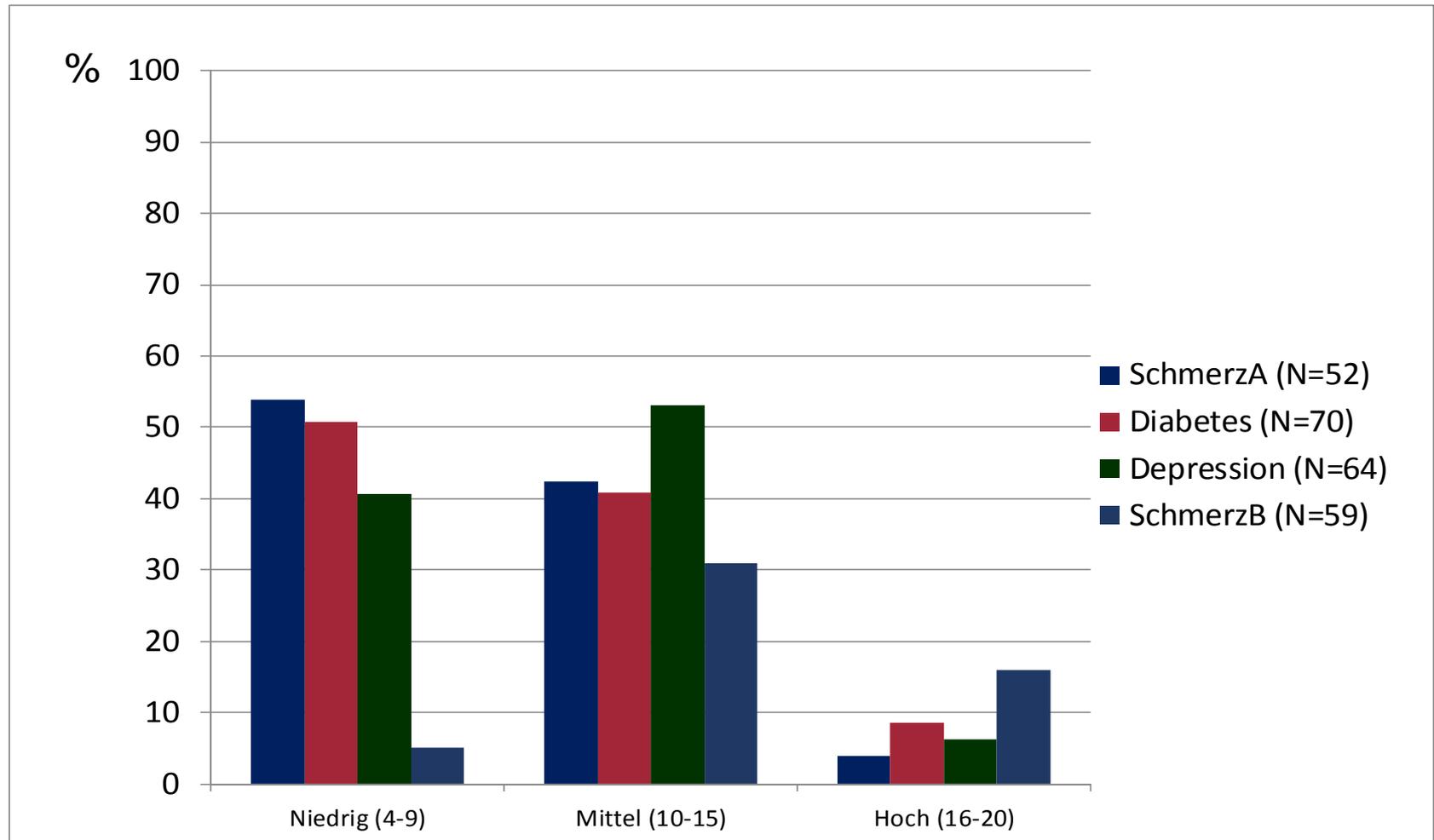
**Berlin, 27. Juni 2017**

A computer monitor with a black frame and a black stand. The screen displays a slide with a blue background featuring abstract, wavy lines. The text on the screen is in a black, serif font and reads: "Stell dir vor es gibt wirksame Interventionen und keiner nutzt sie".

