

Digitalisierung in der Psychotherapie – (wie) geht das zusammen?

Dr. Alessa Jansen

Tage der Psychiatrie, Psychotherapie und Beratung

Paderborn | 2. März 2020

Utopie oder Dystopie?

- „Homo Deus by Yuval Noah Harari review – how data will destroy human freedom. “ (The Guardian)
- „Das Reich der Freiheit beginnt in der Tat erst da, wo das Arbeiten, das durch Not und äußere Zweckmäßigkeit bestimmt ist, aufhört...“ (Karl Marx)

- **Apps:** Auf dem Smartphone werden Funktionen bereitgestellt, die eine Psychotherapie unterstützen können: z. B. Stimmungsprotokolle, Videomaterial für Konfrontationsübungen
- **Digitale Behandlungsprogramme:** 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

Was sagt die Forschung?

- Breite Evidenzlage zur Effektivität von internetbasierten Interventionen, insbesondere zu Angststörungen und Depression
- auch zu Essstörungen, PTSD, chronischen Schmerzen, Schlafstörungen, Schizophrenie, Abhängigkeitserkrankungen liegen Wirksamkeitsbelege vor
- Hypothese „digitale Angebote sind nur was für junge, technikaffine, wenig eingeschränkte Patient*innen“ bisher nicht belegt
- Hinweise auf spezifische Nebenwirkungen
- Bisher wenig Forschung zum Einsatz unter Routinebedingungen und zur Integration in die Psychotherapie („blended care“)

Therapeutische Beziehung

- Auch bei webbasierten Interventionen kann tragfähige therapeutische Beziehung aufgebaut werden
- Teilweise werden Effekte durch Intensität der Beziehung moderiert
- Verzicht auf therapeutische Unterstützung führt häufig zum Abbruch von digitalen Behandlungsprogrammen

Digitalisierung im Gesundheitswesen aus Sicht von Patient*innen:

- Digitalisierung willkommen
- Niemals sicher
- Dr. Google hat das letzte Wort
- Digitale Interaktion mit
Ärzt*in/Psychotherapeut*in
- Verlust menschlicher Zuwendung



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



0 = gar nicht bis 10 = sehr gut

(Psychotherapie)Patient*innen ...

- nutzen das Internet und digitale Anwendungen im Alltag
- sind (zunehmend) in einer digitalisierten Welt aufgewachsen
- sind bereit, digitale Anwendungen für ihre Gesundheit zu nutzen
- erwarten Kompetenzen in Bezug auf digitale Anwendungen von ihren Psychotherapeut*innen
- ist menschliche Interaktion wichtig und wollen diese nicht durch digitale Anwendungen ersetzen
- legen besonderen Wert auf Datenschutz und Vertraulichkeit

Mitgliederbefragung der LPK Rheinland-Pfalz:

- 27,8 % der Psychotherapeut*innen nutzen bereits Apps in der Versorgung (Themen insbesondere: Achtsamkeit, Entspannung, Darstellung von Symptomverläufen)
- 65,3 % der Psychotherapeut*innen können sich vorstellen, zukünftig Apps in die Therapie zu integrieren
- als problematisch werden insbesondere fehlender Datenschutz (78,3 %) und fehlende Wirksamkeitsnachweise (56,9 %) benannt
- 73,5 % der Psychotherapeut*innen wünschen sich mehr Informationen zum Thema

Wo wollen wir hin?

Ziel: Chancen der Digitalisierung zur Verbesserung der psychotherapeutischen Versorgung nutzen

- Flexibilität des Einsatzes/einfachere Integration in den Alltag
- Überbrückung von Entfernung
- Intensivierung von Behandlung
- Stabilisierung von Behandlungserfolgen

Breite Einsatzmöglichkeiten in der Versorgung

- indizierte Prävention, während der Behandlung, zur Nachsorge

Unverzichtbare Bedingung: Patientensicherheit

- wirksame digitale Behandlungsprogramme in der Regelversorgung nutzen
- keine Einschränkung des Zugangs zur Psychotherapie
- 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

Welche Rahmenbedingungen sind notwendig?

Standpunkt der BPtK:

- **Qualität** sichern: Einsatz von zertifizierten **Medizinprodukten**
- **Datenschutz und Datensicherheit** gewährleisten
- **Wirksamkeit nachweisen** (kontrollierte Studien)
- in die **Regelversorgung** integrieren: **Verordnung** von Gesundheits-Apps (Aufnahme in Verzeichnis)/Präventionsempfehlungen
- Abrufbar unter: www.bptk.de



Welche Rahmenbedingungen sind notwendig?

