



Deutsche
Rentenversicherung
Bund

Rahmenbedingungen der Erprobung einer digital flexibilisierten medizinischen Reha

**Reha-Update des rehabilitationswissenschaftlichen
Forschungsverbundes Freiburg e.V. (RFV)**

21. November 2025

Kristina Kulisch
Deutsche Rentenversicherung Bund
Bereich Weiterentwicklung der Rehabilitation

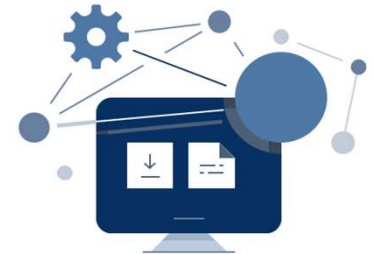
Reha neu denken – auch digital

- durch die digitale Umsetzung können Leistungen **flexibilisiert, erleichtert oder sogar überhaupt erst ermöglicht** werden



Digitalisierung ist niemals ein Selbstzweck!
Im Mittelpunkt stehen die Menschen mit ihren Bedürfnissen.

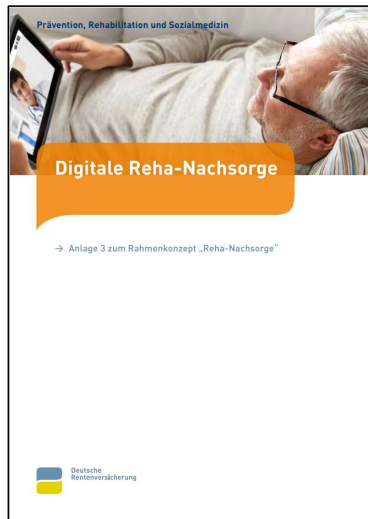
- Potenziale:
 - ✓ flächendeckende **Verfügbarkeit**
 - ✓ Stärkung der **Vereinbarkeit** mit Alltag und Arbeitswelt
 - ✓ Erleichterung des **Transfers**
- übergeordnetes strategisches Ziel der Rentenversicherung ist deshalb u. a. die (auch digitale) **Weiterentwicklung von Teilhabeleistungen**



[Lesen Sie hier das Strategiepapier](#)



Vorreiter: Digitale Reha-Nachsorge



- in Somatik und Psychosomatik bereits in der Regelversorgung etabliert
- weitere Indikationen, verschiedene Ausgestaltungen und digitale Anwendungen werden in Modellprojekten erprobt
- rentenversicherungsweit einheitliches Vorgehen festgelegt im **Konzept digitale Reha-Nachsorge** (erstmalig veröffentlicht 2023)
- Ziele:
 - ✓ flächendeckende **Verfügbarkeit** von Reha-Nachsorge
 - ✓ zeitliche und örtliche **Flexibilisierung** (Schichtdienst, Montage, Alleinerziehende, Pflegende)

siehe auch www.reha-nachsorge-drv.de

Digital flexibilisierte medizinische Rehabilitation (DigiFlexReha)

Eine Form der medizinischen Reha, in der ein Anteil der Leistungen durch die Nutzung digitaler Technologien **örtlich und/oder zeitlich unabhängig** von therapeutischem Personal begleitet und damit flexibilisiert wird.



- Abstimmung von **Rahmenbedingungen** als Grundlage für zukünftige (Modell-)Projekte (veröffentlicht 2024)
- Erkenntnisse aus Modellprojekten bilden **Evidenz- und Entscheidungsgrundlage** für mögliches zukünftiges Rahmenkonzept zur DigiFlexReha

siehe auch www.deutsche-rentenversicherung.de/digiflexreha



Inhalte der Rahmenbedingungen für DigiFlexReha-Modellprojekten

- **Zielgruppe**
 - persönliche, sozialmedizinische und technische Eignung
- inhaltliche und technische **Anforderungen**
 - u. a. Feedbacksysteme, Einbindung von externen Leistungsanbietern
- therapeutische **Inhalte**
 - synchron (gleichzeitig) und asynchron (zeitversetzt)
 - Verhältnis Therapeut*in/ Rehabilitand*in(nen):
Einzel (1:1), Kleingruppen (1:[bis 5]) und Gruppen (1:[bis 8])
- **sozialrechtliche** Regelungen
- Definition von **zwei Typen** der DigiFlexReha





