

GSA-Online plus: Umsetzung einer indikationsübergreifenden internetbasierten Nachsorgemaßnahme zur Verbesserung der beruflichen Reintegration

Reha-Update: Nachsorge in der Rehabilitation

25.11.2016 Freiburg

**Katja Böhme, Rüdiger Zwerenz, Jan Becker, Katharina Gerzymisch,
Astrid Wirth, Manfred E. Beutel**

*Arbeitsgruppe Rehawissenschaften & E-Mental Health,
Klinik und Poliklinik für psychosomatische Medizin und Psychotherapie,
Universitätsmedizin der Johannes Gutenberg-Universität Mainz*

Gliederung

1. Ausgangslage / Hintergrund

- Berufliche Belastung bei Rehabilitanden
- Onlinebasierte Nachsorgeprogramme

2. Ist eine berufsbezogene Online-Nachsorge wirksam?

- GSA-Online: Indikationsübergreifende Online-Nachsorge zur Unterstützung bei der Rückkehr an den Arbeitsplatz

3. Online-Nachsorge in der rehabilitativen Praxis?

- GSA-Online plus: Implementierung der optimierten Version unter naturalistischen Bedingungen

1. Ausgangslage/Hintergrund

Berufliche Belastung bei Rehabilitanden

- Bedarf an berufsbezogenen Behandlungsangeboten zur Wiederherstellung bzw. zum Erhalt der Erwerbsfähigkeit ist hoch (Müller-Farnow et al., 2005; Röckelein et al., 2010; Streibelt & Buschmann-Steinhage, 2011)

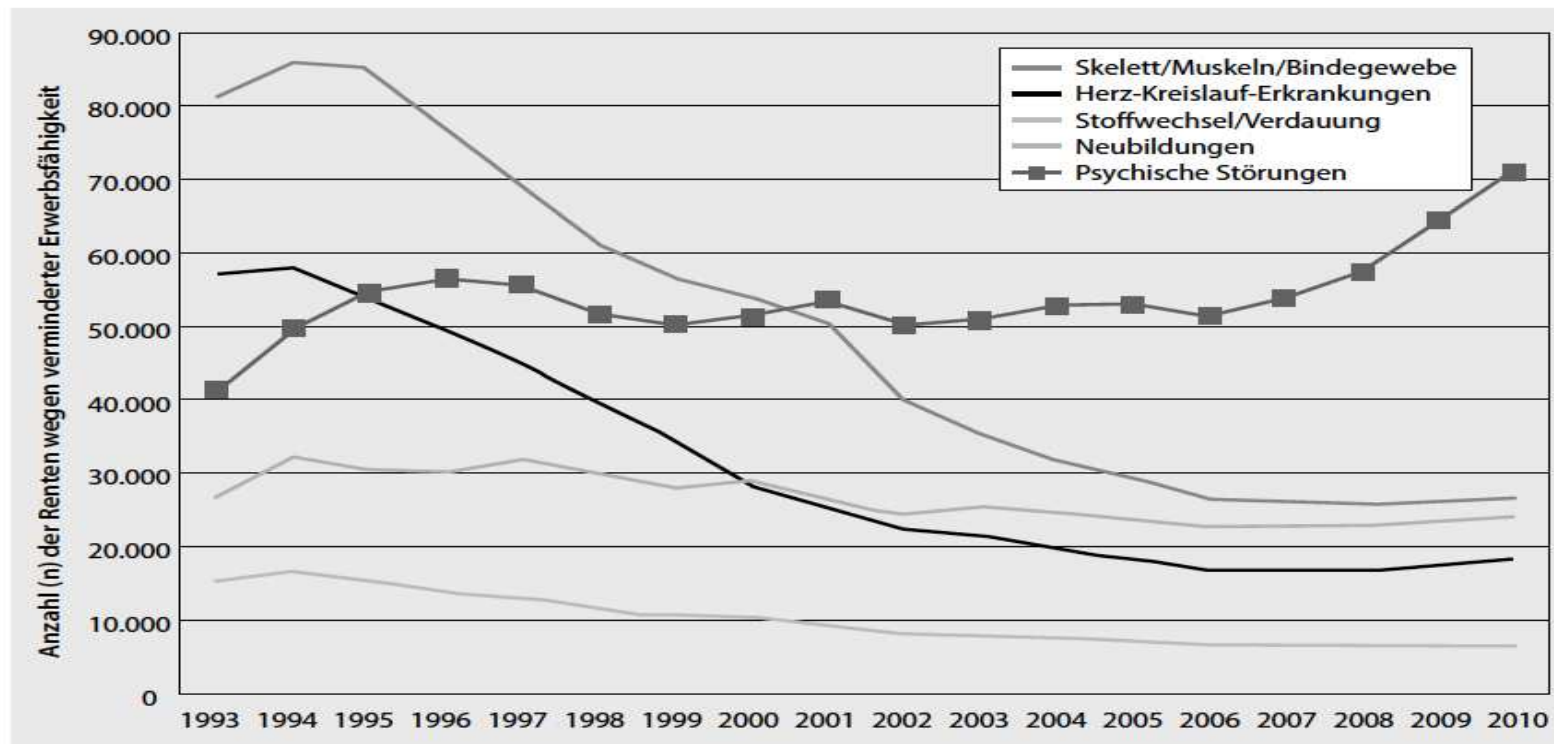
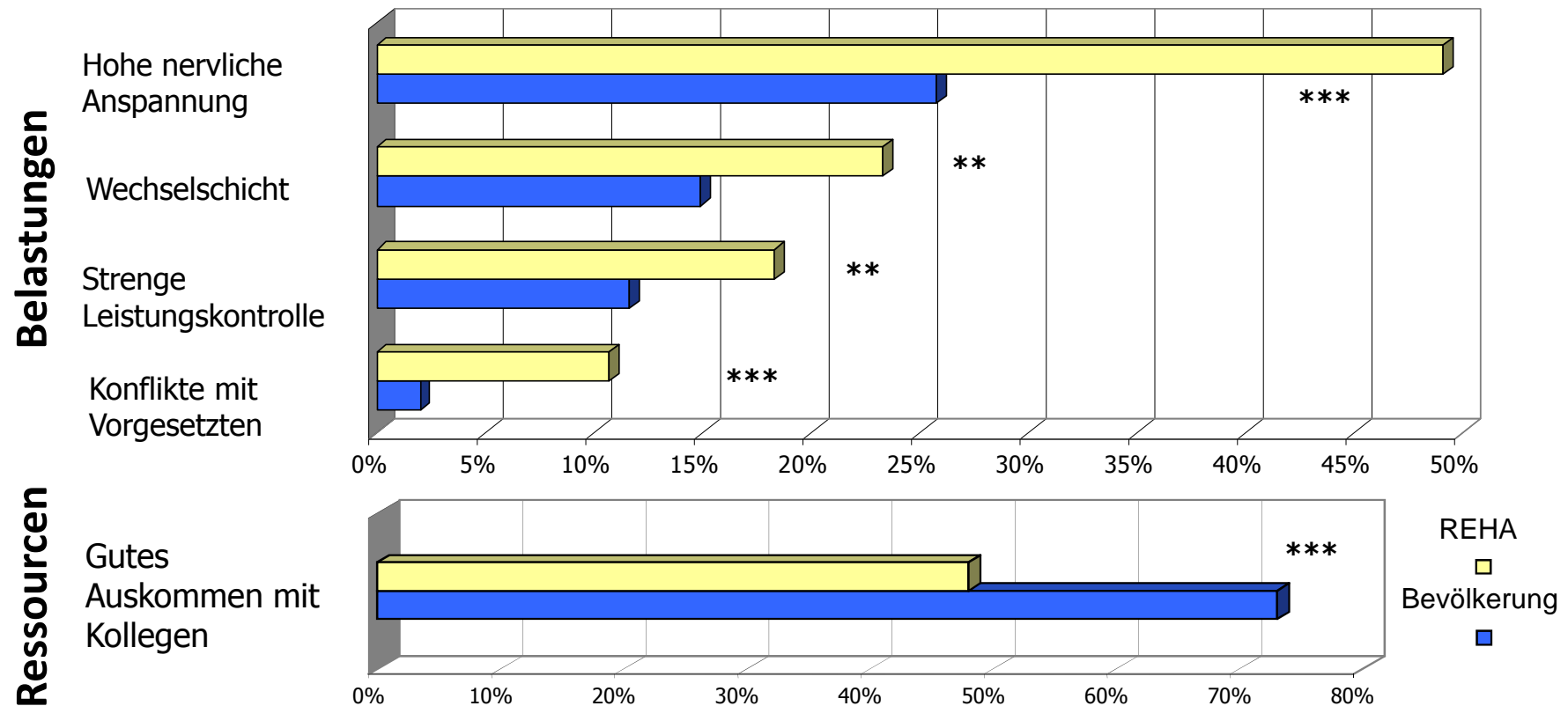


