

Mobilität der Zukunft

PHOBILITY AKTIV

Mental Health APP in Kombination mit einem Wearable zur Unterstützung einer gleichberechtigten und aktiven Mobilität für Personen mit einer Phobie, Angst- und/oder Zwangserkrankung

Ein Projekt finanziert im Rahmen der 9. Ausschreibung
des FTI-Programms **Mobilität der Zukunft** durch das BMK
Fahrzeugtechnologie & Personenmobilität

Das **Projekt 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. Konkret geht es darum, ihre aktive Mobilität und auch aktive Teilnahme am öffentlichen Verkehrsgeschehen aufrecht zu halten bzw. wiederzuerlangen. Dafür werden innovative Entwicklungen im Bereich der Mental Health Mobile Apps mit Ansätzen der kognitiven Verhaltenstherapie verbunden.

Der theoretische Rahmen baut auf dem Vorprojekt *PHOBILITY* auf und wurde um eine handlungstheoretische Perspektive erweitert, um die Nutzung digitaler Tools (Apps, Wearables) für die Verkehrsteilnahme zu verstehen. Der entworfene Theorierahmen rekurriert nicht auf psychopathologische Erklärungen, sondern auf die für Verkehrsteilnahme relevanten Handlungsprobleme, die sich in der subjektiven Perspektive der Handelnden aufbauen und die angesichts einer von Angstphantasien beherrschten Interpretation des Alltags zu Rückzug aus der Situation führen. Damit diese Rückzugstendenzen geschwächt oder aufgehalten werden können, wurden zusätzlich Konzepte der Medizinsoziologie herangezogen, mit denen die Unterstützung der Verkehrsteilnahme über Mechanismen sozialer Kontrolle verstanden werden kann.

Im empirischen Teil der Evaluation der PHOBILITY AKTIV App inkl. Wearable konnte der dem Projekt zugrundeliegende Theorierahmen unter Bedingungen von Krankheit (Angst) nachgewiesen werden. Viele ProbandInnen nutzten die App zur Strukturierung und Planung der Verkehrsteilnahme und gewannen damit ein bisschen Sicherheit zurück, diese Handlung auch tatsächlich bewältigen zu können. Vereinzelt wurde die App dazu genutzt, den eigenen Zustand zu artikulieren (Mechanismus des Zulassens). Personen, die im Therapieprozess schon weiter fortgeschritten waren, konnten den Rückfall in Selbstmitleid angesichts der durch die App geschaffenen Evidenz unterbrechen. So fand ein Prozess der Verweigerung der Reziprozität durch Konfrontation mit der Bewegungsleistung statt, die der/dem NutzerIn keinen

Mobilität der Zukunft

Grund gab, sich wegen mangelnder Bewegungsleistung zu bemitleiden. Genauso verhinderten Rückmeldungen zum Puls durch das Wearable eine „Interpretationseskalation“. Bei der PHOBILITY AKTIV App wurden die Möglichkeiten der Planung und Strukturierung der Verkehrsteilnahme sowie die Vorbereitung auf angstinduzierende Situationen durch die Vorbereitung passender Apps als positiv empfunden. Sie entfaltet ihre Einsatzmöglichkeiten also weniger on-trip, wo sie oft gar nicht verwendet werden kann (etwa beim Einkaufen), sondern einerseits in der Prä-Trip-Situation, in der sie hilft, entgleiste Relevanzsysteme so weit zu reparieren, dass ein Handlungsentwurf vorstellbar und umsetzbar wird. Andererseits macht die Post-Trip-Reflexion die eigene Bewegungsleistung deutlich, was meist als bestärkend erlebt wurde und in keinem Fall als Mittel der ‚Selbstabwertung‘ diente.

Dies zeigt auch die mit den NutzerInnen durchgeführte quantitative Impactmessung (Vor- und Nachmessung) zur Wirksamkeit der App hinsichtlich einer Änderung des persönlichen Mobilitätsverhaltens. So wirkt sich die App in erster Linie auf die Vorbereitungs-, sowie insbesondere auf die Nachbereitungs- bzw. Reflexionsphase aus. Bezüglich Wege-Planung rückt die Vorbereitung unter Verwendung der App zeitlich deutlich näher an den Wegantritt heran und verkürzt sich in deren Dauer, wobei zahlenmäßig mehr Vorbereitungsmaßnahmen (besonders häufig Vorbereitung von Ablenkungsmöglichkeiten) gesetzt werden. Während sich aus dem reinen Zahlenmaterial der Impact-Messung keine signifikante Auswirkung der App-Verwendung bei der Durchführung der Wege an sich zeigt, fällt in der Analyse der Reflexionsphase eine signifikant gesteigerte Häufigkeit der Verschriftlichung von Erfahrungen während des Weges in Form von Notizen auf. In der direkten Bewertung der App durch die NutzerInnen hinsichtlich deren Eignung als Unterstützungsmaßnahme schneidet die getestete Version durchwegs gut ab, wobei dies z.T. auch auf das gesteigerte Involvement der Testpersonen im Zuge des iterativen, partizipativen Test- und Evaluierungsansatzes zurückgeführt werden kann.

Kontaktdaten PHOBILITY AKTIV

MAKAM Research GmbH
Mag^a Ulli Röhsner
u.roehsner@makam.at
www.makam.at



Technische Universität Wien
Department für Raumplanung
ao Univ. Prof. Dr. Georg Hauger
georg.hauger@tuwien.ac.at
www.tuwien.ac.at



Technische Universität Wien
Institut für Visual Computing & Human-Centered
Technology
Assoc. Prof. Dr. Dipl.-Ing. Hilda Tellioglu
hilda.tellioglu@tuwien.ac.at
www.tuwien.ac.at



AIT Austrian Institute of Technology GmbH
Mag. Karl Kreiner
karl.kreiner@ait.ac.at
www.ait.ac.at



Psychosoziale Zentren Gesellschaft mbH
Drⁱⁿ Karin Rossi
+43 1 512 65 22
k.rossi@psz.co.at
www.arbeitsassistentz.psz.co.at
Dr. Christopher Schlembach
christopher.schlembach@univie.ac.at



Mit Unterstützung vom UML Mobilitätslabor aspern.mobil LAB