

# Psychosomatische Reha-Nachsorge

## Digitale Plattform vereinfacht die Nachsorge-Vermittlung



Sonja Schmalen

Die Nachsorge ist ein wichtiger Baustein, wenn es darum geht, die Erfolge einer psychosomatischen Rehabilitation nachhaltig zu sichern. Doch die telefonische Anfrage von freien Plätzen und Koordination von Terminen und Akteuren ist zeitraubend für Sozialdienste. Die digitale Plattform psyrena.de will die Kommunikation zwischen Suchenden und Anbietenden unterstützen und den Beteiligten helfen, Zeit zu sparen.

Nach erfolgter stationärer Rehabilitation ist eine ambulante Nachsorge bei der Mehrzahl von psychosomatischen Rehabilitand\*innen indiziert (vgl. Kobelt et al. 2011). Im Rahmen des Flexirentengesetz von 2016 sind Nachsorgeleistungen, wie die ambulante Reha-Nachsorge PSYRENA, gestärkt worden: Unter § 17 SGB VI werden sie nun als Pflichtleistung beschrieben. In der Praxis jedoch scheitert die Nachsorge häufig aufgrund eines komplexen und zeitaufwendigen Beratungsprozesses.

In den Rehabilitationskliniken sind es vor allem die Mitarbeiter\*innen im Sozialdienst, die die Nachsorge-Beratungen während der Rehabilitation durchführen. Für sie ist die Suche nach einem wohnortnahen Nachsorge-Angebot für die Rehabilitand\*innen oft mit einem hohen zeitlichen Aufwand verbunden. Sie werden mit verschiedenen Herausforderungen in einer begrenzten Beratungszeit konfrontiert. So haben die anbietenden Nachsorge-Einrichtungen oft nur einmal die Woche Sprechzeiten und sind telefonisch schlecht erreichbar. Wich-

tige Informationen wie Gruppenzeiten, Anzahl freier Plätze und Wartezeiten sind nur schwer aufzufinden.

### Zeitnahe Versorgung nach üblichem Prozess ist zeitintensiv

Im Verlauf der medizinischen Rehabilitation trifft das interdisziplinäre Reha-Team die Entscheidung darüber, wie die Nachsorge aussehen soll. Die Deutsche Rentenversicherung empfiehlt einen nahtlosen Beginn der Nachsorge, in der Regel nicht später als drei Monate nach Abschluss der Rehabilitation. Doch das kann nur gelingen, wenn freie Nachsorgeplätze schnell auffindbar sind – und das ist im üblichen Prozess selten der Fall. Wenn Rehabilitand\*innen mit dem Formular „Empfehlung für eine Leistung zur Nachsorge nach einer medizinischen Rehabilitationsleistung“ (G4802-00 DRV) den stationären Aufenthalt verlassen, soll im Formular bereits der geplante Beginn der Nachsorge eingetragen sein. Um dieses Datum angeben zu können, muss aber bereits eine positive Kontaktaufnahme mit einer Nachsorge-Einrichtung stattgefunden haben. Das ist in

der dann doch relativen kurzen Zeit eines Rehabilitationsaufenthaltes nur schwer umzusetzen.

In der Praxis kommt es daher zurzeit noch vor, dass die Empfehlung zur Nachsorge „blind“ versendet wird; ohne die Angabe eines Termins, da die Nachsorge-Einrichtung nicht erreichbar war. Dies führt mitunter zu kommunikativen Missverständnissen zwischen Nachsorge-Einrichtung und Rehabilitand\*in: Da auf dem Formular für die Nachsorge-Einrichtung keine Telefonnummer des/der Rehabilitanden\*in vermerkt ist, wartet die Einrichtung auf die Kontaktaufnahme seitens des/der Rehabilitand\*in. Diese\*r wiederum denkt, dass die Empfehlung versendet wurde und ein Termin zugestellt wird. Dies ist einer der Gründe, weshalb Nachsorgeleistungen nicht angetreten werden (vgl. Abb.1).

