

**Zeitschrift:** SuchtMagazin  
**Herausgeber:** Infodrog  
**Band:** 40 (2014)  
**Heft:** 3

**Buchbesprechung:** Bücher zum Thema

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 11.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Die Universität Bern führt laufend Studien zu internetbasierten Ansätzen bei Angststörungen und Depressionen durch. Die Teilnahme ist kostenlos. Eine Übersicht über die laufenden Studien findet sich auf [www.online-therapy.ch](http://www.online-therapy.ch)

Auch an der Universität Zürich werden internetbasierte Therapien bei Depressionen, Traumata und posttraumatischen Belastungsstörungen sowie bei anhaltender schwerer Trauer angeboten: [www.tinyurl.com/nrtt556](http://www.tinyurl.com/nrtt556)

Beispielprojekte bzw. laufende Studien im Suchtbereich sind in der Schweiz [www.canreduce.ch](http://www.canreduce.ch) oder [www.snow-control.ch](http://www.snow-control.ch) zur Reduktion des Cannabis- bzw. Kokainkonsums. Weitere Projekte finden sich auf der Homepage des Schweizer Instituts für Sucht- und Gesundheitsforschung Zürich: [www.isgf.ch](http://www.isgf.ch)

egel und Qualitätskriterien für Online-Gesundheitsangebote entwickelt,<sup>15</sup> viele wissen aber nichts davon und achten nicht darauf.

### Zukunft der Online-Therapie?

Die Verbreitung und Zugänglichkeit des Internets hat zu umfassenden Umwälzungen in verschiedenen Lebensbereichen geführt. Auch in der psychosozialen Versorgung werden wir uns wahrscheinlich daran gewöhnen, dass psychologische Interventionen bis zu einem gewissen Grad online vermittelt werden. Mögliche zukünftige Anwendungsbereiche sind der Einsatz in der ärztlichen Grundversorgung (z.B. bei leicht und mittelschwer belasteten PatientInnen als Alternative zu medikamentösen Therapien), in psychotherapeutisch-psychiatrischen Settings (z.B. als Ergänzung zu einer Therapie; für PatientInnen, die auf eine psychotherapeutische Behandlung warten; als Vorbereitung auf eine Therapie; zur Nachsorge und Rückfallprävention nach einer ambulanten oder stationären Therapie) oder in anderen medizinischen Settings (z.B. psychologische Unterstützung für somatisch erkrankte PatientInnen). In Ländern wie Schweden und Australien wurden inzwischen auch «virtuelle» Kliniken gegründet, die der breiten Bevölkerung empirisch validierte internetbasierte Interventionen nachhaltig verfügbar machen. Insgesamt können online-vermittelte Therapien das psychosoziale Versorgungsangebot in vielfältiger Weise erweitern und damit mithelfen, die hohen Prävalenz- und Inzidenzraten psychischer Störungen in der Bevölkerung zu reduzieren. ●

### Literatur

- Andersson, G./Hedman, E. (2013): Effectiveness of guided internet-based cognitive behavior therapy in regular clinical settings. *Verhaltenstherapie* 23: 140-148.
- Andrews, G./Cuijpers, P./Craske, M./McEvoy, P./Titov, N. (2010): Computer therapy for the anxiety and depressive disorders is effective, acceptable and practical health care: A meta-analysis. *PLoS One* 5(10): e13196.
- Berger, T./Andersson, G. (2009): Internetbasierte Psychotherapien: Besonderheiten und empirische Evidenz. *Psychotherapie, Psychosomatik und medizinische Psychologie* 59(3/4): 159-170.
- Berger, T./Boettcher, J./Caspar, F. (in press). Internet-based guided self-help for several anxiety disorders: A randomized controlled trial comparing a tailored with a standardized disorder-specific approach. *Psychotherapy: Online First*.
- Cuijpers, T./Donker, T./van Straten, A./Andersson, G. (2010): Is guided self-help as effective as face-to-face psychotherapy for depression and anxiety disorders? A meta-analysis of comparative outcome studies. *Psychological Medicine* 40: 1943-1957.
- Hedman, E./Ljotsson, B./Lindfors, N. (2012): Cognitive behavior therapy via the internet: A systematic review of applications, clinical efficacy and cost-effectiveness. *Expert Review of Pharmacoeconomics & Outcomes Research* 12: 745-764.
- Klasen, M./Knaevelsrud, C./Böttche, M. (2013): Die therapeutische Beziehung in internetbasierten Therapieverfahren. *Nervenarzt* 84: 823-831.
- Klein, J./Berger, T./Schröder, J./Späth, C./Meyer, B./Caspar, F./Lutz, W./Greiner, W./Hautzinger, M./Rose, M./Gräfe, V./Hohagen, F./Andersson, G./Vettorazzi, E./Moritz, S. (2013): The EVIDENT-trial: protocol and rationale of a multicenter randomized controlled trial testing the effectiveness of an online-based psychological intervention. *BMC Psychiatry* 13: 239.
- Richards, D./Richardson, T. (2012): Computer-based psychological treatments for depression: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review* 332: 329-342.