Stell dir vor  
es gibt wirksame  
Interventionen  
und keiner nutzt sie

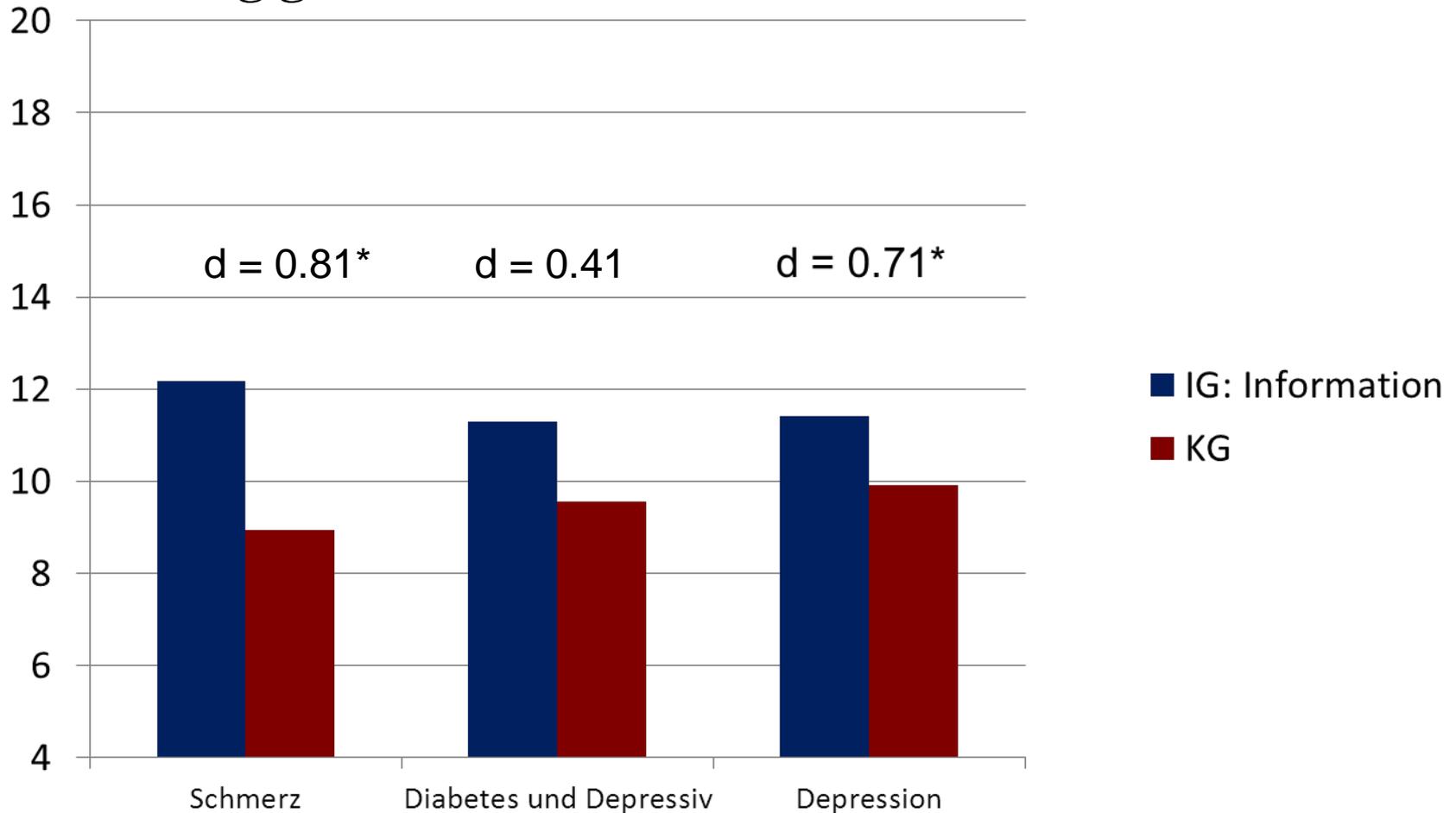


# Akzeptanz gegenüber Internet- und mobile basierter Interventionen (IMI)



# Akzeptanz gegenüber IMI

## Wirkung gezielter Information



## Inanspruchnahme von ACTonPain in Abhängigkeit der Begleitforschung

Abbruch nach Lektionen	Schmerz <sub>B</sub>	ACTonPain	
	unguided (N=115)	unguided (N=102)	guided (N=100)
Nicht angefangen	55	2	3
Nach Einführung	37	13	7
Nach Lektion 1	14	15	8
Nach Lektion 2	3	14	11
Nach Lektion 3	2	6	5
Nach Lektion 4	2	8	1
Nach Lektion 5	1	2	2
Nach Lektion 6	1	1	3
Vollständig	0	39	60

## **Fazit I: Implementation von IMI als Stand-alone**

- **Wirksam und Kosten-Effektiv**
- **Akzeptanz in der Zielpopulation ambivalent**
- **Inanspruchnahme von IMIs in der Versorgung ggf. niedriger als Klinische Studien derzeit nahelegen. Insbesondere bei unbegleiteten IMIs.**

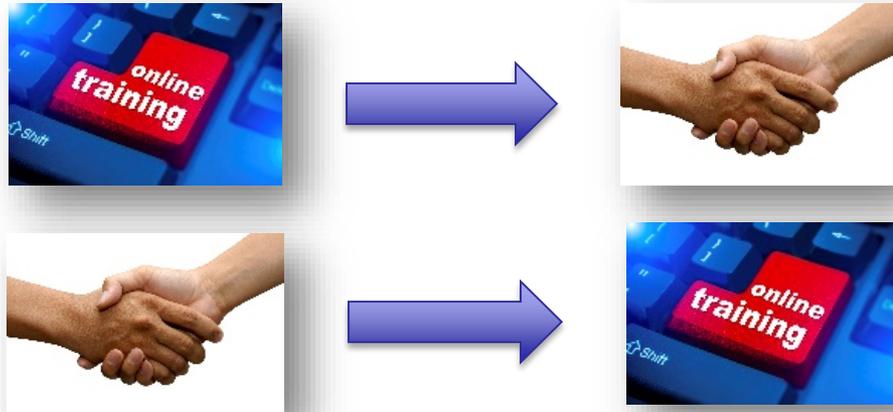
⇒ **Dichotomie-Fazit: Entweder F2F-Psychotherapie oder IMI**

⇒ **Fazit: Flexibilisierung der Implementierungsvarianten:  
Blended Therapy**

# Blended Therapy

Die Verzahnung von klassischer Psychotherapie mit technologiebasierten Verfahren

## 1. Sequentiell:



# Stepped Care: Beispiel Anpassungsstörung



## Step 1

Watchful waiting / active monitoring

e.g. supervision by a general practitioner, nurse



## Step 2

**Low-intensive psychological interventions**

e.g. bibliotherapy, behavioural activation and e-mental-health interventions



## Step 3

**Psychotherapies and/or pharmacotherapies as outpatient care**

e.g. CBT, psychodynamic therapies



## Step 4

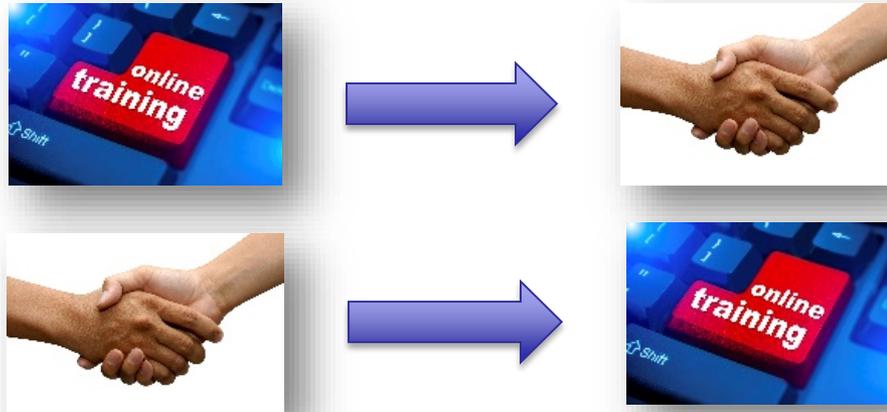
**Psychotherapies and/or pharmacotherapies as inpatient care, crisis interventions**

