



u<sup>b</sup>

---

<sup>b</sup>  
UNIVERSITÄT  
BERN

## ONLINE-INTERVENTION GEGEN SOZIALE ÄNGSTE IM ERWACHSENENALTER

### **TEILNEHMER\*INNEN GESUCHT!**

In der Studie OPTIMIZE der Universität Bern wollen wir das schon etablierte Programm Shyne weiter untersuchen und herausfinden, welche Komponenten (Übungen und Techniken) dieser Therapie am wirksamsten sind und wie sie funktionieren, um das Therapieprogramm für zukünftige Patient\*innen zu optimieren.

#### **Was haben Sie davon?**

- Mögliche Reduktion der Angstsymptome und erhöhte Lebensqualität
- Besseren Umgang mit der Sozialen Angststörung lernen
- Zukünftigen Patient\*innen durch Ihre Teilnahme an der Studie helfen.

<https://selfhelp1.psy.unibe.ch/shyne/homepage/interessierte>



*u*<sup>b</sup>

---

b  
**UNIVERSITÄT  
BERN**

## ONLINE-INTERVENTION GEGEN SOZIALE ÄNGSTE IM ERWACHSENENALTER



**TEILNEHMER\*INNEN GESUCHT!**

<https://selfhelp1.psy.unibe.ch/shyne/homepage> interessierte