### Endnoten

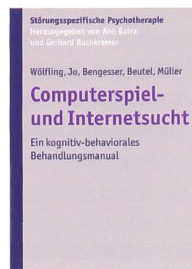
- 1 Vgl. Berger/Andersson 2009.
- 2 Vgl. Cuijpers et al. 2010; Andrews et al. 2010.
- 3 Vgl. Berger et al. in press.
- 4 Vgl. Berger/Andersson 2009.
- 5 Vgl. Berger et al. in press.
- 6 Vgl. Berger et al. in press.
- 7 Vgl. Berger/Andersson 2009.
- 8 Vgl. Cuijpers et al. 2010; Andrews et al. 2010.
- 9 Vgl. Hedman et al. 2012.
- 10 Vgl. Ebd.
- 11 Vgl. Andersson/Hedman 2013.
- 12 Vgl. Klasen et al. 2013.
- 13 Vgl. Richards/Richardson 2013.
- 14 Vgl. Klein et al. 2013.
- 15 z.B. Health On the Net Foundation: [www.hon.ch](http://www.hon.ch); Qualitätskriterien für psychologische Angebote im Internet der Föderation der Schweizer PsychologInnen FSP: [www.tinyurl.com/kpqmuug](http://www.tinyurl.com/kpqmuug), Zugriff 12.05.2014.

## Bücher zum Thema



**Einführung Onlineberatung und -therapie. Grundlagen, Interventionen und Effekte der Internetnutzung**  
Christiane Eichenberg/Stefan Kühne  
2014 (Juli), UTB, 270 S.

In der psychosozialen Beratung und Therapie sind digitale Medien auf dem Vormarsch. Diese Einführung in Onlineberatung und -therapie stellt Forschung und Praxis in den drei Feldern klinisch-psychologischer Intervention im Internetsetting (Information, Beratung, Therapie) mit deren Chancen und Grenzen vor. Erläutert werden Wirksamkeit, mediale Veränderung der therapeutischen Beziehung sowie klinisch relevante Auswirkungen der Internetnutzung. Praxisnahe Methoden, Fragen zu jedem Kapitel und weiterführende Links machen dieses didaktisch bestens aufbereitete Lehrbuch zur unverzichtbaren Ausbildungsgrundlage in der Onlineberatung und -therapie.



**Computerspiel- und Internetsucht. Ein kognitiv-behaviorales Behandlungsmanual**  
Klaus Wölfling/Christina Jo/Isabel Bengesser/Manfred E. Beutel/Kai W. Müller  
2013, Kohlhammer, 153 S.

Die suchtartige Nutzung des Internets hat als relevantes Störungsbild Eingang in die medizinisch-therapeutische Versorgung gefunden. Die Ambulanz für Spielsucht in Mainz ist bundesweit führend in der Erforschung von Computerspiel- und Internetsucht sowie der Entwicklung und Evaluation störungsspezifischer Behandlungskonzepte. Das daraus entstandene Manual informiert wissenschaftlich fundiert über Krankheitsbild, Diagnostik und Therapie der Computerspiel- und Internetsucht und beschreibt adäquate Behandlungsstrategien. Zahlreiche Fallbeispiele runden das Werk ab. ContentPLUS beinhaltet Materialien für die therapeutische Arbeit.