



hiToco®

Anwendung in der psychotherapeutischen Praxis

Merle Wehrmann

Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik & Psychotherapie des Kindes- und Jugendalters
Centrum für Kinder- & Jugendlichenpsychotherapie
Medizinische Fakultät
<https://akip.uk-koeln.de>



UNIKLINIK
KÖLN





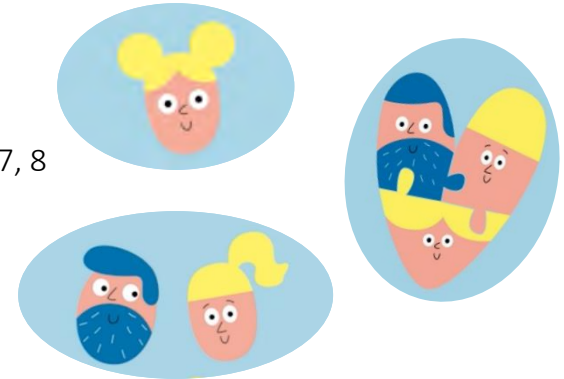
Agenda

- › Theoretischer Hintergrund
- › Einsatz von hiToco[®] im ambulanten Setting
 - › Elterntraining im Einzelsetting
 - › Elterntraining Gruppensetting
- › Verschreibungsmöglichkeiten von hiToco[®]



Theoretischer Hintergrund

- › Elterntrainings wirksam in der Behandlung von ADHS und oppositionellem Verhalten^{1, 2}
- › Allgemein gute Effekte und gute Zufriedenheit mit digitalen Elterntrainings^{3, 4}
- › Signifikante Effekte bzgl. verschiedener Outcome-Variablen auf Kind- und Elternebene^{5, 6, 7, 8}
- › Einsatz in verschiedenen Anwendungsbereichen möglich, z.B.
 - › Als Selbsthilfeintervention
 - › Zur Überbrückung der Wartezeit
 - › Zur Nachsorge nach Therapieabschluss
 - › **Ergänzend zu einem ambulanten Elterntraining**
- › Bisher keine Evidenz zum Einsatz App-gestützter Elterntrainings im ambulanten Setting





Einsatz von hiToco[®] im ambulanten Psychotherapie

App-basiertes Elterntraining im Einzel- und Gruppensetting



UNIKLINIK
KÖLN



CEKIPkölN



hiToco® in der ambulanten Psychotherapie

- › hiToco® wird aktuell im Rahmen eines Forschungsprojekts therapiebegleitend eingesetzt
 - › Im Rahmen von Elterntrainings im Einzelsetting
 - › Im Rahmen von Elterntrainings Gruppensetting
- › Sitzungsstruktur und –inhalte dabei eng an hiToco®-App angelehnt
- › hiToco® als Unterstützung für Eltern zur Vor- und Nachbereitung von Sitzungen → Förderung des Transfers
- › Ziel:
 - › **Kindebene:** Reduktion der ADHS/OPP-Symptomatik des Kindes
 - › **Elternebene:** Steigerung der Therapiezufriedenheit und –adhärenz, Stärkung Erziehungskompetenzen



Elterntraining im Einzelsetting

- › 16 Einzelsitzungen à 50 Minuten
- › Frequenz: wöchentlich
- › Eltern bringen eigenes Handy mit der hiToco®-App mit in die Sitzungen





