



Mit der Zeit gehen – (technologischer) Fortschritt in der Psychotherapie am Beispiel VR-Behandlung



Das Leben leben

Agenda

1. Exposition bei Sucht

2. Pilotprojekt VR-Sucht bei MEDIAN

3. Kontext und Indikation der VR-Therapie

4. VR Therapie mit VR Coach

5. Ablauf einer VR-Exposition



Das VR das Auslösen von „craving“ verursachen kann, wurde in zahlreichen Studien belegt

Studienlage

Tsamitros et al. (2024). Craving induction through virtual reality cue-exposure for patients with alcohol dependence in rehabilitation treatment.

→ Untersuchung von 21 PatientInnen mit Alkoholabhängigkeit in stationärer Rehabilitation; VR-gestützte Konfrontation mit alkoholbezogenen Reizen führte zu **signifikant erhöhtem subjektivem Craving während und unmittelbar nach der Exposition**; Intervention wurde gut toleriert, mit nur **milden Nebenwirkungen** wie Cybersickness.

Taubin et al. (2022). A Systematic Review of Virtual Reality Therapies for Substance Use Disorders: Impact on Secondary Treatment Outcomes → Untersuchung von sieben Studien mit unterschiedlichen Suchtmitteln (v. a. Nikotin, Alkohol, Opioide); **Fokus auf Effekte immersiver VR-Therapie auf Craving, Stimmung, Angst, Emotionsregulation und Behandlungsadhärenz**; klare Wirksamkeit bei Craving-Reduktion, jedoch gemischte Befunde bei affektiven Symptomen und Retention.

Langener, S., Van Der Nagel, J., van Manen, J. et al. (2021). Clinical Relevance of Immersive Virtual Reality in the Assessment and Treatment of Addictive Disorders

→ Untersuchung von 4519 Titeln, 114 Abstracts, 85 Volltexten und 36 Artikeln; Suche nach **klinischen Outcomes zu VRET** bei Süchten (Alkohol, illegale Substanzen, Glücksspiel, Tabakkonsum)

Hauptaussagen von Studien VR Expositionstherapie bei **Suchterkrankungen**

- signifikante **positive Effekte** auf die **Reduktion** von Suchtverhalten
- vielversprechende Ergebnisse bei der Behandlung von Suchterkrankungen, insbesondere durch realistische Szenarien

Freeman, D., et al. (2017); Rizzo, A. S., & Koenig, S. T. (2017);
Huang, Y., et al. (2020); Gonzalez, A., et al. (2021)



Agenda

1. Exposition bei Sucht

2. Pilotprojekt VR-Sucht bei MEDIAN

3. Kontext und Indikation der VR-Therapie

4. VR Therapie mit VR Coach

5. Ablauf einer VR-Exposition



Insgesamt wurden 106 PatientInnen mit VR während des Piloten behandelt

Ziel: Konfrontation mit suchtauslösenden Reizen in sicherer Umgebung

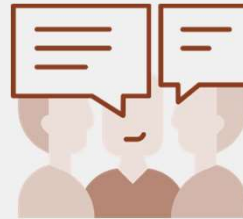
Fokus in der Therapie

- Problemaktualisierung
- Hervorrufen von „craving“
- Ablehnungstraining
- Erlernen alternativer Verhaltensweisen



Einsatzmöglichkeiten

- Primär in der Gruppentherapie, häufigere Anwendung möglich, da viel Gruppen- und Einzeltherapie über ca. 10 Wochen
- **6 Expositionen**



Beteiligte Kliniken

- MEDIAN Klinik Odenwald
- MEDIAN Klinik Thommener Höhe
- MEDIAN Klinik Wilhelmsheim
- Psychosomatische Klinik Bad Liebenwerda
- MEDIAN Klinik Tönisstein



Pilotzeitraum: Sommer 2024 bis Frühjahr 2025

Agenda

1. Exposition bei Sucht

2. Pilotprojekt VR-Sucht bei MEDIAN

3. Kontext und Indikation der VR-Therapie

4. VR Therapie mit VR Coach

5. Ablauf einer VR-Exposition



Die VR-Therapie wird bereits bei zahlreichen Störungsbildern eingesetzt

Anwendungsbereiche von VR in der Psychotherapie



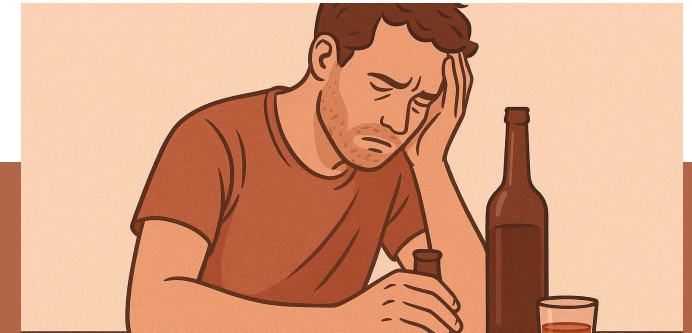
1. Angststörungen

- **Spezifische Phobien**, z. B. Höhenangst (Akrophobie), Flugangst, Spinnenphobie → *F40.2*
- **Soziale Phobie** (soziale Angststörung, Angst vor Bewertung oder negativem Urteil in sozialen Situationen) → *F40.1*



2. Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS)

VR ermöglicht die Re-Inszenierung traumatischer Situationen zur Bearbeitung unter therapeutischer Begleitung. Dies kann eine effektive Form der imaginalen Exposition darstellen → *F43.1*



3. Suchterkrankungen

- **Alkoholabhängigkeit** → *F10.2*
- **Abhängigkeit von psychotropen Substanzen** (z. B. Benzodiazepine, Opiate) → *F11–F19* (je nach Substanz)
- **Pathologisches Spielen** (Glücksspielsucht) → *F63.0*

Bei MEDIAN setzen wir VR für Expositionstherapie ein in den Indikationen Psychosomatik und Sucht

Allgemeine Informationen zu VR in der Psychotherapie

Was ist Virtual Reality (VR)?

