



51^{ème} congrès annuel de TCC- 8 décembre 2023
Concours jeune chercheur

Etude de la mise en place de thérapies numériques

Redéfinir la relation dans une prise en charge numérique : étude qualitative de l'alliance thérapeutique numérique

Emilie STERN

Psychologue et Psychothérapeute, Centre ChronoS - GHU Paris - Psychiatrie et Neurosciences

Doctorante, École Doctorale Cognition, Comportements, Conduites Humaines (ED 261) - Université Paris Cité UR 4057 - Laboratoire de Psychopathologie et Processus de Santé (LPPS), sous la direction des Pr Catherine BUNGENER & Pr Pierre Alexis GEOFFROY (PU-PH, APHP)



Redéfinir la relation dans une prise en charge numérique : Étude qualitative de l'alliance thérapeutique numérique

Emilie STERN, MSc^{1, 2}; Zélia BRETON^{6,7} ; Maïa ALEXALINE, PhD⁶ ; Pierre A. GEOFFROY, MD, PhD^{1,3,4,5} ; Catherine BUNGENER, PhD²

1. Centre ChronoS, GHU Paris - Psychiatry & Neurosciences, 1 rue Cabanis, 75014 Paris, France
2. Université Paris Cité, Laboratoire de Psychopathologie et Processus de Santé, F-92100 Boulogne-Billancourt, France.
3. Département de psychiatrie et d'addictologie, AP-HP, GHU Paris Nord, DMU Neurosciences, Hôpital Bichat - Claude Bernard, F-75018 Paris, France
4. CNRS UPR 3212, Institute for Cellular and Integrative Neurosciences, 5 rue Blaise Pascal, 67000, Strasbourg, France
5. Université de Paris, NeuroDiderot, Inserm U1141, F-75019 Paris, France
6. Lyv Healthcare, 6 rue Edouard Nignon, 44300 Nantes, France
7. Université Paris-Saclay, UVSQ, Inserm, Gustave Roussy, CESP, 94805, Villejuif, France

L'auteure déclare avoir participé à des interventions ponctuelles pour l'entreprise LYV

Thématique - Domaines d'influence du numérique

Review

How Can Digital Mental Health Enhance Psychiatry?

The Neuroscientist
1-13
© The Author(s) 2022
Article reuse guidelines:
sagepub.com/journals-permissions
DOI: 10.1177/10738584221098603
journals.sagepub.com/home/nro


Assister et améliorer les soins actuels

Exemple : téléconsultation

- meilleur suivi
- accessibilité augmentée

Produire des connaissances et découvertes scientifiques et médicales

Exemple : phénotype digital

- données objectives
- détection, prédiction, prévention

Développer de nouveaux traitements

Exemple : applications numériques

- coût réduit
- accessibilité augmentée
- efficacité clinique pour certains programmes
- × validité, engagement, soin centré sur la personne
- × éthique, protection des données, confidentialité

Thématique - Enjeux du numérique

L'adoption des technologies numériques dans la pratique clinique est en cours :

- 85 % des médecins (60 % des psychiatres) utilisent des dossiers médicaux numériques
- 90 % des adultes utilisent internet, 70 % possèdent un smartphone
- 200 000 applications de « bien-être », 20 000 applications de « santé »



En pratique, la clinique numérique n'est pas toujours efficace ou éthique :

- 15 % des applications seulement basées sur preuves scientifiques

Les thérapies numériques pourraient **révolutionner l'accès au soin** et certains programmes montrent une **efficacité comparable** aux prises en charge traditionnelles :

 et  : réduction des symptômes insomnie, anxieux, dépressifs et des idées suicidaires

 : réduction des symptômes anxieux et dépressifs chez des patients avec GAD

Thématique – Programmes numériques

Toutefois, reste la question de l'**observance** et un écart important entre le besoin et l'usage :

- 30 % usagers participent aux programmes numériques complètement
- moins de 9% des étudiants préféreraient une application à un professionnel de santé



