

# Seminar „Online-Therapie und -Beratung“

mit anschließender Möglichkeit zur Ausbildung zum „Online-Therapeuten“

1

## Möglicher Rahmen:

- Integration in den laufenden Ausbildungslehrgang zum Psychologischen Psychotherapeuten
- Als Zusatzqualifikationen für approbierte Psychotherapeuten

## Dauer:

Zwei aufeinander aufbauende Ausbildungsabschnitte (blended-learning)

Vor Ort: Ein Wochenende: Samstag 9-17 Uhr und Sonntag 9-17 Uhr  
(erster Ausbildungsabschnitt: 16 UE)

Online: Durchführung einer definierten Anzahl von Online-Sitzungen  
(zweiter Ausbildungsabschnitt)  
zwischen Therapeut und Patient/Gruppe  
a) in niedergelassener Praxis / Klinik  
b) Übernahme einer webPRAX- Gruppe

**Danach optional möglich (Kosten nicht im Seminar enthalten):**

Supervision: a) Einzel-Online-Supervisionen (3 UE) sowie  
b) Kleingruppensupervision (4 UE) vor Ort

## Samstagvormittag:

### Theorie

#### **Einführung in das Thema Online-Beratung/Online-Therapie**

- Definitionen
- Chancen und Grenzen
- Kommunikationsformen / Interventionsformen
  - Einzelsettings / Gruppensettings
  - Dialogsysteme / E-Mail, Chat / Foren
  - Selbsthilfeprogramme / Virtual Reality / Serious Games
- Rahmenbedingungen
  - Recht / Technik / Berufsordnung / Datenschutz und Sicherheit
- Störungsbilder
- Einsatzbereiche (Ambulante, teilstationäre, stationäre Betreuung)
  - Vorsorge, Brückenintervention, Therapie, Nachsorge, Blended-Intervention
- Ethik
- Wirksamkeit / Evaluation

## Samstagnachmittag:

### Theorie

#### **Was macht einen guten Online-Therapeuten aus?**

- Kommunikationskompetenz
  - Mediensprache (verbal und schriftlich)
  - Mimik/Gestik
- Beratungskompetenz
  - Manuale / Therapiekonzepte
  - Moderatorentaining: Blickkontakt, die Gruppe leiten, loben & lächeln, klare Linie/Struktur, Motivation, Belohnung
- Organisatorische/Technische Rahmenbedingungen
  - In der Praxis oder zu Hause
  - Sicherer Umgang mit der Technik

### Praxis

#### **Praktisches Üben Videoplattform (Einzel- und Gruppensetting) in Kleingruppen:**

- Auswahl einer Probesession (ca. 20 Minuten) und Rollenspiel in Kleingruppen über die Video-Plattform, z.B. ein Therapeut und 3-4 Patienten, nach 20 Minuten wechseln der TN, bis alle einmal in der Therapeutenrolle waren.
- Besprechung in der Kleingruppe, Herausarbeiten der Besonderheiten
- Besprechung in der großen Gruppe

## Sonntagvormittag:

### **Praxis**

#### **Umgang mit ergänzenden therapeutischen Online-Modulen/ Blended-Intervention:**

- Psychoedukation
- Kognitiv-behaviorale Funktionen
  - Online-Therapiebuch, time-line, Glücksmomente, Audiodateien zu Entspannung, Achtsamkeit, Stressreduktion, Augen- und Rückenübungen und weitere Funktionen
- Audio-Visuelle Elemente
  - Entspannungstechniken
  - Bewegung / Physio / Sport
  - Ernährung
  - Schlaf
- Evaluation

3

## Sonntagnachmittag:

### **Praxis**

#### **Vertiefung und Abschluss**

- Vertiefung der Online-Sitzungen in Kleingruppen durch Nutzung und Integration der ergänzenden Online-Module vom Vormittag; Jeder TN sollte einmal die Therapeutenrolle innehaben
- Besprechung der Übung
- Planung
  - a) der späteren Online-Sitzungen des zweiten Ausbildungsabschnittes sowie Auswahl möglicher Patienten in Bezug auf deren Störungsbilder und Persönlichkeit
  - b) Terminabsprache für die Kleingruppen-Supervision vor Ort
- Abschlussbesprechung