



## **Monsensos app-baserede sundhedsløsning del af H2020 støttet ECoWeB projekt**

***Monsensos mHealth løsning står bag ECoWeB-projektet, som fokuserer på at træne og styrke emotionelle kompetencer hos unge mennesker.***

**København, den 24. april 2018.** Monsenso er glad for at kunne offentliggøre, at vores mHealth løsning bidrager til det Horizon 2020-støttede ECoWeB projekt.

ECoWeB-projektet har som målsætning at udvikle en omfattende og personaliseret app, som kan træne unge mennesker i at udvikle deres emotionelle kompetencer og dermed kunne minimere forekomsten af manglende følelsesregulering. Monsensos mHealth løsning udgør det teknologiske fundament i projektet.

Appen understøtter den emotionelle udvikling med basis i de hovedkomponenter i Emotional Competence (EC), som udgør et individs samlede emotionelle kompetence: Et *produktionsfokus*, hvor man arbejder med at forbedre bedømmelsen af emotionelle situationer, et *regulerende fokus* på at minimere unødvendige bekymringer og grublerier samt fokus på *viden/opfattelse* for bedre at forstå sine egne og andres følelser samt tyde non-verbale følelsesindikatorer. Der arbejdes ud fra en hypotese om, at interventioner, som er baseret på denne omfattende tilgang til et individs emotionelle kompetence, effektivt kan forøge individets modstandskraft i svære situationer samt derudover fremme det psykiske velbefindende og fungere som primær forebyggelse mod psykiske lidelser som fx angst og depression.

“Monsensos mHealth løsning giver et rigtigt godt udgangspunkt for den app, som er del af ECoWeB-projektet. Løsningen rummer mange af de funktionaliteter, som projektet har behov for, som eksempelvis løbende monitorering og feedback. mHealth-løsningen kan i høj grad tilpasses på en måde, som gør det muligt at modificere appen, så den målrettet kan hjælpe unge mennesker til at udvikle deres emotionelle kompetencer. Holdet bag Monsenso har stor ekspertise og viden samt en fremragende track record, inden for mhealth, og er et nøgleelement for at ECoWeB-projektet kan blive en succes”, fortæller Ed Watkins, Professor of Experimental and Applied Clinical Psychology, School of Psychology, University of Exeter, England.

Dette projekt har en ny tilgang til den grundlæggende forståelse af følelser, idet man her kombinerer digital teknologi med en meget personaliseret tilgang for at forstå det enkelte individ. Denne nytænkende tilgang har potentialet til at give et gennembrud i arbejdet med at opnå en effektiv forebyggelse af psykiske lidelser.

ECoWeB-projektet integrerer følgende tre multi-disciplinære tilgange:

- 1.Brugen af den teoretiske model for normal emotionel følelseshåndtering (The Emotional Competence Process), til at understøtte identifikationen og målretningen af de mekanismer til emotionel kompetence, som er del af både det psykiske velbefindende og psykopatologien hos unge mennesker.

2. En systematisk vurdering af et individs emotionelle kompetenceprofil (Emotional Competence profiles), der danner afsæt for en målretning af interventionerne, som skal fremme individets velbefindende.

3. Udviklingen af en mobil app, der er skalerbar, tilgængelig samt appellerer til yngre brugere.

“Det er et spændende projekt, da det gør vores løsning endnu mere alsidig. Ud over at være et supplement til behandlingen i den kliniske praksis, kan vores mHealth løsning fremadrettet bruges uafhængigt til at understøtte personaliseret forebyggelse”, fortæller Thomas Lethenborg, CEO i Monsenso.

Det er The University of Exeter, England, som står i spidsen for projektet. Konsortiet består af følgende parter:

- [University of Exeter](#) (England)
- [Ludwig-Maximilians-Universität Munich](#) (Tyskland)
- [Ghent University](#) (Belgien)
- [audEERING GmbH](#) (Tyskland)
- [Universitat Jaume I](#) (Spanien)
- [Institute of Communication and Computer Systems](#) (Grækenland)
- [The University of Oxford](#) (England)
- [Brno University of Technology](#) (Tjekkiet)
- [Fraunhofer Gesellschaft zur Foerderung der angewandten Forschung e.V.](#) (Tyskland)
- [University of Geneva](#) (Schweiz)
- [German Youth Institute](#) (Tyskland)
- [University of Copenhagen](#) (Danmark)

Dette projekt er udviklet for at imødekomme behovet for mere solid evidens for faktorer knyttet til modstandskraft samt for effektive interventioner målrettet unge. Derudover er der et behov for en skalérbar tilgang til psykiatriske interventioner på populationsniveau.



Projektet er er igangværende.

*“Dette projekt har modtaget støtte fra den Europæiske Unions Horizon 2020 forsknings- og innovationsprogram under tilskudsafale Nr.754657”*