

Riktlinjer för användarengagemang: Anpassning av digitala lösningar för psykisk hälsa över gränserna



Interreg
North Sea



Co-funded by
the European Union

SUPER

Förord

Under det senaste decenniet har den psykiska hälsan äntligen fått den uppmärksamhet den förtjänar. Trots framsteg finns det fortfarande hinder i form av stigmatisering och långa väntelistor som hindrar många människor från att få den hjälp de behöver. I en värld där psykisk ohälsa påverkar så många är det hjärtskärande att se att så många människor fortfarande väntar. Tekniken erbjuder en ny väg framåt – en potentiell bro över dessa hinder. Men enbart teknik är inte lösningen.

Vi har lärt oss att nyckeln till framgång ligger i engagemanget hos de människor som kommer att använda dessa lösningar; berörda parter och avsedda användare. Deras röster, erfarenheter och behov måste höras och respekteras i alla skeden. Genom aktivt deltagande kan avsedda användare hjälpa till att forma tekniken så att den fungerar för dem och uppfyller deras unika behov och utmaningar. Genom den här typen av engagemang skapar vi bättre digitala verktyg för psykisk hälsa som är anpassade till de sociala, kulturella och ekonomiska faktorer som kan påverka ett framgångsrikt genomförande, samt skapar en känsla av gemensamt ägande och förtroende.

Den riktlinje som togs fram under SUPER-projektet ligger till grund för detta deltagande. De steg som beskrivs är inte uttömmande, utan vägledande. De ger en ram för respektfull interaktion och deltagande, vilket säkerställer att alla användare känner sig trygga och stöttade. När vi stöttar dem skapar vi ett utrymme där kreativitet och innovation blomstrar. Riktlinjen beskriver inte bara "hur" man engagerar avsedda användare, utan syftar också till att säkerställa att tekniken fungerar över gränserna. För att göra detta betonas vikten av att bedöma olika intressenters behov för att säkerställa regionala och kontextuella lösningar. Genom att anpassa digitala lösningar till olika kulturella kontexter, till exempel den nederländska appen Stress Autism Mate (SAM) och SAFE-appen, kan vi utöka fördelarna till ett bredare samhälle.

Tillsammans, genom aktivt deltagande och samarbete, kan vi bidra till att omforma den psykiska hälsovården för en bättre framtid.

Undertecknad

Yvette

SUPER-projektet (www.interregnorthsea.eu/super)

SUPER-projektet syftar till att säkerställa bättre digitala verktyg för psykisk hälsovård i hela Europa och ökad användning av befintliga lösningar. För att uppnå detta har vår riktlinje för användarengagemang i digital mental hälsa för utvecklare av digital psykisk hälsa och organisationer för psykisk hälsa utvecklats för att hjälpa till att engagera avsedda användare i utvecklingen, implementeringen och anpassningen av digitala verktyg. Vår riktlinje testades i SUPER-projektet genom att anpassa två befintliga digitala lösningar till nya marknader (SAM och SAFE) för att sedan förfinas i projektet. Projektet medfinansieras av Interreg North Sea.

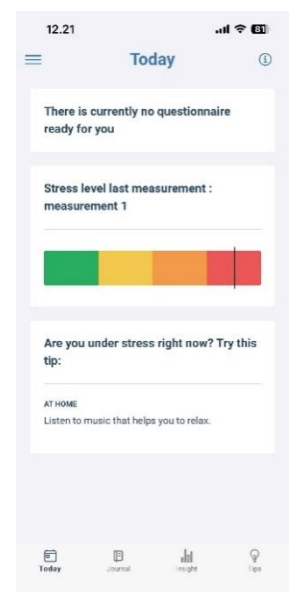
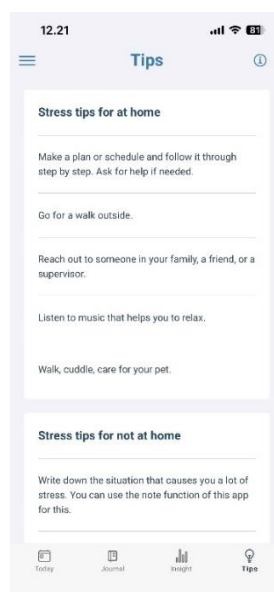
SAFE-appen