Virtual Reality ist eine computergenerierte, interaktive 3D-Umgebung, in die Nutzer mithilfe spezieller Brillen vollständig eintauchen können. In der Psychotherapie ermöglicht VR eine kontrollierte, realitätsnahe Konfrontation mit belastenden Situationen oder Reizen.

Vorteile des Einsatzes von VR in der Therapie:

- Hohe Immersion (Eintauchgefühl) bei gleichzeitig sicherer Umgebung
- Reizkontrolle und Wiederholbarkeit
- Geringere Hemmschwelle für PatientInnen
- Übertragbarkeit auf verschiedene Störungsbilder

Zielgruppe des VR-Pilotprojekts:

Im vorliegenden Pilotprojekt wurde VR im Rahmen der Expositionstherapie bei **verschiedenen Suchterkrankungen** eingesetzt, darunter:

- Alkoholabhängigkeit
- Medikamentenabhängigkeit
- Pathologisches Glücksspiel
- Mischkonsumstörungen



Agenda

1. Exposition bei Sucht

2. Pilotprojekt VR-Sucht bei MEDIAN

3. Kontext und Indikation der VR-Therapie

4. VR Therapie mit VR Coach

5. Ablauf einer VR-Exposition



Als Produkt wird VR-Coach eingesetzt, wo der/die TherapeutIn die Exposition steuern kann

voll-interaktive Szenarien

Produkt: „VR-Coach“

Szenarien für zahlreiche Phobien und Depression

Szenarien sind **voll-interaktiv**.

Verfügbarkeit von **360-Grad-Filme** für Expositionen und Entspannungstraining

TherapeutIn kann mittels Therapeuten-Software die **Konfrontation graduell steigern** und Anweisungen geben

Über **Finger-Sensor** können Biofeedback-Daten genutzt werden



Software-Paket Sucht

- Private Feier
- Nachtclub Toilette
- Supermarkt
- Bar mit Spieleautomaten
- Hinterhof
- Grillen mit Drinks
- Anti Rauchtraining



Das Thema **Alkoholismus** wird in drei Bereiche unterteilt: Bar, Supermarkt und Private Feier



Weitere Konfrontationen finden in diesen Szenarien zu den Themen **Spielautomaten**, **Zigarettenkonsum**, **Cannabis**, **Kokain**, **Crackpfeife** und **Heroin-Utensilien** statt und können interaktiv genutzt werden.



 Die Software ist ein CE gekennzeichnetes Medizinprodukt der Klasse 1 nach Richtlinie 93/42 EWG.

In allen Szenarien kann der Patient/ die Patientin mit der VR-Umgebung interagieren

”

In allen Szenarien geht es um Verhaltensänderungen in verschiedenen Situationen, die Stress und Verlangen auslösen. TherapeutInnen können z.B. alkoholische Getränke mit alkoholfreien ersetzen oder Gäste zuprosten lassen. Patienten können Gläser austrinken und nachschenken, Bierflaschen öffnen und vieles mehr. Die Substanzen Cannabis und Kokain können auf unterschiedliche Weise konsumiert oder entsorgt werden.

”

Agenda

1. Exposition bei Sucht

2. Pilotprojekt VR-Sucht bei MEDIAN

3. Kontext und Indikation der VR-Therapie

4. VR Therapie mit VR Coach

5. Ablauf einer VR-Exposition



Bis ein Patient Expositionstherapie über die VR erhält, durchläuft er zunächst einige andere wichtige (Vorbereitungs-)Stufen



PART OF
MEDIAN GROUP



Bei Komorbidität Möglichkeit der Zuweisung zu VR bei Phobie/Depression

Auch die VR-Therapie selbst beinhaltet verschiedene aufeinander folgende Schritte

90 Min. Gruppe 

15 Min. pro Patient Expo

1

Begrüßung

- Offene Fragen klären
- An Rolle der Vermeidung erinnern

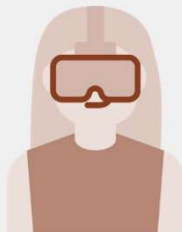


5 Min.

2

Instruktion

Aufsetzen der VR-Brille
Üben Umgang Controller
in der Lobby

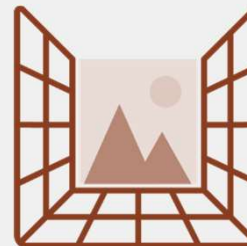


5–10 Min.

3

Exposition

Gruppe 8-12
PatientInnen



15 Min.

Exposition

- Anpassungsmöglichkeiten in der VR entscheidend (graduelle Steigerung)
- Auswahl des Szenarios je nach Suchtmittel
- Übertragung der Expo auf Beamer für Gruppe sichtbar
- 4 Patienten pro Gruppe machen Expo