

					
<p>Anbieter:</p> <ul style="list-style-type: none"> → Selfapy GmbH <p>Produktname:</p> <ul style="list-style-type: none"> → Selfapys Online-Kurs bei Generalisierter Angststörung <p>Kontakt zum Anbieter:</p> <ul style="list-style-type: none"> → Via Website <p>Eintrag und Status im DiGA-Verzeichnis?:</p> <ul style="list-style-type: none"> → DiGA-Eintrag: vorliegend → Status: Dauerhaft aufgenommen <p>Nutzungsdauer und -häufigkeit:</p> <ul style="list-style-type: none"> → Empfehlung: pro Woche ein Modul (ca. 60min), verteilt auf mehrere Sitzungen in der Woche → Gesamtdauer: 90 Tage <p>Gebrauchsanweisung</p>	<p>Ziele der Intervention:</p> <ul style="list-style-type: none"> → Verbesserung der Symptomatik bei Generalisierter Angststörung <p>Mindestalter:</p> <ul style="list-style-type: none"> → 18 Jahre <p>Diagnosen:</p> <ul style="list-style-type: none"> → F41.1 Generalisierte Angststörung 	<p>Theoretische Basis:</p> <ul style="list-style-type: none"> → Kognitive Verhaltenstherapie <p>Eingesetzte Methoden:</p> <ul style="list-style-type: none"> → Kognitive Strategien → Übertragung der Strategien in den Alltag → Psychoedukation zu Generalisierte Angststörung → Individualisierte Inhalte basierend auf Eingaben der betroffenen Personen → Validierte Fragebögen → Persönliche Tagebuch-App 	<p>Menschliche Begleitung:</p> <ul style="list-style-type: none"> → Durchgängige Einbindung mittels Nachrichtenaustausch durch klinische Psycholog:innen → Beantwortung von Fragen durch Psycholog:innen bei Bedarf 	<p>Kosten:</p> <ul style="list-style-type: none"> → Kosten für Selbstzahler: 228,50 € (Stand: Mai 2024) für eine Nutzung von 90 Tagen → Die Kosten werden bei Verordnungen von der Krankenkasse übernommen 	<p>Wirksamkeitsnachweis(e):</p> <ul style="list-style-type: none"> → Rubel, J., Väth, T., Hanraths, S., Pruessner, L., Timm, C., Hartmann, S., Barnow, S., & Lalk, C. (2024). Evaluation of an online-based self-help program for patients with generalized anxiety disorder—A randomized controlled trial. <i>Internet Interventions</i>, 35. doi.org/10.1016/j.invent.2024.100716