SAFE-appen har utvecklats i Zeeland-regionen i Danmark. Appen erbjuder information om självskada och förebyggande tips, och har tagits fram i samarbete med feedback från patienter, vårdgivare, vårdpersonal och utvecklare för att säkerställa att den uppfyller användarnas behov.



Stress Autism Mate App

Appen Stress Autism Mate (SAM) har utvecklats av GGZ Centraal i samarbete med de tilltänkta användarna, autistiska personer. SAM är en personlig applikation som stöder egenvården av klienten med autismspektrumtillstånd i hanteringen av den dagliga stress de upplever.



Tack

Dessa riktlinjer har utvecklats av SUPER-projektgruppen och optimerats med relevant och värdefull feedback från medlemmarna i SUPER-projektets expertgrupp, som består av mer än 60 personer från hela Europa. Vi vill tacka dem och uttrycka vår tacksamhet för den tid och ansträngning de har lagt ner på att förbättra riktlinjerna. Ett särskilt tack till 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 (Luxemburgs universitet) och Roel Smolders (MEDVIA). Vi vill också tacka Lene Lauge Berring (Zeeland Region) för att hon låter oss använda och anpassa SAFE-appen för våra pilottester.

Innehållsförteckning

Förord	2
Tack.....	4
Införandet.....	5
Vad är användarengagemang?	5
Varför är användarengagemang viktigt?	6
Användning av designtänkande för användarengagemang inom digital mental hälsa	7
Varför Design Thinking?	7
Stadierna i Design Thinking	7
Empatisera	8
Definiera	10
Idégenerera	12
Bygga och prototypa.....	14
Testa	16
Viktiga överväganden när man skalar upp en digital lösning för psykisk hälsa i en transnationell kontext...	19
Bilaga till metoder	21
Referenser	24

Införandet

Ökat användarengagemang i utvecklingen och anpassningen av digitala lösningar för psykisk hälsa bidrar till att undanröja hinder och stärka de faktorer som främjar implementering och engagemang i dessa lösningar. Denna riktlinje syftar till att stödja processen för involvering och bemyndigande av avsedda användare genom att erbjuda en praktisk steg-för-steg-guide för att bättre förstå och inkludera dem på ett meningsfullt sätt. För att göra detta utvecklar vi vikten av och konceptet med användarengagemang. Därefter presenterar vi Design Thinking som ett processramverk och hänvisar till metoder som du kan använda för användarinvolvering genom hela processen. [1]

Våra riktlinjer är baserade på resultaten av transnationella anpassningar av två digitala lösningar för psykisk hälsa: appen Stress Autism Mate (SAM) och SAFE-appen. Dessa exempel från verkliga livet belyser utmaningarna och framgångarna med att anpassa och skala lösningar i kulturella sammanhang. Slutligen sammanfattar vi våra rekommendationer i specifika ämnen som du bör vara medveten om när du arbetar med användarengagemang inom digital mental hälsa i en internationell kontext.

Särskilda riktlinjer för digitala lösningar för psykisk hälsa (snarare än tekniska innovationer i allmänhet) är motiverade på grund av sektorns unika utmaningar. Psykisk hälsa är komplext och ger upphov till känsliga ämnen som stigmatisering, kulturella åsikter om psykisk ohälsa och variationer i läskunnighet om psykisk hälsa. Dessutom är de riktade användarna ofta sårbara grupper. Det är inte säkert att de allmänna riktlinjerna för användarmedverkan tar upp dessa aspekter på ett tillfredsställande sätt. Även om det finns rekommendationer om bästa praxis för att engagera personer med psykiska hälsoproblem i utvecklingen av digitala lösningar (t.ex. [2]) saknar de ofta ett transnationellt perspektiv. [2]) saknar de ofta ett transnationellt perspektiv.

