

Gefühlfinder App – EmotionCare

Studiengang: BSc in Medizininformatik | Vertiefung: Design Thinking
Betreuer: Prof. Dr. Stephan Nüssli
Experte: Markus Nufer (Nufer Consulting AG Bern)
Industriepartner: Suchtfachklinik Zürich, Zürich

Täglich treten Situationen auf, in welchen wir Emotionen und Gefühle unterdrücken und somit nicht gebührend ausleben. Die daraus entstehende Spannung erfordert eine ständige Regulation der Gefühlslage. Sobald dieser adaptive Umgang mit den eigenen Gefühlen nicht mehr gelingt, wird es schwierig selbständig aus diesem Zustand ausubrechen. Betroffene Personen sind somit auf Hilfestellungen angewiesen. Genau hier setzt die App EmotionCare an.

Ausgangslage

Schweizweit nimmt die Anzahl der Behandlungen aufgrund von psychischen Beschwerden zu. Dies liegt an der Entstigmatisierung wie auch an der veränderten

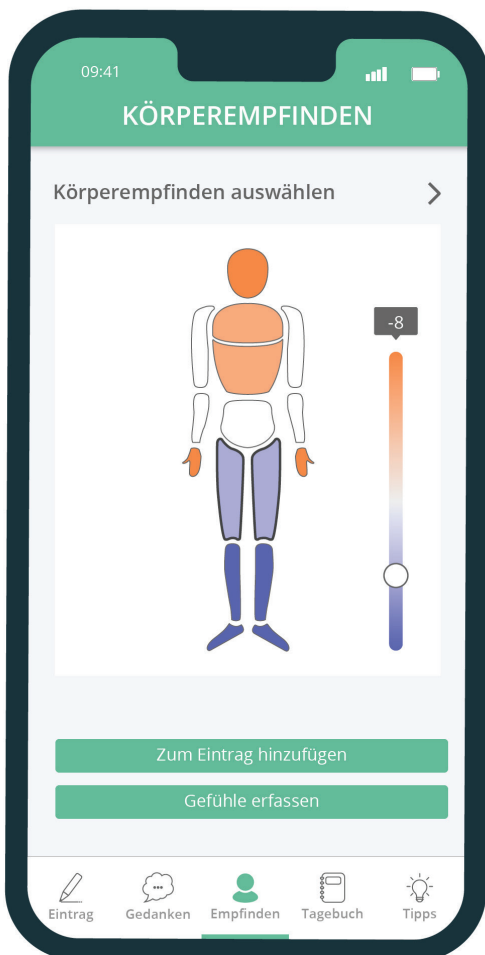
Diagnosestellung. In Therapien wird die Thematik der Emotionsregulation thematisiert. Betroffene sollen dadurch wieder erlernen ihre eigenen Gefühle zu kontrollieren.



Yann Dominik Gund



Emotion Care



EmotionCare - Eingabeseite des Körperempfindens

In Zusammenarbeit mit der Suchtfachklinik Zürich soll eine App entwickelt werden, welche Personen in der Therapie der Emotionsregulation unterstützen soll. Durch das Dokumentieren der eigenen Gedanken, sowie des Körpergefühls soll es Betroffenen ermöglicht werden die eigene Gefühlslage zu verstehen und die Verbindung zwischen Gefühlen – Gedanken – Handlungen und dem körperlichen Empfinden wiederherzustellen.

Ergebnis

Die App EmotionCare ermöglicht das Abspeichern von Einträgen, welche eine mehrdimensionale Sicht auf die Gefühlslage der betroffenen Person beinhaltet. Die erfassten Daten werden strukturiert auf einem FHIR-Server abgespeichert und können zu einem späteren Zeitpunkt wieder angesehen werden.



Marco Schwarz

Um die Benutzerfreundlichkeit und die Verständlichkeit der Inhalte der App zu testen, wurden in einem ersten Schritt Usability-Tests mit einem Prototyp durchgeführt. Nach der Fertigstellung wurden Benutzertests gemacht, in welchen Testpersonen die App mehrere Tage im Alltag verwenden sollten, um zu evaluieren, ob die App den erwünschten Mehrwert erbringt.

Fazit

Durch die App EmotionCare bekommt der User eine Dokumentationsmöglichkeit, welche es ihm erlaubt, die Zusammenhänge zwischen den diversen Aspekten eines Gefühls zu erkennen und festzuhalten. Doch auch der Therapeut profitiert in dem er eine Orientierungshilfe erhält, welche es ihm ermöglicht, sich schnell ein Gesamtbild der emotionalen Lage einer Person zu verschaffen.