

Guideline for brugerinddragelse: Tilpasning af digitale løsninger til mental sundhed på tværs af grænser



Interreg
North Sea



Co-funded by
the European Union

SUPER

Forord

I det sidste årti har mental sundhed endelig fået den opmærksomhed, det fortjener. Trods fremskridtene, forhindrer barrierer som stigma og lange ventelister stadig mange i at modtage den nødvendige hjælp. I en verden, hvor mentale sundhedsproblemer påvirker så mange, er det hjerteskræende at se, at så mange stadig venter. Teknologi tilbyder en ny vej frem – en potentiel bro over disse barrierer. Men teknologi alene, er ikke løsningen.

Vi har lært, at en nøgle til succes ligger i at involvere de mennesker, der skal bruge disse løsninger; forskellige interessenter og de tiltænkte brugere. Deres stemmer, erfaringer og behov skal høres og respekteres i alle faser. Ved aktiv deltagelse kan de tiltænkte brugere hjælpe med at forme teknologien, så den fungerer for dem og opfylder deres unikke behov og udfordringer. Med denne form for engagement skaber vi bedre digitale værktøjer til mental sundhed, der er tilpasset sociale, kulturelle og økonomiske faktorer, som kan påvirke en vellykket implementering, samt skaber en følelse af fælles ejerskab og tillid.

Guidelinen, der blev udarbejdet under SUPER-projektet, fungerer som et fundament for denne deltagelse. De beskrevne trin er ikke begrænsende, men vejledende. De giver en ramme for respektfuld interaktion og deltagelse og sikrer, at alle brugere føler sig trygge og støttede. Når vi støtter dem, skaber vi et rum, hvor kreativitet og innovation trives. Guidelinen beskriver ikke kun 'hvordan' man inddrager de tiltænkte brugere, men fokuserer også på at sikre, at teknologierne fungerer på tværs af grænser. Det sker ved at fremhæve vigtigheden af at vurdere forskellige interessenters behov for at sikre regionale og kontekstuelle løsninger. Ved at tilpasse digitale løsninger til forskellige kulturelle kontekster, som den hollandske Stress Autism Mate (SAM)-app og SAFE-applikationen, kan vi udvide fordelene til et bredere samfund.

Sammen, gennem aktiv deltagelse og samarbejde, kan vi være med til at omforme mental sundhedspleje for en lysere fremtid.

Underskrevet,

Yvette

SUPER projektet (www.interregnorthsea.eu/super)

SUPER projektet har til formål at sikre bedre digitale værktøjer til mental sundhedspleje i hele Europa og en højere anvendelse af eksisterende løsninger. For at opnå dette er vores guideline for brugerinddragelse i digital mental sundhed, rettet mod udviklere af digital mental sundhed og mentale sundhedsorganisationer, blevet udviklet for at hjælpe med at involvere de tiltænkte brugere i udviklingen, implementeringen og tilpasningen af digitale værktøjer. Vores guideline er blevet testet inden for SUPER-projektet ved at tilpasse to eksisterende digitale løsninger til nye markeder (SAM og SAFE) og efterfølgende forfinet inden for projektet. Projektet er medfinansieret af Interreg North Sea.

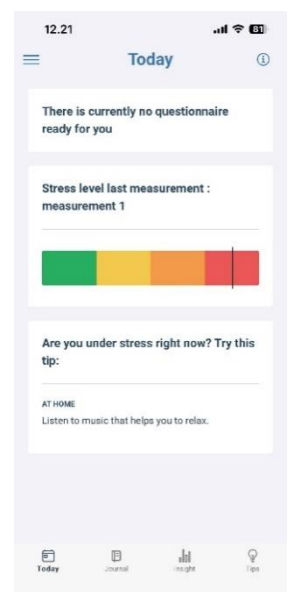
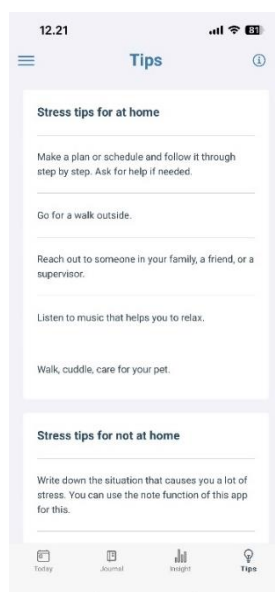
SAFE appen

SAFE appen er udviklet i Region Sjælland, Danmark. Appen tilbyder information om selvskade og vejledning til forebyggelse og er blevet samskabt med input fra patienter, pårørende, sundhedspersonale og udviklere for at sikre, at den imødekommer brugernes behov.



Stress Autism Mate appen

Stress Autism Mate (SAM) appen er udviklet af GGZ Centraal i samarbejde med de tiltænkte brugere, personer med autisme. SAM er en personlig applikation, der støtter selvforvaltningen af klienten med en autismspektrumforstyrrelse i håndteringen af den daglige stress, de oplever.



Anerkendelser

Disse guidelines er blevet udviklet af projektteamet bag SUPER og optimeret gennem relevant og værdifuld feedback fra medlemmer af SUPER-projektets ekspertgruppe, bestående af over 60 personer fra hele Europa. Vi vil derfor takke dem og udtrykke vores taknemmelighed for deres tid og indsats med at forbedre retningslinjerne. Vi vil især gerne takke Arina Van Domselaar (GGz Centraal), Christina Qvist (Region Syddanmark), Hanneke Kip (Twente Universitet), Hannes Jarke (EuroHealthNet), Hobbe Jan Hiemstra (ARQ), Joris Swaak (Panton), Katalin Vikuk (HekaVR), Kevin Jacobs (VindiQu), Kitty Ludovica Hiert (Super Family), Matt Birch (Queen's University Belfast), Nele De Witte (Thomas More), Vitalii Klymchuk (Luxembourg Universitet) og Roel Smolders (MEDVIA). Vi vil også gerne takke Lene Lauge Berring (Region Sjælland) for at tillade os at bruge og tilpasse SAFE-appen til vores pilotforsøg.

Indholdsfortegnelse

Forord	2
Anerkendelser	4
Introduktion.....	4
Hvad er brugerinddragelse?	5
Hvorfor er brugerinddragelse vigtigt?	6
Brug af Design tænkning til brugerinddragelse i digital mental sundhed	6
Hvorfor Design tænkning?.....	6
Trinene i design tænkning	7
Empathise	8
Define	10
Ideate.....	12
Prototype	14
Test	16
Vigtige overvejelser ved opskalering af en digital mental sundhedsløsning i en transnational kontekst	18
Bilag over metoder	20
Referencer	23

Introduktion

Øget brugerinddragelse i udviklingen og tilpasningen af digitale løsninger til mental sundhed hjælper med at tackle barrierer og styrke faktorer, der fremmer implementering og engagement i disse løsninger [1]. Denne guideline har til formål at understøtte processen med at involvere og styrke de tiltænkte brugere ved at tilbyde en praktisk trin-for-trin-guide til bedre at forstå og inkludere dem på en meningsfuld måde. For at gøre dette uddyber vi vigtigheden og konceptet af brugerinddragelse. Derefter præsenterer vi Design

Tænkning som en procesramme og henviser til metoder, du kan anvende til brugerinddragelse gennem hele processen.