Vad är användarengagemang?

Användarengagemang avser involvering av olika individer eller grupper i en eller flera faser av utvecklingen och implementeringen av digitala lösningar för psykisk hälsa. Detta kan inkludera en rad intressenter, såsom patienter och deras vårdgivare, organisationer för psykisk hälsa, kliniker eller utvecklare.

Det finns flera sätt att engagera användare, och vi fokuserar på tre huvudsakliga tillvägagångssätt: användarcentrerad design, deltagande design (eller co-design) och användarinnovation [3,4]. Dessa metoder skiljer sig från varandra baserat på användarkontroll och inflytande över design- och utvecklingsprocessen:

- Användarcentrerad design är ett tvärvetenskapligt tillvägagångssätt där användare involveras för att hjälpa designers att bättre förstå sina behov och hur de interagerar med den digitala lösningen. I processen ingår ofta att samla in feedback från användare och förbättra lösningen genom upprepade tester och utvärderingar med användare [5].



- Deltagande design/co-design: I detta tillvägagångssätt arbetar användarna närmare designers och utvecklare och deltar från idéfasen till det slutliga beslutsfattandet. Användarna har mer inflytande över processen än i användarcentrerad design [6].
- Med användarinnovation avses en process där användarna själva, som individer eller organisationer, tar initiativ till att skapa nya produkter eller tjänster. I stället för att enbart förlita sig på designers eller utvecklare identifierar användarna sina behov och utvecklar lösningar som direkt adresserar dem [7].

Användarcentrerad design är den mest använda metoden för användarengagemang. De vanligaste metoderna för användarengagemang inkluderar fokusgrupper, frågeformulär, intervjuer och olika former av användartester [8]. Detta tillvägagångssätt tillämpades också i SUPER-projektet, där vi arbetade med två befintliga lösningar, vilket begränsade omfattningen av betydande förändringar och vidareutvecklingar på grund av tekniska och ekonomiska begränsningar.

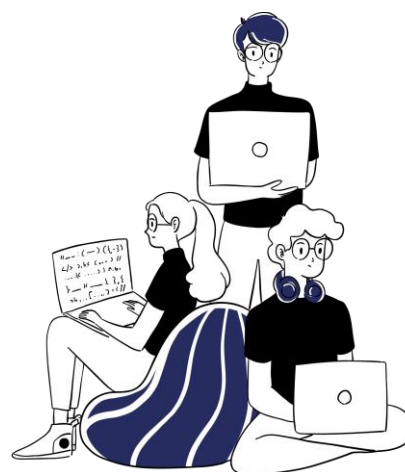
Varför är användarengagemang viktigt?

Genom att involvera de tilltänkta användarna (och andra intressenter) i utvecklingen av digitala lösningar för psykisk hälsa säkerställer vi att lösningen uppfyller deras behov och förväntningar. Användarinvolvering bidrar till att stärka avsedda användare, förbättra kulturell känslighet, främja utvecklingen av idéer, öka acceptansen och engagemanget för dessa lösningar och skapa en känsla av gemenskap [1]. Dessutom har användarna en unik förståelse för sina behov och utmaningar. Så de kan bidra med nya idéer eller förslag som du inte skulle ha tänkt på annars.

Genom att involvera tilltänkta användare tidigt och under hela processen kan du få värdefull feedback och en djupare förståelse för deras dagliga problem och de funktioner och lösningar som de tycker är mest fördelaktiga. Brukarinvolvering kan också stärka potentiellt utsatta, stigmatiserade eller utsatta målgrupper. Detta är särskilt viktigt inom området digital psykisk hälsa, där stigmatisering kan vara ett betydande hinder för att söka hjälp. Genom att ha en bättre förståelse för användarnas oro och perspektiv kan vi utforma mer inkluderande, effektiva och stödjande lösningar som främjar välbefinnande och minskar stigmatisering.