Gesetzlichen Rahmen: Integration in die Regelversorgung

- Einführung von **Videobehandlung**
 - **Pflegepersonal-Stärkungsgesetz** (1.1.2019)
- **Verordnung** von Gesundheits-Apps (Aufnahme in Verzeichnis)
 - **Digitale-Versorgung-Gesetz** (1.1.2019)
- **Qualität** sichern: Einsatz von zertifizierten **Medizinprodukten**
 - **Digitale-Versorgung-Gesetz** (7.11.2019)
- **Datenschutz und Datensicherheit** gewährleisten
 - **Digitale Gesundheitsanwendungen-Verordnung?**
- **Wirksamkeit** nachweisen (kontrollierte Studien)
 - **Digitale Gesundheitsanwendungen-Verordnung?**

Leistungen in der GKV

- Grundsätzlich: unmittelbar persönlicher Kontakt erforderlich, bevor eine Leistung per Video erbracht werden kann, Diagnostik, Indikationsstellung und Aufklärung immer im unmittelbaren Kontakt
- immer im **persönlichen Kontakt**: Psychotherapeutische Sprechstunde, Probatorik, Akutbehandlung, Gruppentherapie, Hypnose
- **per Video** möglich: Einzeltherapie (KZT/LZT), psychotherapeutisches Gespräch, neuropsychologische Therapie, übende und suggestive Interventionen, Testverfahren
- Maximal 20 Prozent der **Behandlungsfälle/der jeweiligen Leistung** pro Quartal ausschließlich per Video

Rahmenbedingungen

- Einwilligung der Patient*in muss eingeholt werden
- muss in Räumen stattfinden, die Privatsphäre bieten
- eingesetzte Technik und elektronische Datenübertragung muss angemessene Kommunikation mit Patient*in gewährleisten
- muss vertraulich und störungsfrei verlaufen
- darf nicht aufgezeichnet werden, auch nicht durch Patient*in
- Klarname der Patient*in muss erkennbar sein
- muss frei von Werbung sein
- Videodienstleister muss zertifiziert sein (während der gesamten Übertragung Ende-zu-Ende-Verschlüsselung): aktuell 13 Anbieter zertifiziert

