

# IDEIA

Mental and soul ongizate emozionala indartzen laguntzen duen laguntzaile birtual bat da, honek misio espezifikoa du: depresioa, antsietatea edo antzeko nahasmenduak dituzten pertsonen laguntzea.

Traumak ekintza hauen ondorioz gertatutakoak izan daitezke: genero-indarkeria, bullyinga, bortxaketak, jazarpena...

Aplikazio honen laguntzarekin itxaropena berreskuratu nahi dugu teknologiaren bidez. Horrek motibatzen gaitu aplikazio hau garatzera. Telefono adimendunetarako eskuragarri egongo litzateke eta zure egoera emozionala edozein egunetan, ordutan... maneiatzen laguntzeko tresna izango litzateke.

M & S, honelako esaldiagatik ezagutzen da:

***“Jendeak behin eta berriz kaltetzen zaituenean, pentsa ezazu lixatzeko papera dela. Pixka bat harramazkatu edo kaltetu daiteke, baina, azkenean, zuk leundu egiten duzu, eta haiek alferrikakoak dira”-Chris Colfer.***

Aurrera jarraitzeko motibatzen zaituen eta ongizate emozionala indartzen laguntzen duen lagun birtuala izanik. Atsekabeak eta emozioak askatzeko eguneroko gisa funtzionatzen du, zure pentsamenduei buruz hausnartzeko helburuarekin.