Ur en praktisk synvinkel hjälper användarinvolvering också till att identifiera potentiella problem innan lösningen är klar, vilket möjliggör nödvändiga förbättringar eller anpassningar för att säkerställa bättre relevans och upplevelse för de avsedda användarna. I slutändan kan detta leda till bättre implementering av lösningen i ett nytt sammanhang eller på en ny marknad genom att ta itu med potentiella hinder och förstärka faktorer som driver implementeringen tidigt i innovationsprocessen.

När en digital lösning behöver skalas upp till ett nytt land eller sammanhang är användarinvolvering avgörande för att säkerställa en förståelse för de tilltänkta användarna, så att lösningen kan anpassas och testas på olika marknader och i olika kulturella sammanhang. Det bidrar också till att säkerställa att lösningen är relevant och effektiv i det specifika sammanhanget eller på den specifika marknaden. Även om forskningen är oklar när det gäller konkreta resultat när det gäller användning och effektivitet, stöds vikten av användarengagemang för att undanröja hinder och stärka de faktorer som främjar användning och engagemang [1].



Användning av designtänkande för användarengagemang inom digital mental hälsa

Varför Design Thinking?

Design Thinking är ett värdefullt tillvägagångssätt och en metod för att utveckla och anpassa digitala lösningar, särskilt när det gäller att engagera de avsedda användarna och intressenterna. Metoden gör det möjligt för användarna att involveras tidigt, vilket säkerställer att lösningen uppfyller deras behov och utmaningar. Detta är särskilt relevant när en lösning behöver anpassas till nya språk och kulturer. Tidig användarinvolvering gör det också möjligt att tidigt testa hypoteser och identifiera utmaningar för att undvika långdragna och ibland olämpliga utvecklingsprocesser.

I det här avsnittet kommer vi att förklara hur design thinking fungerar, beskriva sätt att involvera användare i processen, föreslå metoder du kan tillämpa och dela med oss av våra erfarenheter av att anpassa två befintliga digitala lösningar för psykisk hälsa i nya sammanhang.

Observera att de metoder vi lyfter fram i **fetstil** endast är förslag – design thinking är inte en standardlösning. Du måste skräddarsy metoden efter vad som fungerar bäst för ditt projekt.

Stadierna i Design Thinking

Design thinking består av flera steg som kan vägleda din process för användarengagemang. Här är en kort översikt:

1. **Empatisera** – Lär känna dina användare genom att förstå deras erfarenheter, utmaningar och behov.
2. **Definiera** – Baserat på den insamlade informationen, definiera de utmaningar eller behov som din digitala lösning behöver adressera.
3. **Idégenerera** – Brainstorming och utveckling av kreativa lösningar för definierade utmaningar eller behov.
4. **Bygga och prototypa** – Skapa enkla versioner av din lösning och dela dem med användare för feedback.
5. **Testa** – Låt användarna interagera med din prototyp och samla in deras feedback för att ytterligare förbättra lösningen.

Genom att följa dessa iterativa och ofta överlappande steg och vara öppen för att gå fram och tillbaka mellan stegen kan du skapa digitala lösningar för psykisk hälsa som är effektiva, meningsfulla, kulturellt relevanta och användarvänliga.



Empatisera



Vad?

Empathise-fasen fokuserar på att förstå användarnas behov och utmaningar genom observation, intervjuer och nyfikna frågor. Den här fasen är avgörande, eftersom den ger värdefulla insikter om användarupplevelsen och hjälper till att skapa lösningar som verkligen tar itu med deras utmaningar och behov.

Hur?

De huvudsakliga aktiviteterna i empatifasen är att identifiera de avsedda användarna och andra intressenter, deras utmaningar och behov, samt befintliga lösningar för psykisk hälsa. Detta hjälper dig att fastställa det verkliga behovet av din lösning och utmana dina egna antaganden.

