

Glück auf Knopfdruck

Wien, am 1.8.2018. Mit der neuen App Moodistory kann ab sofort die eigene Stimmung am Handy gemessen, analysiert und verbessert werden.

Die Basis

Moodistory stützt sich auf das Konzept eines Stimmungstagebuchs. Die Universität von Rochester Medical Center New York beschreibt in einer ihrer Veröffentlichungen, dass ein Stimmungstagebuch dabei hilft, ein Verständnis für sich selbst aufzubauen, und so Auslöser und Ursachen für positive und negative Stimmungen zu finden. Es unterstützt nicht nur Stresssituationen, Ängste und Sorgen besser zu verarbeiten, sondern trägt auch dazu bei, die eigene Stimmung zu verbessern.

Moodistory wurde entwickelt um das Tracken der eigenen Stimmung möglichst einfach, unkompliziert und interessant zu machen. Denn nur wer regelmäßig seine Stimmung misst, kann sie auch effizient verbessern.

So funktioniert Moodistory

In Moodistory dreht sich alles um die Frage: „Wie geht's dir?“. Die Antworten darauf werden strukturiert und systematisch in einem Stimmungstagebuch erfasst und bilden die Basis für Statistiken und Analysen.

Eine Antwort besteht aus der Beurteilung der eigenen Stimmung, einer Liste von Ereignissen und Aktivitäten (zur Beschreibung des Tagesablaufs) und aus frei formulierten Gedanken und Notizen.

Ein zentraler Designaspekt von Moodistory ist die mühelose und schnelle Erstellung von Tagebucheinträgen, sodass innerhalb von Sekunden neue Einträge erstellt werden können.

Je mehr Einträge verfasst werden, desto mehr können Benutzer über sich selbst lernen.

Damit am Ende des Tages nicht auf den Tagebucheintrag vergessen wird, enthält Moodistory eine frei individualisierbare Erinnerungsfunktion.

Zur Analyse und Auswertung der eigenen Stimmung bietet Moodistory unter anderem einen übersichtlichen Kalender, eine Aufstellung von positiven und negativen Einflussfaktoren und eine Übersicht über die eigenen Gewohnheiten.

Über Matoph Labs e.U.

Matoph Labs e.U. ist ein IT Start-up mit Sitz in Wien, gegründet im März 2018 von Christoph Matzka.

Moodistory ist über einen Zeitraum von 2 Jahren in einem multinationalen Team entwickelt worden.

Kontakt

Christoph Matzka

christoph@matoph.com

+43 (0) 699 1109 2153

<https://moodistory.com/de>