Typ I: DigiFlexReha mit digitalen Zeitfenstern

- eingebettet in das Setting einer herkömmlichen medizinischen Reha
 - herkömmliche Dauer der Reha
 - durchgängig ganztägige Leistung
 - Therapien, die bisher analog erbracht wurden, werden digital durchgeführt
- Wahrnehmung **einzelner digitaler Angebote** ...
 - a. in der Reha-Einrichtung oder
 - b. aus dem häuslichen Umfeld mit regelmäßiger (halb-)tägiger Rückkehr in die Reha-Einrichtung



Präsenz in der Reha-
Einrichtung



ortsunabhängige, digitale
Durchführung



Typ I: Projekt HIRE



Präsenz in der Reha-
Einrichtung



ortsunabhängige, digitale
Durchführung

DigiFlexReha Typ I

- kontrolliert-randomisierte Studie zur Prüfung der Nicht-Unterlegenheit einer ambulanten Rehabilitation (HIRE), in der das „**Curriculum Rückenschule**“ **digital** umgesetzt wird
- Ergebnisse:
 - hybride Rehabilitation ist **nicht unterlegen**
 - Akzeptanz und Adhärenz bei den Rehabilitand*innen ist hoch
 - Zugang und Flexibilität werden als wesentliche Vorteile bewertet





Typ II: DigiFlexReha mit digitaler Phase

- eingebettet in das Setting einer herkömmlichen medizinischen Reha
 - herkömmliche Dauer der Reha
 - durchgängig ganztägige Leistung
 - Therapien, die bisher analog erbracht wurden, werden digital durchgeführt
- erste Phase in der Reha-Einrichtung in Präsenz
- darauffolgende Phase außerhalb der Reha-Einrichtung **mehr- und ganztägig digital**



Präsenz in der Reha-
Einrichtung



ortsunabhängige, digitale
Durchführung

DigiFlexReha Typ II

Typ II: Projekt Psychosomatische Hybrid-Reha



Präsenz in der Reha-
Einrichtung



ortsunabhängige, digitale
Durchführung

DigiFlexReha Typ II

- Machbarkeitsstudie zur Umsetzung einer rein **digitalen letzten Woche** der stationären medizinischen Reha
- Ergebnis: **erfolgreiche Implementierung und Durchführung** der Hybrid-Reha, **hohe Zufriedenheit und Akzeptanz** der Beteiligten
- Folgestudie („HypeR-ME“) untersucht die Wirksamkeit der Hybrid-Reha in mehreren Reha-Einrichtungen

Inhalte der digitalen Woche im Projekt (I)

• Gruppe live:

- Psychotherapie, Ergotherapie
- Sozialkompetenz, Stressbewältigung, Entspannung, Rückfallprophylaxe
- Frühsport
- Schulungen, z.B. Schwerbehindertenrecht, Return to job

• Einzel live:

- Psycholog*in
- Sozialberatung
- Nachsorgeplan

• „on demand“-Angebote, z. B.

- Eigenübungen Ergotherapie und Zeitmanagement, Videos zu Stressbewältigung und Sport, Entspannungspodcasts, Chatinformationen

