



# BPtK-DIALOG

## Prof. Dr. Christine Knaevelsrud

Interview mit Prof. Dr. Christine Knaevelsrud, Freie Universität Berlin, zur Digitalisierung in der Psychotherapie

## Eine Chance, unterversorgte Patienten zu versorgen

### Wo stehen wir bei der Digitalisierung in der Psychotherapie? Für welche Patienten sind digitale Programme geeignet?

*Generell gesprochen gibt es eine sehr gute Evidenz für den Einsatz digitaler Medien in der Psychotherapie. Die Wirksamkeit wurde für ein breites Störungsspektrum und unterschiedliche Altersgruppen belegt.*

*Aus den bisherigen Metaanalysen lässt sich kein konsistentes Muster ableiten, welche Patienten weniger profitieren. Andersherum gesprochen zeigen diese Befunde, dass digitale Angebote eine Möglichkeit zu sein scheinen, um einem breiten Spektrum an Patienten ergänzende psychotherapeutische Unterstützung anbieten zu können.*

### Warum setzen Psychotherapeuten digitale Programme bisher nicht öfter in der Praxis ein?

*Das ist sicherlich auf unterschiedliche Gründe zurückzuführen. Psychotherapeuten sind sich teilweise noch unsicher, wie sie genau digitale Programme einsetzen können. Außerdem wird gerade erst geregelt, wie ihr Einsatz abgerechnet werden kann. Es ist zu hoffen, dass das Digitale-Versorgung-Gesetz zumindest dies in Zukunft vereinfacht. Allerdings bestehen darüber hinaus auch weitere Fragezeichen, was u. a. die Qualität und Wirksamkeit einzelner Angebote betrifft.*

*Eine weitere, meiner Einschätzung nach fundamentale Hürde ist, dass die bestehenden Programme primär für die Online-Nutzung ohne Psychotherapeuten entwickelt wurden. Wissenschaftliche Studien zu digitalen Anwendungen, die speziell für den integrierten Einsatz in einer klassischen Psychotherapie (Blended Care-Ansätze) entwickelt wurden, sind kaum vorhanden.*

### Was soll mit dem neuen Innovationsfonds-Projekt PsyTOM erreicht werden?

*Das PsyTOM-Projekt setzt genau da an – das Ziel ist es, gemeinsam mit Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten verfahrensübergreifende und diagnoseübergreifende Module zu entwickeln, die sinnvoll ergänzend in der Psychotherapie eingesetzt werden können. Hierfür soll u. a. in gemeinsamen Fokusgruppen erarbeitet werden, zu welchen Zeitpunkten und thematischen Fokussen digitale Unterstützung, z. B. zur vertieften Übung zu Hause, hilfreich wäre. Im weiteren Verlauf wird untersucht, ob und in welcher Intensität diese Module genutzt werden und welchen Effekt dies hat.*

### Welche Fragen sind noch offen? Wo brauchen wir weitere Forschung?

*Ohne zu grundlegend werden zu wollen: Ich denke, viele Detailfragen der Psychotherapieforschung sind noch offen. Wir sehen, dass die Psychotherapie ein hochwirksames Mittel ist, aber unser Wissen über die genauen Wirkungsprozesse ist nach wie vor defizitär. Das gilt sowohl für die klassische als auch die digital vermittelte Therapie.*

*Meines Erachtens können digitale Medien uns helfen, diese Veränderungsprozesse besser zu verstehen, weil wir auf mehr Ebenen und wesentlich kleinschrittiger Affekte, Verhalten und somatische Korrelate erfassen können. Diese Befunde könnten uns eine stärkere Ausdifferenzierung von Psychotherapie ermöglichen, z. B. durch eine spezifischere indikationsbasierte Zuweisung und eine adaptivere Gestaltung des psychotherapeutischen Prozesses. Eine weitere essenzielle Frage ist, wie wir eigentlich das Spektrum derjenigen, die wir erreichen wollen, verbessern können:*

*Wir haben immer noch Gruppen von Patientinnen und Patienten, die unterversorgt sind, z. B. solche mit Migrationshintergrund, aus bildungsfernen Schichten, mit körperlichen Beeinträchtigungen oder mit ausgeprägten Stigmatisierungsängsten. Der Einsatz digitaler Medien ist sicherlich kein Garant, aber ist möglicherweise ein neuer Zugang zu denjenigen, die dem psychotherapeutischen Setting bisher ferngeblieben sind.*