

Platforma pro duševní zdraví

11 zemích, **200 %** YoY
15 000 sezení měsíčně

hedepy
online therapy

Lukas Krcil, CEO, +420 607 190 757
lukas.krcil@hedepy.cz



Odhaduje se, že v současné době prožívá psychické obtíže až 3 miliony lidí v ČR. Většina z nich (2/3) o tom nemluví a je na to sama.

84 milionů lidí napříč evropskými zeměmi.

Jejich počet roste.

I když potřeba je vysoká, cesta k pomoci je komplikovaná a složitá.

[iRozhlas. Studie pod povrchem karantény \(2020\)](#)

[Health at a Glance: Europe 2018 State of Health in the EU Cycle © OECD/European Union 2018](#)

“A global pandemic is putting enormous pressure on our psyche. Social restrictions have been the greatest threat to mental health since World War II. We will feel the psychological effects for years after the virus can be brought under control.”

Adrian James

The head of the British professional organization of psychiatrists



hedepy
online terapie

Problém číslo 1:

Psychických problémů ve společnosti přibývá, kapacita “zdravotního” systému je malá

-> odhaduje se že 2 mio lidí zůstává bez pomoci

-> v ČR máme pouze 7 klinických psychologů na 100k obyvatel

Problém číslo 2:

V péči o duševní zdraví je naprostý chaos a spousta bariér

- Lidé nerozumí rozdílu mezi terapeutem, psychologem a psychiatrem
- Lidé si myslí, že psychoterapie je pro slabé jedince či bláznů a neví s čím jim terapie dokáže pomoci
- Lidé mají pocit, že jejich problém není dost závažný na to, aby ho řešili. “Přece s tím nebudu někoho otravovat”...

Kvalitativní výzkum, strukturované rozhovory N=100

Duševní zdraví má mnohem více výzev

Klienti

👉 Big chaos in information

👉 Taboo in european culture

👉 Long waiting time

Terapeuté

👉 Hate to do marketing

👉 Hate to do accounting

👉 Missing community and professional growth

👉 Limited by location

Firmy

👉 Not enough time and expertise to support teams

👉 The importance of the wellbeing proposition

Pojišťovny

👉 Unclear requirements

👉 Growing med cost

👉 Missing partners with scaling ability



Pojišťovny

Self help

hedepu
online therapy

Telemedicína



Samoplátci

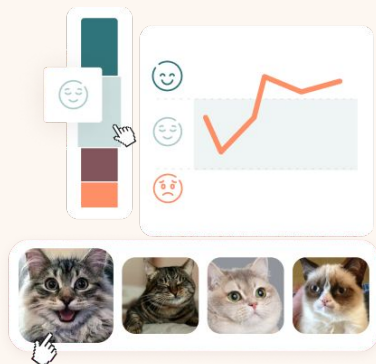
Terapie.cz



Od poslouchání k cílené pomoci

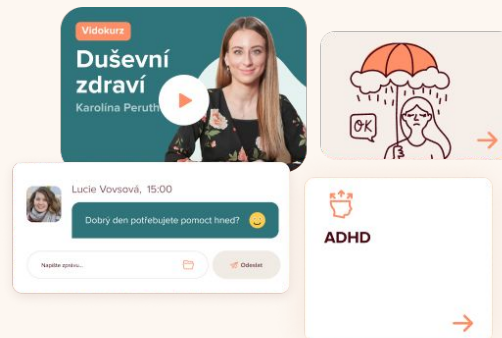
Měření nálady

+ 60 % avg filling rate



Self-help zona

testy / cvičení / články / videa



Online terapie a psychiatrie

12
languages



+500
terapeutů



Videomedailonek



Je možné čerpat příspěvek těchto pojišťoven



ČPZP



VZP



ZPMVCR



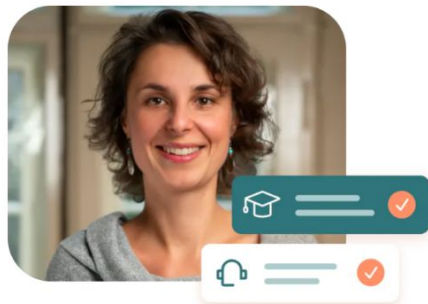
RBP123

Vzdělání a profil terapeuta

Jsem absolventkou Dlouhodobého výcviku v integrativní psychoterapii, akreditovaného pro zdravotnictví a od roku 2017 pracuji s klienty terapeuticky. Ve své práci vycházím z vícero psychoterapeutických směrů (např. KBT, Psychodynamická psychoterapie, EFT - na emoce zaměřená terapie) a využívám různé techniky. Pracuji s minulostí i přítomností klienta.