Vores guidelines bygger på indsigter fra transnationale tilpasninger af to digitale løsninger til mental sundhed: Stress Autism Mate (SAM)-appen og SAFE-appen. Disse virkelighedsnære eksempler fremhæver udfordringer og succeser i forbindelse med tilpasning og skalering af løsninger på tværs af kulturelle kontekster. Endelig opsummerer vi vores anbefalinger i konkrete emner, som du bør være opmærksom på, når du arbejder med brugerinddragelse ved digital mental sundhed i en international kontekst.

Specifikke guidelines for digitale løsninger til mental sundhed (frem for teknologiske innovationer generelt) er berettigede på grund af sektorens unikke udfordringer. Mental sundhed er komplekst og involverer følsomme emner som stigma, kulturelle syn på psykisk sygdom og variationer i mental sundhedskompetence. Derudover er de tiltænkte brugere ofte sårbare grupper. Generelle retningslinjer for brugerinddragelse adresserer muligvis ikke tilstrækkeligt disse aspekter. Selv om der findes anbefalinger for best practices om inddragelse af personer med mentale sundhedsproblemer i udviklingen af digitale løsninger (f.eks. [2]), mangler disse ofte et transnationalt perspektiv. [2]), mangler disse ofte et transnationalt perspektiv.

Hvad er brugerinddragelse?

Brugerinddragelse refererer til involvering af forskellige mennesker eller grupper i én eller flere faser af udviklingen og implementeringen af digitale løsninger til mental sundhed. Disse brugere kan være en række interessenter såsom patienter og deres pårørende, organisationer inden for mental sundhed, klinikere eller udviklere.

Der findes flere måder at inddrage brugere på, og vi fokuserer på tre hovedtilgange: brugercentreret design, deltagelsesdesign (eller co-design) og brugerinnovation [3,4]. Disse tilgange adskiller sig fra hinanden baseret på, hvor meget kontrol og indflydelse brugerne har over design- og udviklingsprocessen:

- Brugercentreret design er en tværfaglig tilgang, hvor brugerne involveres for at hjælpe designere med bedre at forstå deres behov og, hvordan de interagerer med den digitale løsning. Processen inkluderer ofte indsamling af brugerinput og forbedring af løsningen gennem gentagen testning og evaluering med brugerne [5].
- Deltagelsesdesign/co-design: I denne tilgang arbejder brugerne tættere sammen med designerne og udviklerne og deltager fra idéfasen til den endelige beslutningstagning. Brugere har mere indflydelse på processen end i brugercentreret design [6].
- Brugerinnovation refererer til en proces, hvor brugerne selv, enten som individer eller organisationer, tager føringen i at skabe nye produkter eller tjenester. I stedet for udelukkende at sætte deres lid til designere eller udviklere, identificerer brugerne deres behov og udvikler løsninger, der direkte imødekommer dem [7].



Brugercentreret design er den mest anvendte metode til at inddrage brugere. De mest almindelige metoder til brugerinddragelse inkluderer fokusgrupper, spørgeskemaer, interviews og forskellige former for brugertest [8]. Denne tilgang blev også anvendt i SUPER-projektet, da vi arbejdede med to eksisterende løsninger, hvilket begrænsede mulighederne for omfattende ændringer og videreudvikling på grund af tekniske og økonomiske begrænsninger.

Hvorfor er brugerinddragelse vigtigt?

Involvering af de tiltænkte brugere (og andre interessenter) i udviklingen af digitale løsninger til mental sundhed sikrer, at løsningen opfylder deres behov og forventninger. Brugerinddragelse hjælper med at styrke de tiltænkte brugere, forbedre kulturel sensitivitet, fremme idéudvikling, øge accepten og engagementet i disse løsninger og skabe en følelse af fællesskab [1]. Derudover har brugerne en unik forståelse af deres behov og udfordringer. De kan derfor bidrage med nye idéer eller forslag, som man ellers ikke ville have tænkt på.

Ved at inddrage de tiltænkte brugere tidligt og gennem hele processen kan man få værdifuld feedback og en dybere forståelse af deres dagligdags problemer og de funktioner og løsninger, de finder mest fordelagtige. Brugerinddragelse kan også styrke potentielt sårbare, stigmatiserede eller udsatte målgrupper. Dette er især vigtigt inden for digital mental sundhed, hvor stigma kan være en væsentlig barriere for at søge hjælp. Ved at have en dybere forståelse af brugernes bekymringer og perspektiver, kan vi designe mere inkluderende, effektive og støttende løsninger, der fremmer trivsel og reducerer stigma.

Fra et praktisk perspektiv hjælper brugerinddragelse også med at identificere potentielle problemer, inden løsningen færdiggøres, hvilket gør det muligt at foretage de nødvendige forbedringer eller tilpasninger for at sikre bedre relevans og oplevelse for de tiltænkte brugere. I sidste ende kan dette føre til en bedre implementering af løsningen i en ny kontekst eller på et nyt marked ved at adressere potentielle barrierer og styrke faktorer, der fremmer anvendelsen, tidligt i innovationsprocessen.

Når en digital løsning skal udvides til et nyt land eller en ny kontekst, er brugerinddragelse afgørende for at sikre en forståelse af de tiltænkte brugere, så løsningen kan tilpasses og testes i forskellige markeder og kulturelle sammenhænge. Dette hjælper også med at sikre, at løsningen er relevant og effektiv i den specifikke kontekst eller marked. Selvom forskningen er uklar med hensyn til konkrete resultater vedrørende anvendelse og effektivitet, understøttes vigtigheden af brugerinddragelse i forbindelse med at tackle barrierer og styrke faktorer, der fremmer anvendelse og engagement [1].



Brug af Design tænkning til brugerinddragelse i digital mental sundhed

Hvorfor Design tænkning?

Design tænkning er en værdifuld tilgang og metode til udvikling og tilpasning af digitale løsninger, især når det handler om at inddrage de tiltænkte brugere og interessenter. Metoden muliggør tidlig brugerinddragelse, hvilket sikrer, at løsningen opfylder brugernes behov og udfordringer. Dette er særligt relevant, når en løsning skal tilpasses nye sprog og kulturer. Tidlig involvering af brugere gør det også muligt

hurtigt at teste antagelser og identificere udfordringer for at undgå lange og, til tider, uhensigtsmæssige udviklingsprocesser.

I denne sektion forklarer vi, hvordan design tænkning fungerer, beskriver dig måder at inddrage brugere i processen, foreslår metoder, du kan anvende, og deler vores erfaringer fra tilpasningen af to eksisterende digitale løsninger til mental sundhed i nye kontekster.

