

Ambulanzleitung

Prof. Dr. Georg W. Alpers, Dipl.-Psych.

- Lehrstuhl für Klinische und Biologische Psychologie und Psychotherapie
- Geschäftsführender Direktor Otto-Selz-Institut
- Psychologischer Psychotherapeut (VT)
- Supervisor

Projektmitarbeiter

Projektleiter:

Dr. Andrew J. White

- Postdoktorant am OSI

Assistent:

Ole Denzler

- M. Sc. in Psychologie
- Psychotherapeut in Ausbildung
- Wissenschaftlicher Mitarbeiter am OSI

Sekretariat und Verwaltung

Kerstin Scopelliti

Tel.: 0621 181 3973

Hier erreichen Sie das Büro von Dr. Andrew White

Email:

awhite@uni-mannheim.de

odenzler@mail.uni-mannheim.de

Informationen im Internet:

<http://www.osi.uni-mannheim.de>

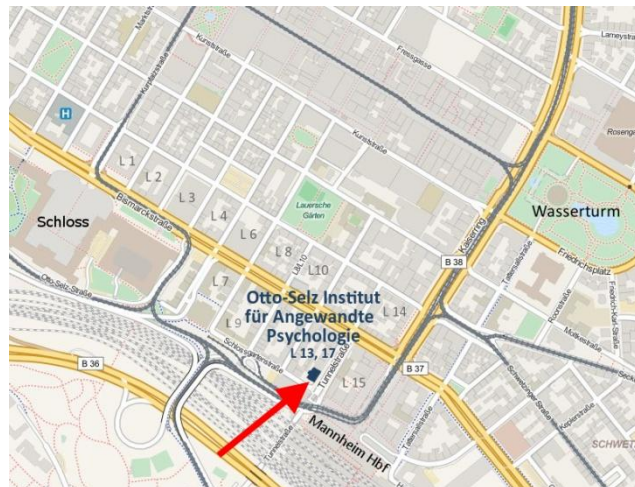
Stichwort: „Hausaufgaben-Feedback-System“

Psychologische Ambulanz

Otto-Selz-Institut, Universität Mannheim

L 13, 17; 68161 Mannheim

Das gegenüber dem Mannheimer Hauptbahnhof gelegene Institut ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut zu erreichen.



Ängste überwinden lernen mit dem Handy

Eine Studie zum Handy-basierten
„Hausaufgaben-Feedback-System“

UNIVERSITÄT
MANNHEIM

Was ist das Hausaufgaben-Feedback-System (HFS)?

Das Hausaufgaben-Feedback-System (HFS) soll dabei unterstützen, therapeutische Übungen zur Abnahme von Angst vor bestimmten Plätzen wirkungsvoller und nachhaltiger durchzuführen. Solche Übungen beinhalten, dass man Orte aufsucht vor denen man gewöhnlich Angst hat und dort verbleibt, bis die Angst sich durch Gewöhnung reduziert. Eine solche Übung nennt man eine Exposition.

Den Teilnehmern dieser Studie wird ein iPhone ausgeliehen. Auf diesem ist eine App installiert, die beim Planen und Ausführen von Expositionen helfen soll. Zudem werden während der Übung Daten gesammelt, um den Teilnehmenden nach der Exposition unterstützende Rückmeldung zu geben.

Ziel des Projekts:

- Besseres Verständnis der Wirksamkeit von Rückmeldung bei Expositions-Übungen.
- Bewerten des Nutzens für die Therapie.
- Unterstützung der Therapie.

Dauer der Studie:

- Es gibt eine kurze Einführung zur Benutzung der App, sowie eine Aufklärung über die Studie (u.a. zur Datenauswertung und Sicherheit).
- Nach einer Übung soll ein kurzer Fragebogen ausgefüllt werden.
- Am Schluss soll das System bewertet werden.
- Neben diesen beiden Punkten nimmt das HFS keine zusätzliche Zeit ein.
- Auch einmalige Teilnahme hilft uns!

Wie hilft das HFS beim Planen?

- Vor der Übung werden die Zielorte definiert, die aufgesucht werden wollen.
- Es werden gemeinsam mit dem Therapeuten Fragen erstellt, die vor, während und nach der Übung gestellt werden.



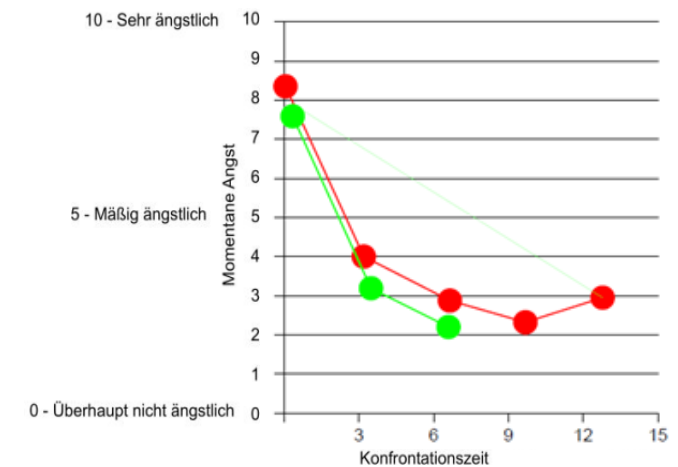
Wie hilft das HFS beim Ausführen?

- Am iPhone können Sie Übungen starten.
- Es werden automatisch vor, während und nach der Übung Fragen gestellt.
- Das iPhone sammelt nach dem Start der Übung Informationen (u.a. Standort-Daten).
- Es gibt eine Kommentarfunktion, mit der Sie Kommentare an ihrem derzeitigen Standort hinterlassen können.



Was beinhaltet die unterstützende Rückmeldung des HFS?

- Eine graphische Darstellung der Übungsergebnisse z.B. in Form einer abnehmenden Angstkurve.
- Eine Übersicht zu der Anzahl geplanter und durchgeführter Übungen.
- GPS-Pfade zum Zielort.
- Kommentare während den Übungen.
- Die Rückmeldung kann vor der Therapiesitzung ausgedruckt werden und Sie können diese mit ihrem Therapeuten besprechen.



Versuch Startzeit Dauer

1	9.7.16 16:10	13:10 Minuten
1	12.7.16 16:10	7:12 Minuten

Beispielhafter Verlauf der Angst während einer Übung.