

Fortbildungscurriculum Digitale Psychotherapie

Grundstruktur



Die Fortbildung **Digitale Psychotherapie** richtet sich an ärztliche und psychologische Psychotherapeut:innen, Fachärzt:innen für Psychiatrie und Psychotherapie bzw. Psychosomatische Medizin und Psychotherapie sowie Ärzt:innen mit Zusatzbezeichnung Psychotherapie.

Im Mittelpunkt steht die Frage, wie digitale Ansätze **konkret und sinnvoll in die psychotherapeutische Praxis integriert werden können**. Die Fortbildung verbindet fundiertes Wissen mit einem starken Praxisbezug und einem hohen Selbsterfahrungsanteil. Teilnehmende lernen digitale Anwendungen und Behandlungsformate nicht nur theoretisch kennen, sondern erproben ausgewählte Ansätze selbst und reflektieren deren Einsatz für die eigene therapeutische Arbeit.

Basismodul „Digitale Psychotherapie“

Das **Basismodul (8 UE)** bildet den Einstieg in die Fortbildung und vermittelt die zentralen Grundlagen digitaler Psychotherapie. Edukative Impulse wechseln sich mit praxisnahen Übungen und Selbsterfahrung ab.

Das Basismodul schließt mit einem **Selbsterfahrungsanteil in Form von Praxisaufgaben** ab. Diese ermöglichen es den Teilnehmenden, ausgewählte digitale Ansätze selbst zu erproben und bilden zugleich eine Brücke zu den Vertiefungsmodulen. Weitere Informationen entnehmen Sie gern der detaillierten Modulbeschreibung unten.

Zwei Vertiefungsmodule

Aufbauend auf dem Basismodul können zwei Vertiefungsmodule mit jeweils **8 UE** separat gebucht werden:

- **Digitale Interventionen zur Förderung der psychischen Gesundheit (Digital Mental Health Interventions; DMHI)**
- **Videobasierte Psychotherapie**

Die Vertiefungsmodule haben einen ausgeprägten **Workshopcharakter**: Im Vordergrund stehen praktische Anwendung, Selbsterfahrung, Austausch und die Übertragung auf die eigene therapeutische Praxis.



Die Vertiefungsmodule können ausschließlich nach Abschluss des Basismoduls besucht werden. Die Praxisaufgaben am Ende des Basismoduls werden entsprechend dem gewählten Vertiefungsmodul angepasst und bereiten gezielt auf die jeweilige Vertiefung vor.

So entsteht eine praxisorientierte Fortbildung, die Grundlagenwissen mit eigener Erfahrung verbindet und Therapeut:innen dabei unterstützt, digitale Möglichkeiten kompetent in ihre psychotherapeutische Arbeit zu integrieren.

Basismodul Digitale Psychotherapie (8 UE)

Inhalt des Basismoduls Digitale Psychotherapie

1. Grundlagen (3 UE)
 - a. Überblick über Formen digitaler Psychotherapie
 - Digitale mental health interventions [DMHIs]
 - Digitale Gesundheitsanwendungen [DiGA]
 - Gesundheits-Apps
 - Videobasierte Psychotherapie
 - Verzahnte Psychotherapie [“blended care”]
 - Digitale Symptomerfassung
 - Innovative Therapieformen [Chatbots, KI-unterstützte Psychotherapie, Virtual Reality])
 - b. Exemplarische Anwendungsfälle und Integration in die therapeutische Praxis

Methodik: Expertenvortrag, Präsentation von Anwendungsbeispielen, Gruppenarbeit

2. Evidenz (1 UE)
 - a. Wirksamkeit verschiedener Formen digitaler Psychotherapie
 - b. Wirksamkeit von DMHIs bei den häufigsten psychischen Problemen und Indikationen
 - c. Einfluss von Begleitung auf DMHIs

