

Lang J. (2001) Umfrage Onlineberatung

(Zusatz zum Artikel von Lang J. (2001): Gut beraten it Internet)

1. Fragebogen an Onlineberaterinnen und -Berater

Liebe Kolleginnen und Kollegen,
Sehr geehrte Damen und Herren,

wir sind dabei, für eine Fachzeitschrift eine Darstellung zum Thema "Onlineberatung" zu verfassen. Dabei beschränken wir uns auf psychologische Angebote. Dazu möchten wir sehr gerne die Erfahrungen einbeziehen, die Sie mit Ihrem Angebot am Internet bis heute gemacht haben. Sie helfen uns sehr, wenn Sie die nachfolgenden Fragen auf Grund der Erfahrungen mit Ihrem pionierhaften Projekt beantworten. Als kleinen Dank dafür stelle ich Ihnen gerne den Artikel nach seiner Fertigstellung zu, wenn Sie dies wünschen.

Herzlichen Dank für Ihre Antwort, wenn möglich bis Ende April an folgende Adresse:

Zustelladresse: --> paarresearch@freesurf.ch

IEB, Dr. J. Lang, den 11.4.2001

1. Was hat Sie bewogen, ein Beratungsangebot am Internet zu eröffnen ?
2. Welche Themen oder Probleme bearbeiten Sie online, welche würden Sie online nicht angehen ?
3. Welches sind Ihre Zielsetzungen, die Sie mit dem Angebot erreichen möchten ?
4. Welches waren und sind die Fragen und Schwierigkeiten, die Sie selbst bei der Erstellung und beim Betreiben Ihres Angebotes antreffen ?
5. Wie intensiv wird Ihr Angebot besucht und benutzt - welche Tendenzen zeichnen sich ab ?
6. Welche Art von Leuten spricht auf Ihr Angebot an (Geschlecht, Alter, mit welchen Themen) ?
7. Können Sie etwas über positive und negative Rückmeldungen sagen ?
8. Mit welchen Methoden arbeiten Sie. Haben Sie ein bestimmtes Vorgehen. Was bewährt sich besonders, wo sehen Sie Grenzen.
9. Gelingt es Ihnen, eine Beziehung zu Ratsuchenden aufzubauen ? Wenn ja: was hilft dazu ?
10. Arbeiten Sie bei der Onlinearbeit nach einer bestimmten Theorie ?
11. Was denken Sie über die zukünftige Entwicklung von Onlineberatung
12. Möchte Sie den Artikel nach Fertigstellung erhalten ?
13. Darf ich Sie allenfalls namentlich zitieren, oder möchten Sie, dass Sie anonymisiert in den Artikel eingehen ?

Ich danke Ihnen sehr herzlich für Ihre Bemühung und wünsche Ihnen viel Erfolg.
Josef Lang

Umfrage des Autors

Es wurden 25 Online Beratungssites in Deutschland, Österreich und der Schweiz befragt. Die folgenden Anbieter haben geantwortet. Ihnen sei herzlicher Dank gesagt.

- | | | |
|--|---------------------------|----------------------------|
| 1. 24h@elternnotruf.ch | 2. adam@sexualberatung.ch | 3. andermatt@samovar.ch |
| 4. brigitte.schmitt@online-therapie.de | | 5. cturnheim@psychohelp.at |

6. info@psychotherapie-net.de 7. lang@paarberatung.ch 8. mh.geishofer@aon.at
9. offenetuer@bluewin.ch 10. rat@psycho-online.de 11. sven.buss@t-online.de
12. therapy@wanadoo.fr 13. Vdrewes@t-online.de

2. Durchführung und Ergebnisse

April 2001 (Durchführung: Dr. Josef Lang)

27 Anfragen, 13 Antworten. Zuerst wird eine Kurzfassung referiert. Nachstehend eine ausführlichere Darstellung.

2.1 Kurzfassung:

1. Beweggründe zum Angebot:

Berufschance	6x	2,4,5,6,7,11
Niederschwelliges Angebot:	5x	3,6,8,9,10
Neugier des Beraters:	2x	1,6, 13

2. Bearbeitbare Themen

Beziehung, Angst, Suizid, Sexualität, Konflikte, Erziehungsfragen, alles als Einstieg
Ausgeschlossen: Suizidgefährdung, Sucht, Psychosomatik, Leute ohne "Boden", klinische Probleme, Berufseignung

