An der Entwicklung von HelloBetter Depression beteiligte medizinische Einrichtungen und Organisationen:

- Institut für Psychologie, Lehrstuhl für Klinische Psychologie und Psychotherapie, Friedrich-Alexander Universität Erlangen-Nürnberg (FAU)
  Ansprechpartner: Prof. Dr. Ebert

- Institut für Psychologie, Leuphana Universität Lüneburg
  Ansprechpartner: Prof. Dr. Dirk Lehr

- Section of Clinical Psychology, Department of Clinical, Neuro and Developmental Psychology, VU University, Amsterdam, Netherlands
  Ansprechpartner: Prof. Dr. Pim Cuijpers, Prof. Dr. Heleen Riper

Quellen für die in HelloBetter Depression umgesetzten medizinischen Inhalte und Verfahren:

HelloBetter Depression basiert auf Methoden der kognitiven Verhaltenstherapie (KVT). Die zur Anwendung kommenden Grundzüge der KVT bei Depressionen (Psychoedukation, Verhaltensaktivierung, Veränderung der Kognitionen, Erwerb von Fertigkeiten und Kompetenzerweiterung, Rückfallprophylaxe) sind unter anderem in der folgenden Literatur näher beschrieben:

- Beck JS. Praxis der Kognitiven Verhaltenstherapie. 2nd edition. Weinheim, Basel: Beltz; 2013.
- Hautzinger M. Kognitive Verhaltenstherapie bei Depressionen. Weinheim, Basel: Beltz; 2013.
- Zarbock G. Praxisbuch Verhaltenstherapie: Grundlagen und Anwendung biografisch-systemischer Verhaltenstherapie. Lengerich: Pabst Science Publishers; 2014.

Die Wirksamkeit der KVT bei unipolaren Depressionen wurde in einer Reihe qualitätsgeprüfter Metaanalysen untersucht und belegt:

- Cuijpers P, Andersson G, Donker T, van Straten A. Psychological treatment of depression: Results of a series of meta-analyses. Nord J Psychiatry. 2011 Dec;65(6):354-64.
- Dobson KS. A meta-analysis of the efficacy of cognitive therapy for depression. J Consult Clin Psychol. 1989 Jun;57(3):414- 9.
- Gloaguen V, Cottraux J, Cucherat M, Blackburn I-M. A meta-analysis of the effects of cognitive therapy in depressed patients. J Affect Disord. 1998 Apr;49(1):59-72.
- Meister R, Jansen A, Berger M, Baumeister H, Bschor T, Harfst T, Hautzinger M, Kriston L, Kühner C, Schauenburg H, Schorr SG, Schneider F, Härter M. Psychotherapie depressiver Störungen: Verfahren, Evidenz und Perspektiven. Nervenarzt. 2018 Jan;89(3):241-251. German.

Die KVT als Therapieform für Menschen mit Depressionen wird unter anderem in der folgenden Literatur empfohlen:

- DGPPN, BÄK, KBV, AWMF (Hrsg.) für die Leitliniengruppe Unipolare Depression. S3-Leitlinie/Nationale VersorgungsLeitlinie Unipolare Depression – Langfassung, 2. Auflage. Version 5. 2015. DOI: 10.6101/AZQ/000364. www.depression.versorgungsleitlinien.de.

- Schramm E, Berger M. Unipolare Depression – Pharmakotherapie und Psychotherapie (ICD-10 F3). In: Voderholzer U, Hohagen, F, editors. Therapie psychischer Erkrankungen: State oft the art. München: Elsevier; 2020. p. 198-206. German.