

Inhaltsverzeichnis

Teil I Grundlagen und Vorbereitungen

1	Bevor es los geht: Einwände prüfen	3
1.1	Videositzungen erschweren den Zugang zu einer Behandlung	4
1.2	Videositzungen verhindern den Beziehungsaufbau	5
1.3	Videositzungen erschweren die Kommunikation	6
1.4	Videositzungen sind virtuell, eine echte Begegnung findet nicht statt.	7
1.5	Videositzungen sind unbequemer als Gespräche vor Ort	9
	Literatur.	10
2	Einführung.	11
2.1	Videositzungen in der Psychotherapie	11
2.1.1	Begriffe und Definitionen	13
2.1.2	Indikation und Kontraindikation von Videobehandlungen	15
2.1.3	Blended-Ansätze in der Psychotherapie: Wann passt welches Setting?	16
2.2	Videositzungen in der Supervision	19
2.2.1	Begriffe und Definitionen	19
2.2.2	Supervisionsformate.	20
	Literatur.	21
3	Grundlagen	25
3.1	Technische Grundlagen	26
3.1.1	Kamera und Bildausschnitt	26
3.1.2	Mikrofon	28
3.1.3	Beleuchtung	29
3.1.4	Anbieter von Videokommunikation	30
3.2	Rechtliche Grundlagen.	31
3.2.1	Psychotherapie.	31
3.2.2	Supervision und Beratung	34
	Literatur.	35

4 Arbeitsplatz- und Sitzungsorganisation	37
4.1 Arbeitsplatz und Hintergrund	38
4.2 Vorbereitung der Videobehandlung	40
4.3 Um die Videositzung herum	42
4.3.1 Homeoffice und Terminorganisation	42
4.3.2 E-Mail-Kommunikation und Internetauftritt	43
4.3.3 Gesundheitsinformationen und -anwendungen	45
Literatur	47
Teil II Es geht los...	
5 Inhalt und Ablauf	51
5.1 Kommunikation in der Videositzung	52
5.1.1 Mimik und Gestik	52
5.1.2 Stimme	53
5.1.3 Symboleinsatz	54
5.2 Die Beziehung in der Videositzung	54
5.2.1 Grenzen und Normen	55
5.2.2 Grenzverletzungen durch Berater und Therapeuten	57
5.3 Sitzungsregeln	59
5.3.1 Klarheit über den Aufenthaltsort	59
5.3.2 Privatsphäre, heimliche Zuhörer und Abbruchmöglichkeiten	60
5.3.3 Aufzeichnungen von Sitzungen	60
5.3.4 Video-Netiquette	61
5.4 Ablauf einer Videotherapie-sitzung	62
5.4.1 Gesprächseinstieg	62
5.4.2 Gesprächsverlauf	65
5.4.3 Gesprächsabschluss	66
Literatur	67
6 Möglichkeiten und Grenzen von Videositzungen	69
6.1 Was nur in der Videositzung funktioniert: Vorteile nutzen	70
6.1.1 Distanzvorteile	70
6.1.2 Psychologische Vorteile	72
6.1.3 Einblicke in die Lebensrealität und Veränderungen vor Ort	73
6.1.4 Fremdanamnesen und Sitzungen mit Bezugspersonen	76
6.1.5 Kurz- und Mikrositzungen	77
6.1.6 Integrierte Tools einsetzen	78
6.1.7 Informationsselektion: Kanalreduktion nutzen	80
6.2 Was auch in der Videositzung funktioniert: Nachteile wettmachen	80
6.2.1 Grenzen der Videositzung	81
6.2.2 Das Herstellen von Nähe und Rapport	82

6.2.3	Sitzungsabbruch, Notfall und Krise bewältigen.	84
6.2.4	Aus der Not eine Tugend machen: Technische Barrieren überwinden.	85
	Literatur.	87
7	Interventionen in Videotherapie und Videosupervision	89
7.1	Verhaltenstherapeutische Vorgehensweisen und Interventionen	91
7.1.1	Psychoedukation	91
7.1.2	Selbstbeobachtung und Protokollierung	92
7.1.3	Aktivitätsaufbau	92
7.1.4	Videoexposition	93
7.1.5	Spiegelexposition per Video.	96
7.1.6	Cue Exposure per Video.	96
7.1.7	Modelllernen, Soziale Kompetenz und Systematische Desensibilisierung	97
7.1.8	Videorollenspiele	99
7.1.9	Stuhldialoge und Telearbeit	100
7.1.10	Entspannung, Genuss und Achtsamkeit.	101
7.2	Systemische Vorgehensweisen und Interventionen	103
7.2.1	Auftragsklärung	105
7.2.2	Unfreiwillige Klienten und mangelnde Kooperation.	107
7.2.3	Fehlende Personen und Problemexternalisierung	108
7.2.4	Systemische Fragen	108
7.2.5	Narrativer Ansatz und Reflecting Team.	111
7.2.6	Reframing und Ressourcen	113
7.2.7	Genogramm und Organigramm	115
7.2.8	Skulpturen	116
7.3	Supervisionsspezifische Vorgehensweisen und Interventionen	117
7.3.1	Vorbereitung und Vorabinformation.	117
7.3.2	Allgemeine Hinweise für das Gruppensetting.	119
7.3.3	Ankommen, Kennenlernen und Teamentwickeln	121
7.3.4	Themen- und Auftragssammlung.	124
7.3.5	Zielklärung, Anliegen- und Fallbearbeitung	125
7.3.6	Feedback und Abschluss	127
7.3.7	Ausbildungs- und Lehrsupervision	127
	Literatur.	128
 Teil III Nach der Videositzung		
8	Selbstfürsorge	133
8.1	Körperlich fit bleiben	134
8.1.1	Übungen für Schulter, Nacken und Rücken.	134
8.1.2	Verbesserte Körperwahrnehmung	135
8.1.3	Übungen für Augen und Atmung.	137

8.2	Ausgleich schaffen	138
8.2.1	Detachment	138
8.2.2	Pausen	139
8.2.3	Entspannung.....	140
	Literatur.....	141