### Vollständige, digitale Informationen fördern frühzeitige Terminabsprache


Die kostenfreie Plattform  psyrena.de erleichtert diesen Prozess. Psyrena.de verfügt über ein aktuelles Verzeichnis von psychosomatischen Nachsorge-Einrichtungen. Diese wurden anhand des DRV-Zulassungsschreibens kontrolliert und authentifiziert. Über eine bundesweite Umkreissuche (Abb. 2) kann ein wohnortnahes Angebot aufgefunden werden. Die Nachsorge-Einrichtungen präsentieren sich über eigene Profilseiten. Dort können die Mitarbeiter\*innen des Sozialen Dienstes und die Rehabilitand\*innen direkt sehen, ob die angebotenen Gruppenzeiten passen. Ist eines der Angebote attraktiv, können Rehabilitand\*innen kostenfrei, rund um die Uhr und digital einen Nachsorgeplatz anfragen:

Abbildung 1: Prozess der Nachsorge-Empfehlung während der Rehabilitation – ohne psyrena.de  
 Die Schritte, die eine längere Abstimmungsoder Bearbeitungszeit benötigen, sind mit einer roten Uhr gekennzeichnet.

Quelle: psyrena.de

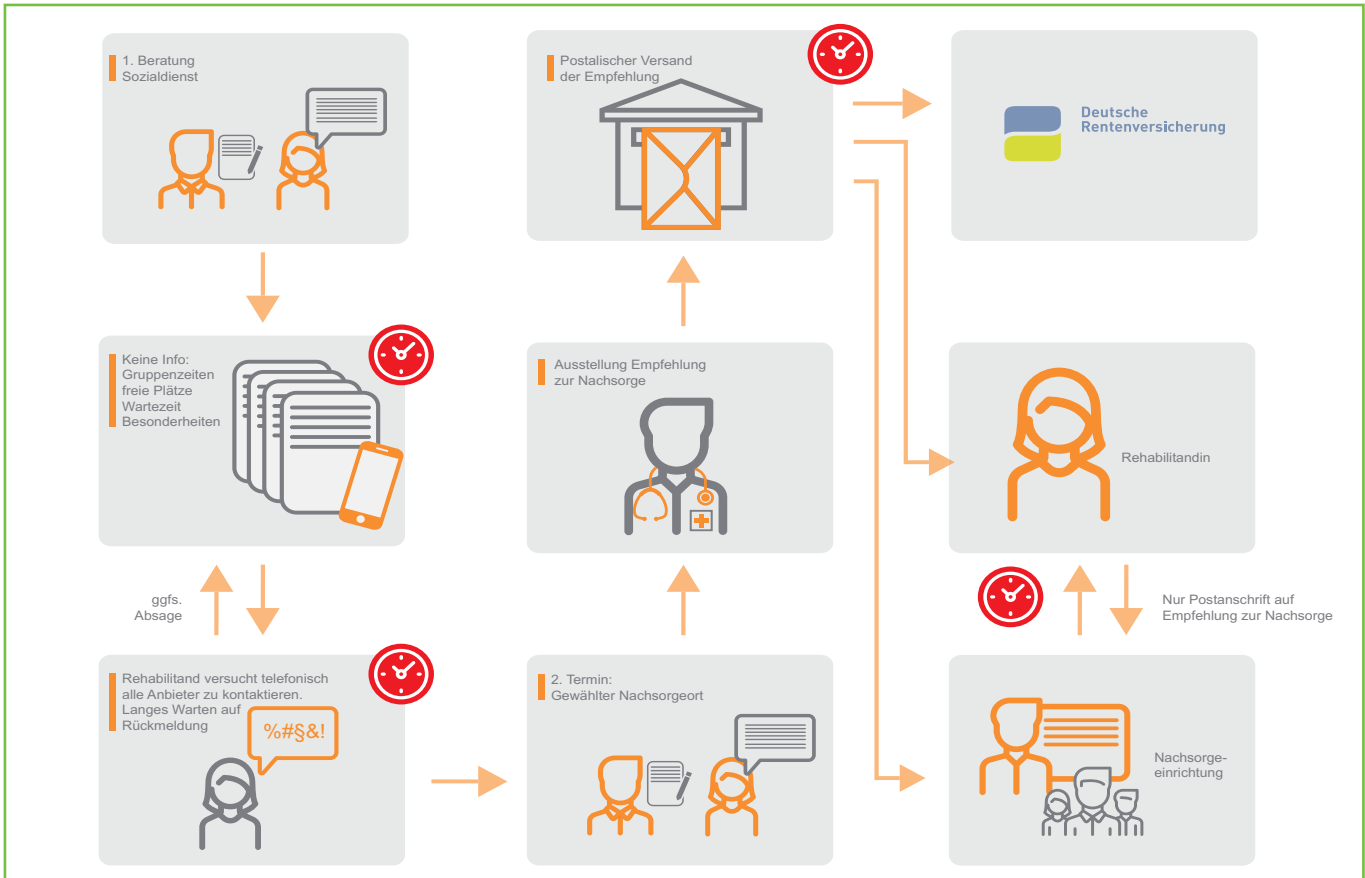


Abbildung 2: Die Umkreissuche auf psyrena.de am Beispiel Köln

Therapeut	Adresse	Leistungen	Freie Plätze
M. Sc. Marie Amelie Freiin von Fürstenberg	Beethovenstr. 8 50674 Köln	Bietet an: PsyRENA 2 PsyRENA-Gruppen mit 12 freien Plätzen	12
Ronja Dingerkus	Praxis Dr. Dr. Daniel Wagner im Souterrain Richard-Wagner-Str. 40 50674 Köln	Bietet an: PsyRENA 1 PsyRENA-Gruppe mit 0 freien Plätzen	0
M. Sc. Lucia Kuipers	Richard-Wagner-Str 40 50674 Köln	Bietet an: PsyRENA 2 PsyRENA-Gruppen mit 0 freien Plätzen	0
Dr. Felix Wucherpfennig	Hültzstr. 21 50933 Köln	Bietet an: PsyRENA 1 PsyRENA-Gruppe mit 0 freien Plätzen	0

Abbildung 3: Profilsseite einer Nachsorge-Gruppenleiterin, Juli 2019

## Frau Meincke-Süss, Christiane

**Nachsorgeort** Meiningen  
Delmarstr. 66  
98617 Meiningen

**Telefon** 03693-8862525

**Website** [www.psychotherapie-meincke.de](http://www.psychotherapie-meincke.de)

**Sprechzeiten** persönlich Mo 9:00 - 9:30, Do 13:30 - 14:00, sonst Rückruf über Anrufbeantworter

**Zulassung durch** Deutsche Rentenversicherung Bund

Ich begrüße Sie auf meiner Profilsite.  