Aby terapie fungovala, pomůžeme vám najít nejlepšího terapeuta

Pomocí krátkého testu vám pomůžeme najít někoho, kdo vám bude naslouchat, do 5 minut



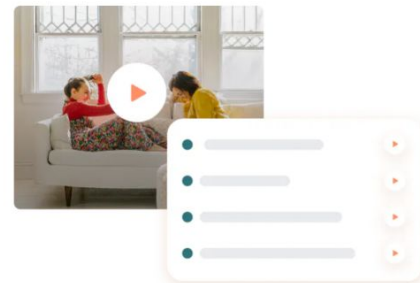
Naše terapeuty vybíráme pečlivě

Než se terapeuti připojí k naší komunitě, procházejí dlouhým výběrovým řízením, **mají ověřené vzdělání a trénink.**



Pomůžeme vám najít toho nejlepšího terapeuta

Po krátkém testu vám **ukážeme tři nejvhodnější terapeuty** podle vašich požadavků.



Terapii doplníme videolekcemi

S naším členstvím **nabízíme 60 online videolekcí o duševním zdraví**, které můžete kdykoli sledovat.

ZAHÁJIT TEST



TERAPEUTICKÁ TÉMATA

Články o tématech,
která jsou často
diskutována v terapii



OTESTUJTE SE

Standardizované
indikativní testy



O TERAPII

Vše, co potřebujete
vědět o terapii



O DUŠEVNÍ POHODĚ

Články od odborníků
na duševní zdraví



BRAINEE AKADEMIE

60 online video lekcí
pro duševní pohodu



Terapeutická témata

Články o tématech, která jsou často diskutována v terapii



Neumím pojmenovat, co mě trápí



Úzkosti

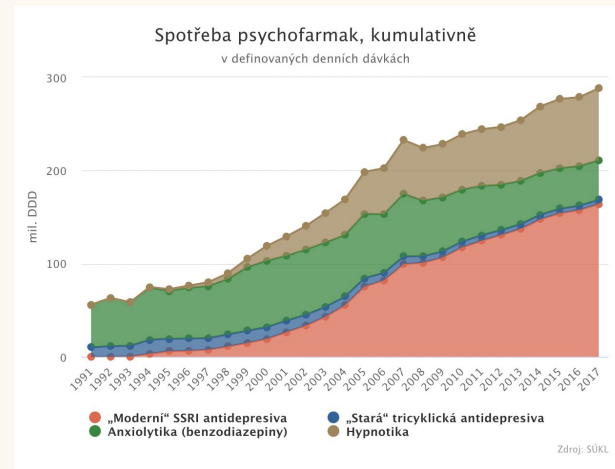


Syndrom vyhoření



Víme, že psychoterapie funguje, je ovšem využívána méně než psychofarmaka

- výsledky psychoterapie mají tendenci trvat déle a je méně pravděpodobné, že budou vyžadovat další léčebné cykly než psychofarmakologická léčba. Například při léčbě depresí a úzkostných poruch klienti psychoterapie klienti/pacienti získávají různé dovednosti, které se používají po ukončení léčby a obecně se mohou po ukončení léčby dále zlepšovat (Hollon, Stewart, & Strunk, 2006; Shedler, 2010);
- u většiny psychologických poruch důkazy z přísných klinických výzkumných studií ukázaly, že různé psychoterapie jsou účinné u dětí, dospělých a starších dospělých. (Beutler, 2009; Beutler, et al., 2003; Lambert & Ogles, 2004; McMMain & Pos, 2007; Shedler, 2010; Thomas & Zimmer-Gembeck, 2007; Verheul & Herbrink, 2007; Wampold, 2001)



S čím terapie dokáže pomoci

Syndrom
vyhoření

Závislosti

Poruchy příjmu
potravy

Stres

Úzkosti

Sex / intimita

Deprese

Nespavost

Traumata

Poruchy osobnosti



Nejvyhledávanější témata na
Hedepy:

Úzkost 59 %

Vztahy 52 %

Stres 51%

hedepy
online terapie

Kdo psychoterapii ne/poskytuje

Psycholog

Psychoterapeut

**Klinický
psycholog**

Psychiatr

Kdo psychoterapii ne/poskytuje

Psycholog:

Je **absolventem jednooborového magisterského studia psychologie s různou specializací** (např. vězeňský psycholog, psycholog práce, školní psycholog atd.).

