

Interviewfragen:

„Heute im Hub“: Das Start-up „HelloBetter“

1. Hallo Hanne, kannst du uns kurz deinen Werdegang erzählen?

Ich habe zunächst Psychologie an der Universität Trier studiert und dort mein Diplom erworben. 2016 zog es mich dann an die Leuphana Universität Lüneburg, wo ich meine Promotion im Rahmen des GET.ON Forschungsprojekts abgeschlossen habe. Dort habe ich unter anderem ein Online-Training für Menschen mit Schlafstörungen entwickelt. Im Anschluss habe ich als Mitgründerin das GET.ON Institut gegründet. Heute ist GET.ON unter dem Namen HelloBetter bekannt. Dort verantworte ich die Themenbereiche Business Development und Services und bin für den Ausbau von Kooperationen mit Krankenversicherungen, die Strategie für die Erstattung im Digitalen-Versorgung-Gesetz (DVG) sowie die für psychologische Begleitung der HelloBetter Trainings zuständig.

2. Was macht „HelloBetter“ genau und was ist das Besondere daran?

HelloBetter bietet psychologische Online-Trainings, die sowohl zur Prävention als auch zur Behandlung von psychischen Störungen eingesetzt werden können. Die Online-Trainings basieren auf den Techniken der kognitiven Verhaltenstherapie und vermitteln dem Teilnehmer in interaktiven Übungen effektive Methoden zur Bewältigung ihrer psychischen Beschwerden. Bei Wunsch werden die Trainings sogar von Psychologen und Psychotherapeuten begleitet. So ermöglichen wir Betroffenen die selbstbestimmte Bewältigung ihrer Beschwerden.

Die von uns angebotenen Online-Trainings wurden in langjähriger Forschungsarbeit durch ein interdisziplinäres Team von Wissenschaftlern entwickelt. Uns zeichnet aus, dass wir nur Trainings veröffentlichen, deren Wirksamkeit in mindestens einer randomisiert-kontrollierten Studie, dem Goldstandard der klinischen Wirksamkeitsforschung, nachgewiesen werden konnte. Mit aktuell elf Trainings aus acht spezifischen Problembereichen, wie unter anderem Depressionen, chronischen Schmerzen oder Schlafstörungen, bietet HelloBetter die weltweit größte Bandbreite an nachweislich wirksamen Online-Trainings.

3. Was hat dich dazu bewogen „HelloBetter“ zu gründen?

Wer psychische Beschwerden hat, braucht schnelle Hilfe. Eine durchschnittliche Wartezeit von sechs Monaten auf einen Psychotherapieplatz und lange Anfahrtswege zeigen jedoch die Realität der Hilfesuchenden. Wir haben in Deutschland eines der besten Gesundheitssysteme weltweit und trotzdem leiden Menschen mit psychischen Beschwerden unter einer Unter- und Fehlversorgung. Nicht selten werden Betroffene sogar gar nicht behandelt. Die Versorgungslücke hat uns motiviert HelloBetter zu gründen und den Betroffenen mit unseren Online-Trainings eine wirksame psychologische Soforthilfe zu bieten.

4. Warum hast du dich für den Standort Hamburg entschieden? Was findest du besonders positiv am Standort Hamburg?

Der Standort Hamburg ist aus der Nähe zur Leuphana Universität Lüneburg entstanden. Dort wurden die ersten HelloBetter-Trainings in einem großen Forschungsprojekt entwickelt und evaluiert, da hat sich Hamburg als Standort natürlich angeboten. Auch heute pflegen wir noch eine enge Partnerschaft zur Universität Lüneburg. Dazu bietet Hamburg Start-ups aus der Gesundheitsbranche viele Möglichkeiten zur Vernetzung mit anderen Akteuren und Innovatoren der Branche. Der Digital Health Hub Hamburg ist da ein sehr gutes Beispiel. Neben Berlin, wo HelloBetter auch einen Standort hat, bleiben wir Hamburg daher auch weiterhin treu.

5. Was sind die nächsten Schritte und wo soll „HelloBetter“ in 5 Jahren stehen?

Im Jahr 2021 steht bei uns der Zugang in die Regelversorgung über das Digitale-Versorgung-Gesetz im Vordergrund. Wir werden zu Beginn des Jahres mit den ersten HelloBetter-Trainings in die Erstattung gehen und sind extrem gespannt auf diesen wichtigen Schritt. Zudem legen wir gerade einen großen Fokus auf die Internationalisierung unseres Angebots. Wir wollen gerne auch Menschen außerhalb von Deutschland den Zugang zu unseren Online-Trainings ermöglichen. Dazu nehmen wir unter anderem an renommierten internationalen Accelerator-Programmen teil. Die stetige Produktentwicklung steht natürlich auch auf unserer Agenda, wir wollen unsere Trainings zum Beispiel um innovative KI-Features ergänzen.

6. Was ist die Vision des Start-ups „HelloBetter“ in einem Satz?

Was uns antreibt ist der Wunsch, mit unseren Online-Trainings möglichst vielen Betroffenen die selbstbestimmte Bewältigung ihrer psychischen Beschwerden zu ermöglichen und so ihre Lebensqualität zu verbessern.