e.g. psychiatric hospital

# Blended Therapy

Die Verzahnung von klassischer Psychotherapie mit technologiebasierten Verfahren

## 1. Sequentiell:



## 2. Integriert:

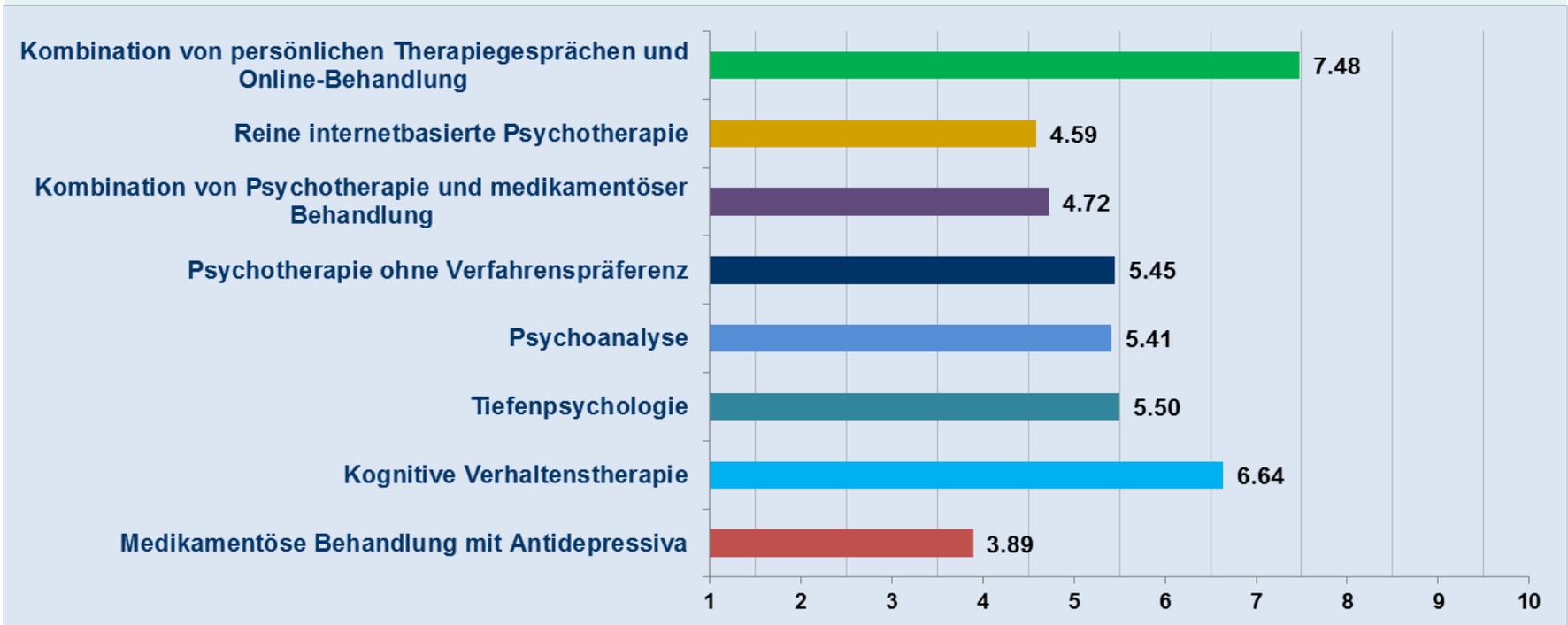


# Einstellung zu Blended Care



Erste Ergebnisse

**Welche Behandlungsansätze können Sie sich zur Behandlung ihrer depressiven Beschwerden vorstellen? (N = 328)**



Legende: 0 = gar nicht bis 10 = sehr gut

Ebert, Titzer, unpublizierte Daten

# Beispiel: bCBT Kooistra et al. Internet Interventions 2016

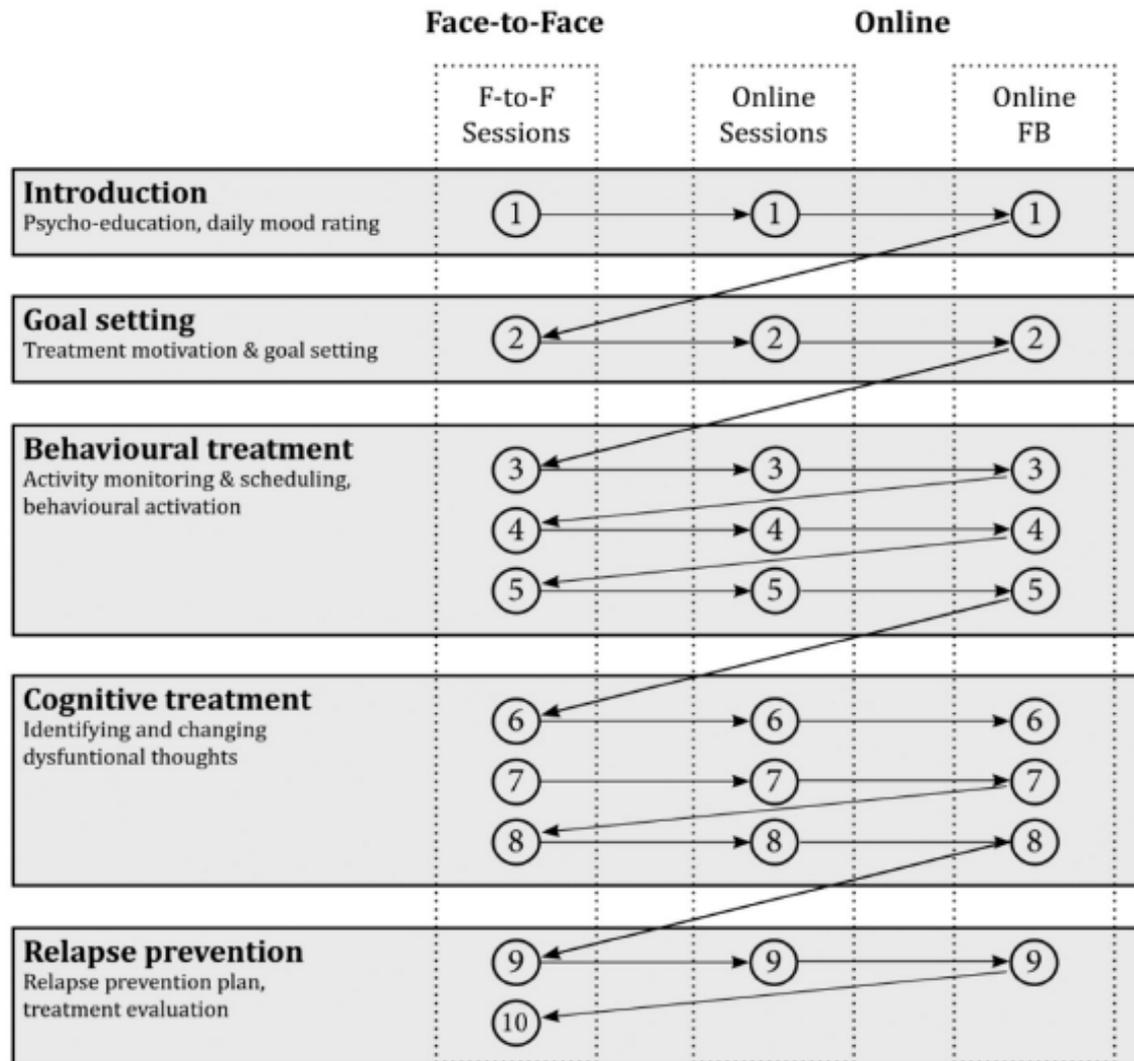
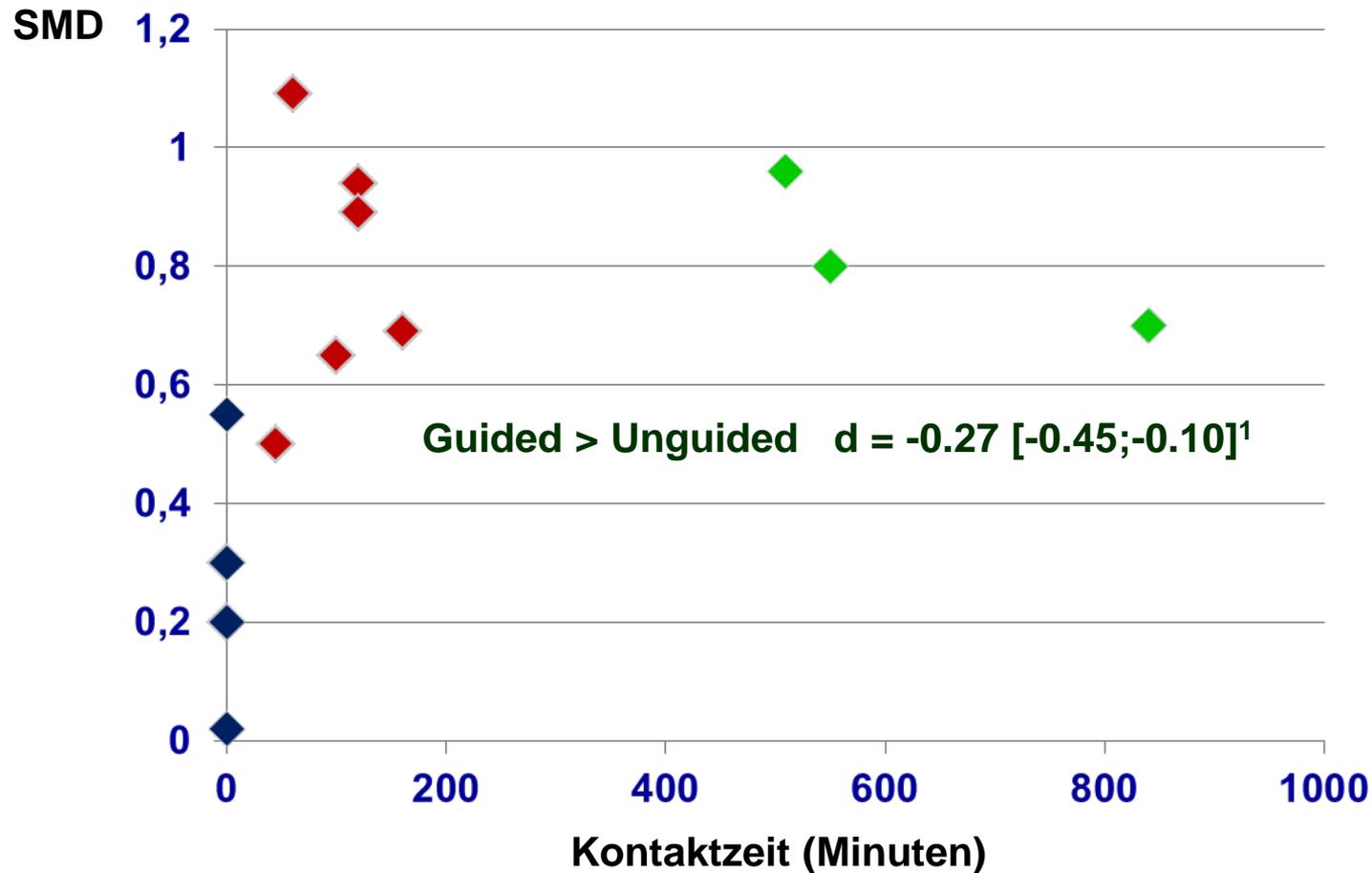


Fig. 1. Overview of the blended treatment protocol Note: F-to-F sessions: face-to-face sessions; Online FB: online feedback.