Abb. 1 ▲ Anzahl (n) der Renten wegen verminderter Erwerbsfähigkeit aufgeschlüsselt nach F-Diagnosen (Deutsche Rentenversicherung gesamt, Frauen und Männer)

Stellenwert beruflicher Belastungen unter Rehabilitanden

(Zwerenz et al., 2004, *Rehabilitation*, 43, S. 10-16.)



REHA-Patienten bei Aufnahme (N=461) im Vergleich zur Allgemeinbevölkerung (SOEP; N=922); Chi2-tests *** $p < .001$; ** $p < .01$

Rehabilitations-Nachsorgeprogramme mit Berufsbezug

- Hoher subjektiver Unterstützungsbedarf bei Konflikten am Arbeitsplatz in der Nachsorge (Piegza et al. 2013)
- Wunsch nach (stärkerer) Thematisierung berufsbezogener Probleme auch in der Nachsorge (Briest & Bethge, 2013, 2016)
- Bisher nur wenig evaluierte Nachsorgeprogramme mit Fokus auf berufsbezogene Themen

Reha-Nachsorge

- Bisher wenig Forschung, ob der Transfer der Rehabilitationsergebnisse in den Berufsalltag gelingt
- Schwierigkeiten beim Umsetzen der gelernten Inhalte (Reuter et al., 2009)
- Geringe Inanspruchnahme ambulanter Nachsorgeangebote (Sibold et al. 2011)
 - Vereinbarkeit mit Beruf
 - Zeitaufwand
 - Erreichbarkeit der Nachsorgeeinrichtung

Vorteile von Online-Nachsorgeprogrammen

- Internet alltägliches Medium zur Kommunikation, Unterhaltung und Suche nach Gesundheitsinformationen (Eichenberg & Brähler, 2012)
- Patientenzufriedenheit und Akzeptanz in verschiedenen Indikationsbereichen (Zwerenz et al., 2015; Kordy et al., 2011; Bartel et al., 2010)
- Langfristige Stabilisierung des Reha-Erfolgs durch internetbasierte Nachsorge (Ebert et al. 2013; Mößner, 2010)

...Erreichbarkeit...