Bemærk, at de metoder, vi fremhæver i **fed**, kun er forslag – Design tænkning er ikke en standardløsning. Du skal tilpasse metoden til det, der fungerer bedst for dit projekt.

Trinene i design tænkning

Design tænkning består af flere trin, der kan guide din brugerinddragelsesproces. Her er en kort oversigt:

1. **Empathise** – Lær dine brugere at kende ved at forstå deres oplevelser, udfordringer og behov.
2. **Define** – Baseret på de indsamlede indsigter defineres de udfordringer eller behov, som din digitale løsning skal adressere.
3. **Ideate** – Brainstorm og udvikl kreative løsninger til de definerede udfordringer eller behov.
4. **Prototype** – Skab enkle versioner af din løsning og del dem med brugerne for feedback.
5. **Test** – Lad brugerne interagere med din prototype og indsaml deres feedback for yderligere at forbedre løsningen.

Ved at følge disse iterative og ofte overlappende trin og være åben for at gå frem og tilbage mellem faserne kan du skabe digitale løsninger til mental sundhed, der er effektive, meningsfulde, kulturelt relevante og brugervenlige.



Empathise



Hvad?

Empathise-fasen fokuserer på at forstå brugernes behov og udfordringer gennem observation, interviews og nysgerrige spørgsmål. Denne fase er afgørende, da den giver værdifuld indsigt i brugernes oplevelser og muliggør skabelsen af løsninger, der reelt adresserer deres udfordringer og behov.

Hvordan?

Nøgleaktiviteter i empathise-fasen indebærer at identificere de tiltænkte brugere og andre interessenter, deres udfordringer og behov samt eksisterende løsninger til mental sundhed. Dette hjælper med at fastslå det reelle behov for din løsning og udfordre dine egne antagelser.

Desk research kan være nyttigt til at opnå en indledende forståelse af de tiltænkte brugeres behov samt de nuværende løsninger og landskabet. **Interviews** kan være en fremragende metode til at få en dybere indsigt i brugernes behov. Du kan starte med at interviewe klinikere, der arbejder tæt sammen med de tiltænkte brugere, som vi gjorde i vores tilpasning af SAM og SAFE. Deres input giver vigtig viden om eksisterende løsninger samt de tiltænkte brugeres dagligdag, udfordringer og behov. Under et gruppeinterview eller en fokusgruppe kan testning hjælpe med at forstå, hvordan brugerne interagerer med din løsning og deres behov. For eksempel kan en **A/B-test** anvendes i en senere iteration til at sammenligne forskellige versioner af indhold, hvilket kan give indsigt i brugernes forståelse og hvordan sproget påvirker deres oplevelse. Derudover kan testfasen afsløre, hvor godt design og funktionalitet opfylder brugernes behov og give en dybere forståelse af de tiltænkte brugere gennem flere iterationer af design tænkning trinene.

Det er også vigtigt i denne fase at undersøge de nødvendige økonomiske ressourcer samt juridiske og regulatoriske krav, såsom krav til datasikkerhed og medicinsk udstyr, så du sikrer lokal overholdelse. Derudover kan det være relevant at vurdere tilgængelighedsbehov for de tiltænkte brugere. Endelig er det nødvendigt at opnå en dyb forståelse af den digitale løsning til mental sundhed, hvis den er ny for dig, fx ved at teste løsningen grundigt selv og gennemføre interviews med relevante interessenter.

Hvad vi lærte fra denne fase

Denne fase bekræftede et klart behov for SAM- og SAFE-appen i de respektive lande. Gennem desk research og interviews med klinikere fandt vi ud af, at de tiltænkte brugere oplevede udfordringer med både stresshåndtering (SAM) og selvskade (SAFE). Derudover konstaterede vi, at eksisterende løsninger var utilstrækkelige og ikke imødekom de tiltænkte brugeres behov. For at inddrage de tiltænkte brugere af SAFE-appen kunne GGZ Centraal trække på deres eksisterende netværk af klinikere og patienter. Det blev dog tydeligt, at de hollandske klinikere først skulle bruge SAFE-appen for effektivt at kunne rekruttere de tiltænkte brugere. For SAM-appen var rekruttering mere udfordrende, da vi ikke tidligere havde arbejdet med personer med autisme. Derfor krævede det mere tid at etablere kontakt med relevante partnere, såsom patientnetværk, kommuner og sundhedsorganisationer.

Do

- ✓ Afsæt god tid til at opnå en dyb forståelse af dine tiltænkte brugere gennem desk research.
- ✓ Interview relevante klinikere og de tiltænkte brugere for at opnå denne forståelse.
- ✓ Brug dit netværk eller samarbejd med lokale organisationer for at rekruttere brugere.

Don't:

- ✗ Tag ikke rekruttering for givet. Det gælder især, når du arbejder med tiltænkte brugere af en digital løsning til mental sundhed, da de kan være en sårbar gruppe.

Tjekliste

- ☐ Desk research om digitale løsninger til mental sundhed i din specifikke kontekst.
- ☐ Hvis løsningen er ny for dig, få en grundig forståelse af den og dens funktionalitet.
- ☐ Interview de tiltænkte brugere/interessenter afhængigt af din baggrund (fx klienter/patienter, mental sundhedsprofessionelle, udviklere, organisationsledere osv.)
- ☐ Identificér juridiske og regulatoriske krav (f.eks. GDPR, MDR).

Define



Hvad?

Define fasen handler om at analysere de fund, der blev indsamlet under empathise fasen og tydeligt definere fokus for, hvad din løsning skal kunne, samt hvilke behov, udfordringer og mål dine tiltænkte brugere har. Dette hjælper med at skabe fundamentet og retningen for dit videre arbejde, så din løsning stemmer overens med de tiltænkte brugeres behov.

Hvordan?

Personaer kan være et godt udgangspunkt for at opsummere fundene fra empathise fasen og definere de tiltænkte brugere, deres behov, mål, udfordringer samt potentielle kulturelle forskelle. Dette var også den tilgang, vi brugte ved tilpasningen af SAM-appen, hvor vi skabte en **persona** for at formalisere og præcisere vores forståelse af de tiltænkte brugere i Danmark. Når du definerer og formaliserer din forståelse af de tiltænkte brugere, kan det være gavnligt at **kortlægge brugerrejsen og potentielle arbejdsgange for klinikere**. Dette visualiserer brugeroplevelsen, fremhæver udfordringer, muligheder og potentielle forbedringsområder, hvilket giver en bedre forståelse af brugerens perspektiv. Under SUPER blev brugerrejsen kortlagt for SAM og SAFE med hjælp fra klinikere for bedre at forstå, hvordan de to løsninger kunne integreres i eksisterende arbejdsgange og patientforløb. Når brugerne og deres behov er defineret, kan det være fordelagtigt at invitere dem ind i define fasen, da det kan styrke og give dem en stemme i designprocessen, især i deltagelsesdesign.