## IMIs als Unterstützung der F2F-Therapie: Fokus Ressourcen

### Wirksamkeit von IMIs in Abhängigkeit der Guidance<sup>1</sup>



# IMIs als Unterstützung der F2F-Therapie: Fokus Wirksamkeit

## Sitzungszahl-Wirksamkeitsverhältnis<sup>1</sup>

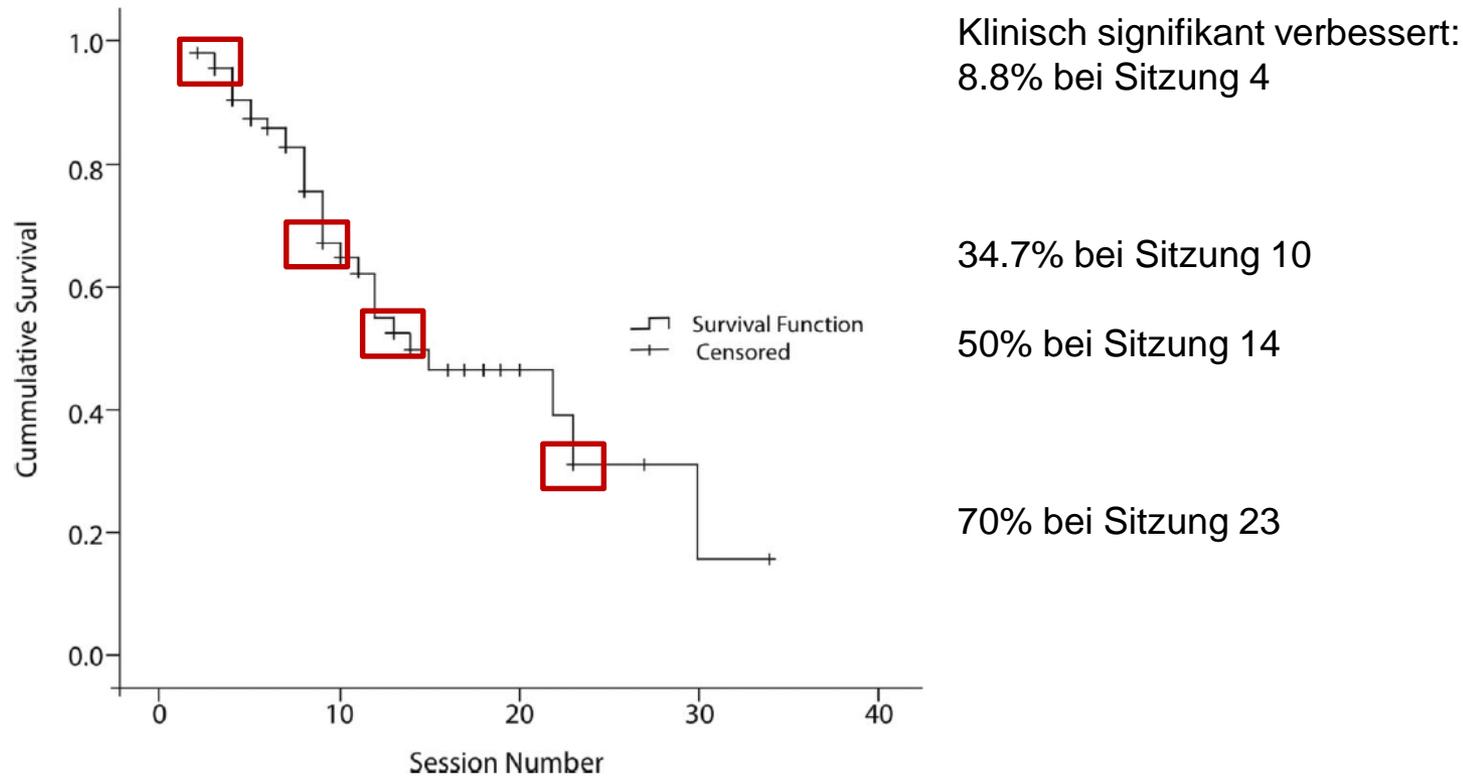


Figure 3. Kaplan-Meier survival plot of dysfunctional clients who reach clinical significance.

<sup>1</sup> Harnett P et al., Clinical Psychologist 2010;14:39-44.

# Blended Therapy Studie: Akzeptanz und Bedarf

## blended therapy

Eine Studie der Universität Ulm in Kooperation mit der  
Landespsychotherapeutenkammer  
Baden-Württemberg