...Zeitersparnis...



...Flexibilität...

...Vereinbarkeit Beruf...

Wirksamkeitsstudie GSA-Online



online-nachsorge.de

Gesundheitsstraining Stressbewältigung am Arbeitsplatz

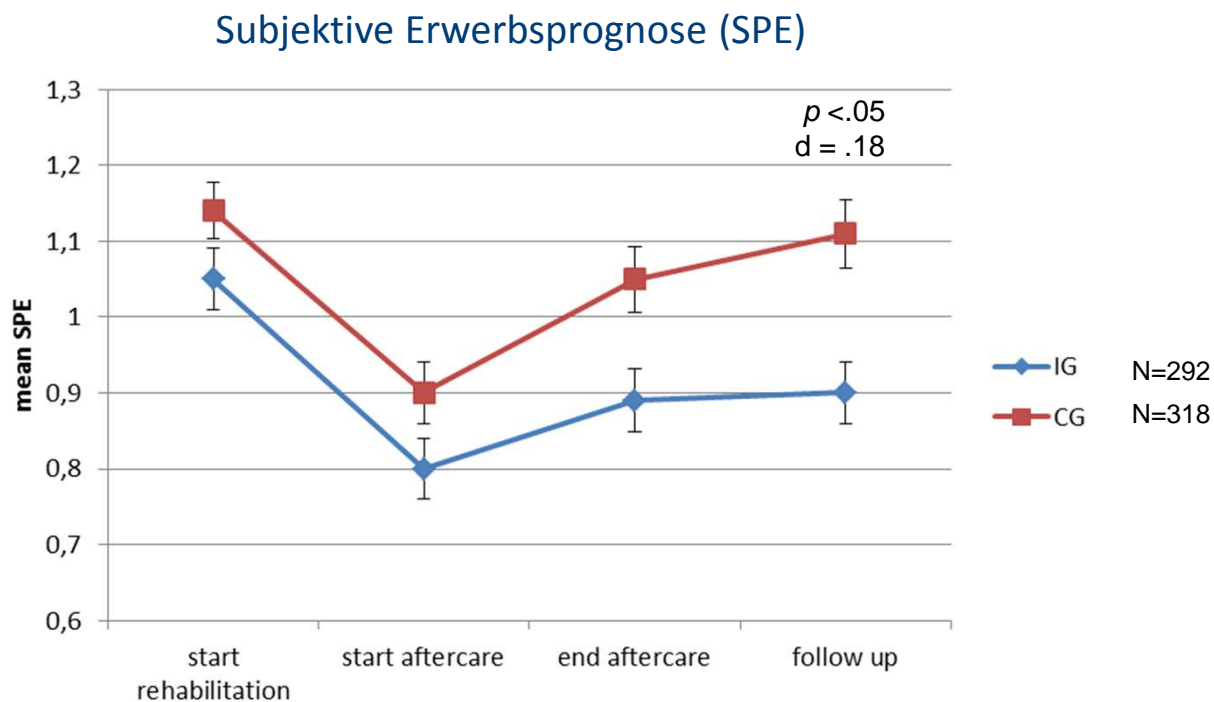
GSA-Online: Evaluation

- Prospektive randomisiert-kontrollierte Studie* (Zwerenz et al., *Trials*, 2013)
- **Ziel:** Indikationsübergreifende Evaluation der Wirksamkeit der Online-Intervention bzgl. der beruflichen Wiedereingliederung
- **Grundlage:** „Gesundheitstraining Stressbewältigung am Arbeitsplatz“ (GSA) während stationärer Reha (4 Module à 90 Min.)

* Förderung DRV-Bund, Förderschwerpunkt „Nachhaltigkeit durch Vernetzung“ (11/2010-05/2014; FKZ: 0423/00-40-65-50-25)

GSA-Online: Ergebnisse (1)

- Primärer Outcome: Langfristig positivere Erwerbsprognose in der IG

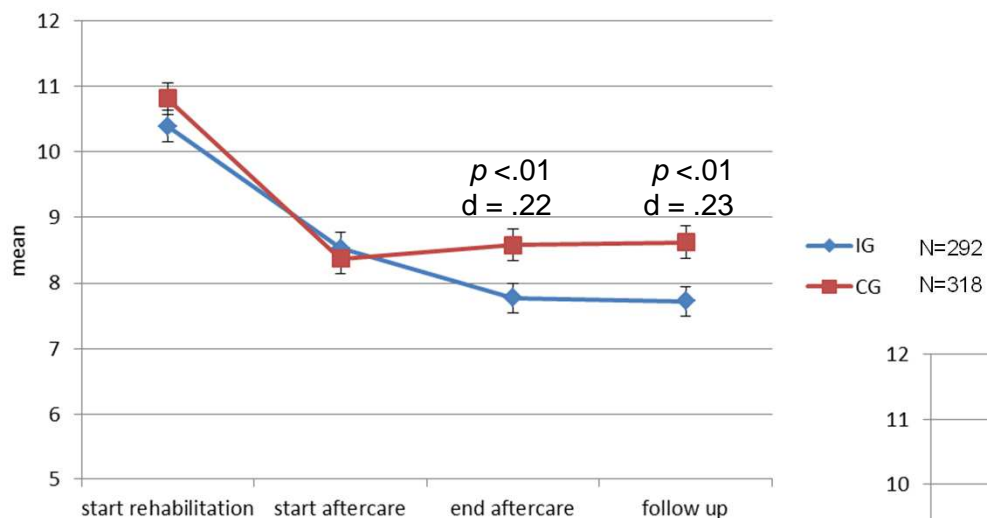


ITT Analyse mit LOCF; ANCOVA mit Baseline-Wert und Indikation als Kovariaten, , Effektstärken Cohen's d

