

# Deine digitale Therapie bei Borderline



Raus aus dem Gefühlschaos. Selbstliebe kann man lernen – **priovi** hilft dir dabei

## Wie funktioniert priovi?

**priovi** basiert auf dem Konzept der **Schematherapie**, einer gut erforschten Psychotherapie bei Borderline. Sie ist eine Weiterentwicklung der so genannten kognitiven Verhaltenstherapie, ergänzt diese und legt

den Fokus auf den Umgang mit Emotionen und der eigenen Biographie. In einem individuellen Dialog begleitet dich Pia, die selbst Borderline hat, auf der Reise durch deine Gefühlswelt.

## priovi geht auf die wichtigsten Themen bei Borderline ein (Auswahl)



Gefühle verstehen



Selbstfürsorge lernen



Anspannung abschwächen



Glaubenssätze erkennen



Neue Wege gehen

- ✓ Digital & überall nutzbar
- ✓ Interaktiv & auf deine Bedürfnisse abgestimmt

- ✓ Deine Krankenkasse übernimmt die Kosten
- ✓ Audios & Comics zur Anleitung therapeutischer Übungen und Bewältigungsstrategien

## priovi wirkt

Unsere Studien zeigen: **priovi** bessert Borderline-Symptome ohne begleitende Therapie, aber auch zusätzlich zu einer psychotherapeutischen Behandlung. Bei 59% der Teilnehmer:innen zeigte sich eine klinisch relevante Reduktion der Borderline-Symptomatik sowie eine gesteigerte Lebensqualität.<sup>1</sup>



## So erhältst du priovi

Dein Weg zu **priovi** ist ganz einfach! Mit einem ausgestellten Rezept von einer qualifizierten Fachperson kannst du dieses bei deiner Krankenkasse einreichen und einen Freischaltcode erhalten.



1. Dein:e Behandler:in stellt das Rezept aus.
2. Du reichst das Rezept per Post bei deiner Krankenkasse ein.
3. Du erhältst deinen persönlichen Freischaltcode (16-stellig) von deiner Krankenkasse.
4. Diesen Freischaltcode gibst du auf **priovi.de** ein und startest von dort direkt mit dem Programm.

Lass dich persönlich beraten:

**0800 3398 728** ([www.priovi.de](http://www.priovi.de))

<sup>1</sup> <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2013.12040518>