

---

## BPTK-Leitfaden für Internetprogramme im Praxisalltag

---

Dieser Leitfaden ist für den Einsatz von Internetprogrammen und elektronischen Kommunikationsmitteln im Praxisalltag gedacht. Er soll Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten bei einer Entscheidung unterstützen, ob und wie sie Internetprogramme zur Prävention und Behandlung psychischer Erkrankungen nutzen können.

Der Leitfaden weist außerdem auf die spezifischen Sorgfaltspflichten hin, die ein Psychotherapeut beachten sollte, wenn er Internetprogramme in der Behandlung nutzt. Er beschreibt, worauf Psychotherapeuten bei der Aufklärung und Erstellung von Krisenplänen besonders achten und welche zusätzlichen Vereinbarungen getroffen werden sollten.

### **Klärende Frage an sich selbst**

- Bin ich grundsätzlich bereit und habe ich Interesse, Internetprogramme oder elektronische Kommunikationsmittel in der psychotherapeutischen Versorgung zu nutzen?

### **Fragen an Patienten**

#### **Grundsätzliche Bereitschaft und Interesse**

- Verfügt der Patient über einen eigenen PC, Smartphone etc.?
- Welche Einstellung hat der Patient gegenüber der Nutzung von Internetprogrammen und elektronischen Kommunikationsmitteln?
- Ist der Patient zur Nutzung motiviert?
- Sind ggf. gesetzliche Vertreter mit der Nutzung einverstanden?

#### **Medienkompetenz des Patienten**

- Wie intensiv werden elektronische Medien bisher genutzt?
- Welche bisherigen Erfahrungen hat der Patient mit Internetprogrammen oder Gesundheits-Apps?
- Was wird bereits genutzt?
- Wie sensibel geht der Patient mit eigenen Daten um?
- Welche Zugriffsmöglichkeiten haben Dritte auf die Daten des Patienten (z. B. Angehörige, die auf den gemeinsamen PC oder einen gemeinsamen E-Mail-Account zugreifen können)?
- Gibt es eine ausreichende Medienkompetenz (insbesondere bei Kindern, Jugendlichen und älteren Patienten)?

## Fragen vor dem Einsatz im Einzelfall

### Klinische Erwägungen

- Eignung des Patienten vor dem Hintergrund der spezifischen Psychopathologie?
- Sollen Bezugspersonen mit einbezogen werden?

### Nutzen/Risiko-Abwägung

- Welchen besonderen Nutzen könnte der Patient durch den Einsatz von Internetprogrammen/elektronischen Kommunikationsmitteln haben (z. B. erhöhte Selbstwirksamkeit; Möglichkeit, zwischen Therapiesitzungen aktiv an eigenen Zielen zu arbeiten; Intensivierung der Psychotherapie; erhöhte Flexibilität; bessere Integrierbarkeit in Alltag; ansprechende Aufbereitung; erleichterter Einstieg für die Arbeit an schambesetzten Themen)?
- Welche Nachteile könnten für den Patienten durch den Einsatz von Internetprogrammen/elektronischen Kommunikationsmitteln entstehen (z. B. erhöhtes Misserfolgsrisiko, gefühlte Abhängigkeit vom Programm, negative Einstellung gegenüber psychotherapeutischen Interventionen insgesamt bei Misserfolgen, zu hohe Anforderungen an die Selbststeuerung. Könnte die Nutzung des Programms den Patienten von der Bearbeitung anderer für die Therapie wichtigen Themen abhalten?)?

## Beurteilung von Internetprogrammen

### Inhalt des Programms

- Für welche psychischen Beschwerden ist das Programm ausgelegt?
- Sind Kontraindikationen beschrieben?
- Für welche Altersgruppen ist das Programm ausgelegt? Gewährt das Programm eine altersgerechte Kommunikation?
- Welche Ziele sollen mit dem Programm erreicht werden?
- Auf welcher theoretischen Fundierung basiert das Programm? Ist das Programm in das therapeutische Konzept integrierbar?
- Welche Aufgaben und Funktionen übernimmt das Programm (z. B. Unterstützung bei der Integration neu erlernter Strategien in den Alltag, Vermittlung Psychoedukation)? Wie soll das Programm eingesetzt werden?
- Wie viel Zeit benötigt der Patient pro Woche für die Durchführung des Programms?
- Wer stellt die Programminhalte bereit (Wer ist der Hersteller?)?