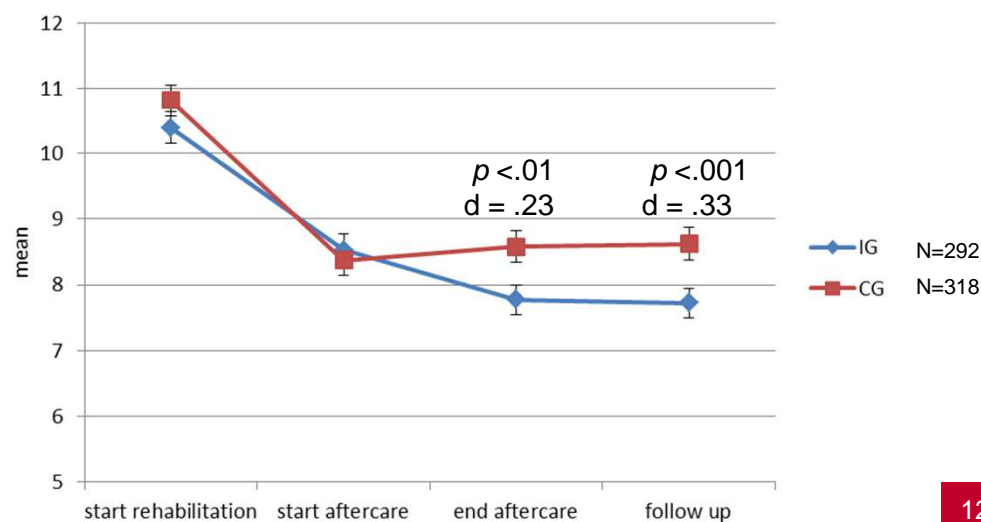
GSA-Online: Ergebnisse (2)

- Sekundäre Ergebnisse: Psychische Stabilisierung im Verlauf

Depressivität (PHQ-9)



Angst (GAD-7)



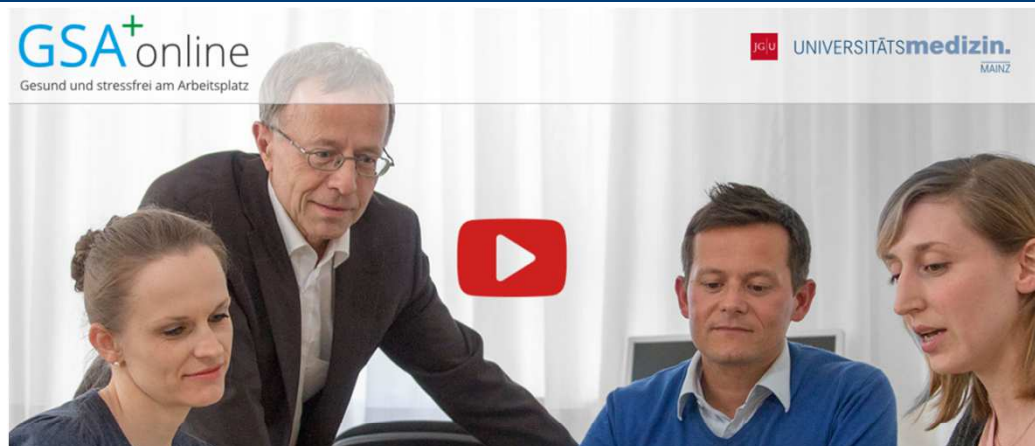
ITT Analyse mit LOCF; ANCOVA mit Baseline-Wert und Indikation als Kovariaten, , Effektstärken Cohen's d

GSA- Online: Ergebnisse (3)

■ Ergebnisse:

- Hohe Akzeptanz und Teilnahmeraten
- Erwerbsprognose im SPE erst langfristig Überlegenheit der IG
- Indikationsübergreifende Wirksamkeit bzgl. psychischer Komorbidität
- Verbesserungen im Bereich wahrgenommener Stress und Somatisierung
- Zufriedenheit mit der Online-Nachsorge (IG 46% vs. KG 24%)

Umsetzungsstudie GSA-Online plus



Registrierung

Persönlicher Code [?](#)

[zur Registrierung](#)

Login

Benutzername

Passwort

Eingeloggt bleiben [?](#)

[Login](#)