Litteraturforskning kan vara användbar för att få en första förståelse för de avsedda användarnas behov, liksom aktuella lösningar och landskapet. **Intervjuer** kan vara en bra metod för att bättre förstå användarnas behov. Du kan börja med att intervjua kliniker som arbetar nära de tilltänkta användarna, som vi gjorde i vår anpassning av SAM och SAFE. Deras bidrag ger viktig kunskap om befintliga lösningar samt de tilltänkta användarnas vardag, utmaningar och behov. I en gruppintervju eller fokusgrupp kan testning hjälpa till att förstå hur användarna interagerar med din lösning och deras behov. Ett **A/B-test kan** till exempel användas i en senare iteration för att jämföra olika versioner av innehåll, vilket kan ge insikter om användarnas förståelse och hur språket påverkar deras upplevelse. Dessutom kan testfasen avslöja hur väl designen och funktionerna uppfyller användarnas behov och ge en djupare förståelse för de avsedda användarna genom flera iterationer av designtankestegen.

I detta skede är det också viktigt att undersöka vilka ekonomiska resurser som krävs, samt juridiska och regulatoriska krav, såsom krav på datasäkerhet och medicintekniska produkter, för att säkerställa lokal efterlevnad. Dessutom kan det vara relevant att bedöma de avsedda användarnas tillgänglighetsbehov. Slutligen är det nödvändigt att skaffa sig en grundlig förståelse för den digitala lösningen för psykisk hälsa om du är ny inom detta område, till exempel genom att testa lösningen själv noggrant och genomföra intervjuer med relevanta intressenter.

Vad vi lärde oss av den här fasen

Denna fas bekräftade ett tydligt behov av SAM- och SAFE-tillämpningar i de respektive länderna. Genom skrivbordsforskning och intervjuer med kliniker fann vi att de tilltänkta användarna upplevde svårigheter med stresshantering (SAM) och självskadebeteende (SAFE). Dessutom konstaterade vi att de befintliga lösningarna var otillräckliga och inte uppfyllde de avsedda användarnas behov. För att engagera de avsedda användarna av SAFE-appen kunde GGZ Centraal dra nytta av sitt befintliga nätverk av läkare och patienter. Det blev dock tydligt att nederländska kliniker först behövde använda SAFE-appen för att effektivt kunna rekrytera de avsedda användarna. För SAM-appen var rekryteringen svårare, eftersom vi aldrig hade arbetat med autistiska personer tidigare. Det gjorde att det tog längre tid att nå ut till relevanta partners, till exempel patientnätverk, kommuner och hälso- och sjukvårdsorganisationer.

Göra

- ✓ Ge tillräckligt med tid för att få en grundlig förståelse för dina målanvändare genom skrivbordsforskning.
- ✓ Intervjua relevanta kliniker och tilltänkta användare för att få denna förståelse.
- ✓ Använd ditt nätverk eller samarbeta med lokala organisationer för att rekrytera användare.

Gör inte

- ✗ Ta inte rekrytering för givet. Detta gäller särskilt när man arbetar med tilltänkta användare av en digital lösning för psykisk hälsa, eftersom de kan vara en sårbar grupp.

Checklista

- ☐ Gör skrivbordsundersökningar om digitala lösningar för psykisk hälsa i ditt specifika sammanhang.
- ☐ Om du inte känner till lösningen, gräv djupare i den och dess funktioner.
- ☐ Intervjua avsedda användare/intressenter baserat på din bakgrund (t.ex. kunder/patienter, yrkesverksamma inom psykisk hälsa, utvecklare, organisationsledare etc.)
- ☐ Identifiera juridiska och regulatoriska krav (t.ex. GDPR, MDR).

Definiera



Vad?

Definitionsfasen innebär att analysera de resultat som samlats in under empatifasen och tydligt definiera målet för vad din lösning ska kunna göra, samt behoven, utmaningarna och målen för dina målanvändare.

