Digitale Unterstützung nach individuellem Bedarf

Digitale Lösungen als ergänzende und unterstützende Anwendung zur Face-to-Face-Psychotherapie bieten die Chance psychotherapeutische Maßnahmen nachhaltig in den Alltag der Patient*innen zu integrieren.

Die Monsenso-Lösung besteht aus einer App für Patient*innen und einem Webportal für Therapeut*innen. In der App können Patient*innen digital aufbereitete Fragebögen ausfüllen. Sie können zusätzlich Module bearbeiten, die Informationen und Werkzeuge für in der Therapie erlernte Techniken im lebensechten Kontext bereitstellen (s. Abb. 1).

Im Webportal für Therapeut*innen (s. Abb. 2) werden die erhobenen Fragebogendaten graphisch dargestellt und geben so einen Überblick über die individuelle Entwicklung. Therapeut*innen können zudem die Eingaben auf Arbeitsblättern etc. einsehen.

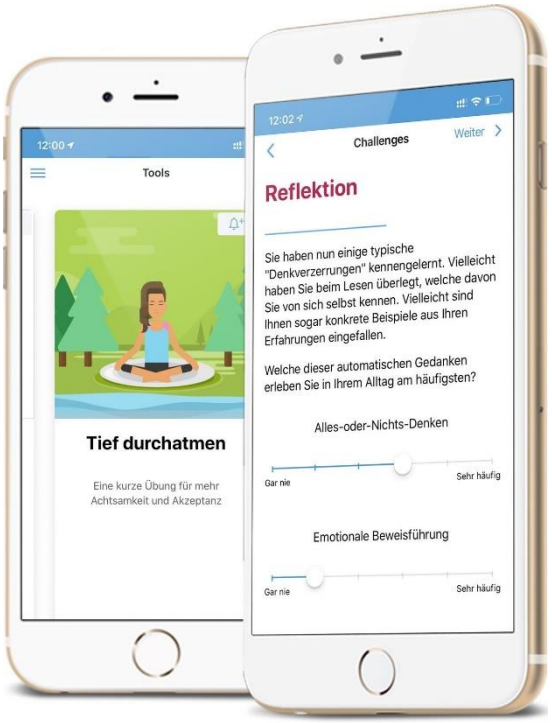


*Abb 1. Beispielübungen aus der App für Patient*innen.*

Kontrollierte Inhalte und hohe Flexibilität

Monsenso ist kein vorgefertigtes, automatisiertes Programm, sondern eine digitale Plattform, um individuell passend Fragebögen, Interventionsinhalte und Übungen zur Verfügung zu stellen. Die Inhalte werden ausschließlich von den Therapeut*innen bestimmt. Wenn etwa Fragebögen und Arbeitsblätter bereits in Papierform vorhanden sind, können diese in der App präsentiert und ausgewertet im Webportal dargestellt werden. Auch mehrere Konfigurationen entsprechend der verschiedenen Patient*innengruppen sind möglich, was die Monsenso-Lösung für eine Vielzahl von Störungsbildern einsetzbar macht.

Die Intensität und Dauer der Nutzung wird ebenfalls von den Therapeut*innen bestimmt. Im Sinne der individuellen Konfigurierbarkeit soll dies dazu beitragen, dass der Datenfluss in Richtung Therapeut*innen nicht disproportional oder unzumutbar wird und die App-Nutzung die Patient*innen nicht überfordert. So soll auch ein gemeinsames Verständnis zwischen Patient*innen und Therapeut*innen dahingehend gefördert werden, welcher Stellenwert die digitale Lösung einnehmen soll und darf.

Angepasst an die Therapiebedürfnisse

Monsenso kann die Behandlung auf eine Weise unterstützen, die dem jeweils gegebenen Therapiekontext entspricht. Im stationären Bereich bzw. zum Therapiebeginn kann die Lösung beispielsweise engmaschiger konfiguriert werden, sodass tägliche Selbstevaluationen zur Diagnostik beitragen können und die Patient*innen in der App strukturgebende Hilfsmittel (z.B. Tagespläne) benutzen.