Do

Tag dig tid til at analysere og sammenfatte dine data.

Overvej at skabe flere personaer for at tage højde for forskellige perspektiver.

Don't

Antag ikke, at du allerede kender brugerne eller deres behov og udfordringer – undgå at drage forhastede konklusioner.

Det er afgørende at definere juridiske og regulatoriske krav i et potentielt nyt marked samt de funktionelle og tekniske krav for at tilpasse løsningen til et nyt sprog og marked. Det inkluderer bl.a. en afdækning af, om den underliggende tekniske infrastruktur i den digitale løsning allerede er forberedt til flere sprog. Alternativt kan det være lettere at klonе løsningen og opbygge den til det nye marked. Den forventede økonomiske investering og forretningsmodel for den tekniske udvikling eller tilpasning af løsningen kan også fastlægges i denne fase.

Hvad vi lærte fra denne fase

Denne fase etablerede en dybere forståelse af de tiltænkte brugere i Danmark og Holland samt de kulturelle forskelle mellem de to lande. For eksempel lærte vi, at adgangen til mentale sundhedstjenester i Holland adskiller sig fra den i Danmark. Vi fandt også ud af, at hollandske brugere ikke kunne relatere til udtrykket "den selvskadende", som blev brugt gennem hele SAFE-appen. Vi definerede udtrykket som ikke blot usædvanligt, men også stigmatiserende. Derfor blev det tilpasset til "mennesker, der selvskader" i den hollandske version. Ligeledes fandt vi ud af, at danske brugere foretrak en mere uformel tone. Vi fastlagde også de tekniske krav for tilpasningen, hvor de to apps adskilte sig markant. Den underliggende tekniske infrastruktur for SAM-appen var allerede forberedt til flere sprog, hvilket gjorde det lettere at tilpasse den. Derimod blev SAFE-appen klonet og opsat på hollandsk.

Definer:

- ☐ Målgruppe(r)
- ☐ Deres behov og udfordringer
- ☐ Kulturelle forskelle eller andre forskelle mellem landene
- ☐ Succeskriterier
- ☐ Brugerrejse og arbejdsgang for klinikere
- ☐ Juridiske og regulatoriske krav, som den digitale mentale sundhedsløsning skal overholde
- ☐ Funktionelle og tekniske krav med udviklere

Ideate



Hvad?

Ideate fasen handler om at udforske en bred vifte af muligheder. Denne udforskning er essentiel, før man indsnævrer sig til de mest lovende løsninger, der imødekommer de definerede behov, udfordringer og potentielle kulturelle forskelle hos de tiltænkte brugere. Dette giver mulighed for at forblive eksperimenterende og få nye perspektiver, hvilket skaber grundlag for kreativ problemløsning.

Hvordan?

Når det kommer til ideation, så er det ofte en holdindsats. Uanset om det er **brainstorm** eller **mindmap**, giver disse metoder et godt udgangspunkt til at udforske ideer og imødekomme de definerede behov, udfordringer og potentielle kulturelle forskelle. Disse metoder hjælper med at strukturere kollektive ideer for at møde brugernes behov. At inddrage de tiltænkte brugere i brainstorming kan være afgørende for at få forskellige perspektiver og ideer om deres ønskede løsningsfunktioner mens det styrker dine brugere, særligt i co-design. En anden anvendelig metode er **How Might We**, hvor man omformulerer brugernes udfordringer til åbne spørgsmål for at stimulere kreativ tænkning og idégenerering.

Under vores pilotforsøg brainstormede vi, hvordan indholdet og informationen i SAM- og SAFE-appene kunne tilpasses for at imødekomme de definerede behov og kulturelle forskelle. I denne proces blev relevante klinikere også involveret for at give deres perspektiver på de nødvendige ændringer.

I ideate fasen kan det også være nyttigt at mødes med udviklere for at diskutere tekniske muligheder, uanset om der er tale om tilpasning af en eksisterende løsning eller udvikling af en ny. Derudover hjælper det at forberede en handlingsplan, der beskriver, hvordan løsningen kan tilpasses og testes med de tiltænkte brugere i det nye marked.

Selv når man tilpasser eksisterende løsninger, spiller ideate fasen en mindre, men afgørende rolle. Selvom det overordnede koncept allerede er etableret, kan processen give nye perspektiver på løsningen. Det kan skabe mulighed for forbedringer og nye funktioner inden for rammerne af den eksisterende løsning og eventuelle økonomiske begrænsninger. Under vores pilotforsøg begyndte vi at indsamle, forberede og oversætte det nødvendige indhold til de to apps på hollandsk og dansk. Samtidig skabte vi forskellige versioner af app-indholdet (fx uformel og formel tone), som kunne bruges i vores prototyper.

Hvad vi lærte fra denne fase

Oversættelsesprocessen medførte udfordringer for begge apps. SAFE-appen brugte AI-genererede oversættelser, der blev korrekturlæst af klinikere, hvilket var tidskrævende. SAM-appen brugte professionelle oversættere, men deres begrænsede kendskab til mental sundhedssektoren skabte problemer. Væsentlige erfaringer inkluderede grundig forberedelse af indhold, inddragelse af fagfolk i oversættelsen samt sikring af korrekturlæsning af erfarne klinikere. Processen understregede behovet for klare procedurer og aftaler om, hvem der gør hvad og hvornår.

Teknisk set understøttede SAM-appen flersproglige funktioner, som tillod brugerne at vælge deres foretrukne sprog, hvilket gjorde en dansk tilpasning mere ligetil. Til gengæld var SAFE-appen designet til danske brugere, hvilket betød, at appen skulle klones, og dens indhold skulle trækkes ud til oversættelse, hvilket komplicerede processen.

Do

Vær åben over for potentielle idéer og løsninger.

Byg videre på hinandens idéer.

Fastlæg klare procedurer og aftal ansvarsområder under oversættelsesprocessen.

Don't

Tag oversættelsesprocessen let – afsæt rigeligt med tid til at forberede materialet og korrekturlæse det.

Tjekliste:

- ☐ Brainstorm eller afhold en workshop (med stakeholders) om, hvordan den digitale mental sundhedsløsning kan opfylde de ovenstående definitioner.
- ☐ Forbered en plan og tidslinje med udviklere for tilpasning eller udvikling af den digitale løsning.
- ☐ Indsamle og oversætte det nødvendige indhold til løsningen.

Prototype



Hvad?

Prototypefasen omdanner idéer til konkrete modeller, der kan testes og gentages. Denne fase er afgørende, da den giver mulighed for at udforske og forfine potentielle løsninger gennem direkte brugerinteraktion og flere iterationer. Ved at bygge prototyper kan du hurtigt identificere, hvad der fungerer, og hvad der ikke gør, samt få indsigt i, hvordan brugerne interagerer med løsningen, og hvor der kan foretages forbedringer.