ulm university universität  
**uulm**

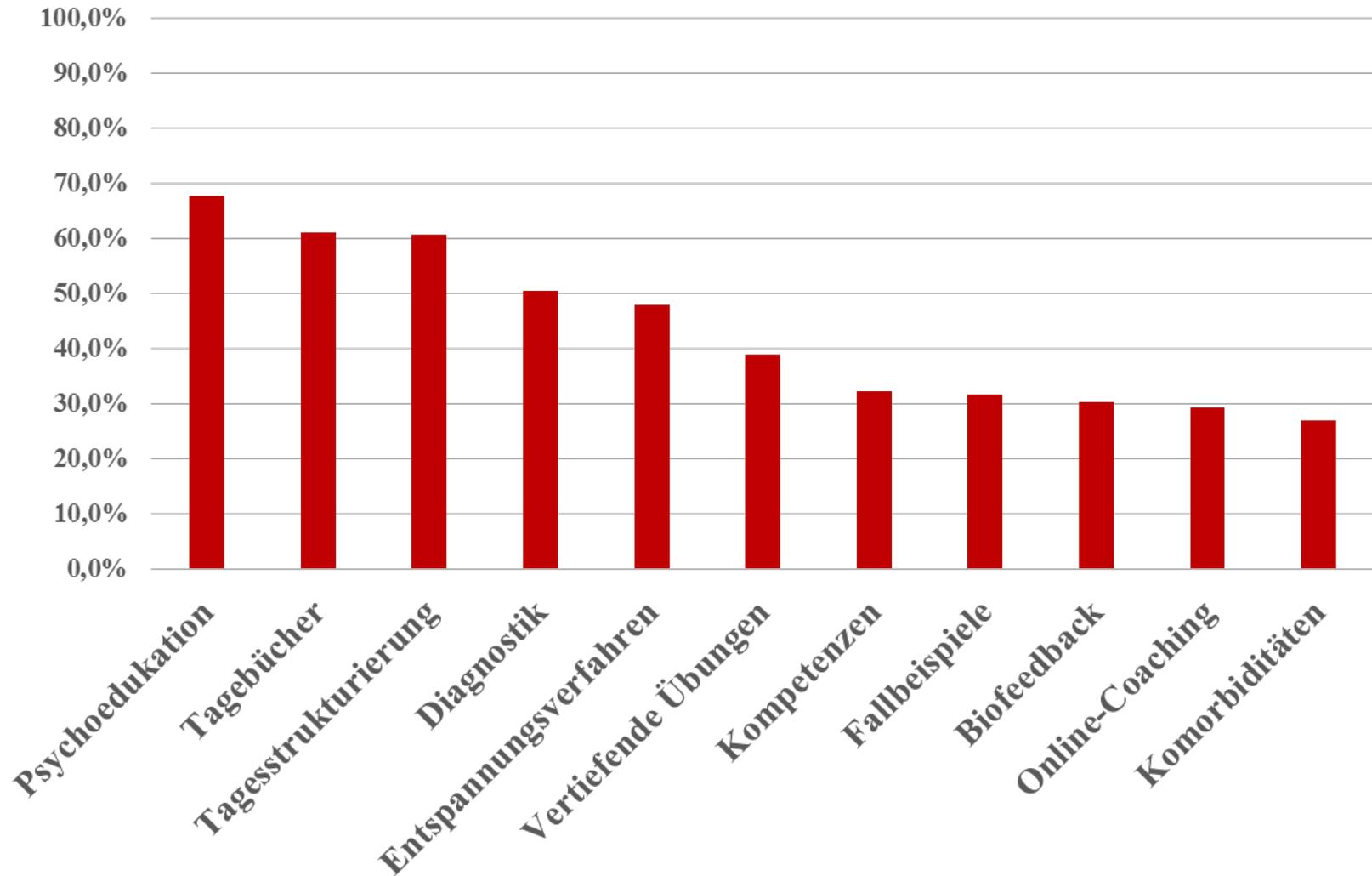


Landespsychotherapeutenkammer  
Baden-Württemberg

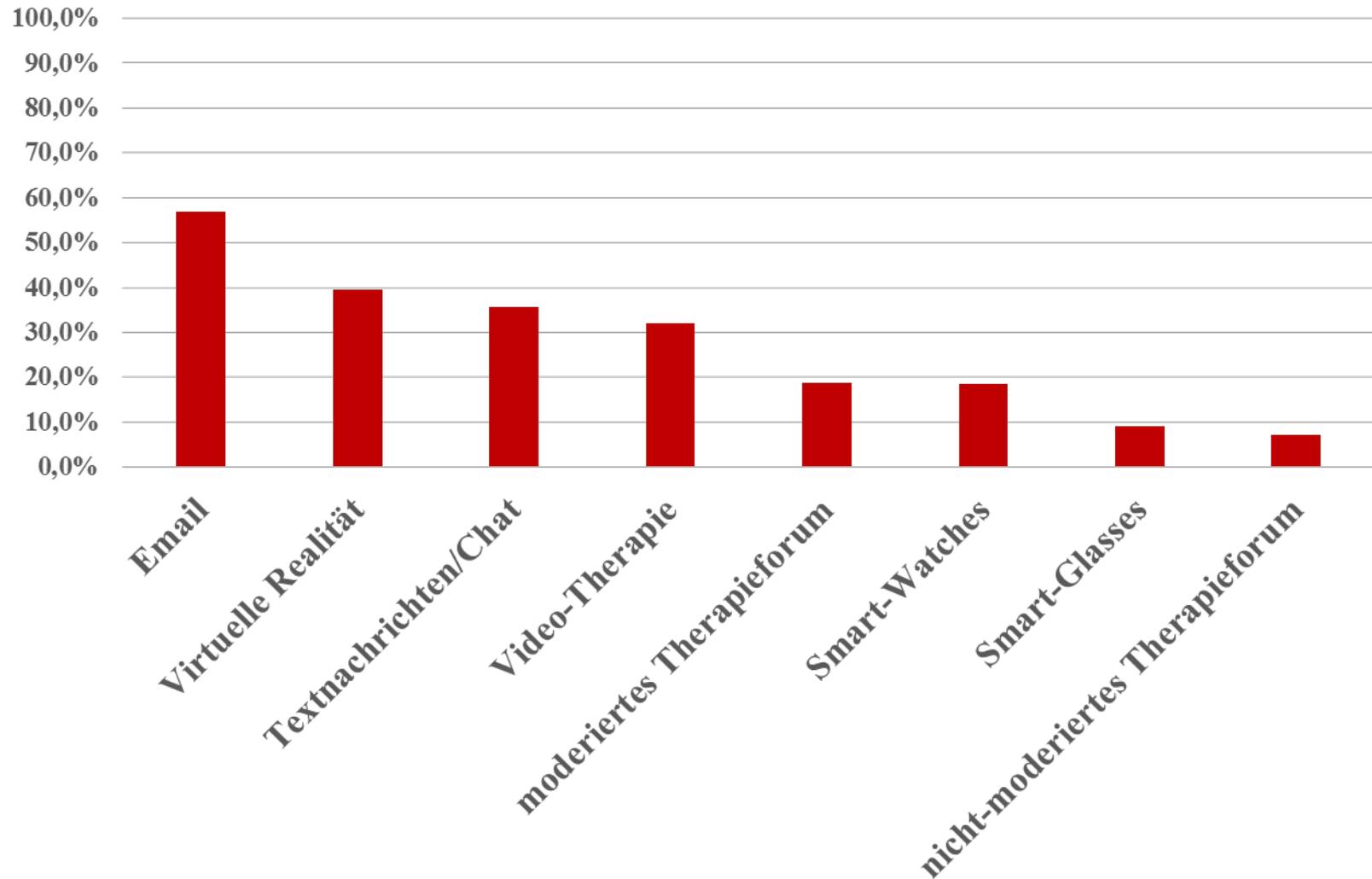
## Blended Therapy Studie: Akzeptanz und Bedarf

- **Studiendesign:** Online-Survey
- **Einschlusskriterium:** Psychologischer Psychotherapeut, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut oder ärztlicher Psychotherapeut
- **Rekrutierung:** Dezember 2016 bis März 2017
- **Teilnehmende Kammern:** Psychotherapeutenkammer Baden-Württemberg, Schleswig-Holstein, Bayern, Hessen und Hamburg; Ärztekammer Hessen
- **Rekrutierungskanäle:** E-Mail-Verteiler (n = 5 Kammern); einen Hinweis auf der Homepage (n = 4); postalisches Anschreiben (n = 1).
- **13.470 Psychotherapeuten** schriftlich über Studie informiert (= ca. 34 % aller beschäftigten Psychologischen Psychotherapeuten und Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten in Deutschland).
- **273 Psychotherapeuten** randomisiert