3. Zielsetzungen

Neue Leute erreichen:	7x	1, 2, 3, 4, 7, 8, 10
Erproben eines neuen Weges:	2 x	1, 4, 11
Bestimmte Zielgruppe:	3 x	5, 6, 9, 11, 13

4. Schwierigkeit des Betreibers / Therapeuten

Bezahlung:	5 x	1, 4, 5, 7, 11, 13
Unsicherheit	3 x	6, 8, 9
Verantwortung	2 x	6, 8

5. Benutzung

Wenn kostenlos:	4 x	2,3,7,10,13
< 3 pro Woche:	4 x	1,3,6,7
> 3 pro Woche:	3 x	4,5,11,12,13

6. Klientenkreis

Bis 25 jährig:	5 x	2,3,5,6,10
Über 25 jährig:	4 x	4, 7, 8,11, 13
Nicht eindeutig	3 x	1,2,9

7. Rückmeldungen von Ratsuchenden

Positiv: 6 x 1, 2, 5, 6, 8, 9, 13

Wenig Rückmeldung, meist nur einen Kontakt, aber keine negativen Rückmeldungen

8. Methoden des Vorgehens

Verschiedenste Ansätze oder deren Kombinationen werden genannt.

Einzelne Hinweise wie: Antwort in 24 Stunden, nur schriftlich, Hinweis auf regionale Angebote, Hinweis auf Grenzen, Ressourcen aktivieren.

9. Beziehung

Verschiedene Angaben, wie Beziehung entsteht:	9 x	1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 11, 13
Keine Beziehung:	2 x	7, 10

10. Theorie im Hintergrund

Verhaltenstherapie:	2 x	1, 3, 13
keine	2 x	4, 11
Systemisch	2 x	3, 9, 13

11. Zukünftige Entwicklung

Wachstum	5 x	3, 5, 8, 10, 11, 12, 13
Finanzierungsproblem	4 x	6, 7, 8, 11
Qualitätssicherung	4 x	6, 7, 8, 11

12. Interesse am Artikel

Alle Antwortenden sind am Artikel interessiert.

13. Zitate

Alle - mit einer Ausnahme - geben auch die Erlaubnis für Zitate, jedenfalls für "gescheite Zitate" (1x), oder nach vorheriger Einsicht (2x).

2.2 Vollständigere Darstellung der Umfrageergebnisse

Hier die einzelnen Antworten zu den 13 Fragen des Fragebogens, nach Kategorien stichwortartig gefasst. Die Zahl in Klammern bezeichnet die Antwortenden. (Reihenfolge entspricht nicht der Liste von oben)

1. Beweggründe zum Angebot:

Interesse, Neugier und Lust am Internet (1), wollte zweites Standbein (2), Arbeit als Mutter von zu Hause aus (2), Anforderungen des neuen Jahrtausends aufnehmen (2), niederschwelliges Angebot zur unkomplizierten Kontaktaufnahme (3), Investitionsfreier Berufsbeginn (4), Glaube an die Effizienz dieser Art (4), eine vielversprechende Marktlücke wahrzunehmen (5), niederschwelliges Angebot, um sonst nicht erreichbare Jugendliche anzusprechen (6), Innovationslust (6), sich im Bereich positionieren (6), Erfolg bei anderem Internetangebot (7), Neugier (7), niederschwelliges Angebot (8), Erfassung von Internetabhängigen (8), niederschwelliges Angebot für Eltern, auch für Väter (9), Ratsuchende können jederzeit Kontakt aufnehmen (10), berufliche Umstände (11), Information und Beratung im klinischen Bereich (12), Hilfe im Arbeitsbereich (12), Prävention (13), Neugierde (13)

Systematisch: (drei Hauptgruppen)

Berufschance	6x	2,4,5,6,7,11
Niederschwelliges Angebot:	5x	3,6,8,9,10
Neugier des Beraters:	2x	1,6, 13