Umsetzung des Elterntrainings im Einzelsetting

Sitzung	hiToco®-Modul	Inhalt
Sitzung 1:	Modul 0: Über dieses Programm	Kennlernstunde und Trainingsplan definieren
Sitzung 2:	Modul 1: Wissenswertes zum Thema ADHS/OPP	Psychoedukation (Merkmale von Kindern mit ADHS/OPP, Zusätzliche Probleme & Stärken)
Sitzung 3 und Sitzung 4:	Modul 1: Wissenswertes zum Thema ADHS/OPP	Psychoedukation (Ursachen & weitere Entwicklung), Entwicklung eines individuellen Störungsmodells (Erziehungsteufelskreis, Scheinwerfermodell)
Sitzung 5:	Modul 2: Hilfe bei ADHS/OPP	Psychoedukation (Diagnostik, Hilfen bei ADHS/OPP, Medikation), Verhaltensprobleme definieren
Sitzung 6 und Sitzung 7:	Modul 3: Eigene Herausforderungen meistern	Belastungen erkennen und eigenen Stress vermindern (Zeit für sich), Alltag besser planen (Wochen- und Ablaufplan) optional: Selbstkontrolle stärken, Partnerschaftsprobleme reduzieren, Das Kind alleine erziehen
Sitzung 8:	Modul 4: Stärken aktivieren	Unsere Stärken erkennen, Eltern-Kind-Beziehung stärken (Positivtagebuch, positive Rückmeldung)



Umsetzung des Elterntrainings im Einzelsetting

Sitzung	hiToco®-Modul	Inhalt
Sitzung 9:	Modul 4: Stärken aktivieren	Positivzeiten (kurze Positivzeiten, intensive Positivzeiten/Spiel- und Spaß-Zeit), das Kind stärken (Interessen fördern, körperliche Aktivität kanalisieren, „sich selbst beschäftigen“, Leerlaufzeiten gestalten)
Sitzung 10 und Sitzung 11:	Modul 5: Verhaltensprobleme lösen	Problem analysieren, Erziehungsteufelskreis, Rahmenbedingungen
Sitzung 12:	Modul 5: Verhaltensprobleme lösen	Regeln für die Problemsituationen (Familienrat)
Sitzung 13:	Modul 5: Verhaltensprobleme lösen	Aufforderungen stellen und Loben
Sitzung 14:	Modul 5: Verhaltensprobleme lösen	Konsequenzen setzen (positive und natürliche Konsequenzen)
Sitzung 15:	Modul 5: Verhaltensprobleme lösen	Punkteplan
Sitzung 16:	Modul 5: Verhaltensprobleme lösen	Abschlusssitzung

Elterntraining im Einzelsetting



Klinische Erfahrung:

Was gut funktioniert...

Eltern äußerst motiviert durch strukturierten Aufbau und enge Begleitung (Stunden sind i.d.R. gut vorbereitet)

App anstatt Arbeitsmaterialien (z.B. gemeinsames Anschauen und Besprechen der Eintragungen, Videos, Artikel)

App als niedrigschwelliges Angebot, ständig verfügbar. Eltern berichten leichter zwischendurch Artikel zu lesen.

Mögliche Probleme...

Durch chronologischen Aufbau des Trainingsplans ist der Sitzungsablauf wenig flexibel (studienspezifisch)

Ablenkung während Sitzungen durch das Handy (eingehende Anrufe/Nachrichten, Mails etc.)

App nicht für alle Familien gleichermaßen attraktiv (z.B. abhängig von Technikaffinität, Identifikation mit Beispielfamilien etc.)

Technische Voraussetzungen (z.B. Internetzugang o.ä.) müssen gegeben sein



Elterntraining im Gruppensetting

- › Elterngruppen mit 4 – 6 Familien
- › 10 Gruppensitzungen à 100 Minuten
- › Frequenz: alle 14 Tage
- › Übertragung der hiToco®-App via Tablet oder Smartphone durch die Therapeut*innen





Umsetzung der Elterngruppen

Sitzung	hiToco®-Modul	Inhalt
Sitzung 1:	Kennenlernen und (App-)Einführung	
Sitzung 2:	Modul 1: Wissenswertes zum Thema ADHS/OPP	Psychoedukation, Störungsmodell (Scheinwerfermodell, Erziehungsteufelskreis)
Sitzung 3:	Modul 2: Hilfen bei ADHS/OPP	Psychoedukation
Sitzung 4:	Modul 3: Eigene Herausforderungen meistern	Zeit-für-Sich, Wochen- und Ablaufplan, Selbstregulation
Sitzung 5:	Modul 4: Stärken aktivieren	Positivtagebuch
Sitzung 6:	Modul 4: Stärken aktivieren	Spaß- und Spielzeit
Sitzung 7:	Modul 5: Verhaltensprobleme lösen	Problem analysieren, Rahmen setzen
Sitzung 8:	Modul 5: Verhaltensprobleme lösen	Regeln und Aufforderungen
Sitzung 9:	Modul 5: Verhaltensprobleme lösen	Positive und natürlich-negative Konsequenzen, Punkteplan
Sitzung 10:	Therapieaufgaben, Reflexion und Abschiedsstunde	