Im ambulanten Bereich bzw. in späteren Therapiephasen können die Erhebungen grobmaschiger erfolgen, etwa durch Fragebögen mit einem mehrwöchigen Zeitintervall. Module mit Informationen und Übungen können nach und nach entsprechend dem

Fortschritt im Therapieverlauf freigeschaltet werden.

Die wichtigsten Übungen diverser Therapieansätze können in der App eingebettet werden, von Mastery-and-Pleasure-Techniken aus der KVT bis hin zur Registrierung von Fertigkeitentraining im Sinne der DBT.

Am Beispiel Depression könnte bei einem Modul zur Verhaltensaktivierung die Patient*innen etwa relevante Psychoedukationsinhalte (in Text-, Audio- oder Videoformat) ansehen. Im Anschluss können Reflexionsfragen beantwortet, sowie persönliche Ziele formuliert werden. Hierzu werden den Patient*innen Werkzeuge an die Hand gegeben, die den Aufbau von antidepressiven Routinen und die Überwindung von Vermeidungsverhalten unterstützen. Im weiteren Verlauf dient die App auch als Tagebuch zum Aktivitätenmonitoring.

Neben dem Beispiel zu Verhaltensaktivierung können ebenfalls Ressourcen und konkrete Übungen zum Umgang mit Grübelgedanken und zur Umstrukturierung von automatischen negativen Gedanken bereitgestellt werden. Patient*innen können darüber hinaus auch Pläne erstellen, wie sie frühen Rückfallwarnzeichen begegnen können.

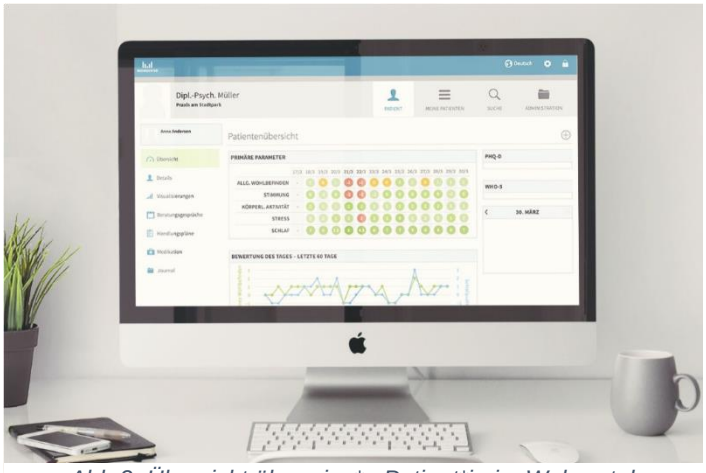
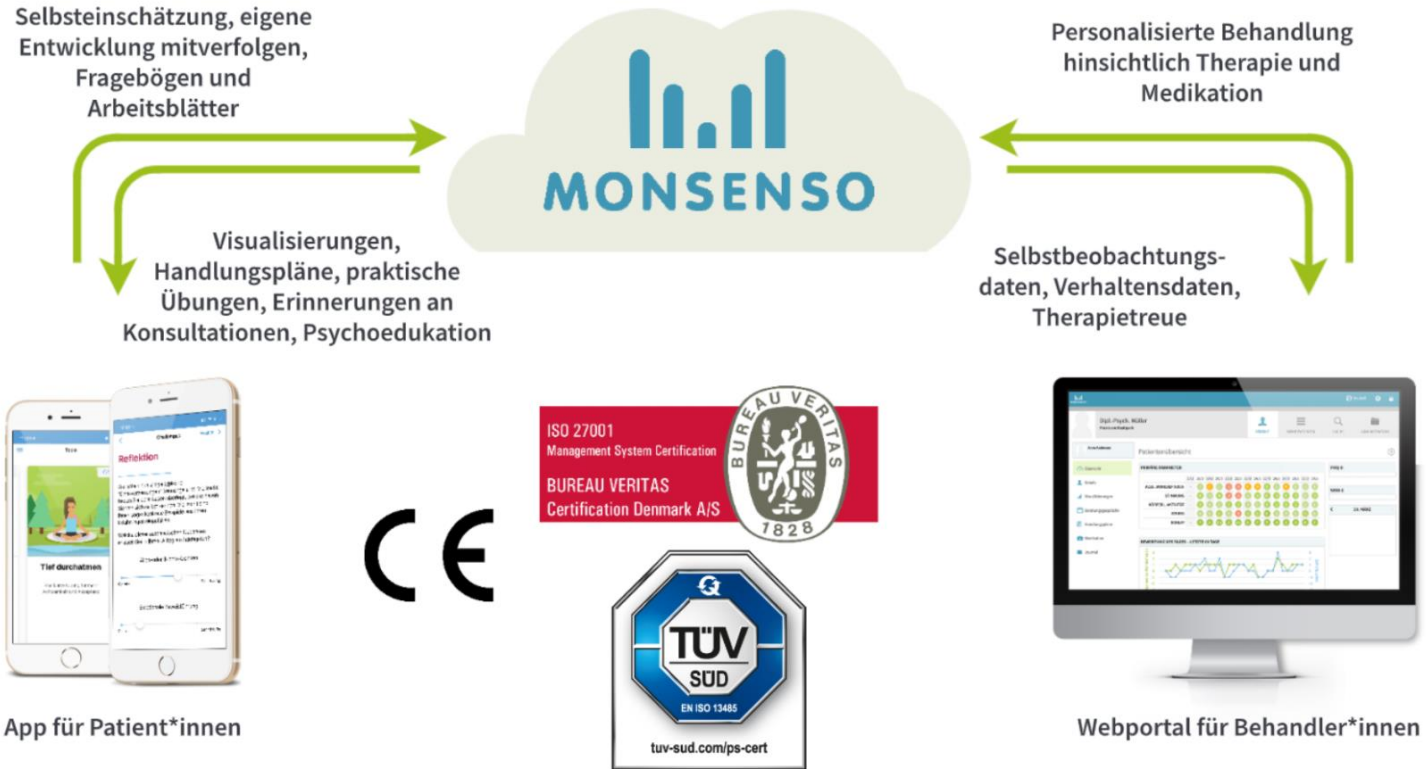