Hvordan?

Vigtige aktiviteter i denne fase inkluderer at skabe løsningsprototyper, der kan testes og forfines gennem flere iterationer. **Low-fidelity prototypes** er hurtige, enkle og billige illustrationer, såsom skitser eller papirmodeller. I modsætning hertil er **high-fidelity prototypes** mere detaljerede og interaktive og ligner det endelige produkt. Ved at skabe high-fidelity prototyper kan du få værdifuld feedback fra dine tiltænkte brugere, forfine dit produkt og identificere potentielle problemer, før du går videre til den endelige udvikling. Ved at gennemføre interviews med klinikere indsamlede vi indsigt i deres perspektiver på prototypens design og funktioner. Under interviewene kan en A/B-test også bruges til at afprøve forskellige prototypeversioner. For eksempel udarbejdede vi en low-fidelity prototype med to versioner af det samme indhold fra

SAM-appen – skrevet i henholdsvis uformelt og formelt sprog – til test med klinikere. Derudover anvendte vi high-fidelity prototyper i Figma, hvilket gav mulighed for fokuseret feedback fra klinikere for at forfine begge apps. Efter disse justeringer blev det tilpassede indhold omdannet til en fuldt funktionel prototype til testning med de tiltænkte brugere.

Hvad vi lærte fra denne fase

Kombinationen af low- og high-fidelity prototyper fungerede godt for begge apps. Papirprototyper krævede minimale ressourcer, men gjorde det stadig muligt for klinikere at give hurtig feedback og foretage rettelser. Ligeledes gav klinikere, gennem vores A/B-test, værdifuld indsigt i de tiltænkte brugeres præferencer. Dette førte til justeringer af vores prototyper, inden vi testede dem med de tiltænkte brugere. For eksempel ændrede vi rådene i SAM-appen, så de blev mere handlingsorienterede og konkrete.

Da vi præsenterede high-fidelity prototyperne, var det muligt for de tiltænkte brugere klart at se, hvad de kunne forvente af SAM og SAFE. Det gav dem også mulighed for at være meget specifikke omkring, hvad de kunne lide eller ikke kunne lide, når de vurderede et mere håndgribeligt produkt. Vi erfarede også, at prototypefremstilling krævede flere iterationer, før en løsning kunne præsenteres for de tiltænkte brugere. Dog var tiden givet godt ud, da det sparede tid på den lange bane.

Do

Overvej en simpel prototype; en sætning i en tekst skrevet i forskellige toner eller en papirmodel af din digitale løsning.

Don't

Vent ikke til du har en fuldt fungerende eller perfekt prototype, før du starter dine tests.

Tjekliste:

- ☐ Forbered materialer til test, f.eks. mock-ops, Figma-wireframes, tekstuddrag, papirprototyper osv.
- ☐ Udfør en funktionalitetstest af din prototype.
- ☐ Indsaml feedback på low-fidelity prototyper for at implementere i high-fidelity prototype.

Test



Hvad?

Testfasen fokuserer på at evaluere og forfine idéer eller prototyper ved at indhente direkte feedback fra brugere. Denne fase indebærer at præsentere løsninger for de tiltænkte brugere, observere deres interaktioner og indsamle indsigter for at identificere styrker og forbedringsområder. Testning sikrer, at din løsning stemmer overens med brugernes behov og forbedrer dens effekt og anvendelighed.

Hvordan?

Vigtige aktiviteter inkluderer test af prototyper gennem flere iterationer og anvendelse af forskellige metoder. Tidlige iterationer med **A/B-tests** eller low-fidelity prototyper kan give værdifuld indsigt i de tiltænkte brugeres præferencer. Senere iterationer kan fokusere mere på high-fidelity prototyper gennem **usability testing** og indsamling af feedback via **interviews**, **spørgeskemaer** og **observationer** for at evaluere, hvordan brugerne interagerer med løsningen. Under vores test af SAM-appen brugte vi først A/B-tests med klinikere for at teste to versioner af centralt indhold fra appen. Derefter udviklede og tilpassede vi vores high-fidelity prototype til **usability testing** og evaluering af, hvordan de tiltænkte brugere interagerede med appen. Usability testing kan involvere forskellige metoder. For eksempel kombinerede vi interviews, observationer og think-aloud-tests, hvor brugerne udførte specifikke opgaver, mens de delte deres tanker. Dette hjalp os med at forstå, hvordan de interagerede med prototyperne.

Do

Priorité direkte engagement med alle målgrupper af de tiltænkte brugere, hvis muligt.

Undersøg metoder, der kræver en større indsats, da de ofte giver de mest værdifulde resultater (f.eks. think-aloud).

Sikr overholdelse af lovgivningsmæssige og etiske retningslinjer ved test i kliniske populationer.

Don't

Nøjes ikke med én iteration af testning.

For optimal testning bør iterative testcyklusser anvendes, hvor indsigter fra én test muliggør forbedringer i den næste, så designet gradvist tilpasses brugernes forventninger og krav. Skab en tryk ramme, hvor brugerne kan interagere med løsningen, som de ville i virkeligheden, og lad dem vælge en ramme, – om så det er i deres hjem, eller et andet sted som føles trygt og naturligt for dem. **Think-aloud-tests** opfordrer brugerne til at sætte ord på deres tanker, mens de navigerer i din prototype. Dette kan afsløre skjulte udfordringer eller uopfyldte behov. Ved at dokumentere resultaterne bliver testning et værdifuldt redskab til at validere antagelser og sikre, at din løsning er relevant og imødekommer de tiltænkte brugeres behov.

Denne praktiske testning giver brugerne mulighed for realistisk at opleve løsningens funktionalitet, hvilket giver værdifuld indsigt i brugervenlighed og effektivitet. Observation af brugerinteraktioner med prototypen leverede essentielle data til yderligere forbedringer og sikrede, at løsningen blev tilpasset brugernes behov. Husk, at selvom denne fase er afgørende for at forfine løsningen, kræver den også tid og ressourcer.

Hvad vi lærte fra denne fase

Strategier til rekruttering af testbrugere har forskellige fordele og ulemper. For SAM-appen gav, opsøgende arbejde via sociale medier, patientorganisationer og kommuner direkte adgang til de tiltænkte brugere for feedback ansigt-til-ansigt, hvilket gav dybdegående indsigt. Derimod måtte rekrutteringen til SAFE-appen fokusere på klinikere, patienter og pårørende. Da det var enkelt at rekruttere klinikere, skete inddragelsen af patienter og pårørende via klinikere, hvilket resulterede i indirekte adgang og feedback gennem spørgeskemaer. Dette gjorde det sværere at få øjeblikkelig feedback fra patienter og pårørende, hvilket resulterede i mindre dybdegående indsigter. Konklusionen er, at direkte opsøgning kræver en betydelig indsats for at engagere stakeholders, men giver værdifuldt udbytte i form af dybere indsigt.