Psychoterapeut:

Může být psycholog, psychiatr, sociální pracovník atp., pokud splnil psychoterapeutické vzdělání (několikaletý výcvik zakončený zkouškou), prošel vlastní psychoterapií a absolvoval průběžné supervize vlastní praxe.

Klinický psycholog:

Absolvent magisterského jednooborového studia psychologie s akreditovaným kvalifikačním kurzem Psycholog ve zdravotnictví, minimálně pět let pod přímým dohledem školitele, podobně jako je tomu u lékařů, zakončeno atestační zkouškou.

Psychiatr:

Je lékař, absolvent lékařské fakulty, má tedy atestaci z psychiatrie, kterou získá po minimálně 5leté praxi na psychiatrii a složením atestačních zkoušek. Na rozdíl od psychologa může předepisovat léky a provádět diagnózu.

Čím to může být užitečné pro lékaře?

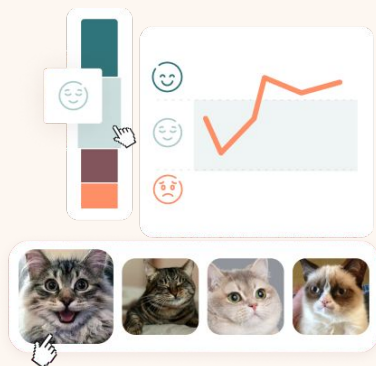
- Poptávka po duševním zdraví roste o desítky až stovky % meziročně
- Velká část lidí se ale k pomoci nedostane
- Pacienti mohou získat pomoc a to včetně psychiatrie online do 5 minut až 24 hodin, včetně mladých lidí od 13 let
- Terapie online má prokazatelně srovnatelné výsledky sezení offline a mnoha případech i jako psychofarmaka
- Velkým trendem jsou selfhelp aplikace, které lidem pomáhají zaznamenávat svůj stav a pracovat na sobě i mimo sezení s terapeutem

Velká většina českých pojišťoven na přispívá na duševní zdraví a funguje jako benefit v řadě firem.

