

YLAH – Blended Psychotherapie

Testung der App durch Peers

Sehr geehrte Peer, sehr geehrter Peer

Mein Name ist Anna Blum von YLAH – Blended Psychotherapy. Ich kontaktiere Sie, um eine potenzielle Zusammenarbeit mit Ihnen zu erkunden, um Sie in die Evaluierung unserer innovativen Psychotherapie-App einzubeziehen. Wir sind auf der Suche nach Personen mit Psychotherapieerfahrung, die an der Testung der neuesten Übungen teilnehmen möchten. Die wertvolle Erfahrung und das Feedback von Betroffenen sind von unschätzbarem Wert, um sicherzustellen, dass unsere App den Bedürfnissen und Anforderungen unserer Benutzer gerecht wird.

YLAH ist ein junges Unternehmen im Bereich der psychischen Gesundheit und Psychotherapie. Unser Ziel: die psychiatrisch-psychotherapeutische Gesundheitsversorgung durch Blended Psychotherapie (Kombination von Vor-Ort-Sitzungen mit digitalen Inhalten zwischen den Sitzungen) effektiver und effizienter zu machen. Dafür haben wir gemeinsam mit Professor Thomas Berger der Universität Bern eine Applikation entwickelt. In Form eines Web-Zugangs für Therapeut:innen und einer mobilen App für Patient:innen soll die Zeit zwischen den herkömmlichen Sitzungen besser genutzt werden können.

Im Mai 2023 haben wir die erste Version unseres Produktes lanciert und in den letzten Monaten ausführlich mit Therapeut:innen und Patient:innen getestet. Ausserdem haben wir diverse Therapieaktivitäten (z.B. therapeutische Übungen, klinische Fragebogen) entwickelt.

Dank der kontinuierlichen Umsetzung von wertvollem Feedback entwickeln wir uns tagtäglich weiter und sind bereits weit fortgeschritten. Der nächste Schritt? Die systematische Evaluierung verschiedener Module zu den Themen Depression und Achtsamkeit, mit Personen, die persönliche Erfahrungen mit psychischen Herausforderungen haben. Mit diesem Anliegen treten wir mit Ihnen in Kontakt und erfragen eine Zusammenarbeit.

Unsere Anwendung wird derzeit in ausgewählten Kliniken implementiert (Privatklinik Wyss Münchenbuchsee, Psychiatrische Dienste Aargau (PDAG) und Psy Bern). Wir befinden uns in einer entscheidenden Phase, in der eine umfassende Evaluierung unerlässlich ist, um die Wirksamkeit weiter zu verbessern. Wir sind der festen Überzeugung, dass die Erkenntnisse und Perspektiven von Peers einen unschätzbaren Beitrag zur Gestaltung des Inhalts und der Funktionalität unserer App leisten können.

Wir wären überaus dankbar für die Gelegenheit von Ihren Erfahrungen zu profitieren und Sie in den Evaluierungsprozess einzubeziehen. Die Meinung und Anregungen von Betroffenen

spielen eine entscheidende Rolle bei der Weiterentwicklung von YLAH und somit auch in der Mitgestaltung der psychotherapeutischen Zukunft.

Unser Ziel ist es eine Gruppe von Personen zu finden, die:

- aktuell oder in der Vergangenheit von einer psychischen Erkrankung betroffen sind oder waren
- sich jedoch in keiner akuten Krise befinden oder schweren Belastungen ausgesetzt sind
- in der Schweiz wohnhaft sind und Deutsch sprechen, lesen und schreiben können

Die Testphase startet im Januar 2024. Den Aufwand für Sie als Teilnehmer:in können Sie individuell selbst bestimmen, indem Sie wählen, wie viele unserer Aktivitäten Sie in unserer App testen möchten.

Haben wir ihr Interesse geweckt? Am 22. November 2023 findet von 13.00-14.00 Uhr ein Online-Informationsanlass für interessierte Teilnehmerinnen und Teilnehmer statt. Wir freuen uns Ihnen mehr über uns zu erzählen und Ihre offenen Fragen zu beantworten. Melden Sie sich über anna.blum@ylah.ch an.

Erfahren Sie noch mehr über uns und besuchen sie unsere Website: www.ylah.ch

Vielen Dank im Voraus für Ihr Interesse und eine mögliche Teilnahme. Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldung und stehen Ihnen gerne für Fragen und weitere Informationen zur Verfügung.

Herzliche Grüße

Anna Blum