Videobehandlung

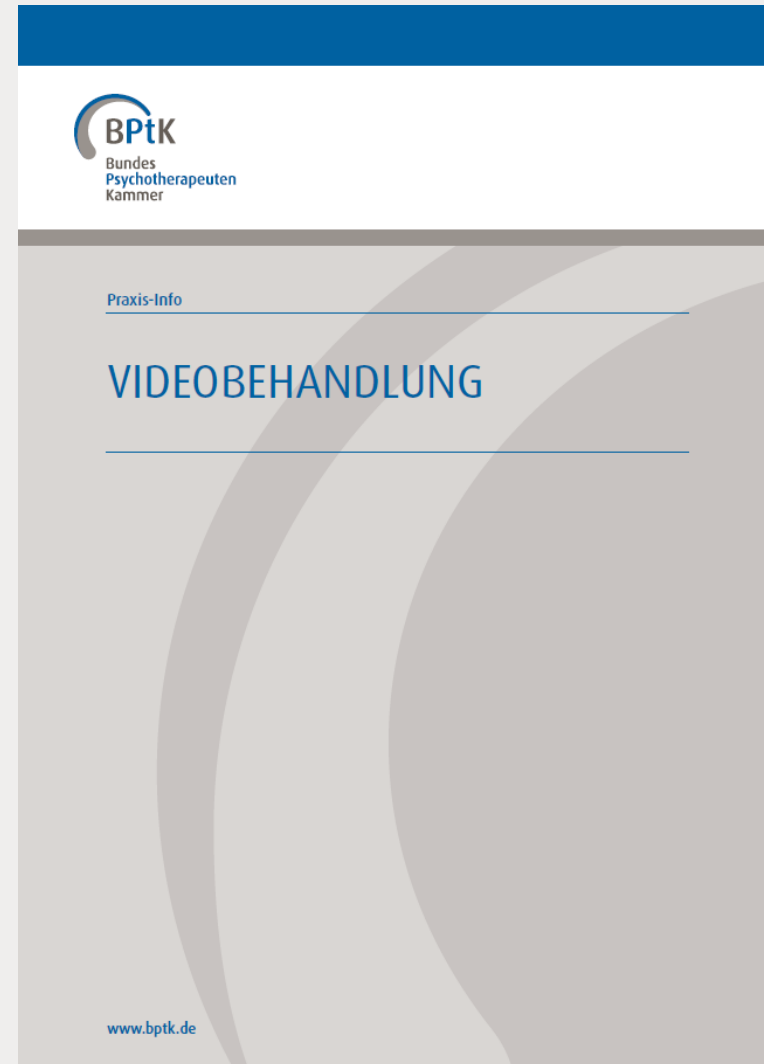
Abrufbar unter: www.bptk.de

Publikationen/

Psychotherapeuten/

Praxis-Info/

Videobehandlung



BptK-Checkliste für Patient*innen/Leitfaden für Psychotherapeut*innen

- Empfehlung, vor Nutzung eines Programms die psychotherapeutische Sprechstunde zu besuchen
 - Checkliste bietet Unterstützung, um sich eine Übersicht über Qualität von digitalen Anwendungen zu verschaffen
 - Leitfaden bietet Hilfestellung für Psychotherapeut*innen
- **Wenn sich die Fragen der Checkliste/des Leitfadens nicht beantworten lassen, sollte man das Produkt nicht nutzen!**
- Abrufbar unter: www.bptk.de/publikationen/bptk-standpunkt/

Wie geht es weiter?

- Patientendaten-Schutzgesetz (PDSG): Elektronische Patientenakte, Datenschutz → Forderung BPTK: differenziertes Berechtigungsmanagement
- Digitalisierung aktiv mitgestalten: Projekt PsyTOM
- Kompetenzerwerb

Hintergrund:

- digitale Anwendungen bieten Chancen für die psychotherapeutische Versorgung
- ABER: kaum Forschung zu Blended Care & praktische Hürden bei Implementierung in die Praxis

Ziel:

- Online-Module an Anforderungen der psychotherapeutischen Versorgung anpassen → transdiagnostisch, schulenübergreifend flexibel einsetzbar, Bereitstellen von Schulungsmaterial
- Einsatz von Onlinemodulen in der Routineversorgung untersuchen

Zwei Projektphasen:

- Phase 1: Fokusgruppen mit Psychotherapeut*innen und Patient*innen zur Anpassung der Online-Module (z. B. Psychoedukation, Achtsamkeit, Ziele und Motivation) an die Anforderungen der psychotherapeutischen Praxis
- Phase 2: RCT zum Vergleich von Blended Care (ambulante Psychotherapie + Onlinemodule) versus ambulante Psychotherapie

Fragestellungen:

- Wie werden die Onlinemodule von Psychotherapeut*innen und Patient*innen genutzt?
- Kann die Wirksamkeit ambulanter Psychotherapie durch den Einsatz von Onlinemodulen intensiviert und stabilisiert werden?

Innovationsfonds-Projekt PsyTOM

Projektpartner: Arbeitsgruppe von Frau Prof. Dr. Christine Knaevelsrud an der FU Berlin, AOK Bundesverband, Bundespsychotherapeutenkammer, Deutsche Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde (DGPPN), H6 Kommunikationsagentur, IKK classic, IKK Südwest, Techniker Krankenkasse

Start: voraussichtlich Anfang 2021

Teilnahme: Vertragspsychotherapeut*innen, Patient*innen mit Indikation für ambulante Psychotherapie

Bei Interesse: Email an info@bptk.de

Kompetenzerwerb als Aufgabe der Kammern

- Leitfaden für Psychotherapeut*innen
- Veröffentlichen von Praxis-Infos mit praktischen Informationen
- Erarbeiten von Fortbildungsveranstaltungen
- Plattformen zum fachlichen Austausch



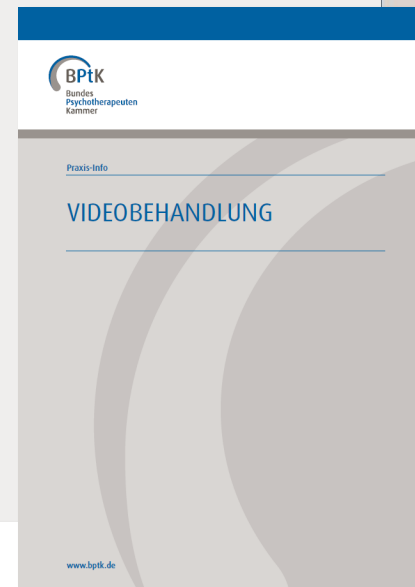
Round-Table
Psychotherapie im Wandel
Digitalisierung und Psychotherapie

22. Januar 2020
11:00 bis 17:00 Uhr



Symposium
“Mobile Health Apps in Psychotherapy in Europe”

September 29th, 2020
11.00 a.m. - 17.00 p.m.



BpTK-Leitfaden für Internetprogramme im Praxisalltag

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!