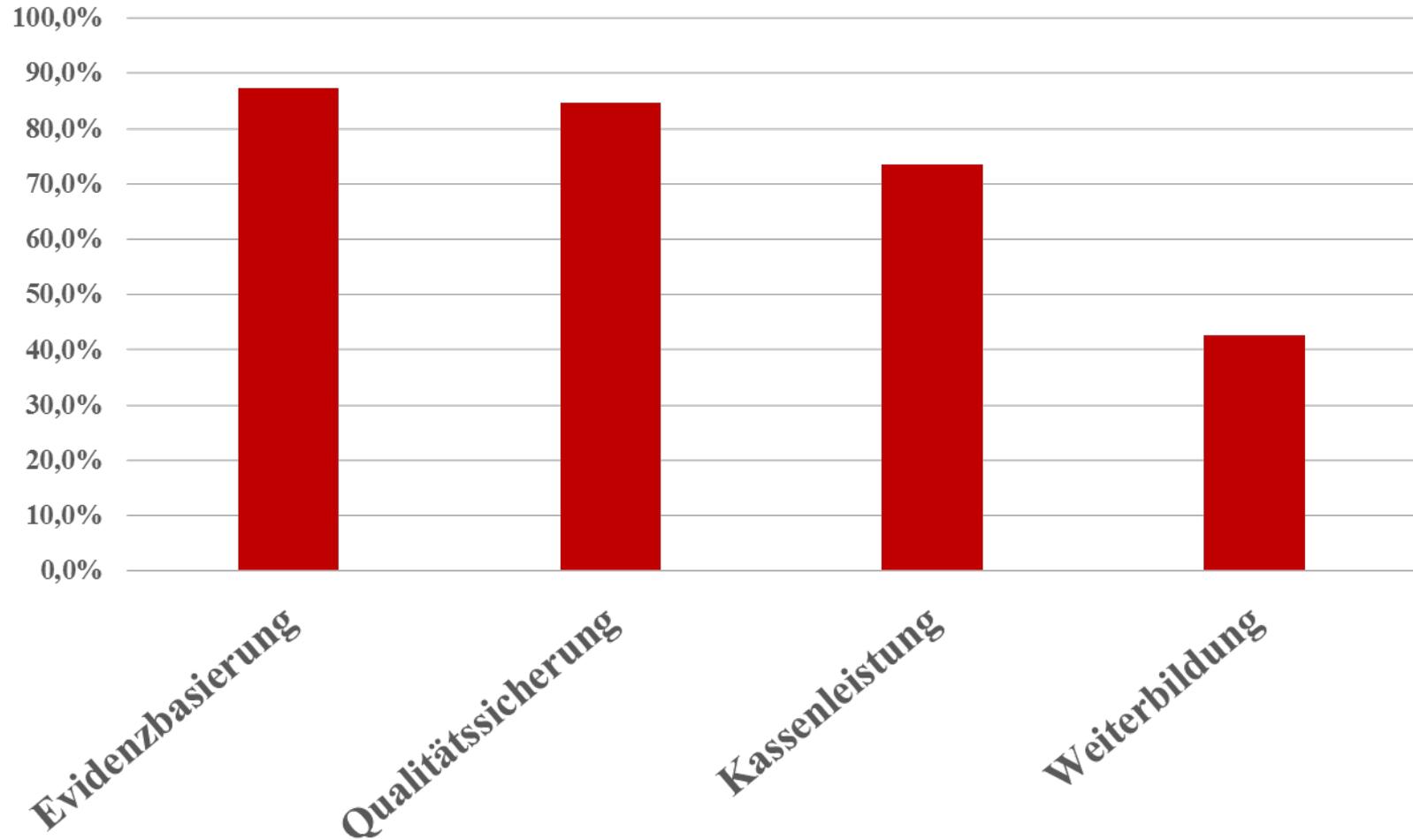
# Einsatzmöglichkeiten (trifft ziemlich bis völlig zu)



## Medium (trifft ziemlich bis völlig zu)



# Voraussetzungen (trifft ziemlich bis völlig zu)



# Akzeptanz

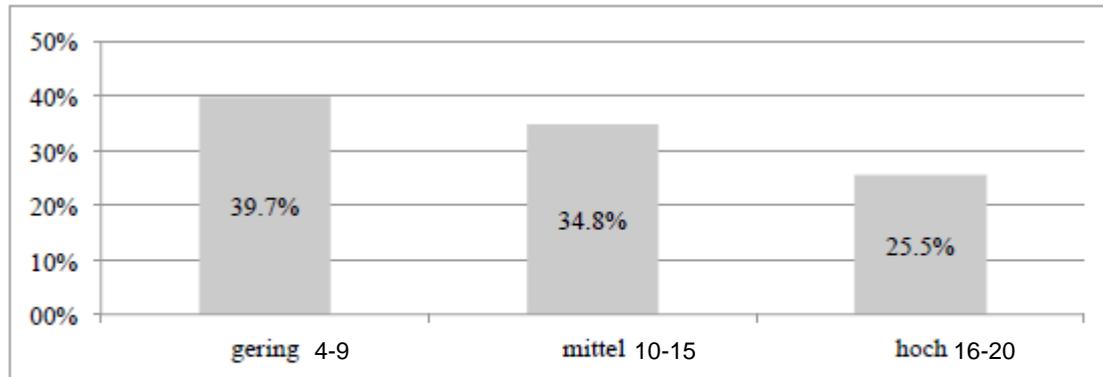


Abbildung 6. Unbeeinflusste Akzeptanz der Psychotherapeuten gegenüber blended therapy ( $n = 161$ ).

**KG:**  
**M = 11.30 (SD = 4.73)**

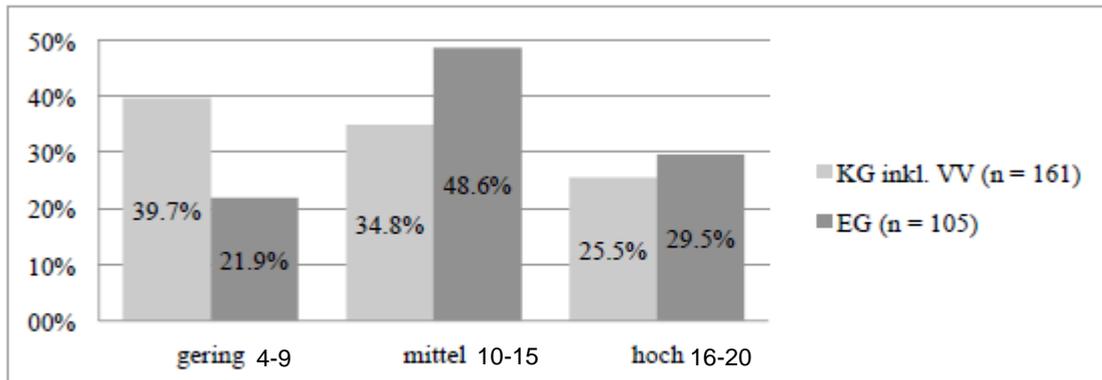


Abbildung 7. Unterschiede hinsichtlich der Akzeptanz gegenüber blended therapy zwischen der Experimental- und Kontrollgruppe.