2. Bearbeitbare Themen

Angst und Depression, aber keine schweren Fälle (1), ich bearbeite Beziehungsprobleme, Angst und Panikattacken, Konflikte und Krisen (2), nicht behandelt werden Suizidgefährdung und Suchtproblematik (2), Ausschlusskriterien s.1.Seite HP (3), nicht: psychosomatische Probleme und Psychosen (4), Sexualität, Erotik, Familie, Partnerschaft (5), sehen was kommt (6), Grenzen bei Leuten, die wenig Struktur oder Boden erkennen lassen (6), Grenzen bei Problemanhäufungen (6), nur Impulsberatung (7), Information (7), Hinweis auf Stellen für persönl. Kontakt (7) Einstiegsangebot bei gravierenden Störungen (8), inhaltliche Antworten (8), Hinweise auf weiterführende Wege (8), Erziehungsfragen (9), es braucht einen Auftrag

(9), Triage-Beratungen (9), Beziehungsberatung eher weniger (9), keine Suizidpatienten (10), Paarberatung (11), Erziehungsfragen(11), keine klinischen Probleme (11), Persönlichkeitsfragen (12) Berufseignung (12), Beziehungsthemen (13).

Systematisch: (Themen: keine eindeutigen Schwerpunkte)

Beziehung, Angst, Suizid, Sexualität, Konflikte, Erziehungsfragen, alles als Einstieg
Ausgeschlossen: Suizidgefährdung, Sucht, Psychosomatik, Leute ohne "Boden", klinische Probleme, Berufseignung

3. Zielsetzungen

Hilfestellung, Erprobung dieses Weges, Angebot an Leute, die sonst nicht dazu kämen (1), Menschen, die anonym bleiben möchten (2), Menschen ohne Möglichkeit hinzugehen wie Behinderte, Kranke, Heiminsassen, Angst- u. Panikgestörte (2), psycholog. Beratung populär machen (3), Alternative anbieten (4), Möglichkeit zu Muttersprache für Leute im Ausland (4), regelmässige Arbeit für Vielreisende (4), Infos zu Leben, Lust und Liebe (5), Jugendlichen mit ihren Fragen in der Adoleszenz Unterstützung geben (6), Menschen ermutigen, professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen, wenn eigene Ressourcen nicht ausreichen (7), kontaktscheue Menschen erreichen (8), anonym Hilfe zu bekommen (8), jenen einen Weg zu eröffnen, die sich leichter schriftlich ausdrücken (8), Unterstützung von Erziehungsaufgaben (9), Verhinderung von Misshandlung von Kindern durch rechtzeitige Hilfe (9), Leute "zu Hause" ansprechen (10), Möglichkeit an Klienten, anonym zu bleiben (10), Verständnis von Partnern erhöhen (11), Handlungsalternativen finden helfen (11), Beratung im klinischen Bereich (12), Beratung im Arbeitsbereich (12), frühzeitige Hilfe für Paare (13).

Systematisch: (drei Hauptgruppen)

Neue Leute erreichen:	7x	1, 2, 3, 4, 7, 8, 10
Erproben eines neuen Weges:	2 x	1, 4, 11
Bestimmte Zielgruppe:	3 x	5, 6, 9, 11, 13

4. Schwierigkeit des Betreibers / Therapeuten

Bezahlung (1), keine (3), zu viele Anfragen nach Gratis-Hilfe (4), Fehlen von Gratisangeboten im franz. und engl. Bereich (4), unbezahlte Arbeit (5), Abgrenzung national - international (6), gemeinsamen Stil im Team finden (6), Verantwortung tragen bei spez. Fragen - z.B. darf man abbrechen (6), nicht wissen, wie die Antworten rezipiert werden (6), Haftung für (schriftlich) festgelegte Antworten (6), Kapazitätsprobleme (bei Gratisangebot) (7), Unsicherheit des Beraters, weil Stimme fehlt (8), Angst vor Kunstfehlern (z.B. bei Suicidalen) (8), schwierig ist die Bewirtschaftung der Homepage, da Aussenbetreuung nötig (9), Problem ist die Unverbindlichkeit am Netz, wenn die Unverbindlichkeit selbst das zu behandelnde Problem ist (9), Aussteigen von Leuten bei einer Nachfrage (9), technische Schwierigkeiten (11), Bezahlung (11), Zeitdruck (12), Zeitaufwand ohne Bezahlung (13).

