



21. Nationale Gesundheitsförderungs-Konferenz

Donnerstag, 30. Januar 2020, Kursaal Bern

Sub-Plenum 4

Referierende

Thomas Berger, Prof. Dr., Universität Bern

Referat

Internet- und App-basierte Selbstmanagement-Interventionen im Bereich der psychischen Gesundheit

Inhalt

Die Entwicklung, Erforschung und Anwendung von Internet- und App-basierten Selbstmanagement-Interventionen zur Prävention und Therapie psychischer Probleme und Störungen hat in den letzten Jahren enormen Zuwachs erfahren. In diesem Beitrag wird zunächst einen Überblick über Internet- und App-basierte Angebote im Bereich der psychischen Gesundheit gegeben. Nach einer kurzen Präsentation eines auf europäischer Ebene erforschten Internet- und App-basierten Präventionsprogramms zur Bewältigung von Ängsten und depressiven Symptomen und zur Stärkung des Wohlbefindens (ICare Prevent), werden Besonderheiten solcher Angebote, Vor- und Nachteile, sowie Möglichkeiten und Grenzen diskutiert. Schliesslich wird auf den aktuellen Forschungsstand und die Implementierung entsprechender Interventionen bei verschiedenen Zielgruppen eingegangen.





Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera



Konferenz der kantonalen Gesundheits-
direktorinnen und -direktoren
Conférence des directrices et directeurs
cantonaux de la santé
Conferenza delle direttrici e dei direttori
cantionali della sanità

21^e Conférence nationale sur la promotion de la santé

Jeudi, 30 janvier 2020, Kursaal Bern

Sous-plénière 4

Intervenant-e-s

Thomas Berger, Prof. Dr, Université de Berne

Thème

Interventions d'autogestion basées sur Internet et sur des applications dans le domaine de la santé psychique

Contenu

Le développement, la recherche et l'utilisation d'interventions d'autogestion basées sur Internet et sur des applications à des fins de prévention et de traitement de problèmes et troubles psychiques ont connu une croissance énorme ces dernières années. Cette intervention donne pour commencer un aperçu des offres basées sur Internet et sur des applications dans le domaine de la santé psychique. Puis, après une courte présentation d'un processus de prévention basé sur Internet et des applications – étudié au niveau européen – visant à lutter contre les peurs et les symptômes dépressifs ainsi qu'à renforcer le bien-être (ICare Prevent), il s'intéresse aux particularités de telles offres, à leurs avantages et inconvénients, ainsi qu'à leurs possibilités et leurs limites. Enfin, il traite de l'état actuel de la recherche et de la mise en œuvre d'interventions de ce type auprès de différents groupes cibles.