| Woche 5 | Freitag | Samstag | Sonntag | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag |
|-------------|--------------------------------------|--|-----------------------------|-------------------------------|---|------------------------------------|--|
| | | optional: Entspannungspodcast Autogenes Training (AT)/Progressive Muskelrelaxation (PMR) | | | | | |
| 07:30-08:00 | | | | Frühsport LIVE | Frühsport LIVE | Frühsport LIVE | Frühsport LIVE |
| 08:00-08:30 | LIVE Begrüßung | Frühstück | Frühstück | Frühstück | Frühstück | Frühstück | Frühstück |
| 08:30-09:00 | Frühstück | | | | | | |
| 09:00-09:30 | | VIDEO Früh-Sport 1 | VIDEO Früh-Sport 2 | LIVE Gruppe Soziale Kompetenz | LIVE Gruppe Stressbewältigung - Achtsamkeit | VIDEO Schwerbehindertenrecht | LIVE Gruppe Rückfallprophylaxe |
| 09:30-10:00 | LIVE Psychotherapie Gruppe | | | | | LIVE Gruppe Schwerbehindertenrecht | |
| 10:00-10:30 | | | | | | | |
| 10:30-11:00 | | Eigenübung an der frischen Luft | | LIVE Psychotherapie Gruppe | VIDEO Hockerübungen | | LIVE Psychologisches Abschlussgespräch |
| 11:00-11:30 | VIDEO Theraband | | | | | | |
| 11:30-12:00 | Kontakt Sport- und Bewegungsangebote | | | | | LIVE Gruppe Aktive Entspannung | |
| 12:00-13:00 | Mittagessen | Mittagessen | Mittagessen | Mittagessen | Mittagessen | Mittagessen | Mittagessen |
| 13:00-13:30 | | | | | Kontakt Ambulante Psychotherapie | | |
| 13:30-14:00 | LIVE SINA Gruppe | | | Kontakt Selbsthilfe | | | |
| 14:00-14:30 | | | | | LIVE Einzel Sozialberatung | | Kontakt Entspannungsgespräch |
| 14:30-15:00 | | | | | | | |
| 15:00-15:30 | Eigenübung Zeitmanagement | | | LIVE MAT Gruppe | Eigenübung Soziale Kompetenz 2 | Eigenübung Soziale Kompetenz 3 | Eigenübung Soziale Kompetenz 3 |
| 15:30-16:00 | | | | | | | |
| 16:00-16:30 | VIDEO Stress und Stressbewältigung | | | VIDEO "Bewusste Ernährung" | Eigenübung SINA | Eigenübung MAT | LIVE Abschluss Brücken-Woche |
| 16:30-17:00 | | | | | | | Abschluss-Fragenbogen |
| 17:00-17:30 | Tagessreflexion | Tagessreflexion | Tagessreflexion | Tagessreflexion | Tagessreflexion | Tagessreflexion | Tagessreflexion |
| 18:00-18:30 | Abendessen | Abendessen | Abendessen | Abendessen | Abendessen | Abendessen | Abendessen |
| 18:30-19:00 | VIDEO Entspannungspodcast 1 | VIDEO Entspannungspodcast 2 | VIDEO Entspannungspodcast 3 | VIDEO Entspannungspodcast 4 | VIDEO Entspannungspodcast 5 | VIDEO Entspannungspodcast 6 | |

Sport Psychologie Sozialdienst Ergotherapie Ernährung Eigenübung Termin Study Nurse

| |
|--|
| Donnerstag |
| Frühsport LIVE |
| Frühstück |
| |
| LIVE Gruppe Rückfallprophylaxe |
| |
| LIVE Psychologisches Abschlussgespräch |
| |
| |
| Mittagessen |

Ausblick

- rentenversicherungsübergreifender **Forschungsschwerpunkt zur Digitalisierung medizinischer Reha** (FSP DigiMedReha)
- **Themengebiete:**
 - Digitalisierung therapeutischer Reha-Leistungen
 - digitale Verfahren in Diagnostik und Leistungsbeurteilung
 - digitale Ansätze zur Vorbereitung der Rehabilitation und zur Unterstützung des Übergangs in Arbeit und Alltag
- **hohes Interesse** aus Einrichtungs- und Forschungslandschaft
- Projekte starten ab Sommer 2026





Sie möchten auf dem Laufenden bleiben?
Abonnieren Sie gern hier unseren Newsletter



Deutsche
Rentenversicherung
Bund

**Vielen Dank
für Ihre
Aufmerksamkeit!**

Kontaktdaten:

Deutsche Rentenversicherung Bund
Abt. GQ Prävention, Rehabilitation und Sozialmedizin
Dezernat Reha-Wissenschaften
10704 Berlin

Bereich Weiterentwicklung der Rehabilitation –
Evidenzbasierung und Konzepte
Kristina Kulisch
Mail: kristina.kulisch@drv-bund.de