

Coaching, Beratung und Psychotherapie stellen sich in der Praxis und aus Sicht der Nutzer/innen oft als überlappende Tätigkeiten dar und je nach Kontext ist es eher von Interesse, ihre Gemeinsamkeiten darzustellen oder sie in ihren unterschiedlichen Zielsetzungen scharf voneinander abzugrenzen.

Gemeinsam ist diesen drei Interventionsformen sicherlich, dass sie von Menschen in Problem- oder Notlagen in Anspruch genommen werden. Psychotherapie hat den Anspruch, körperliche und/oder psychische Symptome zu heilen oder zu lindern, Beratung ist in der Regel ein begrenzterer und kürzerer Prozess, der auf die Lösung von Problemen, die einzelne Lebensbereiche betreffen, abzielt. Coaching hingegen meint eine explizit lösungs- und zielorientierte „partnerschaftliche Beratung und Begleitung von Klienten unter Berücksichtigung ihrer Ressourcen und Fähigkeiten“ (Spitzzok von Brisinski 2011, S. 2). Für alle drei Interventionsformen gewinnen virtuelle Interaktionsmöglichkeiten zunehmend an Bedeutung. So wird beispielsweise mittlerweile vom „blended counseling“ gesprochen (Eichenberg und Kühne 2014), das die Entwicklung von Mischformen meint, Online-Interventionen mit Offline-Angeboten im Bereich der Beratung miteinander zu verbinden. Auch die Supervision bedient sich inzwischen dieser Mischformen mit der Argumentation, dass dadurch zeitliche und örtliche Flexibilität erreicht werden könne, tendenziell sogar eine offenere Kommunikation möglich sei und man z. B. nicht durch etwaige mimische Kommentare des Supervisors irritiert werden könne (Höllenberg 2013; Engelhardt 2014).

Interessanterweise sind diese Interventionsformen in der Praxis zwar mittlerweile recht gängig aber dazu im Verhältnis noch recht wenig erforscht; hingegen existieren forschungsbasierte und bereits gut evaluierte internetbasierte geleitete und ungeleitete Selbsthilfeansätze, die dafür aber bislang wenig in die real stattfindende psychosoziale Versorgung integriert sind (Berger et al. 2013).

Im psychotherapeutischen Bereich weisen Baur und Kordy (2008) beispielsweise auf die positiven Ergebnisse hinsichtlich der therapeutischen Allianz im Bereich der internetbasierten Nachsorge und dabei speziell auf die posttraumatische Belastungsstörung hin; etabliert hat sich mittlerweile der auf dem „Amsterdam Writing Project“ (Lange, Schoutrop, Shrieken und Van de Ven 2002 zit. nach Eichenberg und Kühne 2014) basierende Begriff der „Interapy“. Auch empirische Befunde zu krankheitsbezogenen Internetforen zeigen überwiegend positive Aspekte (Berger 2011). Christian Roesler (2011) kritisiert dagegen jedoch eine vor allem im deutschsprachigen Raum vorzufindende einseitig optimistische Haltung hinsichtlich der Möglichkeiten virtueller therapeutischer Beziehungen, was sich auch auf den Bereich von Coaching und Beratung übertragen lässt. Durch die Möglichkeit, jederzeit die Kommunikation abubrechen, und dem Wechselspiel zwischen Erreichbarkeit des Therapeuten oder Beraters bei gleichzeitiger Anonymität der eigenen Person könnten demnach Flüchtigkeit und Unverbindlichkeit in der Beziehung entstehen (Roesler 2011, S. 108). Es ist jedoch auch zu beachten, dass sich die Nutzer gemeinsam einen neuen öffentlichen Raum, eine virtuelle Community erschaffen. Auf der Suche nach individueller Sinngebung werden diese virtuellen Orte jeglicher Art zu Ersatz- und Ergänzungsräumen der Identitätsbildung. Durch das Spiel mit den Identitäten können eventuell zusätzliche Ressourcen in einem Beratungs- oder Coachingprozess entstehen, die andere Teilhabemöglichkeiten, mehr Gestaltungsspielraum und Explorationsmöglichkeiten mit bestimmten Anteilen seiner selbst ergeben können; auf der anderen Seite steht das Risiko, dass die Grenzen zwischen realen und virtuellen Identitäten verschwimmen und dass eine Vereinsamung und ein Rückzug auf die virtuelle Identität stattfindet (Zuehlke 2014). Die mit diesem Prozess verbundene Kommunikation und die Unterstützung durch soziale Lernerfahrung innerhalb der Community sind zwar anfangs immer mit einem hohen Maß an Anonymität und Distanz verbunden, jedoch bewirken virtuelle Spielräume durch den intensiven Beziehungsaufbau der Nutzer untereinander einen Aktivierungsprozess, im Zuge dessen sie immer häufiger Themen aus dem Real Life in die Community einbringen und dort bearbeiten (Benke 2007, S. 104).

Eine ausschließlich Internet- oder gar Avatar-basierte Psychotherapie ist gemäß des ausschließlichen Fernbehandlungsverbots untersagt, da man davon ausgeht, dass der persönliche Kontakt entscheidend dafür ist, psychotherapeutische Standards einzuhalten, wie z. B. Symptome nicht zu übersehen oder adäquat einzuschätzen (Almer 2008; Wenzel 2011). Die hinsichtlich des Fernbehandlungsverbots formulierten Richtlinien beziehen sich allerdings laut Hintenberger (2012) auf ein eher überholtes und defizitorientiertes Modell einer computervermittelten Kommunikation. Hintenberger plädiert dafür, eher gebotsorientierte

Richtlinien zu verfassen und so z. B. festzulegen, dass ausreichende Kenntnisse zur Durchführung psychotherapeutischer Beratung im Internet gegeben sein müssen, der Therapeut die Klienten umfassend aufkläre und er sich darüber hinaus zur Prüfung der Situations- und Gefahrenbeherrschung verpflichten müsse.

Beratung und Coaching hingegen unterliegen keinen gesetzlichen Anforderungen, da es sich bei ihnen nicht um Krankenbehandlung handelt, sondern lediglich um eine Art Lebenshilfe. Es handelt sich dabei um niedrigschwellige Angebote, die auch in ihrer Ausgestaltung einen wesentlich größeren Spielraum haben.

Avatar-basierte Beratung in virtuellen Räumen
Die Bedeutung Virtueller Realität bei helfenden
Beziehungen für Berater, Coaches und Therapeuten
Bredl, K.; Bräutigam, B.; Herz, D.
2017, VII, 28 S., Softcover
ISBN: 978-3-658-16014-2