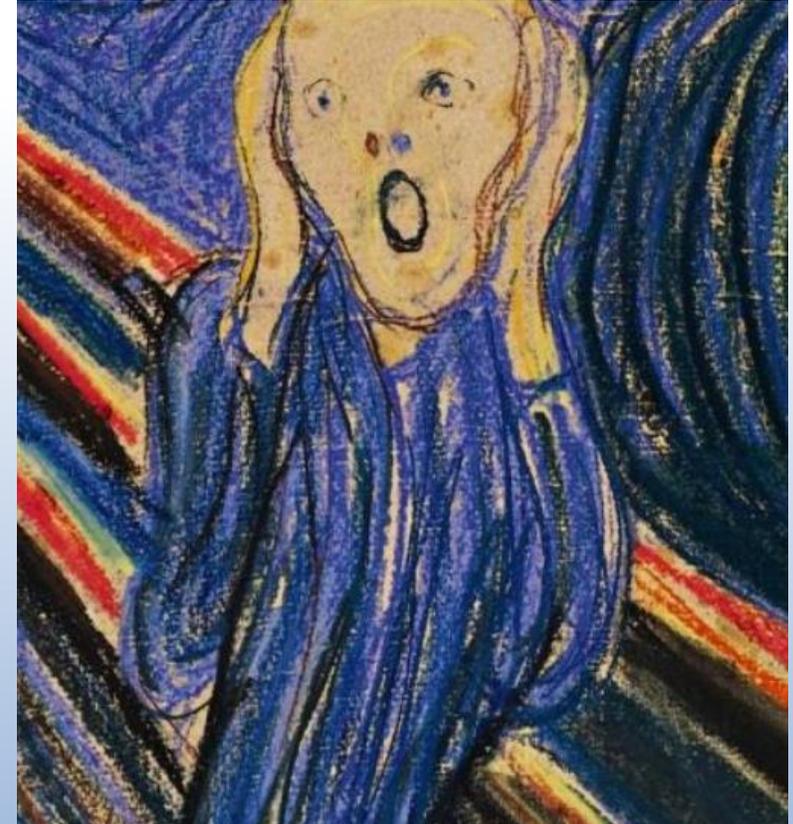


# Exposition in Virtueller Realität – ein bewährtes Verfahren neu gedacht



# Warum Exposition?

- ✓ **Wirksamste Behandlung bei Phobien und Angststörungen** Ruhmland u. Margraf, 2001; Wolitzky-Taylor et al., 2008
- ✓ **Nachhaltiger als Psychopharmaka inkl. Benzodiazepine** Bandelow B, et al. Br J Psychiatry. 2018
- ✓ **S3 Leitlinien Behandlung von Angststörung (2014)**



# ...aber es wird zu wenig konfrontiert

- ✗ Nur ca. 46% der VT wenden die Exposition an
- ✗ Problematik: Systematische Barrieren, finanzielle Vergütung, Versicherungsunklarheit, wenig Erfahrung, Angst vor Panikattacken, mangelnde Verfügbarkeit von angstauslösenden Reizen, etc.

Hoyer, 2018



# Warum virtuelle Realität?

- ✓ Gleiche Evidenz wie „reale“ Konfrontation in Vivo <sup>1,2,3</sup>
- ✓ S3 Leitlinien Behandlung von Angststörung (2014)
- ✓ Keine logistischen Hindernisse
- ✓ Biofeedback sinnvoll anwendbar
- ✓ Schneller / Kostengünstiger
- ✓ Höhere Behandlungsmotivation <sup>4</sup>



<sup>1</sup> Parsons; Rizzo (2008)

<sup>2</sup> Opreș, Pinteș, García-Palacios, Botella, Szamosközi, David (2012)

<sup>3</sup> Scozzari; Gamberini (2011)

<sup>4</sup> Garcia-Palacios, A.; Hoffman, H. G.; See, S. K.; Tsai, A.; Botella, C. (2001)

# Nachteile der VR Behandlung



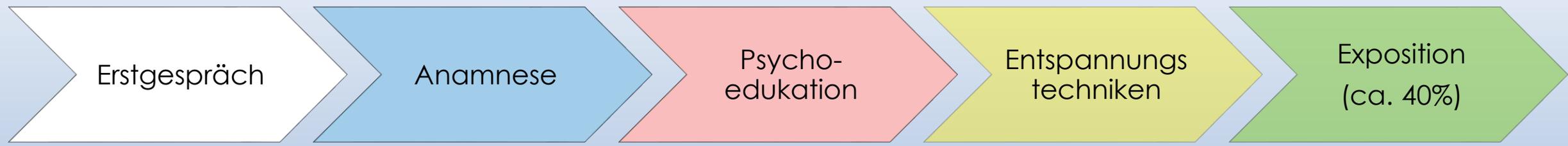
- × Viele unterschiedliche Plattformen für VR-Inhalte
- × Viel technisches Wissen / Aufwand
- × Relativ hohe Anschaffungskosten
- × Motion Sickness (10%)

# Behandlung bei Phobius

Standardisiertes klinisches Interview, angelehnt an SKID

Atmung, PMR, Negative Gedankenmuster

Graduelle Exposition: in-sensu, in-virtuo, in-vivo



Biofeedback Biofeedback

- Kennenlernen
- Aufklärung
- Bedarfsklärung
- Kostenlos

- Theorie
- BioPsySoz Modell
- Angstkreislauf
- KVT Modell

4-5 Einheiten á 100 min

[https://www.servus.com/tv/videos/aa-214gyv6gd2112/?fbclid=IwAR3GMREFBuKfBk3\\_gxILdCPtc\\_9oDBooJh6xBOc3jaqFWLoxC4EDxJnBGsE](https://www.servus.com/tv/videos/aa-214gyv6gd2112/?fbclid=IwAR3GMREFBuKfBk3_gxILdCPtc_9oDBooJh6xBOc3jaqFWLoxC4EDxJnBGsE)

# Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

