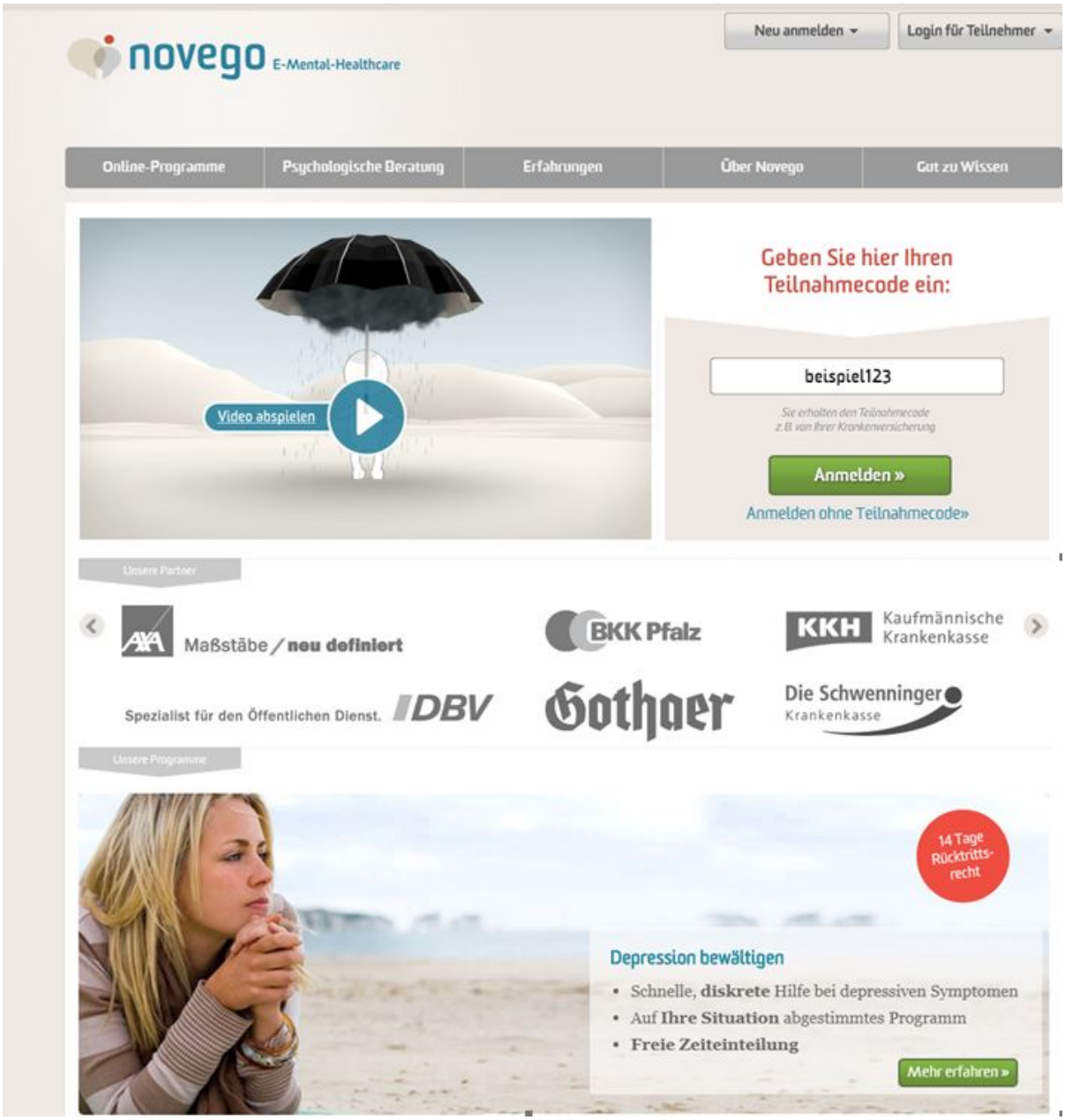
novego – E-Mental-Healthcare

Novego bietet Online-Programme für Menschen, die unter Depressionen, Ängsten oder Burnout leiden. Die Programme werden von Psychologen und Ärzten entwickelt und basieren auf kognitiver Verhaltenstherapie, systemischer Therapie und Achtsamkeitstraining. Nach der Teilnahme am Programm für 4 bis 12 Wochen hat der Patient die Möglichkeit, noch ein Jahr lang auf die Inhalte zuzugreifen, so dass ein Wissenstransfer und die Vermeidung von Rückfällen gewährleistet ist. Telefonische Beratungen werden auch von Psychologen angeboten.

Thema	Typ gutes Beispiel	Land
• Depression • Angst • Burnout	• Beratung	• Deutschland

Beschreibung

Novego develops online programs for the supportive treatment of psychological suffering like depression or anxieties. The programs combine medical, therapeutic and pedagogic competences on the basis of scientifically proven methods of cognitive behavioural therapy and systemic therapy as well as mindfulness training. If possible, the multimedia contents are composed individually so that they comply with the load and life situation of the patient. The target group are people with light or moderate depression, with burnout syndrome or with anxieties in form of panics or phobias. The patients get support in coping with their symptoms autonomously over a period of 4 to 12 weeks. In the following year they have direct access to all contents in order to guarantee a transfer to daily life as well as to prevent relapses. If desired, the patient can hand in weekly tasks and/or personal concerns at the psychological department of Novego. Additionally there are offered telephone consultations with qualified psychologists. Help-ID is a 12-week program for people with depression and sub-programs for people who additionally suffer from postpartal depression, coronary heart diseases or chronic back pain. ExID is a 4-week program for people with depression and ConfId a 4-week program for people with panics and/or phobias. Furthermore the website delivers comprehensive information about online therapy in general, cognitive behavioural therapy, systemic therapy, self-help, mindfulness, stress management, heart, anxiety and depression, chronic pain and postpartal depression.



Ursprüngliche Sprache

German

Land

Germany

Link

https://www.novego.de/

(access date: 07/04/2017)

CC - Attribution-NonCommercial-ShareAlike
http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/

ILI. *novego – E-Mental-Healthcare.* Abgerufen am Sonntag November 22, 2026 von insgesamt https://ecounselling4youth.gunet.gr/online-material/courses/TGP475/

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Die Unterstützung der Europäischen Kommission für die Erstellung dieser Veröffentlichung stellt keine Billigung der Inhalte dar, die nur die Ansichten der Autoren widerspiegeln, und die Kommission kann nicht für die Verwendung der darin enthaltenen Informationen verantwortlich gemacht werden.

https://www.ecounselling4youth.eu/project/