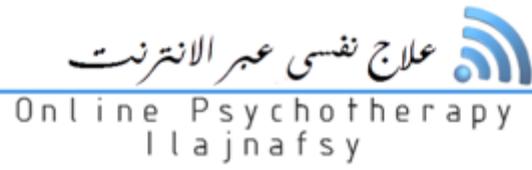
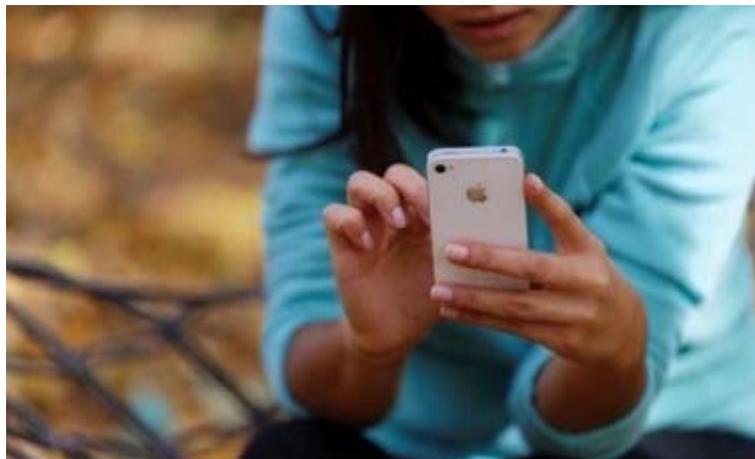


Deutsch | العربية | English





APP-ANGEBOT DEPRESSION

Die Selbsthilfe-App ohne direkten Kontakt mit Therapeuten oder Therapeutinnen kann Ihnen helfen leichte depressive Symptome mit Übungen besser zu verstehen und zu bewältigen. S.M.I.L.E.R.S. steht für: Smartphone Mediated Intervention for Learning Emotional Regulation of Sadness. Die Selbsthilfe-App kann im App-Store heruntergeladen werden.



WEB-BASIERTE THERAPIE TRAUMA

Unsere web-basierte Schreibtherapie für posttraumatische Belastungsstörung kann Ihnen helfen, Ihre belastenden Symptome nach einem traumatischen Ereignis besser zu verstehen und zu bewältigen. Sie werden dabei von einer Therapeutin oder einem Therapeuten persönlich begleitet.



WEB-BASIERTE THERAPIE DEPRESSION

Lernen Sie mit unserer web-basierten Schreibtherapie zur Depressionsbehandlung gemeinsam mit einer Therapeutin oder einem Therapeuten, wie ihre depressiven Symptome entstanden sind und wie Sie Ihre Symptome bewältigen können.

Die Studie hinter dem Projekt

In den letzten Jahrzehnten hat es im westlichen Raum eine ganze Reihe web-basierter Therapieangebote gegeben. Die Entwicklung und Erforschung eines der ersten web-basierten Therapiemanuale (Interapy) wurde in den Niederlanden unter der Leitung von Prof. Dr. Alfred Lange und Prof. Dr. Paul Emmelkamp vorangetrieben. Für die Nutzung im arabischen Sprachraum wurden diese Therapiemanuale von Prof. Dr. Christine Knaevelsrud und Prof. Dr. Birgit Wagner übersetzt, kulturell angepasst und evaluiert.

Weiterlesen: [Wissenschaftliche Grundlage und bisherige Ergebnisse](#)

 [Registrierung / Anmeldung](#)