Systematisch: (drei Hauptgruppen)

Bezahlung:	5 x	1, 4, 5, 7, 11, 13
Unsicherheit	3 x	6, 8, 9
Verantwortung	2 x	6, 8

5. Benutzung

Gering, weniger als drei die Woche (1), Es läuft nur bei kostenlosem Angebot, was ich mir nicht leisten kann (2), Tendenz sinkend (2) Bei kostenlosem Angebot ca. 5 Anfragen pro Monat, bei Kostenpflicht kaum eine Anfrage Viele Zugriffe, aber wenig Resonanz, vielleicht Bedenken wegen mangelnder Seriosität solcher Angebote (3), 100 Besuche & 10 Anfragen pro Woche, seit 2 Jahren drei Therapien durchgeführt (4), 1200 Anfragen seit 1998 (5), 1-2 pro Woche (6), Tendenz steigend, vorübergehend nach Publikation (6), bei kostenlosem Angebot ca. 5 Anfragen pro Monat, bei Kostenpflicht kaum eine Anfrage (7), Hinweis auf andere Stelle, wo 5 Anfragen wöchentlich eingehen (7), mässig (8), Prognose schwierig - Befürchtung von zu grosser Nachfrage besteht (8), wenig, aber Tendenz steigend (9), häufig benutzt von Teenies mit irgendwelchen, auch unseriösen Fragen (10), Leute, die unentgeltlich eine Antwort wollen (10), Leute, die mich als Suchdienst benutzen wollen (10), 12 Anfragen pro Tag (11), 1-2 Anfragen täglich (12), Männer und Frauen gleichermassen (12), 1 pro Tag (13), Zu viele wenn kostenlos (13).

Systematisch: (drei Hauptgruppen)

Wenn kostenlos:	4 x	2,3,7,10,13
< 3 pro Woche:	4 x	1,3,6,7
> 3 pro Woche:	3 x	4,5,11,12,13

6. Klientenkreis

Keine Statistik (1), unterschiedlichst (2), Junge Leute bis 25 mit vorwiegend Fragen zur Partnerschaft (3), steigen aus ökonom. Gründen wieder aus (3), Frauen, viele Teenager, meist zwischen 15-40. Alle Themen (4), Jedes Alter, Schwerpunkt zwischen 13-18 (5), 13-21 Jährige, Geschlecht gleichverteilt (6), Themen: Familie und Ablösung, Sexuelle Ausbeutung, Depression, Suicidalität, Persönlichkeit und Identität, Sexualität und Liebe (6), 66% Frauen zwischen 20 und 40, 75% bezieht sich auf Abhängigkeit und Missbrauch von Alkohol und persönl. Probleme (7), 30-45 jährige, mehrheitlich Frauen (8), zu wenig (< 1 pro Woche) für Aussage (9), Teenies (10), vor allem Männer (10), Vorwiegend zwischen 15 und 40 jährig (11), Männer und Frauen zu gleichen Anteilen (12), mehr Frauen, durchschnittlich 30 jährig (13).

Systematisch: (drei Hauptgruppen)

Bis 25 jährig:	5 x	2,3,5,6,10
Über 25 jährig:	4 x	4, 7, 8,11, 13
Nicht eindeutig	3 x	1,2,9

7. Rückmeldungen von Ratsuchenden

Kostenlose Erstmail kommt positiv an, dann aber Schweigen (1), positive Rückmeldung und Danksagung, aber keine Bezahlung (2), noch keine Feststellung möglich (3), Therapien (= 3) erfolgreich abgeschlossen, eine abgebrochen wegen Verständigungsproblemen (4), keine neg. Rückmeldungen, nur positive (5), keine negativen (6), positiv im Sinne von "lässig, dass es das gibt" (6), Meldung, es habe geholfen (6), ein zweites Schreiben ist eine Ausnahme (7), wenig Erfahrung (8), einzelne sehr positive Rückmeldungen (8), wenig Rückmeldung, wenn, dann positiv (9), alleinstehende Leute schätzen die spontane Kontaktmöglichkeit (11), negativ wird manchmal die Finanzierung genannt (11), nur positive (13)

Systematisch:

Positiv: 6 x 1, 2, 5, 6, 8, 9, 13
 Wenig Rückmeldung, meist nur einen Kontakt, aber keine negativen Rückmeldungen

