

# Internet in der Psychotherapie

**Dr. Dietrich Munz**

31. DPT | 18. November 2017

## Breites Angebot an digitalen Produkten

- **Apps:** Auf dem Smartphone werden Funktionen bereit gestellt, die eine Psychotherapie unterstützen können: z. B. Stimmungsprotokolle, Videomaterial für Konfrontationsübungen.
- **Internetprogramme:** Psychotherapeutische Inhalte werden durch ein Programm dargeboten, oft Aufbau in Modulen (z. B. zum Umgang mit negativen Kognitionen/ Stressbewältigung); Bearbeitung mit/ohne therapeutische Unterstützung möglich.
- **Software zur audiovisuellen Kommunikation:** Das Medium der Kommunikation ändert sich, Inhalte bleiben identisch.

## Integration in die Psychotherapie – Beispiele

- Indizierte **Prävention**: Nach Diagnostik und Indikationsstellung in der psychotherapeutischen Sprechstunde bearbeitet Patient selbstständig Internetprogramm.
- Nutzung von Apps und Internetprogrammen während der **Behandlung**: z. B. Aktivitätenplanung auf dem Smartphone; Konfrontationsvorbereitung per Videomaterial etc.; Voraussetzung: ausreichende Therapieüberwachung/entsprechender Krisenplan.
- Im Rahmen der **Nachsorge**: Nutzung von Software zur audiovisuellen Kommunikation zur Überbrückung von Entfernung, Sicherstellung von Behandlungskontinuität.

## Welche Behandlungsansätze können Sie sich zur Behandlung Ihrer depressiven Beschwerden vorstellen? (N = 328)



0 = gar nicht bis 10 = sehr gut

## Wirksamkeit

- Breite Evidenzlage, insbesondere zu Angststörungen und Depression
- auch zu Essstörungen, PTSD, chronischen Schmerzen, Schlafstörungen, Schizophrenie, Abhängigkeitserkrankungen liegen Wirksamkeitsbelege vor
- Therapeutische Beziehung ist auch bei webbasierten Interventionen wichtig: Verzicht auf therapeutische Unterstützung führt häufig zum Abbruch von Onlineprogrammen; teilweise werden Effekte durch Intensität der Beziehung moderiert

# Wirksamkeit

## Fazit:

- Evidenz rechtfertigt, über Anwendung in der Regelversorgung nachzudenken
- Es braucht mehr Forschung zu Risiken und Nebenwirkungen  
→ sollte relevantes Kriterium bei Forschungsförderung sein
- Einsatz in der Routine, insbesondere hohe Abbruchraten müssen untersucht werden  
→ Versorgungsforschung notwendig



# Registrierung

## Informationen zum Angebot

Der **TK-DepressionsCoach** ist ein internetbasiertes Beratungs- und Trainingsprogramm, das speziell und mit Hilfe neuester wissenschaftlicher Erkenntnisse für die

Geben Sie einen Suchbegriff

## BARMER GEK

Beratung Kurse Expertenforen Gesundheitswelten Mein Campus

Gesundheitscampus Startseite > Übersicht Kurse > Online-Kurse > Psychische-Gesundheit-PR

## Online-Training: PRO MIND

Sie fühlen sich erschöpft oder lustlos? Sie fühlen sich belastet, gestresst oder ausgebrannt? Sie machen sich häufig Sorgen oder grübeln viel über Probleme? Sie sich in einem oder mehreren Punkten wiederfinden, möchten wir Ihnen kost ein Online-Training anbieten, um Ihr Wohlbefinden zu verbessern.

Ihre psychische Gesundheit ist uns wichtig



**ONLINE-TRAINING FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT**

PRO MIND – das bedeutet Online-Training auf höchstem Niveau. Erste Zahlen best PRO MIND reduziert Stress- und depressive Beschwerden in bedeutsamen Ausmaß



Starke Leistung. Ganz persönlich.

Warum SBK Leistungen Version



Leistungen > Leistungen von A-Z > Online-Coaching b

Leistungen im Überblick

SBK-Extras

Leistungen von A-Z

## Online-Coaching

Das SBK-Angebot für psychischen P

Burnout und depressive Verstimmungen zählen heute zu den häufigsten psychischen Erkrankungen. Betroffene wünschen sich schnelle Hilfe und Diskretion. Unser Angebot MyMindAssist bietet Ihnen genau das: eine zeitlich flexible Unterstützung durch kompetente Psychologen bei absoluter Vertraulichkeit. Ein Online-Coach unterstützt Sie dabei, Ihren Alltag zu bewältigen und begleitet Sie auf den ersten Schritten zurück zu mehr Lebensfreude.

**Das Online-Coaching bietet:**

# MoodGYM

TRAININGSPROGRAMM / Version III  
aktiv aus der Depression

Herzlich Willkommen

Hilfe im Notfall

Häufig gestellte Fragen

Technische Voraussetzungen

Nutzungsbedingungen

Impressum



eite en



kontakt



# Patientensicherheit ist prioritäres Ziel

Deshalb:

- wirksame Internetprogramme in der Regelversorgung nutzen
- keine Einschränkung des Zugangs zum Psychotherapeuten
- keine Vermischung von Versicherung und Versorgung



# Integration in die Psychotherapie

- Sorgfaltspflichten (MBO) bieten gute Rahmenbedingungen:
  - Diagnostik und Behandlungsempfehlung
  - Therapieüberwachung
  - Aufklärung
  - Vertraulichkeit der Kommunikation und Datensicherheit

# Voraussetzungen für eine Integration in die Psychotherapie – der Standpunkt der BPTK

- **Qualität** sichern: Einsatz von zertifizierten **Medizinprodukten**
- in die **Regelversorgung** integrieren: **Verordnung** von Internetprogrammen (Aufnahme in das Hilfsmittelverzeichnis)/Präventionsempfehlungen
- **Datenschutz und Datensicherheit** gewährleisten

## BPTK-Checkliste für Patienten/ Leitfaden für Psychotherapeuten

- Empfehlung, vor Nutzung eines Programms die psychotherapeutische Sprechstunde zu besuchen
  - Checkliste bietet Unterstützung, um sich eine Übersicht zu verschaffen
  - Leitfaden bietet Hilfestellung für Psychotherapeuten
- **Wenn sich die Fragen der Checkliste/des Leitfadens nicht beantworten lassen, sollte man das Produkt nicht nutzen!**

## Nächste Schritte

- Videobehandlung:
  - Definieren von Patientengruppen
  - Antrag an den Bewertungsausschuss
- Gemeinsame Diskussion der MBO
- „eHealth-Gesetz II“: Adäquate Rahmenbedingungen
- Kompetenzerwerb

**Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!**