⇒ Importance du rôle de l'**alliance thérapeutique** dans les soins numériques :

- Qualité d'alliance influence : engagement, changement, résultats de prise en charge
- Besoin de **reconceptualiser l'alliance** dans les interventions numériques : composante « lien » est à redéfinir



L'alliance thérapeutique – aspects collaboratifs de la relation

1913 - Freud « compréhension sympathique, affection et amitié sont les véhicules de la psychanalyse »

1956 - Zetzel : « alliance thérapeutique »

1969 - Greenson : *alliance thérapeutique* (capacité à créer un lien) vs. *working alliance* (faculté du patient à s'aligner sur les tâches de l'analyse) (Flückiger et al., 2018; Pinto et al., 2012)

1979 - Bordin : 3 composantes

- GOAL : entente sur les objectifs de la prise en charge
- TASK : mise en place des tâches
- BOND : développement du lien

1997 - Alford et Beck : relation thérapeutique = collaboration empirique

2016 - Cungi : alliance thérapeutique = « rapport collaboratif »

→ participation active du patient, travail ensemble de manière active pour résoudre problèmes

→ 2 dimensions complémentaires

- Dimension affective - acceptation inconditionnelle de la réalité du patient, relation empathique, authentique et chaleureuse (Carl Rogers)
- Dimension professionnelle - statut, compétences

Quel que soit l'orientation théorique, **la qualité de l'alliance influence positivement le changement et les résultats** d'une prise en charge (Baier et al., 2020; Cungi, 2016; Pinto et al., 2012)

L'alliance thérapeutique numérique

Alliance thérapeutique retrouvée dans les téléconsultations (Sucala et al., 2012) et les thérapies par messages textes (van Lotringen et al., 2021).

Alliance thérapeutique numérique, *digital therapy alliance* ou « DTA » pourrait influencer l'engagement et l'efficacité (D'Alfonso et al., 2020; Goldberg et al., 2022; Lederman & D'Alfonso, 2021; Tremain et al., 2020)

Alliance numérique semble influencer les résultats d'une intervention numérique de manière moins directe – hypothèse d'une influence de l'alliance numérique sur l'engagement et l'adhérence ? (Hillier Laura, 2018; Tremain et al., 2020)

La numérisation change la définition même de la communication et des interactions

- réponses inexistantes ou non immédiates et interactions sans langage verbal ou non verbal (Müssener, 2021)
- critères ajoutés : disponibilité et interactivité de l'intervention et influence de l'intervention elle-même (Hillier, 2018 ; Perski et al., 2017; Tremain et al., 2020)
- attachement portés au téléphone sans parler de relation : théorie de relation d'objet avec l'humain derrière ? (Cohen & Torous, 2019 ; Tremain et al., 2020)

Consensus autour d'un **besoin de reconceptualiser l'alliance** dans les interventions numériques notamment car la composante « lien » est à redéfinir (Berger, 2017 ; Goldberg et al., 2022 ; Tong et al., 2022)



Méthode : programme et participantes

Objectif: identifier les composantes de l’alliance thérapeutique numérique

Etude qualitative en collaboration avec la *School of Endo* de l’entreprise *Lyv*.



Programme numérique de 3 mois basé sur les TCC pour la prise en charge des symptômes de l’endométriose.

- Vidéos, textes et exercices (experts des différentes disciplines)
- Forum de discussion
- Visioconférences hebdomadaires Q/R

	Definition
Supportive dCBT	dCBT elements are used to support face-to-face therapy
Therapist-guided dCBT	Automated dCBT with guidance and tailoring supported by human therapists
Fully automated dCBT	Fully automated and tailored dCBT without in-person clinical support

Luik, Kyle, et al., 2017

Participantes : femmes majeures atteintes d’endométriose et participant au programme numérique

Méthode : collecte et analyse des données

Outil de collecte de données :

