

Quellen für die in der digitalen Gesundheitsanwendung umgesetzten medizinischen Inhalte und Verfahren, insbesondere Leitlinien, Lehrwerke und Studien

Der Kurs basiert auf der kognitiven Verhaltenstherapie (KVT) sowie der Akzeptanz- und Commitmenttherapie (ACT). ACT ist keine eigenständige Therapieform, sondern eine Weiterentwicklung der kognitiven Verhaltenstherapie und gehört damit zur sogenannten „dritten Welle“ der Verhaltenstherapie:

- Hayes SC, Strosahl KA, editors. Practical Guide to Acceptance and Commitment Therapy. New York: Springer. 2004.
- Heidenreich T, Michalak J. Die „dritte Welle“ der Verhaltenstherapie. Weinheim, Basel: Beltz. 2013.

Die Grundzüge der ACT sind unter anderem in der folgenden Literatur näher beschrieben:

- Hayes SC, Strosahl KA, editors. Practical Guide to Acceptance and Commitment Therapy. New York: Springer. 2004.
- Strosahl KD, Hayes SC, Wilson KG, editors. Akzeptanz- & Commitment-Therapie: Achtsamkeitsbasierte Veränderungen in Theorie und Praxis. Paderborn: Junfermann Verlag. 2014.
- Dahl J, Wilson KG, Luciano C, Hayes SC, editors. Acceptance and Commitment Therapy for Chronic Pain. Reno: Context Press. 2005.

Die in dem Online-Programm wiedergegebenen Informationen zum Krankheits- und Beschwerdebild der chronischen Schmerzen stammen insbesondere aus:

- Dahl J, Wilson KG, Luciano C, Hayes SC, editors. Acceptance and Commitment Therapy for Chronic Pain. Reno: Context Press. 2005.
- Deutsche Gesellschaft für Allgemeinmedizin und Familienmedizin (DEGAM). Leitlinie: Chronischer Schmerz. 2013. AWMF-Reg.-Nr. 053/036.

Die Wirksamkeit von KVT und ACT bei chronischen Schmerzen wurde in systematischen Reviews untersucht und belegt:

- Veehof MM, Oskam MJ, Schreurs KM, Bohlmeijer ET. Acceptance-based interventions for the treatment of chronic pain: a systematic review and meta-analysis. PAIN®. 2011. 152(3): 533-542.
- Hughes LS, Clark J, Colclough JA, Dale E, McMillan D. Acceptance and commitment therapy (ACT) for chronic pain. The Clinical journal of pain. 2017. 33(6): 552-568.
- Henningsen P, Zipfel S, Sattel H, Creed F. Management of functional somatic syndromes and bodily distress. Psychother Psychosom. 2018. 87:12-31.

Der Kurs baut im Kern auf einer internetbasierten Form der ACT auf, die von Buhrman et al. (2013) zur Behandlung von chronischen Schmerzen entwickelt wurde:

- Buhrman M, Skoglund A, Husell J, Bergström, K, Gordh T, Hursti T, Andersson G. Guided internet-delivered acceptance and commitment therapy for chronic pain patients: a randomized controlled trial. Behav Res Ther. 2013. 51 (6): 307–315.

ACT als achtsamkeitsbasierter Therapieansatz sowie die KVT werden für Menschen mit chronischen Schmerzen unter anderem in den folgenden Leitlinien empfohlen:

- Deutsche Gesellschaft für Psychosomatische Medizin und Ärztliche Psychotherapie e.V. (DGPM), Deutsches Kollegium für Psychosomatische Medizin e.V. (DKPM). S3-Leitlinie „Funktionelle Körperbeschwerden“. 2018-2023. AWMF-Reg.-Nr. 051-001.
- NVL-Programm von BÄK, KBV, AWMF. S3-Leitlinie „Nationale VersorgungsLeitlinie Kreuzschmerz“. 2017-202. AWMF-Reg.-Nr. nvl-007.
- Deutsche Gesellschaft für Allgemeinmedizin und Familienmedizin e.V. (DEGAM). S1-Handlungsempfehlung „Nackenschmerzen“. 2016-2021. AWMF-Reg.-Nr. 053-007.
- Deutsche Schmerzgesellschaft e.V.. S3-Leitlinie „Definition, Pathophysiologie, Diagnostik und Therapie des Fibromyalgiesyndroms“. 2017-2022. AWMF-Reg.-Nr. 145-004.
- Deutsche Gesellschaft für Allgemeinmedizin und Familienmedizin e.V. (DEGAM). S1-Handlungsempfehlung „Chronischer Schmerz“. 2013-2018. AWMF-Reg.-Nr. 053-036.

An der Entwicklung beteiligte medizinische Einrichtungen und Organisationen

An der Entwicklung waren die folgenden Expert:innen aus Wissenschaft, Psychologie und Psychotherapie sowie folgende Institutionen beteiligt:

- 1) Abteilung für Rehabilitationspsychologie und Psychotherapie, Institut für Psychologie, Universität Freiburg, Engelbergerstraße 41, 79085 Freiburg

Ansprechpartner: Dr. Lin, M.Sc. Psych; Dipl.-Psych. Paganini, Dipl.-Psych. Sander

- 2) Psychology Department, Institute of Psychiatry, Psychology & Neuroscience, King's College London, 16 De Crespigny Park, Camberwell, London SE5 8AF, UK

Ansprechpartner: Dr. Lin, M.Sc.Psych.

- 3) Psychotherapeutische Privatpraxis, Münsterplatz 12, 79098 Freiburg

Ansprechpartner: Dipl.-Psych. Lüking

- 4) Institut für Psychologie, Lehrstuhl für Klinische Psychologie und Psychotherapie, Friedrich-Alexander Universität Erlangen-Nürnberg (FAU), Nägelsbachstr. 25a, 91052 Erlangen

Ansprechpartner: Dr. Ebert

- 5) Department of Psychology, Uppsala University, Postal Box 1225, 751 42, Uppsala, Sweden

Ansprechpartner: Buhrman, PhD

- 6) Linnaeus Centre HEAD, Swedish Institute for Disability Research, Department of Behavioural Sciences and Learning, Linköping University, and Department of Clinical Neuroscience, Division of Psychiatry, Karolinska Institutet, Stockholm, Sweden

Ansprechpartner: Prof. Andersson, PhD

- 7) Abt. Klinische Psychologie und Psychotherapie, Institut für Psychologie und Pädagogik, Universität Ulm, Lise-Meitner-Str. 16, D-89081 Ulm



Ansprechpartner: Prof. Dr. Harald Baumeister

8) Leuphana Universität Lüneburg, Universitätsallee 1, 1335 Lüneburg

Ansprechpartner: Prof. Dr. Dirk Lehr