Tjekliste:

- ☐ Opret en interviewguide til usability tests, inkl. en handlingsplan, opgaver, spørgsmål og A/B-scenarier.
- ☐ Test de identificerede behov og udfordringer gennem metoder som personlige eller online interviews eller spørgeskemaer.
- ☐ Gennemfør 3-5 brugervenlighedstests ansigt-til-ansigt med de tiltænkte brugere (ved hjælp af think-aloud-metoden).
- ☐ Gennemgå resultaterne – opfylder din prototype de tiltænkte brugeres behov?
- ☐ Forfin din digitale løsnings oversatte indhold og funktioner baseret på indsigt fra prototype-testene.

Vigtige overvejelser ved opskalering af en digital mental sundhedsløsning i en transnational kontekst

Når en digital mental sundhedsløsning udvides til et andet land, er der flere kritiske faktorer at tage i betragtning for at sikre, at løsningen er kulturelt relevant, tilgængelig og effektiv. Nedenfor præsenteres vores primære overvejelser, når design tænkning anvendes til tilpasning, testning og opskalering til et nyt marked.

Foretag en grunddig markedsundersøgelse

Start med at få en forståelse af dit nyt markeds mentale-sundhedslandskab, kulturelle normer, værdier, holdninger og parathed til digitale mentale-sundhedsløsninger. Identificér eksisterende løsninger og tjenester, hvor der er huller, og hvordan din løsning kan udfylde disse. Denne research er afgørende for at forstå markedet og brugerne samt for at identificere potentielle lokale eksperter og partnere, der kan hjælpe med tilpasning og implementering.

Samarbejd med lokale eksperter

Etablering af (formelle) samarbejder med lokale mentale-sundhedsorganisationer, fagfolk og samfundsledere kan være afgørende ved ekspansion til et nyt land. Deres indsigt kan hjælpe med at navigere i sproglige og kulturelle nuancer, lovgivningsmæssige krav og tilgængelighedsudfordringer. Lokale organisationer har ofte stor rækkevidde, hvilket kan optimere markedsundersøgelser, løsningstilpasning og implementering. Samarbejde med en lokal enhed er særligt værdifuldt for at forstå den lokale kontekst og få adgang til tiltænkte brugere til interviews eller usability tests.

Anvend design tænkning som en iterativ proces

At anvende design tænkning med brugerinddragelse er en cyklus af kontinuerlig testning, feedback og forbedring, hvor det nogle gange er nødvendigt at bevæge sig frem og tilbage mellem faserne. Hver iteration giver værdifulde indsigter, der kan hjælpe med at skræddersy og forfine løsningen, så den bedre matcher brugernes behov. Derfor bør tidligere faser genbesøges og revideres, når ny information opstår. Denne fleksibilitet er afgørende for at udvikle en brugervenlig løsning, der reelt adresserer brugernes udfordringer og behov.

Tag højde for kulturelle, socialøkonomiske, politiske og andre forskelle

Kulturelle forskelle kan komme til udtryk på mange måder, f.eks. i sundhedssystemer, sprog, etnicitet, religion og traditioner. Når det gælder sprog, bør materialer oversættes af professionelle oversættere eller folk der taler modersmålet. Inddrag brugerne for at sikre klarhed og relevans. Visuelle elementer og eksempler bør også være inkluderende og mangfoldige. Derudover kan opfattelsen af mental sundhed og stigma variere, så det er vigtigt at samarbejde med lokale eksperter for at sikre, at løsningen passer til målgruppens kulturelle kontekst og følsomheder.

Afsæt tilstrækkelig tid til oversættelse og lokal tilpasning

Oversættelse og tilpasning til en lokal kontekst må ikke undervurderes. Det er afgørende at afsætte tilstrækkelig tid til dette både i begyndelsen og under hele processen. Hyppige optimeringer kan være nødvendige i takt med, at man bevæger sig gennem de forskellige trin i design tænkning. Det er fordelagtigt at involvere forskellige stakeholders, særligt de tiltænkte brugere, for at sikre, at regionale karakteristika og kontekstuelle nuancer er korrekt adresseret.

Afklar forventninger over for de tiltænkte brugere

Sæt klare forventninger ved at specificere, hvad du beder brugerne om, hvorfor og hvor lang tid det vil tage. Sørg for, at invitationen til deltagelse er letforståelig, informativ og indbydende. Giv brugerne nok information til at forstå formålet med deres deltagelse og deres rolle i processen. Vær tydelig omkring værdien af deres input samt grænserne for deres beslutningskraft og indflydelse på den endelige løsning. Dette sikrer, at brugerne er velinformerede, engagerede, og bevidste om hvordan deres indsats vil påvirke udviklingsprocessen. Det kan også være en god idé at vise taknemmelighed for deres bidrag ved at tilbyde små påskønnelser efter tests, interviews eller andre aktiviteter.

Priorité sikkerhed og fleksibilitet

Når man arbejder med sårbare grupper, er det afgørende at følge etiske retningslinjer og skabe et respektfuldt og trygt miljø for brugerinddragelse. Indhent rådgivning fra klinikere eller pårørende for bedre at forstå og engagere brugerne på deres præmisser. Vær opmærksom på brugernes komfortniveau under testning og vær fleksibel, hvis bestemte opgaver føles ubehagelige for dem. Justér tilgangen efter deres behov. Derudover bør du være bevidst om egne eller andres forudindtagne idéer om mental sundhed og undgå bias i tilgangen.

Sikre overholdelse af lovgivningsmæssige krav

Få indsigt i de juridiske rammer for digitale mentale sundhedsinterventioner i mållandet for at få et realistisk billede af potentielle (ekstra) omkostninger. Dette aspekt bør integreres i udviklings- og opskaleringsprocessen for at sikre overholdelse af nationale love og regulativer. Afhængigt af interventionens art skal du også adressere privatlivs- og databeskyttelseskrav i henhold til lokale standarder, såsom den europæiske General Data Protection Regulation (GDPR), Medical Device Regulation (MDR) eller, i nogle tilfælde, EU AI Act. Overhold også lokale tilgængelighedsstandarder som Web Content Accessibility Guidelines (WCAG). Afhængigt af den digitale løsning kan det også være nødvendigt at integrere den med eksisterende sundhedssystemer, f.eks. electronic health records (EHR) eller eksisterende mentale sundhedstjenester.

Sikre bæredygtig finansiering

Det er afgørende at have tilstrækkelig finansiering eller en solid forretningsplan fra starten af design thinking-processen og at tage finansiell bæredygtighed i betragtning gennem alle faser. Selv den bedst designede løsning kan mislykkes uden økonomisk opbakning, da manglende ressourcer kan forhindre vedligeholdelse, videreudvikling og langsigtet bæredygtighed. En plan for finansiering sikrer, at løsningen kan udvikle sig og forblive levedygtig, hvilket er afgørende for varig succes.