- Questionnaire en ligne en fin de programme, sur la base du volontariat
- Courte introduction sur les aspects collaboratifs de la relation
- Deux questions ouvertes
 - *Ressentez-vous un lien avec le programme ? Quels sont les aspects qui concrètement ont contribué ou auraient pu contribuer à créer ce lien dans le cadre du programme ?*
 - *Avez-vous eu l'impression d'un travail "ensemble" au cours du programme ? Qu'est-ce qui entre en jeu ou qui aurait pu donner l'impression de travailler "ensemble" au cours du programme ?*



N = 44 participantes, entre 21 et 50 ans (M=38,8, ET=6,92)

Analyse des données : analyse thématique pour identifier les composantes constituant une alliance numérique

- Thématisation en continu avec regroupement thématique
- Supports de nature papier et logiciel de traitement de texte

Résultats : Arbre thématique

Alliance

Confiance dans le programme

Confiance dans le support

Support est-il adapté ?

Exemples de réponses
Documents qu'on pouvait revoir ; Séances audios et exercices permettent de se sentir encadrée ; J'utilisais seulement mon ordinateur, ce n'est pratique pour les exercices ; Manque de temps ; La prise en main technique de la plateforme a été compliquée

Impression de régularité/liabilité ?

Grâce au planning régulier ; Régularité

Confiance dans le contenu

Contenu est-il adapté ?

Formats explicatifs ; Apprendre davantage sur la maladie en général ; trop riche pour moi, densité des informations ; Contenu descendants

Contenu est-il divers ?

Grâce à l'approche pluridisciplinaire ; Touche tous les domaines impactés par cette maladie

Crédibilité des intervenants ?

Les professionnels sont très qualifiés et répondent de manière bienveillante ; Confiance, compréhension, efficacité

Perception d'interactions

Pouvoir s'exprimer

Possibilité de questionner ?

Possibilité de pouvoir poser questions aux soignants ; Pouvoir poser des questions ; plus à l'aise de poser certaines questions

Possibilité de se livrer ?

Parler librement et plus facilement ; Rempli plus de nos infos directement en ligne aurait pu donner ce sentiment

Recevoir de l'information

Obtention de réponses ?

Réponse aux messages très rapide ; Réponses claires ; Réponses systématiques

Information individualisée et personnalisée ?

Impression qu'on s'adresse vraiment à moi et à ma pathologie ; Les échanges ne sont pas individualisés ; Manque de suivi personnel ; pas de conseils personnalisés et adaptés à ma situation ; nombre important de participants contribue à noyer son individualité

Maintien du lien

Lien humain ?

L'équipe est présente ; modératrices ; les échange avec l'équipe ; l'attribution d'un(e) mentor aurait pu améliorer le lien

Suivi numérique ?

Les mail et le relationnel numérique ont bien été tenus ; Le suivi en mail ; Messages de rappels ; Forums ; l'écran met à distance ; échanger derrière un écran ça n'est pas l'idéal

Interaction en direct ?

Lives ; Visios ; Les vidéos ou les lives qui créaient une relation plus directe ; l'impression d'être en rapport direct avec des personnes ; il n'y a pas de question réponse en directe

Sentiment de considération

Se sentir écoutée

Nous nous sentons écoutée ; à l'écoute

Se sentir reconnue

Se sentir concernée ; Comprises ; Prise en considération par le programme et les intervenants

Se sentir appartenir

Impression d'être ensemble ; Pas seule ; Réunies pour aborder ensemble à plusieurs cette maladie ; Impression d'appartenir à ce groupe, nous partageons les mêmes souffrances ; Esprit de groupe ; Communauté ; Sentiment communautaire, mais c'est resté assez superficiel

Se sentir soutenue

Sentiment d'encouragement ?

Se sentir encadrée ; Je savais que j'avais un endroit où revenir quand le besoin se faisait ; Les mauvais placements ne peuvent être pas être corrigés et peuvent être délétère

Perception d'autoefficacité ?