8. Methoden des Vorgehens

Verhaltenstherapie (1), ganzheitlicher Ansatz, geprägt von Gestalttherapie, Psychosynthese und Energiearbeit (2), Verweis auf 1. Seite HP (3), Basis Personenzentriert (4), E-Mails und News (5), eigentlich nicht (6), keine längeren Beratungen (6), systemisches Denken (6), ausgehend von vorliegenden Informationen werden Fachinformationen gegeben (7), psychotherapeutisches Wissen als Grundlage für weitergehende Hinweise (7), Antwort innerhalb von 48 Stunden (8), Transparenz der beruflichen Identität und Qualifikation (8), Aufzeigen von Grenzen der Onlineberatung (8), Hinweise auf regionale Beratungsmöglichkeiten (8), keine spezielle, wir stellen Fragen und aktivieren KlientInnen zu eigener Tätigkeit (9), das ganze System ansprechen, auch wenn nur eine Person schreibt (9), Ressourcen aktivieren (9), nur schriftlich (11), Informationen, Analysen, Tests, Beratung (12), Schreibmethoden (13), Beobachtungsaufgaben (13), Innere Dialoge anregen (13), Tests (13), Ressourcenaktivierung (13).

Systematisch:

Verschiedenste Ansätze oder deren Kombinationen werden genannt.

Einzelne Hinweise wie: Antwort in 24 Stunden, nur schriftlich, Hinweis auf regionale Angebote, Hinweis auf Grenzen, Ressourcen aktivieren.

9. Beziehung

Häufigerer E-Mailkontakt hilft und konkretes Nachfragen (1), Beziehung nach mehreren Kontakten (2), langjährige Beziehung zu früheren Klienten nach ihrem Wegzug und Weiterführung der Therapie über Internet (2), Medium ist nicht geeignet für überdauernde therap. Beziehung (3), ja aber nur online, praktisch keine per E-Mail (4), sehr, es gibt eine Art "anonyme Intimität" (5), Kontakte teilweise seit 2 Jahren regelmässig (5), Bedingt persönliches Engagement und Einfühlungsvermögen (5), keine Crew die arbeitet, sondern eine engagierte Person mit vollem Namen (5), Berater sind gewohnt, Beziehung aufzubauen = Ressourcen wahrnehmen und stärken, individualisierte Antworten, sehr konkret und spezifisch (6), Beziehung gibt es unbedingt (6), auch der Therapeut spürt Beziehung (6), eigentlich gelingt es nicht, eine Beziehung aufzubauen (7), Beziehung aufbauen ist nicht das Anliegen (7), wenn man die Anfrage als berechtigt und sinnvoll verstehen kann, schafft man Vertrauen (8), wir drängen zu keinem weiteren Schritt (8), Beziehung entsteht, wenn sich der Ratsuchende ernst genommen und verstanden fühlt und dann Rückmeldung gibt oder tel. Kontakt aufnimmt (9), keine Therapie (10), Nachfragen, bis die Situation "vor Augen" ist (11), Interesse für jemanden schafft Beziehung (11), Beziehung durch akzeptierendes Vorgehen (13).

Systematisch: (zwei Hauptgruppen)

Verschiedene Angaben, wie Beziehung entsteht:	9 x	1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 11, 13
Keine Beziehung:	2 x	7, 10

10. Theorie im Hintergrund

Verhaltenstherapie (1), innere Grundhaltung nach den Grundregeln der Gesprächsführung nach Rogers, Empathie, Wertschätzung und Echtheit (2), systemisch-ressourcenorientiert (Effektivitätsuntersuchungen siehe Schiepeck, G.) (3), klinisches Basiswissen (3), verhaltenstherapeutische Elemente (3), keine (4), nein, evt. Zeitgeist (5), cf. bei Frage 8 und 9 (6), auf der Grundlage des klinischen Wissens als Gestalttherapeut - adaptiert (7), aufgrund

der Erfahrungen von Kurzzeittherapie, System-, Paar- und Familientherapie (9), keine Theorie, keine Therapie (11), psychologische Psychotherapie (13).

Systematisch: (drei Hauptgruppen)