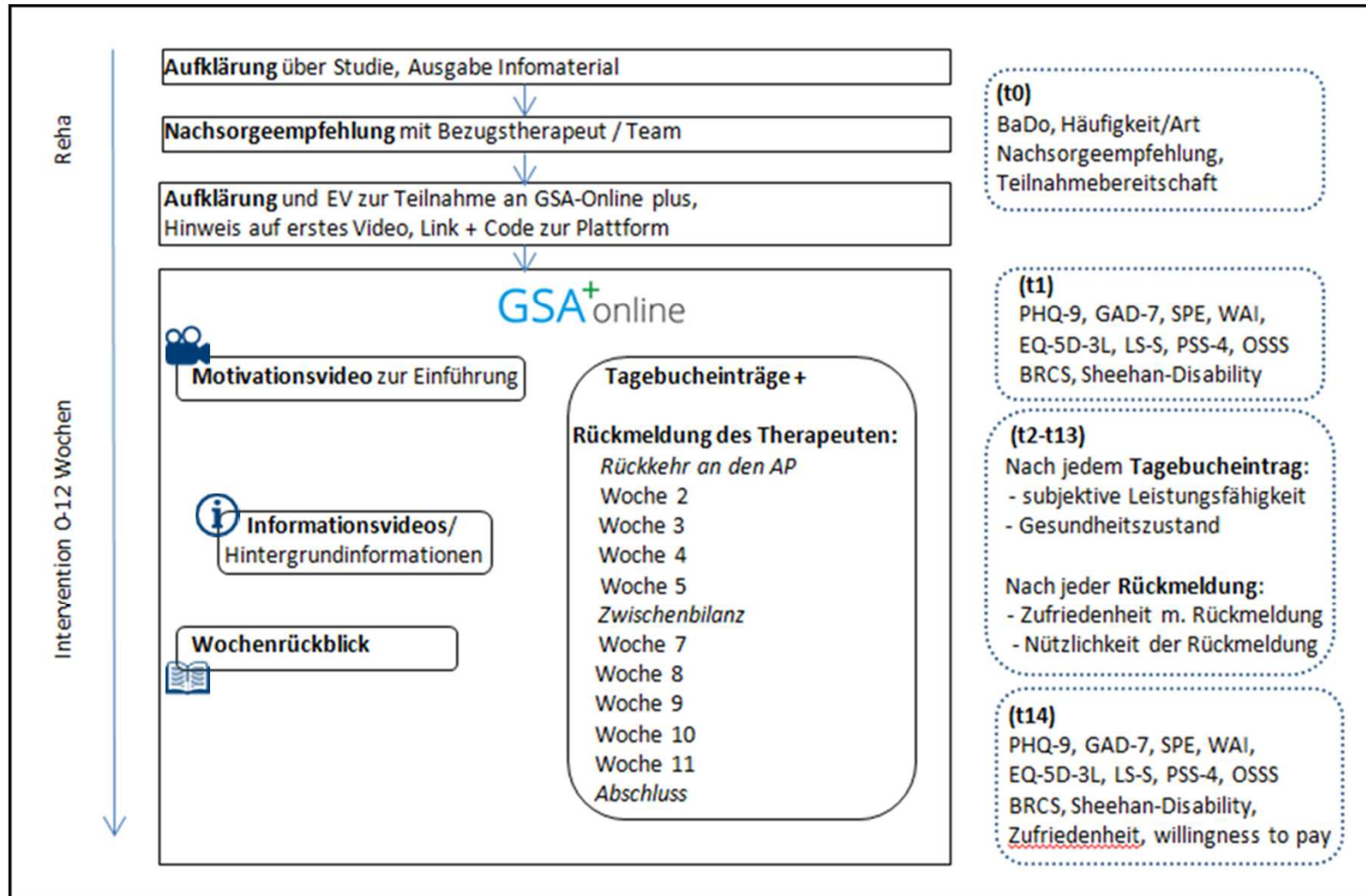
[Passwort vergessen?](#)

Umsetzungsstudie* GSA-Online plus

- **Ziel:** Indikationsübergreifende Implementierung der optimierten Online-Nachsorge GSA-Online plus
- Quer- und Längsschnitterhebung in einem Ein-Gruppen prä-post-Design mit Zwischenmessungen
- Alle Patienten innerhalb von durchschnittlichen 6 Monaten in einer von drei Kliniken aufgenommenen Rehabilitanden bekommen bei Indikation GSA-Online plus angeboten.
- **Outcomes:**
 - Empfehlungsrates von GSA-Online plus – vergleichbar mit üblichen Nachsorgeempfehlungen?
 - Teilnahme an GSA-Online plus – wer nimmt wirklich teil und wie intensiv ist die Teilnahme?
 - Wirkt die Intervention unter naturalistischen Bedingungen vergleichbarem Ausmaß auf die Zielgrößen des RCT (SPE & Depressivität)?

* Förderung DRV-Bund (08/2015-01/2017; FKZ: 0423/40-64-50-50)

GSA-Online plus: Studienablauf



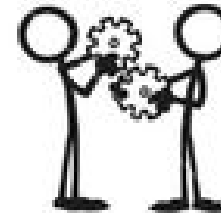
GSA-Online plus: Therapeutisches Konzept

- Basiert auf Supportiv-Expressiver-Therapie (SET) nach L. Luborsky (1995)
- Manualisierter psychodynamischer Behandlungsansatz
- Zentrum bildet das zentrale Beziehungskonfliktthema (ZBKT)
 - Wunsch des Selbst (W) – Eigener Wunsch
 - Reaktion des Objekts (RO) – Reaktion des Gegenübers auf diesen Wunsch
 - Reaktion des Selbst (RS) – Eigene Reaktion auf die Reaktion des Gegenübers
- Zur Bestimmung des ZBKT müssen von den Teilnehmern mehrere Beziehungsepisoden beschrieben werden.
- Teilnehmer und Online-Therapeut prüfen gemeinsam, inwieweit die individuelle Beziehungsgestaltung des Teilnehmers hilfreich oder problematisch ist und erarbeiten Lösungsalternativen für belastende Interaktionen/ Konflikte am Arbeitsplatz.

