



Medienmitteilung

Digitalisierung als Chance für die Psychologie

Bern, 13. November 2017

Die Digitalisierung verändert vieles. Auch in der Psychologie ergeben sich neue Möglichkeiten: Dienstleistungen wie Psychotherapie, psychologische Beratung oder Coaching werden vermehrt online angeboten und genutzt. Eine vergangene Woche in Bern von der Föderation der Schweizer Psychologinnen und Psychologen (FSP) organisierte Tagung beschäftigte sich mit der Frage, welche Chancen und Herausforderungen diese Entwicklung birgt.

Es gibt verschiedene Möglichkeiten, psychologische Beratung oder Psychotherapie auf Distanz anzubieten. Nebst E-Mail, Chat, Telefon, oder Videokonferenzen sind dies vor allem auch Selbsthilfeprogramme, die via App oder andere Online-Tools genutzt werden. Hilfesuchende arbeiten entweder ungeleitet, also völlig selbständig, mit diesen Programmen, oder die Nutzung kann zusätzlich von einem Therapeuten begleitet werden, der je nach Bedarf in den Therapieverlauf eingreifen kann. Zunehmend setzen sich auch Mischformen durch, bei denen Hilfesuchende eine konventionelle Therapie erhalten, die durch Module eines Selbsthilfeprogramms ergänzt wird.

Thomas Berger, Psychologieprofessor an der Universität Bern, betonte vor allem die Vorteile der Online-Therapie und -Beratung. So seien Menschen im schriftlichen Verkehr offener, man dringe viel direkter zu den Problemen vor. Vor allem aber biete die Online-Psychologie die Chance, Personen zu erreichen, die mit herkömmlichen Methoden nicht erreicht werden. Menschen, die aus Scham den Gang zum Therapeuten vermeiden, lassen sich von einem anonymen Online-Tool möglicherweise eher helfen. Für Personen, die wenig Zeit haben, bieten Online-Tools den Vorteil, dass der Nutzer bestimmt, wann er mit dem Tool arbeiten will. Offensichtliche Vorteile bieten Online-Tools auch für Personen, die abgelegen wohnen oder in der Mobilität eingeschränkt sind.

Qualitätsstandards für die richtige Anwendung

Die Wirksamkeit vieler Tools ist für sehr viele Störungsbilder bereits mehrfach nachgewiesen. Wichtig ist aber die richtige Anwendung. Hilfesuchende benötigen zudem Anhaltspunkte, um seriöse von unseriösen Angeboten zu unterscheiden. Deshalb hat die FSP gemeinsam mit der FMPP, dem Verband der Psychiaterinnen und Psychiater, Qualitätsstandards für psychologische und psychotherapeutische Onlineangebote erarbeitet. Sabine Schläppi, Geschäftsleiterin der FSP, sagt: «Wir haben in diesen Standards Anforderungen definiert, die ein qualitativ hochstehendes Angebot erfüllen muss. So wissen Psychologen, worauf sie bei der Bereitstellung ihres Angebots achten müssen.»

Eine der Anforderungen betrifft den Datenschutz. Um den Schutz der hochsensiblen Daten, die bei der Online-Therapie oder -beratung entstehen, zu gewährleisten, müssen Vorkehrungen getroffen werden, die auch von den Nutzenden beachtet werden müssen.



FÖDERATION DER SCHWEIZER PSYCHOLOGINNEN UND PSYCHOLOGEN
FÉDÉRATION SUISSE DES PSYCHOLOGUES
FEDERAZIONE SVIZZERA DELLE PSICOLOGHE E DEGLI PSICOLOGI

Psychologieberufe verschwinden nicht

Die Teilnehmenden des abschliessenden Podiumsgespräch waren sich in einem einig: Die Digitalisierung wird den Beruf des Psychologen nicht überflüssig machen. Im Gegenteil sei sie vor allem eine Chance, die die Nachfrage sogar erhöhen könnte, wie Patrick Schellenbauer von Avenir Suisse meinte. Stefan Spycher, Vizedirektor des Bundesamts für Gesundheit, und Thomas Berger zeigten sich überzeugt, dass es eine Vielfalt brauche. Die Online-Tools und ihre zukünftigen Weiterentwicklungen seien Ergänzungen, die für viele Menschen hilfreich seien, aber nicht alle Probleme lösen können. Samuel Rom, Psychotherapeut und Vorstandsmitglied der FSP, freut sich über die neue Entwicklung. Er sei optimistisch und überzeugt davon, dass die Digitalisierung für die Psychologinnen und Psychologen wie auch für Patienten und Klientinnen viel Positives bringe.

Weitere Informationen:

Olivier Rüeegsegger, Medienstelle FSP, 031 388 88 48, info@fsp.psychologie.ch

Die Föderation der Schweizer Psychologinnen und Psychologen (FSP) wurde 1987 gegründet und ist der grösste Berufsverband von Psychologinnen und Psychologen in der Schweiz. Sie zählt heute 7500 Mitglieder – davon rund die Hälfte Psychotherapeut(inn)en – und besteht aus 46 Gliedverbänden. Die FSP ist eine aktive, politische und gesellschaftliche Kraft im Dienste der psychischen Gesundheit, der persönlichen Entwicklung und der Leistungsfähigkeit aller. www.psychologie.ch