BPtK
Bundes
Psychotherapeuten
Kammer

BPtK-Patienten-Checkliste für Internetpsychotherapie

Die BPtK rät Patienten, ihre psychischen Beschwerden in der Sprechstunde eines Psychotherapeuten abklären zu lassen, bevor sie ein Internetprogramm nutzen. Ein Internetprogramm kann grundsätzlich keine verlässlichen Diagnosen stellen.

Als Ergänzung zu dieser Empfehlung einer persönlichen Beratung bei einem Psychotherapeuten hat die BPtK eine Checkliste entwickelt, mit der Patienten Internetprogramme für psychische Beschwerden und Erkrankungen selbst einer ersten Überprüfung unterziehen können. Jedes Programm sollte zumindest die Antworten auf die Fragen dieser Checkliste bieten. Ist dies nicht möglich, sollte ein Patient das Programm nicht nutzen.

Angaben zum Programm

- Wer bietet das Programm an?
- Für wen ist das Programm gedacht (zum Beispiel Kinder, Jugendliche, Eltern, Erwachsene)?
- Wozu ist das Programm gedacht? Soll es über psychische Erkrankungen informieren oder bietet es Unterstützung bei der Behandlung psychischer Erkrankungen?
- Basiert das Programm auf einem wissenschaftlich anerkannten psychotherapeutischen Verfahren?[1]
- Wurde das Programm wissenschaftlich auf seine Wirksamkeit überprüft? Sind dafür Studien als Belege angegeben?
- Sind Risiken und Nebenwirkungen des Programms beschrieben? Ist insbesondere beschrieben, wer es nicht nutzen sollte?

Wer sind die Ansprechpartner?

- Gibt es einen direkten Ansprechpartner? Sind die direkten Ansprechpartner Psychotherapeuten oder Ärzte?
- Erhält der Nutzer individuelle Ratschläge? Wer gibt diese Ratschläge: ein Computer oder ein Psychotherapeut oder ein Arzt? Bekommt der Nutzer beispielsweise nur für ihn verfasste E-Mails, die sich auf seine Angaben und Auskünfte beziehen?
- Wie viel Zeit erfordert das Programm pro Tag oder Woche? Wie lange dauert die Nutzung des Programms insgesamt? Wann und wo kann der Nutzer das Programm einsetzen? Gibt es eine mobile Version?

Was passiert in Krisensituationen?

- Erfasst das Programm regelmäßig, wie die Behandlung verläuft?
- Klärt das Programm über mögliche Krisensituationen auf und informiert, wohin sich Patienten im Notfall wenden können?
- Bietet das Programm die Möglichkeit, bei Krisen kurzfristig mit einem Psychotherapeuten oder Arzt zumindest telefonisch sprechen zu können?

Datensicherheit

- Welche Daten werden erhoben?
- Wo werden die Daten gespeichert?
- Wer hat Zugang zu den Daten?
- Werden die Daten ausschließlich für das Programm oder noch für andere Zwecke genutzt?
- Werden die Daten ausreichend gesichert? Werden Antworten verschlüsselt?
- Zeigt das Programm, wer sich (zuletzt) in einen Account eingeloggt hat?
- Wie lange werden die gespeicherten Daten aufbewahrt? Wird dem Nutzer das Recht zugesichert, seine Daten löschen zu lassen?