Elterntraining im Gruppensetting



Klinische Erfahrung:

Was gut funktioniert...	Mögliche Probleme...
Gruppengröße von vier bis sechs Familien	Bei größeren Gruppen Zeitmanagement/individuelle Themen schwierig, Teilnahme von zwei Elternteilen kann so besser gewährleistet werden
Zusätzliche Austauschmöglichkeit mit anderen Eltern wird von Teilnehmenden als wertvoll wahrgenommen (wichtiger als das Medium)	Durch chronologischen Aufbau des Trainingsplans besteht das Risiko, dass einzelne Gruppenmitglieder den Anschluss verlieren (bei nicht Bearbeitung)
App anstatt PowerPoint-Präsentation (z.B. gemeinsames Anschauen und Besprechen der Videos und Artikel)	Technische Voraussetzungen (z.B. Internetzugang, Bildschirmübertragung, Beamer o.ä.) müssen gegeben sein
App als niedrighschwelliges Angebot, ständig verfügbar. Eltern berichten leichter zwischendurch Artikel zu lesen.	App nicht für alle Familien gleichermaßen attraktiv (z.B. abhängig von Technikaffinität, Identifikation mit Beispielfamilien etc.)



Verschreibungsmöglichkeiten von DiGAs

App-basiertes Elterntraining bei ADHS/OPP – hiToco®

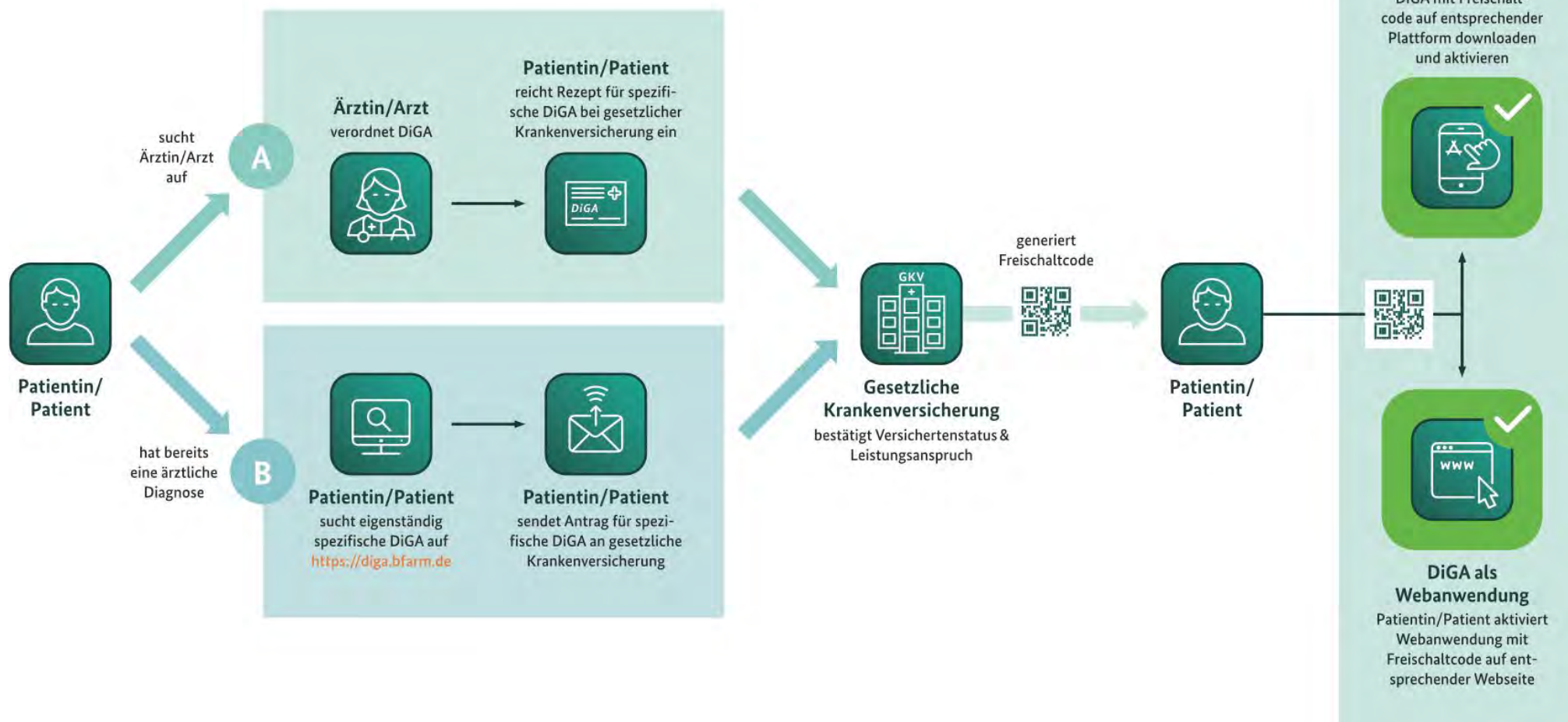


UNIKLINIK
KÖLN



CEKIPkölN

Verschreibungswege für DiGAs



Bildquelle: <https://diga.bfarm.de/de/leistungserbringende>



- › Prinzipiell gibt es die Möglichkeit, dass sich die Familien von einer Ärzt:in oder einer Psychotherapeut:in ein **Rezept** für die App verordnen lassen.
- › Ebenso möglich ist es die App zu erhalten, indem die Familien einen **(Verdachts-)Diagnosenachweis** auf der hiToco®-Homepage hochladen.
 - › Als Diagnosenachweis können die PTV11 oder PTV2 Bescheinigungen eingereicht werden

[illegible][illegible]

Muster 16-Rezept Beispiel für



Krankenkasse bzw. Kostenträger:
☒ Muster Krankenkasse

Name, Vorname des Versicherten:
Mustermann Max geb. am
Musterstraße 12
12345 Musterstadt

Kassen-Nr.: _____ **Versicherten-Nr.:** _____ **Status:** _____

Betriebsstellen-Nr.: _____ **Arzt-Nr.:** _____ **Datum:** _____

Rp. (Bitte Leerbäume durchkreuzen)
Digitale Gesundheitsanwendung
20081213
hiToco®: ADHS Elterntraining

