



(c) Instahelp.me

Innovation

Therapie auf Knopfdruck

Bernadette Frech, Instahelp.me

Mit anonymer psychologischer Beratung im Netz schafft Bernadette Frech niederschwellige Hilfe.

Ab 17 Uhr herrscht bei uns Hochbetrieb. Dann wenn Ärzte und Psychologen ihre Praxen meist schon geschlossen haben, geht es bei Instahelp erst so richtig los. Mehr 30.000 Personen haben den Onlinedienst seit der Unternehmensgründung im Jahr 2015 bereits genutzt. Mittlerweile gibt es das Service nicht nur in Österreich, sondern auch in Deutschland, der Schweiz, Frankreich und Großbritannien.

"Enttabuisierung psychischer Probleme in der Gesellschaft? - Schaffen wir!"

Man kann jederzeit, quasi 24/7, mit uns in Kontakt treten und ist somit nicht an klassische Ordinationszeiten gebunden. Die Antwort wird nicht lange auf sich warten lassen: Wer auf instahelp.me mit uns Kontakt aufnimmt, erhält innerhalb weniger Minuten eine Rückmeldung. Egal ob es um Stress

im Job, Zukunftssorgen oder Probleme in der Partnerschaft geht, einer unserer Psychologen steht Hilfesuchenden mit Rat und Tat zur Seite. Alle Mitarbeiter haben mindestens vier Jahre Berufserfahrung und eine entsprechende Zusatzausbildung absolviert.

Geht jemand ins Fitnessstudio, um sich körperlich besser zu fühlen, wird das vom Umfeld positiv kommentiert. Wer sich aber öffentlich dazu bekennt, Hilfe für die mentale Gesundheit in Anspruch nehmen, wird schnell schief angeschaut. Die ständig steigenden Anfragen auf Instahelp zeigen, dass psychologische Hilfe immer wichtiger für Menschen wird. Der anonyme Zugang über unser Online-Plattform senkt die Hemmschwelle. Aber das ist nicht genug. Wir kämpfen dafür, dass psychische Probleme in unserer Gesellschaft noch mehr enttabuisiert werden – und auch das #schaffenwir!

[instahelp.me](https://www.instahelp.me)