Verhaltenstherapie:	2 x	1, 3, 13
keine	2 x	4, 11
Systemisch	2 x	3, 9, 13

11. Zukünftige Entwicklung

Braucht noch lange Zeit (1), Nichtpsychologen bieten an, dann ist Qualität fraglich (1), wird an Bedeutung gewinnen, aber die Männerwelt hat die Domäne, weil mehr Geld und Zeit und besseren Umgang mit PC (2), wird dann frequentiert, wenn ein Bevölkerungsquerschnitt (auch Oma) das Internet benutzt (3), es gibt Zukunft, aber das Angebot muss theoretisiert und entmystifiziert werden (4), hat bestimmte Zukunft (5), Frage der Weiterentwicklung oder Integration in Portale oder so (6), Lokales sollte erhalten bleiben (6), Frage der Finanzierung und Qualitätssicherung (6), Einbezug von Life Chat (6), für viele Menschen attraktiv, wenn kostenlos, darum sollte es für eine öffentliche Stelle verpflichtend sein, anzubieten (7), längere therapeutische Behandlungen halte ich für unseriös, weil persönlicher Kontakt fehlt (7), wird Stellenwert erhalten wie heute Telefonberatung (8), aber Frage der Seriosität und Finanzierbarkeit (8), als Ergänzung von Life-Beratungen gute Möglichkeit (9), hat Zukunft, aber längere Anlaufzeit als in den USA (10), Zunahme (11), Klienten werden leichter bezahlen (11), Qualitätskontrolle wird nötig (11), steigende Tendenz (12), Erhöhung der Akzeptanz (13).

Systematisch: (drei Hauptgruppen)

Wachstum	5 x	3, 5, 8, 10, 11, 12, 13
Finanzierungsproblem	4 x	6, 7, 8, 11
Qualitätssicherung	4 x	6, 7, 8, 11

12. Interesse am Artikel

Alle Antwortenden sind am Artikel interessiert.

13. Zitate

Alle - mit einer Ausnahme - geben auch die Erlaubnis für Zitate, jedenfalls für "gescheite Zitate" (1x), oder nach vorheriger Einsicht (2x).

ja (1), ja, aber Korrekturabzug (2), auch namentlich (3), anonym (4), gerne (5), gescheite Zitate ja (7), Zitate ja, aber nach Einsicht in das Zitat (8), ja (9), ja(11).

Dr. Josef Lang, Etzelstrasse 12, 5430 Wettingen. Tel. Praxis: + 49 (056) 222 44 80
e-mail: lang@paarberatung.ch

3. Literaturliste zum Artikel: Gut beraten mit Internet ? von Dr. Josef Lang

- Bartels K. (2001) Der Starsophist: Protagoras von Abdera. NZZ (2001) Nr. 82 S. 135
- Batinic B.(Hrsg.)(2000²): Internet für Psychologen. Göttingen: Hogrefe. (siehe Beschreibung unten)
- Birnbaum M.(2000): Psychological Experiments On The Internet. Academic Press: London.
- Burgmer Markus & Rüdiger Spielberg (2000). Psychotherapie im Internet ? Psychotherapie im Dialog Nr. 1, 2000, S. 77 - 81
- Döring, N.(1999²). Selbsthilfe, Beratung und Therapie im Internet. In: Batinic,B. (Hrsg.).Internet für Psychologen. Hogrefe: Göttingen.
- Dolezal-Wood,S., Belar,C., Snibbe,J. (1988). A comparison of computer-assisted psychotherapy and cognitiv-behavioural therapy in groups. Journal of Clinical Psychology in Medical Settings, 5, 103-115.
- Eichenberg Chr., R.Ott (1999). Informationen über psychische Störungen im Internet: Wissenschaftliches, Berichte Betroffener und Selbsthilfe. In psychomed 11/3, 184-189.
- Fischer G. & P. Riedesser (1999²): Lehrbuch der Psychotraumatologie. Ernst Reinhardt Verlag München.
- Gackenbach J.(1998): Psychology And The Internet. Academic Press: London.
- Grawe K. (1998): Psychologische Therapie. Hogrefe.
- Hautzinger M.(1998): Depression. Hogrefe
- Janssen, L. (Hrsg.) (1998). Auf der virtuellen Couch: Selbsthilfe, Beratung und Therapie im Internet. Bonn: Psychiatrie-Verlag.
Eine Zusammenfassung auf ca. 15 Seiten findet sich bei:
www.psychiatric.de/verlag/pdf/couch.pdf
- Krüger T. & J.Funke (Hrsg.)(1998): Psychologie im Internet. Weinheim: Beltz.
Siehe Beschreibung unten
- Laszig Parfen & Kathy Rieg (2000). Paartherapie - Im World Wide Web: Informationen zur Forschung, Psychotherapie, Beratung und Selbsthilfe. Psychotherapie im Dialog Nr. 2, 2000,S. 71 - 74
- Laszig Parfen & Kathy Rieg (2000). Internet-Guide. Psychologie, Psychotherapie und Psychoanalyse. Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft Stuttgart.
- Miller, J.K.,Gergen, K.J. (1998). Life on the line: The therapeutic potentials oc computer-mediated conversation. Journal of Marital and Family Therapy 24, 189-202.
- Murphy, L.J., Mitchell, D.L. (1998). When writing helps to heal: e-mail as therapy. British Journal of Guidance and Counselling 26,21-32.