bbbr _____ **Abgabedatum in der Apotheke:** _____

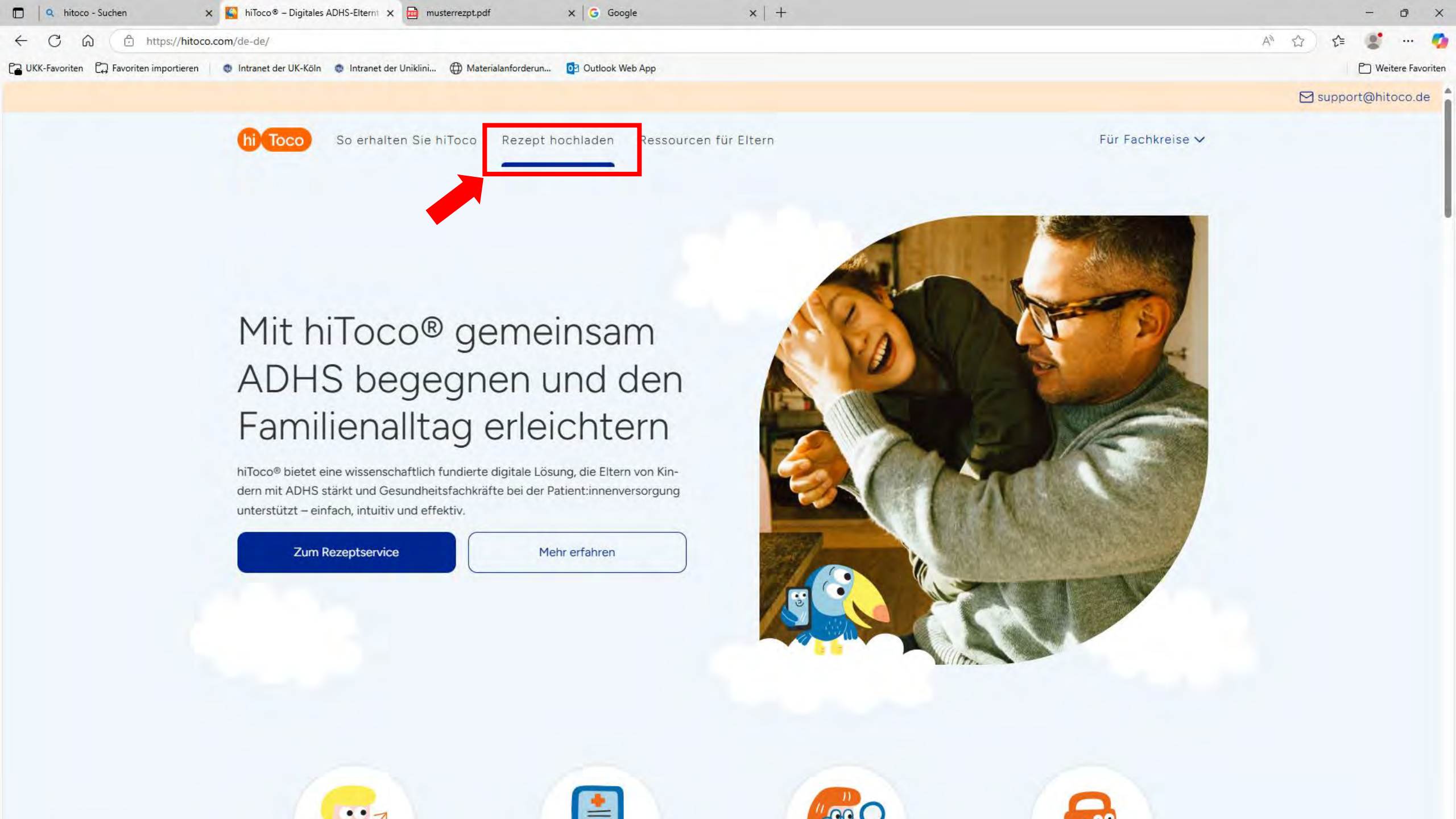
Bei Arbeitsunfall auszufüllen!
Unfalltag: _____ Unfallheilmittel oder Arbeitsgebernummer: _____

1. Verordnung _____ **2. Verordnung** _____ **3. Verordnung** _____

hi Toco
Evidenzbasiertes
Elterntraining als Digitale
Gesundheitsanwendung

Jetzt vom BfArM als DiGA zugelassen

ich habe einen Freischaltcode
Ohne Freischaltcode starten



So erhalten Sie hiToco

Rezept hochladen

Ressourcen für Eltern

Für Fachkreise ▾

Mit hiToco® gemeinsam ADHS begegnen und den Familienalltag erleichtern

hiToco® bietet eine wissenschaftlich fundierte digitale Lösung, die Eltern von Kindern mit ADHS stärkt und Gesundheitsfachkräfte bei der Patient:innenversorgung unterstützt – einfach, intuitiv und effektiv.

Zum Rezeptservice

Mehr erfahren





Ihr hiToco® Rezeptservice

Laden Sie das Rezept Ihres Kindes oder den (Verdachts-)Diagnosenachweis ganz bequem über unseren sicheren Online-Rezeptservice hoch. Wir reichen das Rezept direkt für Sie bei Ihrer gesetzlichen Krankenkasse ein.

Dokument bequem und sicher hochladen

Ihre Daten werden ausschließlich mit Ihrer Krankenkasse geteilt. Bitte beachten: Rezepte sind 28 Tage gültig – reichen Sie Ihr Rezept innerhalb dieser Frist ein, um Ihren Zugang zu hiToco® zu erhalten. Nachdem Sie hiToco® für 90 Tage genutzt haben, sind bei Bedarf Folgeverordnungen möglich.