Mise en pratique avec exercices et données concrètes ; Être moteur de sa prise en charge ; Les conseils donnés sont applicables directement dans la vie quotidienne ; Une incitation à me mettre moi-même au travail ; Ne pas pouvoir aller plus loin en démarches concrètes

Résultats et perspective

Perception d'aspects collaboratifs de la relation semble possible si :

- Support et contenu perçus adaptés, fiables, crédibles
- Impression de pouvoir s'exprimer et obtenir des réponses individualisées
- Présence de suivi sous forme numérique, avec des humains et présence d'interactions en direct
- Sentiment d'être considéré par le programme via écoute, reconnaissance, soutien et appartenance à un groupe

→ Futures réflexions pour prendre en considération ces facteurs dans la création de programmes thérapeutiques numériques et évaluer leur influence sur le changement et l'engagement des participants

Discussion

Comme la littérature semblait l'annoncer :

- Certaines similitudes : lien, mise en place d'objectifs (Bordin, 1979 ; Cungi, 2016)
- Modifications des attentes en termes d'interaction (Cohen & Torous, 2019 ; Hillier Laura, 2018 ; Müssener, 2021 ; Perski et al., 2017 ; Tremain et al., 2020)
- Influence de l'intervention en elle-même // Dimension professionnelle ? (Cungi, 2016)

Forces :

- Exploration qualitative = sans à priori
- Absence de suggestion et questions ouvertes
- Allers retours entre thématisation, regroupement et création arbre → certaine validité interprétative

Limites :

- Sensibilité théorique et expérientielle de l'analyste
- Absence d'entretiens semi-structurés
- Généralisable à d'autres pathologies, populations ?
- Exportable à un programme entièrement automatisé ?
 - Sans action humaine
 - Sans dynamique groupale
 - Sans échanges en direct

Conclusion

Exploration préliminaire - à poursuivre

- Construction d'un questionnaire basé sur ces dimensions
- Besoin de redéfinir ce qui se joue dans des prises en charge numériques d'un point de vue psychologique et besoin d'en étudier les enjeux
- Méthodologie qualitative (concepts novateurs)

Quelle terminologie pour les programmes automatisés ?

- Sans échanges bidirectionnels (se sentir entendu, pouvoir s'exprimer)
- Peut-on encore parler de relation ? d'alliance thérapeutique ? de psychothérapie ?

→ Proposition :

Adhésion Thérapeutique (lien plus unidirectionnel)