Bilag over metoder

Dette bilag fungerer som et "metodebibliotek" med succesfulde metoder, som vi har arbejdet med under eller før SUPER-projektet. De forskellige metoder præsenteres kort, sammen med links til yderligere ressourcer og vejledning.

Vi har delt detaljer om de anvendte metoder (f.eks. interviewspørgsmål, personas, prototyper) samt tilhørende data og resultater via Open Science Framework (<https://osf.io/wpax5/>). Mere detaljerede resultater vil også blive offentliggjort i en videnskabelig artikel.

Metoder:

Fokusgrupper: Fokusgrupper er en værdifuld kvalitativ metode, hvor en gruppe af tiltænkte brugere eller relevante stakeholders samles for at diskutere og give feedback på et koncept, en prototype eller et produkt. Disse diskussioner modereres typisk for at sikre, at en bred vifte af perspektiver og indsigter indsamles. Det primære mål er at opnå detaljeret information, der kan informere beslutningsprocesser og produktudvikling og, vigtigst af alt, forbedre brugeroplevelsen markant.

For mere information, findes der omfattende vejledning til planlægning og facilitering af fokusgrupper, f.eks. fra Interaction Design Foundation (<https://www.interaction-design.org/literature/article/how-to-conduct-focus-groups>).

Spørgeskemaundersøgelser: Spørgeskemaundersøgelser er en kvantitativ forskningsmetode, hvor strukturerede spørgeskemaer sendes til en stor gruppe af tiltænkte brugere eller relevante stakeholders. Denne metode er effektiv til at indsamle information om brugerpræferencer, adfærd og holdninger. Spørgeskemaundersøgelser giver mulighed for at identificere tendenser og mønstre i en målgruppe hurtigt og effektivt. Den indsamlede data kan derefter analyseres for at tage informerede beslutninger. Denne metode giver en bred forståelse af den tiltænkte målgruppes behov.

For mere information, findes der omfattende vejledning til afsendelse af spørgeskemaundersøgelser, f.eks. Nielsen Norman Group (<https://www.nngroup.com/articles/surveys-design-cycle>).

Interviews: En én-til-én metode, hvor du kan få indsigt i brugernes oplevelser, behov og udfordringer. Interviews giver en detaljeret forståelse og mulighed for at stille opfølgende spørgsmål og dykke dybere ned i relevante emner som opstår under interviewet.

For mere information, findes der omfattende vejledning til at gennemføre interviews, f.eks. Universal Design Guide (<https://universaldesignguide.com/method/user-interviews/>).

Brainstorm: Brainstorming er en dynamisk og samarbejdsbaseret aktivitet, der fremmer kreativitet og innovation. Deltagere deler frit idéer og løsninger uden kritik, hvilket skaber et åbent miljø for nye tanker og utraditionelle tilgange til et problem. Målet er at skabe så mange ideer som muligt, som senere hen kan gennemgås, forfines, og potentielt udvikles til relevante løsninger.

For mere information, findes der omfattende vejledning til brainstorming, f.eks. fra IDEO (<https://www.ideo.com/pages/brainstorming>).

Mind map: En visuel teknik til at organisere idéer, koncepter eller problemer ved at forbinde tilknyttede tanker og informationer. Denne metode fremmer brainstorming og fremhæver forbindelser mellem dine ideer og emner og noter, som muliggør klarer tankegang og problemløsning. Den intuitive struktur understøtter kreativitet, og giver bedre forståelse af komplekse problemstillinger.

For mere information, findes der omfattende vejledning sammen med digitale værktøjer til at skabe et mind map, f.eks. fra Canva (<https://www.canva.com/graphs/mind-maps/>).

Personas: Personas er fiktive, men realistiske karakterer, der repræsenterer dine tiltænkte brugere baseret på brugerdata og research. De hjælper med at skabe en klar forståelse af brugernes behov og vejlede udviklingsprocessen. Du skal bruge kvalitative og kvantitative data for at identificere brugernes mønstre og karakteristikker. Når dataene er indsamlet, skaber du en detaljeret persona som beskriver deres mål, udfordringer og behov.

For mere information, findes der omfattende vejledning om at lave en persona, f.eks. fra Nielsen Norman Group (<https://www.nngroup.com/articles/personas-study-guide/>).

User journeys / Journey mapping: User journeys visualiserer de trin, som dine brugere gennemgår for at nå et mål ved brug af et produkt eller en service. De hjælper med at forstå brugernes oplevelse, herunder følelser, behov og udfordringer. Ved at bryde processen op i klare stadier kan user journeys fremhæve hvor det går galt eller hvor der kan laves forbedringer. Dette gør det lettere at give en bedre brugeroplevelse, ved at finde smertepunkter og gøre vejen til målet så gnidningsfri som muligt.

For mere information, findes der omfattende vejledning om at lave user journeys, f.eks. fra Yale University (<https://usability.yale.edu/understanding-your-user/user-journey-maps>) .

Low-fidelity prototyping: Low-fidelity prototyper er enkle, ofte papirbaserede modeller, der bruges til at teste idéer og koncepter, før der investeres i mere avancerede prototyper. Disse simple prototyper hjælper med at teste et koncept over for brugere og stakeholders for at indsamle feedback og identificere potentielle problemer tidligt. Denne metode muliggør hurtige iterationer, eksperimenter og innovation. Når der investeres flere ressourcer i detaljerede prototyper vil designet også være mere velinformeret og målrettet en mulig løsning.

For mere information, findes der omfattende vejledning om at skabe high-fidelity prototyper, f.eks. fra Interaction Design Foundation (<https://www.interaction-design.org/literature/article/prototyping-learn-eight-common-methods-and-best-practices>) .

High-fidelity prototyping: Ved hjælp af digitale designværktøjer som Figma kan du skabe detaljerede og interaktive høj-fidelitetsprototyper, der kan testes, deles og itereres, inden den endelige løsning udvikles. Det vil give dig værdifuld indsigt og input fra tiltænkte brugere, hvilket tillader at identificere potentielle problemer og plads til forbedring. Med dette kan du justere og forfine din løsning før du bruger tid og ressourcer på udvikling af den endelige løsning.

For mere information, findes der omfattende vejledning om at skabe en high-fidelity prototype, f.eks. fra Figma (<https://www.figma.com/resource-library/high-fidelity-prototyping/>).

Desk research: Desk research indebærer at gennemgå eksisterende data, studier, rapporter eller artikler for at opnå indsigt i tendenser eller problemstillinger uden direkte interaktion med brugerne. Dette tillader researchers at analysere og forstå en bredere kontekst baseret på tidligere indsamlet information. Det er en omkostningslet og tidseffektiv metode til at samle værdifuld data, identificere mønstre og tage informerede beslutninger før de tiltænkte brugere eller relevante stakeholders involveres.

For mere information, findes der omfattende vejledning om at foretage desk research, f.eks. fra Nielsen Norman Group (<https://www.nngroup.com/articles/secondary-research-in-ux>).