Vorname des Elternteils*

Nachname des Elternteils*

E-Mail*

Krankenkasse*

Bitte auswählen

Laden Sie hier das Rezept oder den Diagnosenachweis hoch*



Datei auswählen | Keine Datei ausgewählt

Alle Informationen zum Datenschutz und Ihren Betroffenenrechten finden Sie [hier](#).

Die in einem Rezept/einem Diagnosenachweis enthaltenen besonders schützenswerten Daten gem. Art. 9 Abs. 1 DSGVO sind grundsätzlich vor einer elektronischen Übermittlung mit einem geeigneten Verfahren zu verschlüsseln. Diese Daten können jedoch auch unverschlüsselt per E-Mail übermittelt werden, soweit alle betroffenen Personen (Träger der elterlichen Verantwortung) eingewilligt haben. Bei Einwilligung zur Nutzung unseres Rezeptservice können Sie eine solche Einwilligung freiwillig erteilen.

Wichtiger Hinweis: Die unverschlüsselte Übermittlung personenbezogener Daten im Internet ist mit Risiken verbunden!

☐ Ich willige in die Verarbeitung meiner personenbezogenen Daten zu den in der Datenschutzhinweise beschriebenen Zwecken ein.*

☐ Alle Träger der elterlichen Verantwortung willigen in die Verarbeitung der personenbezogenen Daten ihres Kindes zu den in der Datenschutzhinweise beschriebenen Zwecken und der unverschlüsselten Übermittlung von sensiblen Daten gem. Art. 9 Abs. 1 DSGVO an die zuständige Krankenkasse ein.

☐ Ich möchte zusätzlich regelmäßig über Angebote, Veranstaltungen und Produkte zum Thema hiToco und die Produktwelt ADHS der MEDICE Health Family informiert werden.

Hochladen



Wie kann ich als Therapeut:in einen Account/Testzugang anfordern?

1. Die hiToco®-Website für Fachkreise <https://hitoco.com/de-de/fachkreise/> öffnen
2. Kostenlosen Testzugang beantragen

hiToco®: Das evidenzbasierte, digitale Elterntraining für Eltern von Kindern mit ADHS

Eine Digitale Gesundheitsanwendung, die Eltern von Kindern mit ADHS (4-11 Jahre) eine leicht verständliche Psychoedukation und leitliniengerechte Intervention bietet, um ihre Erziehungskompetenz zu stärken.

[Produktdemo buchen](#) [Testzugang anfordern](#)

A photograph of a woman with dark hair in a bun, wearing a blue sweater, sitting on a couch and reading a book to a young child with blonde hair. A red arrow points from the 'Testzugang anfordern' button to a small cartoon toucan character overlaid on the image.

Bildquelle: <https://hitoco.com/de-de/fachkreise/>



In eigener Sache...

Forschungsprojekt hiToco[®]: App-unterstütztes Elterntraining



UNIKLINIK
KÖLN



CEKIPkölN



Forschungsprojekt hiToco®: App-unterstütztes Elterntraining

- › **App-unterstütztes ambulantes Elterntraining** von Kindern mit ADHS und/oder OPP im Einzel- und Gruppensetting
- › Wir suchen...
 - › Eltern von Kindern im Alter von 4-11 Jahren mit gesicherter **ADHS- und/oder OPP-Diagnose** oder dem bestehenden Verdacht
 - › **Symptomatik im familiären Setting** vorhanden
 - › **Bestehende Medikation möglich**, keine Neudosierung oder Präparatswechsel während Studienphase
 - › **Keine intensive Verhaltenstherapie** des Kindes während des Elterntrainings
- › Kontakt
 - › Tel: +49 221 478-82933
 - › Mail: akip-elterntraining@uk-koeln.de
 - › Website: <https://akip.uk-koeln.de/ambulanzen/forschungsambulanz/hitocor-in-kombination-mit-elterntraining/>



Vielen Dank!



UNIKLINIK
KÖLN

<https://akip.uk-koeln.de>