Beispiel: Zentrales Beziehungskonfliktthema (ZBKT)

W

„Ich möchte von den anderen verstanden und ernstgenommen werden.“

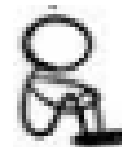


„Die anderen reagieren mit Unverständnis oder ignorieren meine Belange.“

RO

RS

„Ich bin enttäuscht und fühle mich hilflos/machtlos.“



GSA-Online plus: Startseite



Registrierung

Persönlicher Code [?](#)

[zur Registrierung](#)

Login

Benutzername

Passwort

Eingeloggt bleiben [?](#)

[Login](#) [Passwort vergessen?](#)

GSA-Online plus: Onlinetagebuch

Tagebuch

Dies ist Ihr Tagebuch. Es enthält eine Übersicht aller geplanten und geschriebenen Einträge mit ihrem jeweiligen Status.

Es ist Woche 12 von 12.

Klicken Sie auf die jeweilige Woche, um diese auszuklappen.

Zum Eintrag gelangen Sie über den Link auf der rechten Seite der Zeile.

> Woche 1 - Tagebucheintrag und Rückmeldung abgeschlossen	Zum Eintrag >
> Woche 2 - Tagebucheintrag und Rückmeldung abgeschlossen	Zum Eintrag >
> Woche 3 - Bearbeitungszeit beendet	Zum Eintrag >
> Woche 4 - Bearbeitungszeit beendet	Zum Eintrag >
> Woche 5 - Ihr Onlinetherapeut hat geantwortet - bitte bewerten Sie seine Rückmeldung.	Zum Eintrag >

GSA-Online plus : Schreibimpuls

Woche 1

Schreibimpuls

In der ersten Woche geht es um Ihre zwischenmenschlichen Beziehungen am Arbeitsplatz. Bitte beschreiben Sie dazu wenn möglich bis zu drei Situationen aus Ihrem Arbeitsleben, in denen Sie mit anderen Personen, z.B. Kollegen oder Vorgesetzten zusammen trafen. Jede Ihrer Beschreibungen sollte einen Kontakt behandeln, der bei Ihnen positive oder negative Gefühle ausgelöst hat. Es sollten Ereignisse mit verschiedenen Personen sein, sowohl aus der Gegenwart als auch der Vergangenheit.

Sie müssen sich beim Schreiben keine Gedanken über die Rechtschreibung, Satzstellung oder Grammatik machen. Es ist lediglich wichtig, das Schreiben nach Beginn nicht zu unterbrechen.

Ich freue mich sehr auf Ihren ersten Tagebucheintrag.
Herzliche Grüße,
Ihr Onlinetherapeut

Tagebucheintrag

Klicken Sie auf die Situationen, um diese auszuklappen

Situation 1

Beschreiben Sie die Situation 

GSA-Online plus: Tagebucheintrag

Situation 1

Beschreiben Sie die Situation ?

Der Empfang im Büro nach Abschluss der Reha war sehr freundlich. Die Kollegen erkundigten sich nach meinem Wohlbefinden. Während meiner Abwesenheit hat mein Kollege Herr D. mich vertreten, das machen wir immer so. Wenn er abwesend ist, dann vertrete ich ihn. Herr D. war sehr froh, dass ich wieder da bin, denn nun könne die Chefin ihre „Kontrollsucht“ wieder an mir auslassen und er selbst sei wieder mehr aus der Schusslinie. Die Chefin verlangt viel und bezeichnet die Arbeit der anderen als „Kleinigkeiten“ und „ist doch nur ein Knopfdruck“ und erkennt die Arbeit in keiner Weise an. Nachdem die Chefin mich höflich begrüßt hatte, gab sie mir einen Überblick über die anstehenden Aktivitäten und wir erstellten für mich eine To-do-Liste. Individuelle Abweichungen meinerseits von der To-do-Liste akzeptiert sie nicht. Gleichzeitig untergräbt sie das zügige Abarbeiten der Liste, indem sie mir ständig Aufgaben zuteilt die nicht auf der Liste stehen, aber sofort erledigt werden müssen. Meist handelt es sich dabei um lästige Routinearbeiten. Eine Entscheidung meinerseits über Vorrangiges oder Nachrangiges lässt sie nicht zu. Sie möchte immer einbezogen und gefragt werden, will immer die Kontrolle über die Vorgehensweisen ihrer Mitarbeiter haben. Sie nimmt mir damit die Luft zum Atmen, weil sie andeutete, ich täte nicht das, was sie verlange und sie wünsche für die Zukunft, dass dem so sei. Ich wollte diese unverschämte Unterstellung zurückweisen, tat es aber nicht, weil ich nicht bereits am ersten Tag eine Konfrontation mit ihr wollte. Am Abend habe ich geweint, weil ich wusste, dass ich die herablassende und verletzende Art meiner Chefin weiter ertragen muss.

GSA-Online plus: Tagebucheintrag

Nachdem Sie jetzt eine bedeutsame Situation geschildert haben, möchte ich Sie bitten Ihren Text noch einmal durchzulesen und darauf zu achten, ob Sie die drei Komponenten eines Beziehungserlebnisses deutlich machen konnten. Bitte beantworten Sie dafür die folgenden drei Fragen!

Was waren Ihre Wünsche und Erwartungen in dieser Situation?

W

Anerkennung der Leistung und Handlungsspielraum.

Wie haben die anderen an der Situation beteiligten reagiert?

RO

Vorgesetzte kritisiert, wenig wertschätzend, macht Vorgaben die nicht immer nachvollziehbar sind.

Wie haben Sie auf die anderen reagiert?