A/B test: A/B-testning involverer at sammenligne to versioner af det samme indhold eller en løsning for at afgøre, hvilken version der performer bedst. Denne metode hjælper med at optimere design beslutninger ved at sammenligne brugerinteraktioner og resultater. Du kan identificere de mest overbevisende funktioner og lave data dreven forbedringer ved at analysere resultaterne.

For mere information, findes der omfattende vejledning om A/B testing, f.eks. fra Nielsen Norman Group (<https://www.nngroup.com/articles/ab-testing/>).

Usability tests: Usability tests gennemføres med tiltænkte brugere for at vurdere produktets brugervenlighed og samle feedback på brugeroplevelsen. De tiltænkte brugere interagerer med produktet/prototypen imens du observerer og indsamler feedback om deres oplevelse. Målet er at identificere problemer og få indsigt i hvordan de tiltænkte brugere interagerer med løsningen. Det er med til at sikre at løsningen imødekommer behov og forventninger, samt det giver mulighed for at forfine og udvikle løsningen yderligere.

For mere information, findes der omfattende vejledning om usability testing, f.eks. fra Yale University (<https://usability.yale.edu/usability-testing/usability-testing>).

Observations: Observation af brugere, når de interagerer med et produkt eller en prototype i et naturligt miljø, giver værdifuld indsigt i deres adfærd og præferencer. Det kan hjælpe med at identificere potentielle smertepunkter, ukendte nødløsninger, eller usability problemer. Ved at observere hvordan de bruger løsningen kan du indsamle direkte feedback og forstå deres smertepunkter og præferencer. Denne proces er essentiel for at forstå de tiltænkte brugere og opdage potentielle udfordringer og frustrationer de kan løbe ind i.

For mere information, findes der omfattende vejledning om observations, f.eks. fra Medium (<https://medium.com/@ashraful.ruet15/observation-in-the-design-thinking-process-44f065616f70>).

How might we: Metoden "How Might We" hjælper med at formulere udfordringer som åbne spørgsmål, der fremmer innovative løsninger. Denne metode omdanner begrænsninger til løsninger og opfordrer til en mere kreativ tilgang til problemløsning og holdindsats. Ved at spørge "How Might We", skifter du mindset fra begrænsninger til muligheder, som inviterer til en bredere vifte af ideer og holdbaseret problemløsning.

For mere information, findes der omfattende vejledning om at stille "How might we" spørgsmål, f.eks. fra Design Kit (<https://www.designkit.org/methods/how-might-we.html>).

Referencer

1. Brotherdale R, Berry K, Branitsky A, Bucci S. Co-producing digital mental health interventions: A systematic review. *Digit Health* Digit Health; 2024 Jan 1;10. PMID:38665886
2. Schouten SE, Kip H, Dekkers T, Deenik J, Jong NB, Ludden GDS, Kelders SM. Best-practices for co-design processes involving people with severe mental illness for eMental health interventions: a qualitative multi-method approach. *Design for Health* Routledge; 2022 Sep 2;6(3):316–344. doi: 10.1080/24735132.2022.2145814
3. Jarke J. Co-creating digital public services. *Public Administration and Information Technology* Springer; 2021;6:15–52. doi: 10.1007/978-3-030-52873-7_3/TABLES/4
4. Bernaerts S, Van Daele T, Carlsen CK, Nielsen SL, Schaap J, Roke Y. User involvement in digital mental health: approaches, potential and the need for guidelines. *Front Digit Health* Frontiers Media SA; 2024 Aug 22;6. doi: 10.3389/fdgth.2024.1440660
5. Mao JY, Vredenburg K, Smith PW, Carey T. The state of user-centered design practice. *Commun ACM* ACM PUB27 New York, NY, USA; 2005 Mar 1;48(3):105–109. doi: 10.1145/1047671.1047677
6. Sanders EBN, Stappers PJ. Co-creation and the new landscapes of design. *Co-Design* Taylor & Francis; 2008;4(1):5–18. doi: 10.1080/15710880701875068
7. Bogers M, Afuah A, Bastian B. Users as innovators: A review, critique, and future research directions. *J Manage* 2010;36(4):857–875. doi: 10.1177/0149206309353944
8. Moore G, Wilding H, Gray K, Castle D. Participatory Methods to Engage Health Service Users in the Development of Electronic Health Resources: Systematic Review. *J Particip Med* 2019;11(1):e11474 <https://jopm.jmir.org/2019/1/e11474> *Journal of Participatory Medicine*; 2019 Feb 22;11(1):e11474. PMID:33055069
9. Kip H, Keizer J, da Silva MC, Jong NB De, Köhle N, Kelders SM. Methods for Human-Centered eHealth Development: Narrative Scoping Review. *J Med Internet Res* 2022;24(1):e31858 <https://www.jmir.org/2022/1/e31858> *Journal of Medical Internet Research*; 2022 Jan 27;24(1):e31858. PMID:35084359
10. De Witte NAJ, De Cat A, Vandenhoude H, Vermeylen S, Van der Auwera V, Broeckx L, Adriaensen I. Sustainable user involvement: Building a user community and fostering high-quality research. *Meeting the Inclusion Challenge in Innovation* De Gruyter; 2024 Nov 4;35–60. doi: 10.1515/9783111241036-003

GGz Centraal (NL), Center for Digital Psykiatri (DK) og Thomas More University of Applied Sciences (BE) samarbejdede om dette projekt. GGz Centraal og Center for Digital Psykiatri indrager allerede brugere i udviklingen af deres applikationer. Samtidig har, Thomas More University of Applied Sciences gennemført flere praksisorienterede forskningsprojekter, hvor stakeholders har været involveret i udviklingen og implementeringen af digitale løsninger til mental sundhed.

GGz Centraal (NL)

GGz Centraal det fjerde største psykiatriske hospital i Nederlandene, tilbyder specialiseret behandling af psykiske lidelser gennem diagnostik, rådgivning og mere. De yder omsorg til personer med psykiske udfordringer og udvikler brugercentrerede løsninger og støtte. Som en del af dette har de i samarbejde med klienter udviklet Stress Autism Mate-appen (SAM).



Center for Digital Psykiatri (DK)

Center for Digital Psykiatri, Region Syddanmark, er frontløber inden for anvendelsen af digitale løsninger til at fremme mental sundhed og psykiatrisk behandling. Centret matcher effektivt psykiatriens behov med teknologi, der forbedrer kvalitet, tilgængelighed og fleksibilitet for patienter og deres pårørende.



Thomas More University of Applied Sciences (BE)

Psykologi og teknologi ved Thomas More University of Applied Sciences udfører anvendt, praksisorienteret forskning inden for det brede felt af digital mental sundhed. Der er et stærkt fokus på interaktionen mellem de to områder og den synergi, de skaber, især inden for mental sundhedspleje og menneske-teknologi interaktion.



**Interreg
North Sea**



**Co-funded by
the European Union**

SUPER