Programme d'éducation et d'accompagnement thérapeutiques numériques

Remerciements



**LABORATOIRE
PSYCHOPATHOLOGIE
ET PROCESSUS DE SANTÉ**



emilie.stern@etu.u-paris.fr

e.stern@ghu-paris.fr



Références

- Baier, A. L., Kline, A. C., & Feeny, N. C. (2020). Therapeutic alliance as a mediator of change : A systematic review and evaluation of research. *Clinical Psychology Review*, 82, 101921. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2020.101921>
- Baker, J. T., Germine, L. T., Ressler, K. J., Rauch, S. L., & Carlezon, W. A. (2018). Digital devices and continuous telemetry : Opportunities for aligning psychiatry and neuroscience. *Neuropsychopharmacology*, 43(13), 2499-2503. <https://doi.org/10.1038/s41386-018-0172-z>
- Bauer, M., Glenn, T., Geddes, J., Gitlin, M., Grof, P., Kessing, L. V., Monteith, S., Faurholt-Jepsen, M., Severus, E., & Whybrow, P. C. (2020). Smartphones in mental health : A critical review of background issues, current status and future concerns. *International Journal of Bipolar Disorders*, 8(1), 2. <https://doi.org/10.1186/s40345-019-0164-x>
- Berger, T. (2017). The therapeutic alliance in internet interventions : A narrative review and suggestions for future research. *Psychotherapy Research*, 27(5), 511-524. <https://doi.org/10.1080/10503307.2015.1119908>
- Bordin, E. S. (1979). The generalizability of the psychoanalytic concept of the working alliance. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 16, 252-260. <https://doi.org/10.1037/h0085885>
- Bostock, S., Luik, A. I., & Espie, C. A. (2016). Sleep and productivity benefits of digital cognitive behavioral therapy for insomnia : A randomized controlled trial conducted in the workplace environment. *Journal of occupational and environmental medicine*, 58(7), 683-689.
- Carl, J. R., Miller, C. B., Henry, A. L., Davis, M. L., Stott, R., Smits, J. A. J., Emsley, R., Gu, J., Shin, O., Otto, M. W., Craske, M. G., Saunders, K. E. A., Goodwin, G. M., & Espie, C. A. (2020). Efficacy of digital cognitive behavioral therapy for moderate-to-severe symptoms of generalized anxiety disorder : A randomized controlled trial. *Depression and Anxiety*, 37(12), 1168-1178. <https://doi.org/10.1002/da.23079>
- Christensen, H., Batterham, P. J., Gosling, J. A., Ritterband, L. M., Griffiths, K. M., Thorndike, F. P., Glozier, N., O'Dea, B., Hickie, I. B., & Mackinnon, A. J. (2016). Effectiveness of an online insomnia program (SHUTi) for prevention of depressive episodes (the GoodNight Study) : A randomised controlled trial. *The Lancet Psychiatry*, 3(4), 333-341.
- Cohen, J., & Torous, J. (2019). The Potential of Object-Relations Theory for Improving Engagement With Health Apps. *JAMA*, 322(22), 2169-2170. <https://doi.org/10.1001/jama.2019.17141>
- Crawford, M. R., Luik, A. I., Espie, C. A., Taylor, H. L., Burgess, H. J., Jones, A. L., Rush University Sleep Research Team, & Ong, J. C. (2020). Digital Cognitive Behavioral Therapy for Insomnia in Women With Chronic Migraines. *Headache: The Journal of Head and Face Pain*, 60(5), 902-915. <https://doi.org/10.1111/head.13777>
- Cungi, C. (2016). L'alliance thérapeutique. <https://www.livres-medicaux.com/psychologie/207151-alliance-therapeutique.html>