Viele Jahre habe ich in der stationären Rehabilitation von Mutter und Kind bzw. von psychosomatischen Erkrankungen sowie in der stationären und tagesklinischen Behandlung von Schmerzkrankungen gearbeitet. Jetzt bin ich ganz in meiner privaten Praxis für Psychotherapie und Reha-Nachsorge tätig. Melden Sie sich gern bei mir, wenn Sie Fragen zur Durchführung der Reha-Nachsorge (Psy-RENA) haben.

Hinweisen möchte ich darauf, dass die Gruppe am Donnerstag bis auf Weiteres ausschließlich Frauen aufnimmt.  
Die angegebene Wartezeit kann sich durch einen ungeplant frei werdenden Gruppenplatz wesentlich verkürzen.

Gruppe	Gruppenart	Status	Wochentag	Uhrzeit	Freie Plätze	Wartezeit
PsyRENA	halboffen	fortlaufend	Dienstag	17:00	0	3 Monate
PsyRENA	halboffen	fortlaufend	Mittwoch	17:00	0	8 Monate
PsyRENA	halboffen	fortlaufend	Donnerstag	17:00	0	3 Monate

[Nachsorgeplatz anfragen](#)

### Für Mitarbeiter/innen der Rehakliniken

[Link an Rehabilitand senden](#) [Formular DRV Empfehlung](#)

Festgelegte Telefonsprechzeiten spielen keine Rolle mehr.

Nachsorge-Einrichtungen erhalten durch die Anfrage über psyrena.de wichtige Daten zur Planung, wie den letzten Tag der Reha, sowie die E-Mail-Adresse und Telefonnummer, um Kontakt mit den Rehabilitand\*innen aufnehmen zu können. Weiterhin kann bei einer Anfrage auch ein Gruppenwunsch angegeben werden, sodass die Nachsorge-Einrichtung direkt weiß, für welche Gruppenzeit sich Rehabilitand\*innen interessieren. Ist eine Gruppe bereits belegt, können die Nachsorge-Einrichtungen dies per Klick einfach mitteilen. Auch hier entfallen somit lange Telefonabsprachen und Zwänge der Erreichbarkeit.

### Vorteile für Mitarbeiter\*innen des Sozialen Dienstes

Nachsorge-Einrichtungen haben die Möglichkeit, ihre Angaben – wie beispielsweise Kontaktdaten, Gruppen- und Wartezeiten sowie die Anzahl freier Plätze – kostenfrei aktuell zu halten und diese selbst zu aktualisieren. Das bedeutet für die Mitarbeitenden im

Sozialdienst, dass ihnen aktuelle Daten zu jedem Angebot zur Verfügung stehen. Wohnortnähe, Gruppenzeiten und die Anzahl freier Plätze können dadurch von Anfang an in die Nachsorge-Beratung mit einbezogen werden (Abb. 3).