RS

Enttäuscht, verärgert, traut sich jedoch nicht Kritik zu äußern und zieht sich traurig zurück.

Situation 2

Situation 3

Zum aktuellen Schreibimpuls

Zur Übersicht

GSA-Online plus: Rückmeldung des Therapeuten

Fragen zum Befinden

Wir wollen herausfinden, wie gut oder schlecht Ihre Gesundheit *heute* ist:

- 10 ist die beste Gesundheit, die Sie sich vorstellen können.
- 0 ist die schlechteste Gesundheit, die Sie sich vorstellen können.
- Bitte wählen Sie den Wert, der Ihre Gesundheit *heute* am besten beschreibt.

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Derzeitige Arbeitsfähigkeit im Vergleich zu der besten, je erreichten Arbeitsfähigkeit:

Wenn Sie Ihre beste, je erreichte Arbeitsfähigkeit mit 10 Punkten bewerten: Wie viele Punkte würden Sie dann für Ihre derzeitige Arbeitsfähigkeit geben? (0 bedeutet, dass Sie derzeit arbeitsunfähig sind):

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Rückmeldung des Therapeuten

Ihre Rückmeldung auf den Tagebucheintrag des Patienten

Abschicken

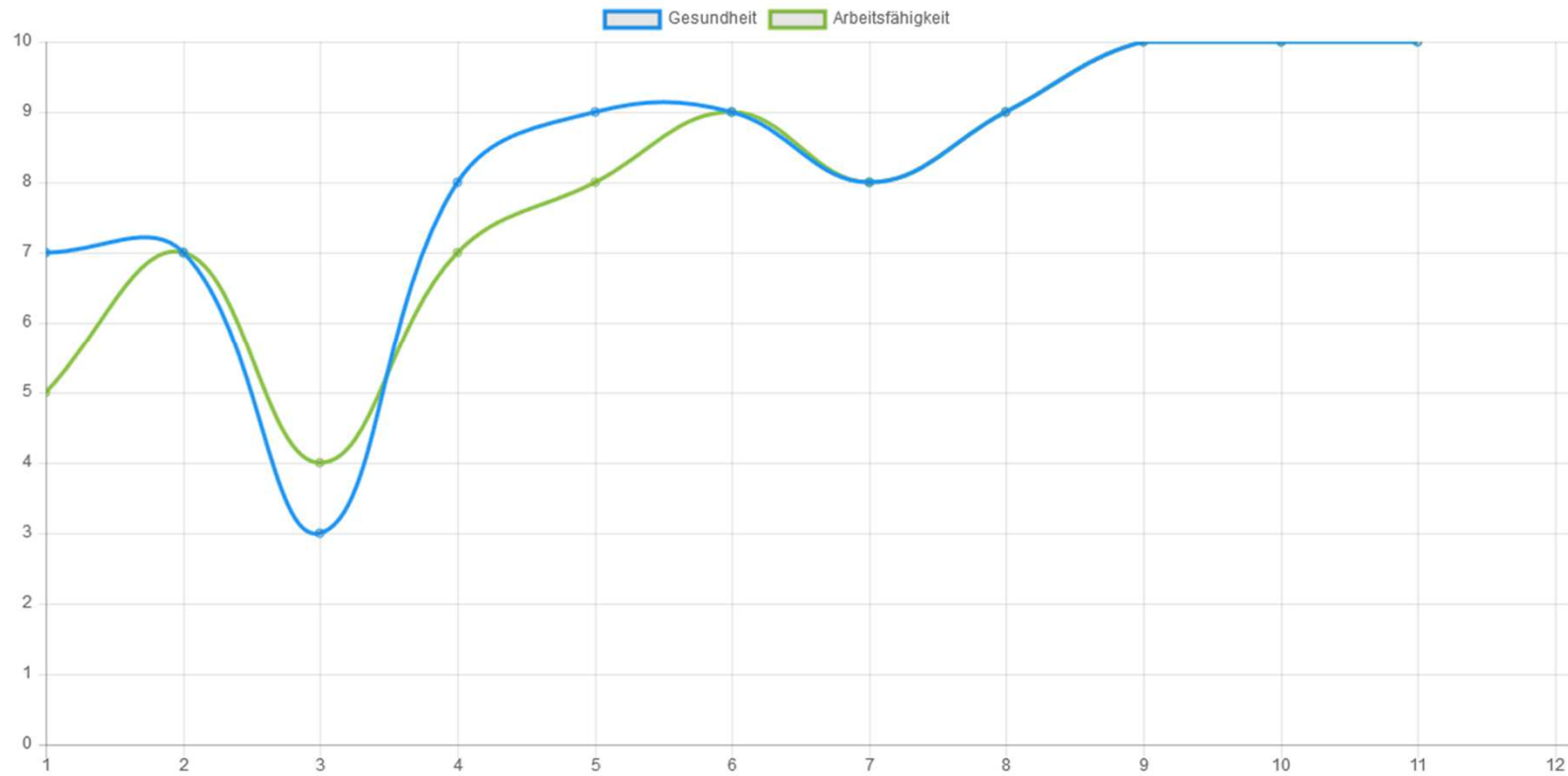
[← Älter](#) [Zum aktuellen Schreibimpuls](#) [Neuer →](#)

[Zur Übersicht](#)