- D'Alfonso, S., Lederman, R., Bucci, S., & Berry, K. (2020). The Digital Therapeutic Alliance and Human-Computer Interaction. *JMIR Mental Health*, 7(12), e21895. <https://doi.org/10.2196/21895>
- Espie, C. A., Emsley, R., Kyle, S. D., Gordon, C., Drake, C. L., Siriwardena, A. N., Cape, J., Ong, J. C., Sheaves, B., Foster, R., Freeman, D., Costa-Font, J., Marsden, A., & Luik, A. I. (2019). Effect of Digital Cognitive Behavioral Therapy for Insomnia on Health, Psychological Well-being, and Sleep-Related Quality of Life : A Randomized Clinical Trial. *JAMA Psychiatry*, 76(1), 21. <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2018.2745>
- Fleming, T., Bavin, L., Lucassen, M., Stasiak, K., Hopkins, S., & Merry, S. (2018). Beyond the trial : Systematic review of real-world uptake and engagement with digital self-help interventions for depression, low mood, or anxiety. *Journal of medical Internet research*, 20(6), e9275.
- Flückiger, C., Del Re, A. C., Wampold, B. E., & Horvath, A. O. (2018). The alliance in adult psychotherapy : A meta-analytic synthesis. *Psychotherapy (Chicago, Ill.)*, 55(4), 316-340. <https://doi.org/10.1037/pst0000172>
- Goldberg, S. B., Baldwin, S. A., Riordan, K. M., Torous, J., Dahl, C. J., Davidson, R. J., & Hirshberg, M. J. (2022). Alliance With an Unguided Smartphone App : Validation of the Digital Working Alliance Inventory. *Assessment*, 29(6), 1331-1345. <https://doi.org/10.1177/10731911211015310>
- Hasan, F., Tu, Y.-K., Yang, C.-M., James Gordon, C., Wu, D., Lee, H.-C., Yuliana, L. T., Herawati, L., Chen, T.-J., & Chiu, H.-Y. (2022). Comparative efficacy of digital cognitive behavioral therapy for insomnia : A systematic review and network meta-analysis. *Sleep Medicine Reviews*, 61, 101567. <https://doi.org/10.1016/j.smrv.2021.101567>
- Henson, P., Peck, P., & Torous, J. (2019). Considering the Therapeutic Alliance in Digital Mental Health Interventions. *Harvard Review of Psychiatry*, 27(4), Article 4. <https://doi.org/10.1097/HRP.0000000000000224>
- Hillier Laura. (2018). Exploring the Nature of the Therapeutic Alliance in Technology-Based Interventions for Mental Health Problems. <https://www.proquest.com/openview/07d9fefc26775925bc762e1beb4807d8/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y>
- Hirschtritt, M. E., & Insel, T. R. (2018). Digital Technologies in Psychiatry : Present and Future. *FOCUS*, 16(3), 251-258. <https://doi.org/10.1176/appi.focus.20180001>
- Hollis, C., Sampson, S., Simons, L., Davies, E. B., Churchill, R., Betton, V., Butler, D., Chapman, K., Easton, K., Gronlund, T. A., Kabir, T., Rawsthorne, M., Rye, E., & Tomlin, A. (2018). Identifying research priorities for digital technology in mental health care : Results of the James Lind Alliance Priority Setting Partnership. *The Lancet Psychiatry*, 5(10), 845-854. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(18\)30296-7](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(18)30296-7)
- Lederman, R., & D'Alfonso, S. (2021). The Digital Therapeutic Alliance : Prospects and Considerations. *JMIR Mental Health*, 8(7), e31385. <https://doi.org/10.2196/31385>

