

# 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** (erstmals veröffentlicht 2023)
- Ziele:
  - ✓ flächendeckende **Verfügbarkeit** von Reha-Nachsorge
  - ✓ zeitliche und örtliche **Flexibilisierung** (Schichtdienst, Montage, Alleinerziehende, Pflegende)



siehe auch [www.reha-nachsorge-drv.de](http://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](http://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



- kontrolliert-randomisierte Studie zur Prüfung der Nicht-Unterlegenheit einer ambulanten Rehabilitation (HIRE), in der das „**Curriculum Rückenschule**“ **digital** umsetzt 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



- 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
- Frühspor
- 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, Entspannungs podcasts, Chatinformationen

	Freitag	Samstag	Sonntag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
07:30-08:00			optional Entspannungs-Podcast, Bewegungstraining (15')	Progressive Muskelrelaxation (15')			
08:00-08:30	LIVE Begrüßung	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück
08:30-09:00	Frühstück						
09:00-09:30		LIVE Psychotherapie Gruppe	VIDEO Früh-Sport 1	VIDEO Früh-Sport 2	LIVE Gruppe Soziale Kompetenz	LIVE Gruppe Stressbewältigung - Achtsamkeit	LIVE Gruppe Schwerbehindertenrecht
09:30-10:00							LIVE Gruppe Rückfallprophylaxe
10:00-10:30							
10:30-11:00			Eigenübung an der frischen Luft		VIDEO Hockübungen		LIVE Psychologisches Abschlussgespräch
11:00-11:30	VIDEO Theraband			LIVE Psychotherapie Gruppe			
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	LIVE SINA Gruppe				LIVE Ambulante Psychotherapie		
13:30-14:00					Kontakt Selbsthilfe		
14:00-14:30					LIVE Einzel Sozialberatung		Kontakt Entspannungsangebote
14:30-15:00							
15:00-15:30	Eigenübung Zeitmanagement			LIVE MAT Gruppe	Eigenübung Soziale Kompetenz 1	Eigenübung Soziale Kompetenz 2	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-Fragebogen
17:00-17:30	Tagesreflexion	Tagesreflexion	Tagesreflexion	Tagesreflexion	Tagesreflexion	Tagesreflexion	Tagesreflexion
17:30-18:00							
18:00-18:30	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen
18:30-19:00	VIDEO Entspannungs-Podcast 1	VIDEO Entspannungs-Podcast 2	VIDEO Entspannungs-Podcast 3	VIDEO Entspannungs-Podcast 4	VIDEO Entspannungs-Podcast 5	VIDEO Entspannungs-Podcast 6	

Sport      Psychologie      Sozialdienst      Ergotherapie      Ernährung      Eigenübung      Termin Study Nurse

# 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



**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