Od poslouchání k cílené pomoci

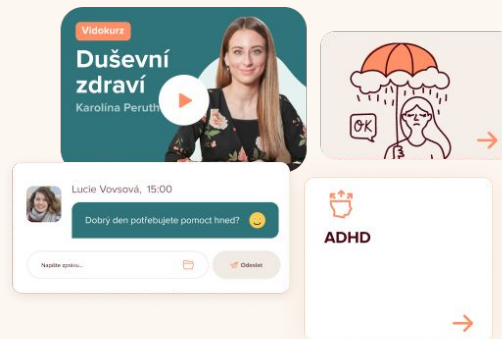
Měření nálady

+ 60 % avg filling rate



Self-help zona

testy / cvičení / články / videa



Online terapie a psychiatrie

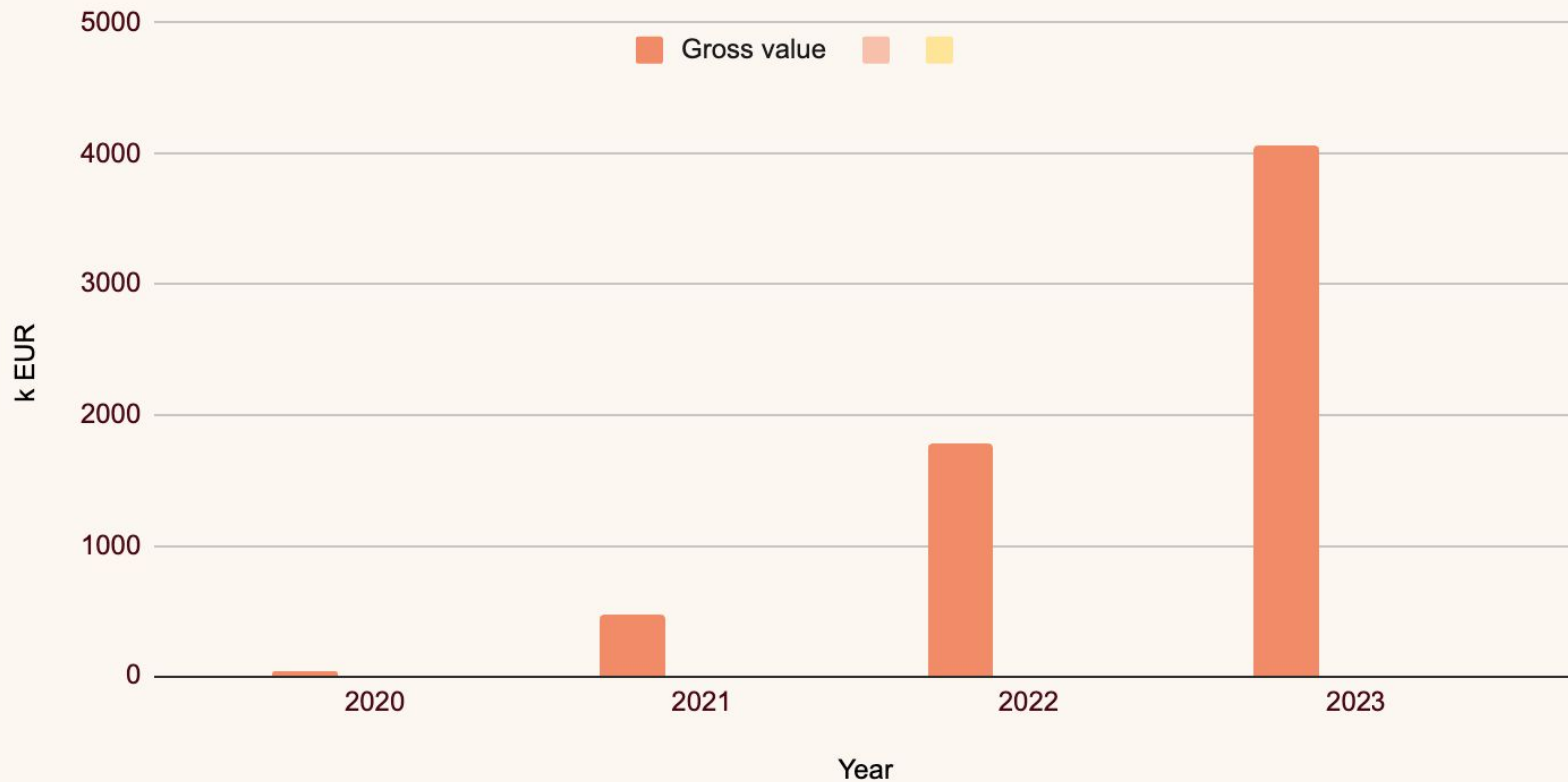
12
languages



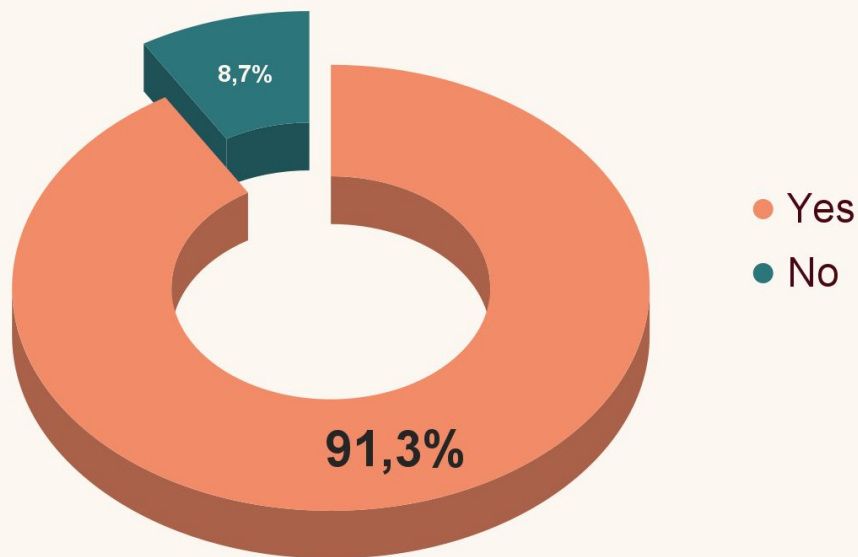
+450
terapeutů



Hedepý růst v letech (kEUR)



Pomohla vám terapie na Hedepy cítit se lépe?



Jak můžeme spolupracovat?

- Spolupráce s výzkumníky na našich datech
- Spolupráce se zdravotními zařízeními
- Spolupráce s pojišťovnami na prevenci pomocí naší self help aplikace
- **Napadá vás cokoliv dalšího?**

lukas.krcil@hedepy

hedepy
online terapie