Methodik: Expertenvortrag

3. Besonderheiten digitaler Therapien im psychotherapeutischen Behandlungsalltag (1UE)
 - a. Therapieadhärenz
 - b. Schamerleben und Anonymität
 - c. Kriseninterventionen und Sicherheit

Methodik: Expertenvortrag, Präsentation von Anwendungsbeispielen, Gruppenarbeit

4. Rechtliche und Technische Aspekte (2 UE)
 - a. Abrechnungsmodalitäten
 - b. Verordnung
 - c. Haftung und Aufklärung
 - d. Technische Voraussetzungen (Gesetzlich vorgeschriebene technische Voraussetzungen für Nutzung digitaler Therapiekomponenten und Grundlagen zum europäischen Datenschutz, sowie Empfehlungen zu Cybersicherheit)
 - e. Ethische Aspekte
 - f. Qualitätssicherung

Methodik: Expertenvortrag, Diskussion

5. Selbsterfahrung in Eigenarbeit ("Hausaufgabe")¹
 - a. Basismodul „Digitale Psychotherapie“ (1 UE)

Die Teilnehmenden erproben selbstständig eine Mental-Health-App sowie eine DiGA und evaluieren diese anhand der im Basismodul vermittelten Qualitätskriterien. Die Erfahrungen und Bewertungen werden schriftlich festgehalten.
 - b. Vertiefungsmodul „Digitale Interventionen zur Förderung der psychischen Gesundheit (DMHI)“

Zur Vorbereitung auf das Vertiefungsmodul durchlaufen die Teilnehmenden ausgewählte Inhalte einer DiGA aus der Perspektive von Patient:innen. Ihre Erfahrungen und Reflexionen bereiten sie anhand vorgegebener Leitfragen auf einer Präsentationsfolie auf.
 - c. Vertiefungsmodul „Videobasierte Psychotherapie“

Zur Vorbereitung auf das Vertiefungsmodul führen die Teilnehmenden im Rollenspiel eine videobasierte Therapiesitzung durch. Anschließend reflektieren sie ihre Erfahrungen, Herausforderungen und offenen Fragen und halten die zentralen Erkenntnisse auf einer Präsentationsfolie fest.

Methodik: Eigenarbeit nach der Teilnahme am Basismodul

¹ Alle Teilnehmenden bearbeiten Aufgabe A. Bei Buchung des Vertiefungsmoduls „Digitale Interventionen zur Förderung der psychischen Gesundheit“ zusätzlich Aufgabe B. Bei Buchung des Vertiefungsmoduls „Videobasierte Psychotherapie“ zusätzlich Aufgabe C.

Vertiefungsmodul “Digitale Interventionen zur Förderung der psychischen Gesundheit”

1. Vertiefender Überblick über Formen digitaler Interventionen zur Förderung der psychischen Gesundheit (Digital Mental Health Interventions; DMHI) (3UE)
 - a. Vertiefung zu Formen von DMHIs
 - b. Evidenz von DMHIs
 - c. Bearbeitung von Fallkasuistiken
 - d. Vorstellung der Eigenarbeit

Methodik: Experten-Impulsvortrag, Vorstellung der Eigenarbeit durch Teilnehmende, Diskussion, Gruppenarbeit

2. Digitale Gesundheitsanwendungen (DiGA) (2 UE)
 - a. Rechtliche Grundlage
 - b. Verschreibungsprozess
 - c. Einbindung in die therapeutische Praxis
 - d. Überblick über DiGA im Bereich psychischer Gesundheit
 - e. Bearbeitung von Fallkasuistiken
 - f. Diskussion herausfordernder Situationen im Behandlungsalltag
 - g. Rollenspiele

Methodik: Experten-Impulsvortrag, Gruppenarbeit, Selbsterfahrung

3. Verzahnte Psychotherapie (“Blended Care”) (1UE)
 - a. Grundlagen verzahnter Psychotherapie
 - b. Evidenz verzahnter Psychotherapie
 - c. Einbindung in die therapeutische Praxis
 - d. Symptomtracking im psychotherapeutischen Behandlungsalltag
 - e. Bearbeitung von Fallkasuistiken
 - f. Diskussion herausfordernder Situationen im Behandlungsalltag
 - g. Rollenspiele