**EG:**  
**M = 12.95 (SD = 4.32)**

**d = .33 (p = .009)**

# Moderatoren: Psychotherapieverfahren

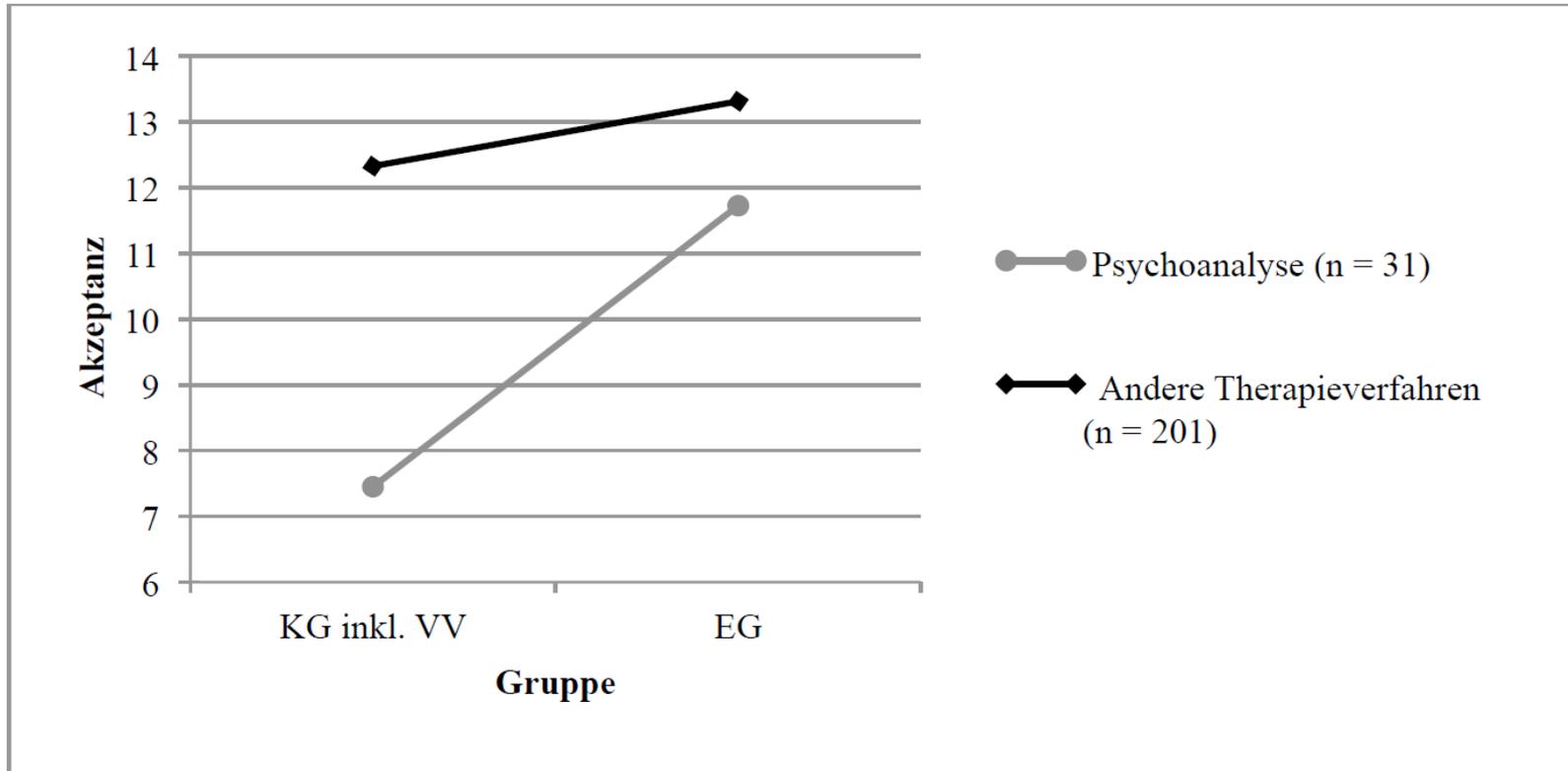


Abbildung 8. Psychoanalytische Therapieausrichtung als Moderator zwischen der akzeptanzfördernden Intervention (AFI) und der Akzeptanz.

# Blended Therapy: Wahrgenommene Chancen

Chancen	
Patienten	Therapeuten
Therapie Zeit- und ortsunabhängiger gestaltbar	Therapie Zeit- und ortsunabhängiger gestaltbar
Zeitersparnis	Zeitersparnis
Überbrückung von Wartezeiten	Überbrückung von Wartezeiten
Mehr Abwechslungsreichtum; Attraktivität der Medien	Mehr Abwechslungsreichtum; Attraktivität der Medien
Ggf. erhöhtes Commitment und Compliance (z.B. bei Hausaufgaben)	Unterstützung bei der Therapie (z.B. Psychoedukation, Übungen)
Empowerment: Hilfe zur Selbsthilfe	Weniger Therapieausfälle; erhöht Regelmäßigkeit
Zugang für Patienten, die sonst nicht erreicht werden	Transparenz des Therapieprozesses zwischen den Sitzungen

# Blended Therapy: Wahrgenommene Probleme

Bedenken	
Patienten	Therapeuten
Psychohygiene; Verdichtung der Therapie kann zur Überforderung führen	Psychohygiene; Verdichtung der Therapie kann zur Überforderung führen
Beziehung wird vermieden; Beziehungsmuster können nicht aufgelöst werden	Therapeut als Maschine / Maschine als Therapeut; Verringerter Spielraum
Wird Individualität von Patienten nicht gerecht	Monokultur VT
Kommunikationsmissverständnisse und –reduktion (Gestik, Mimik, Tonfall, Fehlinterpretation, sonstige Sinneseindrücke)	
Hoher Datenschutzstandard notwendig, es gibt kein sicheres Internet	
Großer Zeitaufwand der unbezahlt bleibt	
Haftungsfragen, wer übernimmt Verantwortung für das Programm	

## Fazit II

### Abfolge:

- Sequentiell
- Integriert

### Dosierung / Verhältnis

F2F <-> IMI

## Blended Therapy

### Ziel:

- Ressourcen
- Wartezeit
- Wirksamkeit
- Nachhaltigkeit
- IMI-Adhärenz
- Krisensituationen
- Kompetenz

### Setting:

- Psychische Störungen
- Körperliche Erkrankung

# Vielen Dank für Ihr Interesse...und ein Dankeschön an das gesamte Team!

## TEAM:

H. Baumeister  
J. Adelhoch  
N. Bauereiß  
E. Bendig  
M. Domhardt  
S. Kallinger  
J. Lin  
A. Küchler  
E. Rathner  
S. Paganini  
H. Scharm  
L. Sander

...und viele, viele  
- HiWis  
- Ehemalige  
- Kooperationspartner

DANKEN!