## Technische Umsetzung

- Kann das Programm individualisiert werden?
- Bietet das Programm eine regelmäßige Erfassung des Therapieverlaufs?
- Gibt es eine Möglichkeit, das Nutzungsverhalten des Patienten einzusehen (z. B. wie häufig Log-in erfolgt ist)?
- Ist das Programm barrierefrei/-arm?
- Gibt es eine mobile Version des Programms?
- In welchen Sprachen ist das Programm verfügbar?
- Gibt es ein Durchführungsmanual? Wenn ja, wozu liegen Informationen vor? In welcher Form?
- Sind bei der Anwendung des Programms weitere Ansprechpartner beteiligt? Wenn ja, an welcher Stelle? Über welche Qualifikationen verfügen diese Personen?

## Funktionen für Krisensituationen

- Wie reagiert das Programm, wenn Notfälle auftreten?
- Werden dem Nutzer insbesondere bei Krisen psychotherapeutisch sinnvolle Vorgehensweisen empfohlen?
- Wird in bestimmten Fällen automatisch der behandelnde Psychotherapeut informiert (Einwilligung des Patienten vorausgesetzt)?

## Datenschutz und Datensicherheit

- Können Informationen in einem verschlüsselten System ausgetauscht werden?
- Welche Datenschutz- und Datensicherheitsprotokolle stellen die Vertraulichkeit der Daten sicher (Datenverschlüsselung per z. B. 256 Bit, Ende-zu-Ende-Verschlüsselung, Verschlüsselung der Daten auf dem Server, Pseudonymisierung des Nutzers)?
- Werden die Daten ausschließlich für das Programm oder auch für andere Zwecke genutzt?
- Wer kann die Daten einsehen? Ist erkennbar wer sich (zuletzt) in das Nutzerkonto (Account) eingeloggt hat?
- Wie lange werden die gespeicherten Daten aufbewahrt?
- Können Patienten ihre Daten löschen lassen?

## Evidenz

- Belegen empirische Studien den Nutzen des Programms?
- Für welche Patientengruppen liegen Belege vor?

### Voraussetzungen für Programmnutzung

- Wie viel Zeit benötigt der Psychotherapeut für die Durchführung?
- Ist eine Schulung für das Programm vorgesehen?
- Ist darüber hinaus eine technische und fachliche Unterstützung durch den Hersteller vorgesehen?

### Kosten für die Programmnutzung

- Welche Kosten fallen für die Nutzung des Programms an (z. B. Lizenzgebühren, Verbindungskosten)? Wer trägt die Kosten?

## Sorgfaltspflichten von Psychotherapeuten

### Besondere Aufklärungspflichten bei Internetprogrammen

Patienten sollen insbesondere darüber aufgeklärt werden, ...

- dass in akuten Krisen bei asynchroner Kommunikation nicht gewährleistet werden kann, dass der begleitende Psychotherapeut die Information oder Nachrichten unmittelbar liest;
- wie schnell der Psychotherapeut Rückmeldungen geben kann (z. B. zu den Aufgabebearbeitungen oder Äußerungen des Patienten);
- welche möglichen unerwünschten Effekte bei der Nutzung des spezifischen Programms auftreten können (z. B. starke negative Emotionen, Frustration);
- dass trotz umfangreicher Sicherheitsvorkehrung keine 100-prozentige Datensicherheit besteht;
- dass bei Speicherung therapeutischer Inhalte auf dem persönlichen PC, Dritte (z. B. Familienmitglieder) die Daten einsehen können;
- dass bei synchroner Kommunikation eine Speicherung nur im Einverständnis beider Parteien (Patient und Psychotherapeut) erfolgen darf.

### Konkrete Vereinbarungen über die Nutzung

- Planung von Maßnahmen zur Programmadhärenz (Gibt es dafür Bestandteile im Programm? Wie soll Adhärenz darüber hinaus unterstützt werden [z. B. verstärkende persönliche schriftliche Rückmeldungen am Ende einer Programmeinheit und Erinnerungen bei Nichtbearbeitung, Besprechung der Bearbeitung im Rahmen der Face-to-Face-Sitzungen sowie Telefonkontakte])?
- Anforderungen, die an den Patienten gestellt werden (z. B. mindestens einmal wöchentlich ein Therapiemodul; Umsetzen von therapeutischen Strategien im Alltag zwischen den einzelnen Therapiemodulen; tägliches Führen von Verhaltenstagebüchern für einen Zeitraum von 12 Wochen).
- Absprachen zu Art und Häufigkeit von Rückmeldungen des Psychotherapeuten.
- Möglichkeiten, Rückfragen und Schwierigkeiten/Probleme zu besprechen.

### Krisenplan

- Klärung, welche zusätzlichen Vereinbarungen zur Krisensituation notwendig sind, und Erstellung eines Notfallplans.

## Dokumentation

- Die konkret getroffenen Vereinbarungen über die Nutzung, den Krisenplan und die zusätzlich erfolgte Aufklärung sollen in Ergänzung zur allgemeinen Dokumentation dokumentiert werden.