Methodik: Experten-Impulsvortrag, Gruppenarbeit, Selbsterfahrung

4. Weitere Formen von DMHIs (1 UE)
 - a. Apps zur Förderung der psychischen Gesundheit
 - b. Bearbeitung von Fallkasuistiken
 - c. Diskussion herausfordernder Situationen im Behandlungsalltag
 - d. Rollenspiele
 - e. Orientierungshilfe: Die passende digitale Behandlung für unterschiedliche Patientenprofile auswählen

Methodik: Experten-Impulsvortrag, Gruppenarbeit, Rollenspiele

5. Innovative Themen aus dem Bereich DMHIs (1UE)
 - a. Künstliche Intelligenz und weitere Innovationen in DMHI
 - KI und AI zur Förderung der psychischen Gesundheit, Chatbots zur Förderung der psychischen Gesundheit
 - Virtual Reality zur Förderung der psychischen Gesundheit
 - KI und AI zur Unterstützung psychotherapeutischer Arbeit
 - Gesetzliche Rahmenbedingungen und Datensicherheit
 - b. Berufsbilder in der digitalen Psychotherapie

Methodik: Experten-Impulsvortrag, Gruppenarbeit

Vertiefungsmodul “Videobasierte Psychotherapie”

1. Formen videobasierter Psychotherapie (1UE)
 - a. Definition videobasierter Psychotherapie
 - b. Evidenz von videobasierter Therapie
 - c. Bearbeitung von Fallkasuistiken
 - d. Vorstellung der Eigenarbeit

Methodik: Experten-Impulsvortrag, Vorstellung der Eigenarbeit durch Teilnehmende, Diskussion, Gruppenarbeit

2. Technische, rechtliche und ethische Grundlagen (1UE)
 - a. Technische Voraussetzungen videobasierter Psychotherapie
 - b. Rechtliche Voraussetzungen videobasierter Psychotherapie
 - c. Qualitätssicherung
 - d. Ethische Implikationen

Methodik: Experten-Impulsvortrag, Gruppenarbeit

3. Umsetzung videobasierter Psychotherapie (3UE)
 - a. Günstige Therapiesituationen schaffen
 - b. Besonderheiten des digitalen therapeutischen Kontaktes
 - c. Therapeutische Interventionen videobasiert umsetzen
 - d. Bearbeitung von Fallkasuistiken
 - e. Organisatorische Empfehlungen zur Implementierung

Methodik: Experten-Impulsvortrag, Gruppenarbeit, Selbsterfahrung

4. Videobasierte Psychotherapie für gängige Psychische Störungen (1 UE)
 - a. Bearbeitung von Fallkasuistiken
 - b. Videos und Rollenspiele zu typischen Therapiesituationen

- c. Dozentenkasuistiken und Best-Practice-Behandlungsprotokolle

Methodik: Experten-Impulsvortrag, Gruppenarbeit, Selbsterfahrung

- 5. Verzahnte Psychotherapie ("blended care") (1 UE)
 - a. Definition und Anwendungsbereich
 - b. Einbindung in die therapeutische Praxis
 - c. Überblick über DiGA im Bereich verzahnter Psychotherapie
 - d. Verwendung von Apps in videobasierter Therapie

Methodik: Experten-Impulsvortrag, Gruppenarbeit, Selbsterfahrung

- 6. Herausforderungen der videobasierten Psychotherapie (1 UE)
 - a. Umgang mit Suizidalität
 - b. Umgang mit Krisen
 - c. Umgang mit Therapieabbruch
 - d. Weitere herausfordernde Situationen

Methodik: Experten-Impulsvortrag, Gruppenarbeit