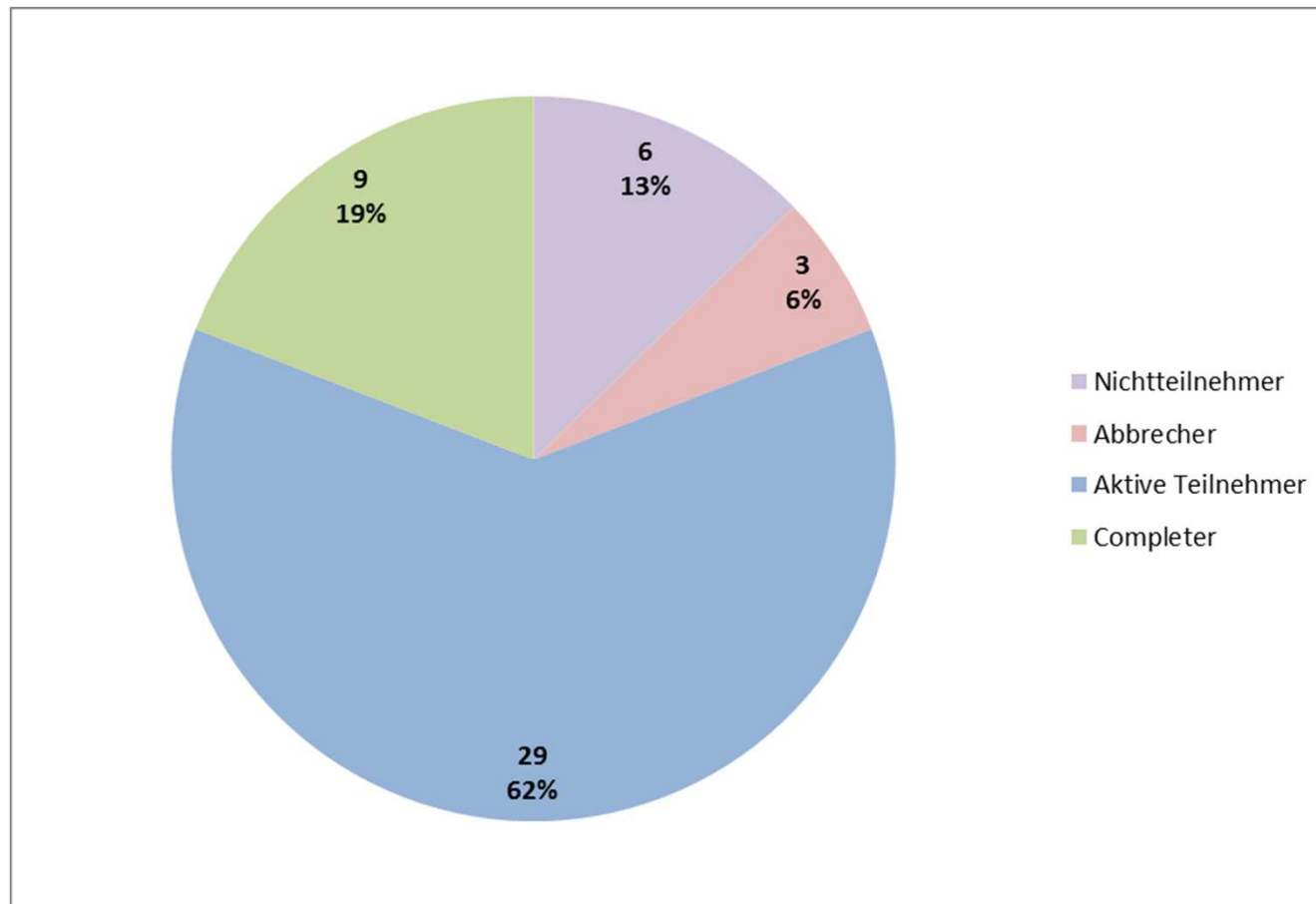
GSA-Online plus: Befinden & Arbeitsfähigkeit im Verlauf

Befinden

Gesundheit & Arbeitsfähigkeit



GSA-Online plus: Teilnahme aktueller Stand



Stand: 24.11.2016

GSA-Online plus: Stimmen von Teilnehmern

„Danke für Ihre Anleitung und Begleitung. Dies war die richtige und optimale Hilfe nach meiner Operation.“

„Dementsprechend fallen entsprechende Impulse, natürlich auch sehr oberflächlich aus.“



„Es konnte mir nichts besseres passieren, als diese Online-Therapie während der ersten Wochen im Arbeitsleben durchzuhalten. Es war für mich sehr schwierig nach so langer Krankheit mit völlig neuem Aufgabengebiet und Kollegen zurechtzukommen. Oft kam mir der Gedanke, ich sei für das Arbeitsleben einfach nicht mehr geschaffen.“

Zusammenfassung & Ausblick

- Hoher subjektiver **Unterstützungsbedarf bei Konflikten am Arbeitsplatz** in der Nachsorge.
- Bisher nur wenige evaluierte Nachsorgeprogramme mit Berufsbezug.
- Wenige Befunde wie der **Transfer in den Berufsalltag** klappt.
- **Internetbasierte Nachsorge GSA-Online** konnte zur nachhaltigen Aufrechterhaltung der Behandlungseffekte beitragen.
- Optimierte Version **GSA-Online plus** untersucht, wie sich Online-Nachsorge unter Praxisbedingungen implementieren lässt und wie das Ausmaß an Zufriedenheit, der Erwerbsprognose und psychischem Befinden verbessert werden kann.

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

GSA⁺online

Gesund und stressfrei am Arbeitsplatz

Kontakt:

M. Sc. Psych. Katja Böhme

katja.boehme@unimedizin-mainz.de