In Abbildung 4 ist der deutlich schlankere Prozess der Empfehlung zu Nachsorge mit psyrena.de visualisiert. So können Sozialdienst-Mitarbeitende ihren Rehabilitand\*innen in kürzerer Zeit passende Angebote machen und mit der ausgewählten Nachsorge-Einrichtung unkompliziert Kontakt aufnehmen.

In der Rubrik „Infos für Rehakliniken“ sind außerdem Hintergrundwissen zum Nachsorge-Rahmenkonzept zu finden, ein Vorschlag für einen Nachsorge-Vortrag und Flyer, die für die Rehabilitand\*innen kostenfrei bestellt werden können.

### Vorteile für Rehabilitand\*innen

Über psyrena.de können Rehabilitand\*innen passwortgeschützt mit der Nachsorge-Einrichtung über ei-

nen Messenger kommunizieren. Mit einer Nachsorge-Anfrage kann eine verbindliche Terminvereinbarung unbürokratisch abgewickelt werden. In ihrem Account auf psyrena.de erhalten Rehabilitand\*innen außerdem Zugang zu dem Fahrtkostenformular und Infoblatt der DRV (G4803). Weiterhin profitieren sie von einem Krisen- und Notfallplan sowie einer Terminübersicht und -erinnerungen. Gibt es Fragen zur Organisation und Terminfindung, unterstützt der psyrena.de-Kundenservice unter: ☎ 0221 93 46 47 61 oder ✉ info@psyrena.de.

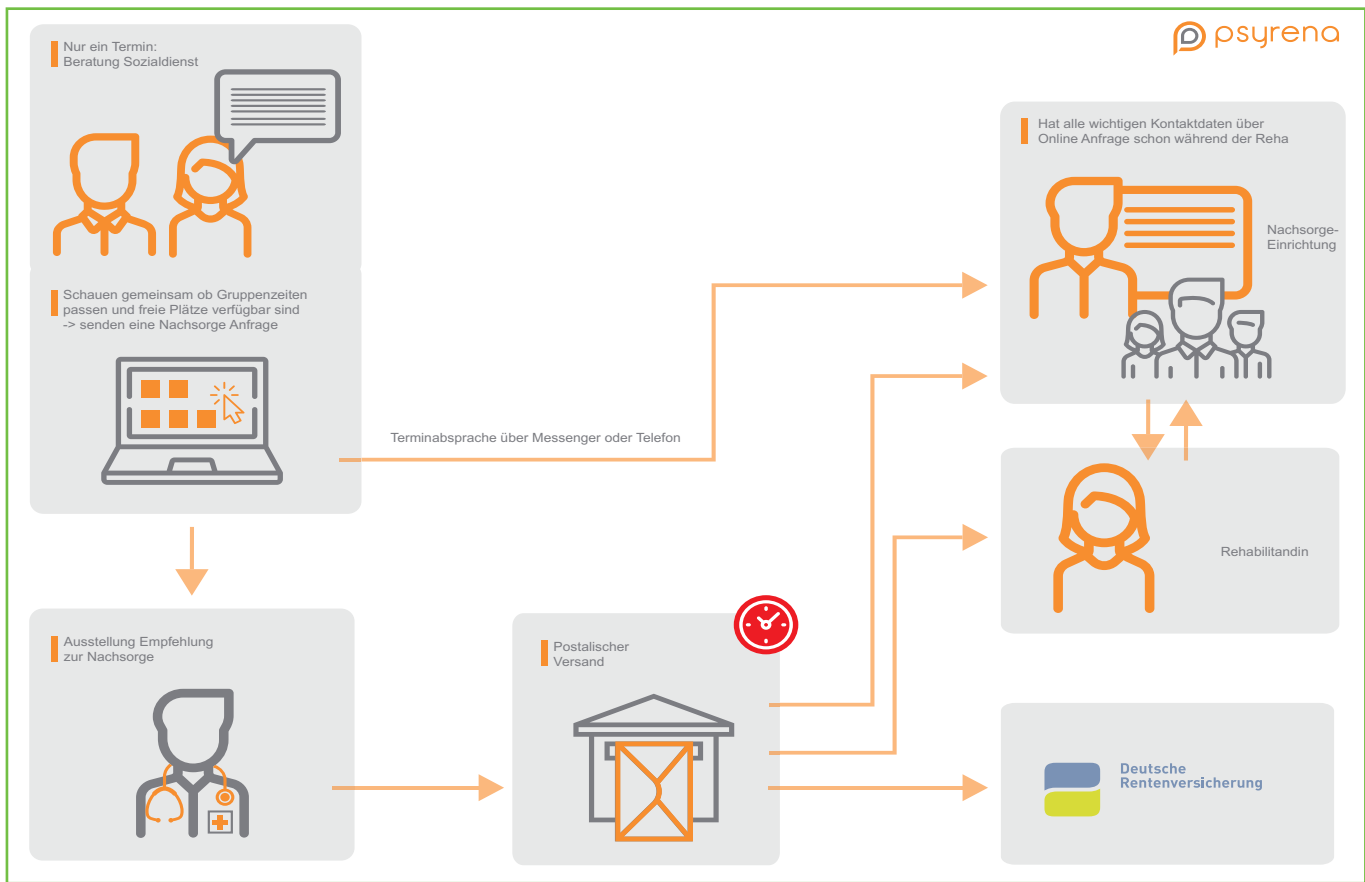
Das Datenschutzkonzept von psyrena.de fußt auf dem deutschen und europäischen Datenschutzrecht und nutzt aktuelle technische Standards. Entsprechend der gesetzlichen Datenschutzvorschriften sowie der Datenschutzerklärung werden alle personenbezogenen Daten vertraulich behandelt. Auch das Prinzip der Datensparsamkeit wurde von Beginn der Plattformentwicklung verfolgt. So werden nur Daten erhoben, die wichtig für die Kontaktaufnahme und Terminfindung sind.