*Abb 2. Übersicht über eine*n Patient*in im Webportal*



Datenschutz und Sicherheitszertifizierungen

Die Monsenso-Lösung wurde unter Beteiligung von Expert*innen wie Nutzer*innen im Laufe mehrjähriger klinischer Forschung entwickelt und ist eine einfache, sichere, cloud-basierte Lösung. Monsenso hat ihren Sitz in Dänemark, die Daten werden auf für Gesundheitsdaten genehmigten Servern in Frankreich gehostet. Die Monsenso-Lösung ist als Klasse I Medizinprodukt sowie entsprechend der ISO-Normen ISO 27001 (Managementsystem für Informationssicherheit) und ISO 13485 (Qualitätsmanagementsystem für Medizinprodukte) zertifiziert.

Workshops zur digitalen Therapieunterstützung

An drei Terminen wird die Monsenso-Lösung zur individuellen Therapieunterstützung bei der Behandlung von Depressionen in kostenlosen Workshops vorgestellt: 30.03.21 um 18 Uhr, 31.03.21 um 17 Uhr, 02.04.21 um 16 Uhr. Bei Interesse wird um Anmeldung gebeten: https://intermedcon.com/mental-health-plattform.php.

Ansprechpartner*innen

Die InterMedCon GmbH ist der strategische Partner von Monsenso ApS für Deutschland (D-A-CH)

InterMedCon GmbH
Harkortstraße 1
48163 Münster

Team Mental Health
mentalhealth@intermedcon.com

Tel.: 0251-928-705-50

Teamleitung
Lisa Freise
lfreise@intermedcon.com

Geschäftsführer
Dr. rer. nat. Andreas Fiebig
afiebig@intermedcon.com

Monsenso ApS
Ny Carlsberg Vej 80
1799 Kopenhagen

Marlene Heinzle, heinzle@monsenso.com