Padlina Oliver & Thomas M. Gehring (2001). Surfen soll gesund machen. Innovative Gesundheitsförderung bei Jugendlichen. Psychoscope 3/2001,17-19

Perrez, M. & Baumann, U. (1991). Klinische Psychologie. Band 2. Verlag Hans Huber.

Riley,S., Veale,D. (1999). The Internet and its Relevance to cognitive behavioural Psychotherapists. Behavioural and Cognitive Psychotherapy 27,37-46.

Röbke Thomas (2001): Im Netz mit Freud. Online-Therapie ist möglich - aber erst wenige Psychologen wagen die Betreuung per Mausklick. Die Zeit 25/2001.

Spielberg, R., Ott,R. (1999). Psychotherapie und Beratung im Netz - Was geht, was geht nicht ? Psychomed 11,123-128.

Werder, L. von (1998): Schreiben von Tag zu Tag. Wie das Tagebuch zum kreativen Begleiter wird. Walter.

White M. & David Epston (1994²): Die Zähmung der Monster. Literarische Mittel zu therapeutischen Zwecken.

Worden J.W. (1999,2. Auf.): Beratung und Therapie in Trauerfällen. Verlag Hans Huber Nach Simon und Soven. Siehe Lutz von Werder & Barbara Schulte-Steinicke (1998) S. 119

4. Laufende Projekte und Untersuchungen:

Kriener Ulrike (2001): Online-Beratung (im deutschsprachigen Raum). Klientel und Erwartungen. Diplomarbeit : Umfrage bei Ratsuchenden. an der Universität Wien, Studienrichtung Psychologie. ¹ (A-Mailadresse: a9127211@unet.univie.ac.at)

Scholl Ivonne, FSU Jena, Institut für Erziehungswissenschaften, Otto-Schott-Str.41, 07740 Jena, Tel.: 03641/945347 e-mail: s7sciv@uni-jena.de

Schoutrop, M.(2000): Structured writing in processing traumatic events. Amsterdam: Ph.D thesis, University of Amsterdam

Strobl Kathrin (2001): "Psychotherapie im Internet". Diplomarbeit mit Umfrage. Betreuung von Prof. Dr. Elisabeth Jandl-Jäger (Univ.-Klinik für Tiefenpsychologie und Psychotherapie Wien). Wien, Mai 2001

Swisscontent Corp. ,Hrsg. Jörn Freudenberg (2001): Seminar Online-Beratung. 1. Unterlage eines Projektes zur Erarbeitung eines professionellen Online-Beratungsangebotes. Kehrsatz: Swisscontent Corp. Start im Internet im Sommer 2001.

5. Internetadressen

Deutschsprachige Onlineberatung: 13 Adressen siehe im Teil der Umfrage
Expositionstherapie siehe Beispiel bei Acrophobia (Höhenangst) unter:

<http://www.cc.gatech.edu/gvu/virtual/Phobia/phobia.html>

Infos zu Psychotherapie: http://www.psychologie.uni-bonn.de/kap/links_20.htm)

Infos über Zwänge: <http://www.zwaenge.de>

Infos zur Erfahrung mit "www.paarberatung.ch" vom Sommer 2000 ist beim Autor erhältlich

Informationen aus der Expertengruppe von "Swisscontent Corp.", die ein professionelles Beratungskonzept erarbeitet: Adresse des Leiters: Jörn Freudenberg:

joern.freudenberg@swisscontent.ch

Interapy von Prof.Lange: <http://145.18.113.242/interapy2/UK/Public/InfoUK.html>

Bearbeitung von PTSD durch A. Lange und P. Emmelkamp und B. Bredeweg.

Interapy: www.interapy.nl oder: <http://www.psy.uva.nl/Home.html>

USA: Therapieangebote: <http://www.metanoia.org/imhs/index.html>

USA: Ehtische Richtlinien unter: <http://www.metanoia.org/imhs/ethics.htm>

USA: Neueste Fassung einer Ethik: <http://www.ihealthcoalition.org/ethics/draftcode.html>