

PHOBILITY AKTIV – Mental Health App zur Unterstützung einer gleichberechtigten und aktiven Mobilität von Personen mit einer Phobie, Angst- oder Zwangserkrankung.

(MAKAM, Wien, Februar 2019) **PHOBILITY AKTIV kurz vor der Testphase**

PHOBILITY AKTIV hat zum Ziel, Personen mit einer Phobie, Angst- und/oder Zwangserkrankung bzw. Angst, die sich aufgrund einer Depression entwickelt, eine gleichberechtigte Teilnahme am sozialen Leben zu ermöglichen und ihre Aktive Mobilität und auch aktive Teilnahme am öffentlichen Verkehr so lange wie möglich aufrecht zu halten bzw. wiederzuerlangen. Dafür werden **neue und innovative Entwicklungen im Bereich der Mental Health Mobile Apps** mit Ansätzen der **kognitiven Verhaltenstherapie** verbunden. Im Rahmen des Projekts wird die prototypische **PHOBILITY-AKTIV-APP** gestaltet, die in Kombination mit einem Wearable den Alltag von Betroffenen erleichtert und sie bei der Verkehrsteilnahme unterstützt.

Multimethodische, nutzerInnenzentrierte Entwicklung der PHOBILITY-AKTIV-APP in Kombination mit einem Wearable

Zur Entwicklung dieser Tools wurde ein **multimethodischer, iterativer Ansatz** gewählt, in welchem gemeinsam mit den Betroffenen und GesundheitsexpertInnen die konkreten Inhalte und technischen Voraussetzungen entwickelt werden. In der ersten Projektphase wurden **16 Interviews mit betroffenen Personen und ExpertInnen aus dem Gesundheitsbereich geführt**, um ein tiefgehendes Verständnis der persönlichen Problemlagen zu erlangen sowie die konkreten Anforderungen an die **PHOBILITY-AKTIV-APP** zu erheben. Die Ergebnisse dieser Interviews zeigen, dass die täglichen Herausforderungen der betroffenen Personen und die Strategien, damit umzugehen, sehr individuell sind. Durch eine tiefgehende Analyse der Interviewergebnisse und unter Berücksichtigung des **Vorprojekts „PHOBILITY“**, welches die wissenschaftliche Grundlage darstellt, konnten wesentliche Aspekte für eine unterstützende APP generiert werden.

Umfassende Unterstützung der Betroffenen: Von der Planungsphase über die Verkehrsteilnahme bis zur Reflexion der zurückgelegten Wege.

Die **PHOBILITY-AKTIV-APP in Kombination mit einer Smartwatch** soll umfassende Unterstützungsleistungen von der Planungsphase der Wege über die Verkehrsteilnahme bis zur Reflexion der zurückgelegten Wege bieten. Diese betreffen die **Unterstützung bei der Planung von täglichen Wegen und bei der Vorbereitung auf die Verkehrsteilnahme**, wie beispielsweise die Erstellung von **individuellen Planungs-Checklisten** oder die Einbindung von verfügbaren Verkehrsinformationen. Zusätzlich soll die Anwendung während der Verkehrsteilnahme **bereits etablierte angstreduzierende Bewältigungsstrategien** anbieten aber auch neue Möglichkeiten zur Ablenkung, beispielsweise während einer Fahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln, ermöglichen. Eine weitere wesentliche Komponente der **PHOBILITY-AKTIV-APP** ist es, die **persönliche Reflexion** der betroffenen Personen zu unterstützen, etwa durch die Möglichkeit, erfolgreich absolvierte Alltagswege anhand von

GPS-Daten nachzuvollziehen. In allen Bereichen wird die **PHOBILITY-AKTIV-APP** mit einem **Wearable in Form einer Smartwatch** kombiniert, die einen niederschweligen Zugang zu den individuell festgelegten Basisfunktionalitäten ermöglicht.

Erprobung des entwickelten Systemkonzeptes

Im weiteren Verlauf wird das im **PHOBILITY-AKTIV** Projekt entwickelte Systemkonzept in mehreren Iterationen mit NutzerInnen erprobt. Durch die **regelmäßige Einbindung von NutzerInnen** wird sichergestellt, dass sich das Design und die entwickelten Inhalte stets an den Anforderungen der Zielgruppe orientieren und die Anwendung auch tatsächlich den Bedürfnissen entspricht.

Impactmessung durch Testphasen und Evaluierung

Im Rahmen einer mehrwöchigen **Testphase** mit der Zielgruppe wird die NutzerInnenzufriedenheit erhoben und möglicher Adaptierungsbedarf ermittelt. **Quantitative und qualitative Evaluierungen** mit den Betroffenen werden Aufschluss über die **Wirksamkeit der PHOBILITY AKTIV APP** hinsichtlich **Aufrechterhaltung bzw. Wiedererlangung einer aktiven Mobilität** und **Erhöhung der Selbstwirksamkeit der Betroffenen** liefern.

*Das Projekt wird unter der Leitung von **MAKAM Research GmbH** gemeinsam mit dem **Fachbereich Verkehrssystemplanung der Technischen Universität Wien**, dem **AIT Austrian Institute of Technology GmbH**, dem **Institut für Visual Computing and Human-Centered Technology der TU Wien**, der **Psychosoziale Zentren Gesellschaft mbH**, dem **Soziologen Dr. Christopher Schlembach** und dem **aspermobil LAB** umgesetzt und vom **Bundesministerium für Verkehr, Innovation und Technologie** im Rahmen der **Programmlinie Mobilität der Zukunft der FFG** finanziell gefördert.*



Dr. Christopher
Schlembach

Nähere Informationen erhalten Sie bei:
MAKAM Research GmbH

Mag.^a Ulli Röhsner
Tel: 01/8772252
u.roehsner@makam.at



Informationen zum **Vorprojekt PHOBILITY** und der Gesamtforschungsbericht sind unter <https://www.makam.at/phobility/> verfügbar.

Informationen über PHOBILITY AKTIV sind unter www.phobility-aktiv.at verfügbar. Hier können Sie sich auch zu unserem Newsletter anmelden, um über laufende Aktivitäten über unser Forschungsprojekt informiert zu werden.