Références

- Luik, A. I., Bostock, S., Chisnall, L., Kyle, S. D., Lidbetter, N., Baldwin, N., & Espie, C. A. (2017). Treating Depression and Anxiety with Digital Cognitive Behavioural Therapy for Insomnia : A Real World NHS Evaluation Using Standardized Outcome Measures. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 45(1), 91-96. <https://doi.org/10.1017/S1352465816000369>
- Luik, A. I., Kyle, S. D., & Espie, C. A. (2017). Digital Cognitive Behavioral Therapy (dCBT) for Insomnia : A State-of-the-Science Review. *Current Sleep Medicine Reports*, 3(2), 48-56. <https://doi.org/10.1007/s40675-017-0065-4>
- Müssener, U. (2021). Digital encounters : Human interactions in mHealth behavior change interventions. *DIGITAL HEALTH*, 7, 20552076211029776. <https://doi.org/10.1177/20552076211029776>
- Paillé, P., & Mucchielli, A. (2021). Chapitre 12. L'analyse thématique. In *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales*: Vol. 5e éd. (p. 269-357). Armand Colin. <https://www.cairn.info/l-analyse-qualitative-en-sciences-humaines--9782200624019-p-269.htm>
- Pappas, S. (2020). Providing care in innovative ways. American Psychological Association (APA).
- Perski, O., Blandford, A., West, R., & Michie, S. (2017). Conceptualising engagement with digital behaviour change interventions : A systematic review using principles from critical interpretive synthesis. *Translational Behavioral Medicine*, 7(2), 254-267. <https://doi.org/10.1007/s13142-016-0453-1>
- Pinto, R. Z., Ferreira, M. L., Oliveira, V. C., Franco, M. R., Adams, R., Maher, C. G., & Ferreira, P. H. (2012). Patient-centred communication is associated with positive therapeutic alliance : A systematic review. *Journal of Physiotherapy*, 58(2), 77-87. [https://doi.org/10.1016/S1836-9553\(12\)70087-5](https://doi.org/10.1016/S1836-9553(12)70087-5)
- Ritterband, L. M., Thorndike, F. P., Ingersoll, K. S., Lord, H. R., Gonder-Frederick, L., Frederick, C., Quigg, M. S., Cohn, W. F., & Morin, C. M. (2017). Effect of a Web-Based Cognitive Behavior Therapy for Insomnia Intervention With 1-Year Follow-up : A Randomized Clinical Trial. *JAMA Psychiatry*, 74(1), 68. <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2016.3249>
- Soh, H. L., Ho, R. C., Ho, C. S., & Tam, W. W. (2020). Efficacy of digital cognitive behavioural therapy for insomnia : A meta-analysis of randomised controlled trials. *Sleep Medicine*, 75, 315-325. <https://doi.org/10.1016/j.sleep.2020.08.020>
- Stern, E., Micoulaud Franchi, J.-A., Dumas, G., Moreira, J., Mouchabac, S., Maruani, J., Philip, P., Lejoyeux, M., & Geoffroy, P. A. (2022). How Can Digital Mental Health Enhance Psychiatry? The Neuroscientist: A Review Journal Bringing Neurobiology, Neurology and Psychiatry, 10738584221098604. <https://doi.org/10.1177/10738584221098603>
- Sucala, M., Schnur, J. B., Constantino, M. J., Miller, S. J., Brackman, E. H., & Montgomery, G. H. (2012). The Therapeutic Relationship in E-Therapy for Mental Health : A Systematic Review. *Journal of Medical Internet Research*, 14(4), e2084. <https://doi.org/10.2196/jmir.2084>
- Tal, A., & Torous, J. (2017). The digital mental health revolution : Opportunities and risks. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 40(3), 263-265. <https://doi.org/10.1037/prj0000285>
- Tong, F., Lederman, R., D'Alfonso, S., Berry, K., & Bucci, S. (2022). Digital Therapeutic Alliance With Fully Automated Mental Health Smartphone Apps : A Narrative Review. *Frontiers in Psychiatry*, 13, 819623. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.819623>
- Torous, D. (s. d.). Mental health apps : What to tell patients. *Mental Health*, 5.
- Torous, J., Andersson, G., Bertagnoli, A., Christensen, H., Cuijpers, P., Firth, J., Haim, A., Hsin, H., Hollis, C., Lewis, S., Mohr, D. C., Pratap, A., Roux, S., Sherrill, J., & Arean, P. A. (2019). Towards a consensus around standards for smartphone apps and digital mental health. *World Psychiatry*, 18(1), 97-98. <https://doi.org/10.1002/wps.20592>
- Torous, J., Luo, J., & Chan, S. R. (2018). Mental health apps : What to tell patients. *Curr Psychiatry*, 17(3), 21-25.
- Torous, J., Staples, P., & Onnela, J.-P. (2015). Realizing the Potential of Mobile Mental Health : New Methods for New Data in Psychiatry. *Current Psychiatry Reports*, 17(8), 61. <https://doi.org/10.1007/s11920-015-0602-0>
- Torous, J., Wisniewski, H., Liu, G., & Keshavan, M. (2018). Mental Health Mobile Phone App Usage, Concerns, and Benefits Among Psychiatric Outpatients : Comparative Survey Study. *JMIR Mental Health*, 5(4), e11715. <https://doi.org/10.2196/11715>
- Tremain, H., McEnery, C., Fletcher, K., & Murray, G. (2020). The Therapeutic Alliance in Digital Mental Health Interventions for Serious Mental Illnesses : Narrative Review. *JMIR Mental Health*, 7(8), e17204. <https://doi.org/10.2196/17204>
- van Lotringen, C. M., Jeken, L., Westerhof, G. J., ten Klooster, P. M., Kelders, S. M., & Noordzij, M. L. (2021). Responsible Relations : A Systematic Scoping Review of the Therapeutic Alliance in Text-Based Digital Psychotherapy. *Frontiers in Digital Health*, 3, 689750. <https://doi.org/10.3389/fdgh.2021.689750>
- Wang, K., Varma, D. S., & Prosperi, M. (2018). A systematic review of the effectiveness of mobile apps for monitoring and management of mental health symptoms or disorders. *Journal of Psychiatric Research*, 107, 73-78. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2018.10.006>