Weiterhin können die Rehabilitand\*innen durch psyrena.de auch nach ihrer Rehabilitation von ihrem Wunsch- und Wahlrecht Gebrauch machen. Wenn gewünscht, können die Rehabilitand\*innen über psyrena.de selbst geeignete Angebote für sich auffinden, beispielsweise nach



Foto: dusanpetkovic1, adobe stock

Abbildung 4: Prozess der Nachsorge-Empfehlung während der Rehabilitation mit psyrena.de



einem allgemeinen Nachsorgevertrag für Versicherte der Deutschen Rentenversicherung. Über die Umkreissuche sind die Rehabilitand\*innen immer aktuell informiert und können selbst schauen, ob ein passendes Nachsorge-Angebot für sie verfügbar ist. Insgesamt können Rehabilitand\*innen so stärker in den Auswahlprozess integriert werden.

### Neue Plattform für Psychotherapie in der Gruppe – gruppenplatz.de

Das positive Feedback zu psyrena.de führte zu der Entwicklung einer weiteren Plattform für die ambulante Psychotherapie in der Gruppe. Es ist allgemein bekannt, dass die Versorgungslage für Psychotherapie angespannt ist. Auf einen Therapieplatz warten Patient\*innen teilweise bis zu fünf Monate. Dabei wissen die wenigsten, dass Gruppentherapien eine wirksame Alternative sein können, da sie deutlich geringere Wartezeiten haben. Die Website [gruppenplatz.de](http://gruppenplatz.de) ist ähnlich wie psyrena.de aufgebaut, unterstützt Betroffene beim Auffinden einer Gruppe – und entlastet Psychotherapeut\*innen bei der Organisation. Über eine Infoseite können Psychotherapeut\*innen ihre Gruppenzeiten, die Anzahl der freien Plätze und mögliche Wartezeiten veröffentlichen. Gruppenplatz.de bleibt wie psyrena.de ein dauerhaft kostenfreies Angebot. Die Finanzierung läuft über optional hinzubuchbare Funktionen für Psychotherapeut\*innen.

■ *Sonja Schmalen ist Produktmanagerin Digital Health bei der Dr. Becker eHealth, @sschmalen@dbkg.de*

### Literatur

Deutsche Rentenversicherung (2015 in der Fassung 2018): **Rahmenkonzept zur Nachsorge für medizinische Rehabilitation nach § 15 SGB VI der Deutschen Rentenversicherung** (Stand 28.05.2018)

Kobelt, A.; Winkler, M.; Petermann, F. (2011): **Vorbereitung und Nachbereitung der medizinischen Rehabilitation am Beispiel der psychosomatischen Rehabilitation**. In: Bundesgesundheitsblatt 54, S. 451–457.

Worringen, U.; Muschalla, B.; Widera, T.; Kobelt, A. (2017): **Psy-RENA – ein neues Arbeitsfeld für Psychotherapeutinnen**. In: Psychotherapeutenjournal, 17 (4), S. 339–345.