Detta hjälper till att skapa grunden och riktningen för ditt efterföljande arbete, så att din lösning överensstämmer med de avsedda användarnas behov.

Hur?

Personas kan vara en bra utgångspunkt för att sammanfatta resultaten av empatifasen och definiera de avsedda användarna, deras behov, mål, utmaningar och potentiella kulturella skillnader. Detta är också det tillvägagångssätt vi använde när vi anpassade SAM-appen, där vi skapade en **persona** för att formalisera och tydliggöra vår förståelse för de tilltänkta användarna i Danmark. När du definierar och formaliserar din förståelse för de avsedda användarna kan det vara till hjälp att **kartlägga användarresan och potentiella arbetsflöden för kliniker**. Detta hjälper till att visualisera användarupplevelsen, lyfta fram utmaningar, möjligheter och potentiella förbättringsområden, vilket leder till en bättre förståelse för användarens perspektiv. Under SUPER kartlades användarresan för SAM och SAFE med hjälp av kliniker för att bättre förstå hur de två lösningarna kunde integreras i befintliga arbetsflöden och patientresor. När användarna och deras behov har definierats kan det vara fördelaktigt att bjuda in dem i definitionsfasen, eftersom det kan stärka dem och ge dem en röst i designprocessen, särskilt inom deltagande design.

Göra

Ta dig tid att analysera och syntetisera dina data.

Överväg att skapa flera personas för att ta hänsyn till olika perspektiv.

Gör inte

Utgå inte från att du redan känner användarna eller deras behov och utmaningar – undvik att dra förhastade slutsatser.

Det är viktigt att definiera de juridiska och regulatoriska kraven för en potentiell ny marknad, samt de funktionella och tekniska kraven för att anpassa lösningen till ett nytt språk och en ny marknad. Detta inkluderar om den underliggande tekniska infrastrukturen för den digitala lösningen redan är förberedd för flera språk. Det kan också vara enklare att klona lösningen och bygga den för den nya marknaden. Den finansiella investering och affärsmodell som förväntas för den tekniska utvecklingen eller anpassningen av lösningen kan också fastställas i detta skede.

Vad vi lärde oss av den här fasen

Denna fas gav en bättre förståelse för de tilltänkta användarna i Danmark och Nederländerna, samt de kulturella skillnaderna mellan de två länderna. Vi fick till exempel veta att tillgången till mentalvårdstjänster i Nederländerna skiljer sig från den i Danmark. Vi fann också att nederländska användare inte kunde identifiera sig med termen "självdestruktiv", som användes i hela SAFE-appen. Vi definierade begreppet inte bara som ovanligt, utan också stigmatiserande. Därför har den anpassats för "personer som skadar sig själva" i den nederländska versionen. På samma sätt fann vi att danska användare föredrog en mer informell ton. Vi fastställde också de tekniska kraven för anpassning, där de två apparna skilde sig avsevärt åt. Den underliggande tekniska infrastrukturen för SAM-applikationen har redan förberetts för flera språk, vilket gör det enkelt att anpassa. Å andra sidan har SAFE-appen klonats och konfigurerats på nederländska.

Definiera:

- ☐ Målgrupp(er)
- ☐ Deras behov och utmaningar
- ☐ Kulturella eller andra skillnader mellan länder
- ☐ Framgångsfaktorer
- ☐ Användarresa och arbetsflöde för kliniker
- ☐ De juridiska och regulatoriska krav som den digitala lösningen för psykisk hälsa måste uppfylla
- ☐ Funktionella och tekniska krav hos utvecklare

Idégenerera



Vad?

Ideate-fasen innebär att utforska ett brett utbud av alternativ. Denna utforskning är viktig innan vi begränsar oss till de mest lovande lösningarna som uppfyller de definierade behoven, utmaningarna och potentiella kulturella skillnaderna hos de avsedda användarna. Detta är en möjlighet att förbli experimentell och få nya perspektiv, vilket skapar en grund för kreativ problemlösning.

Hur?

När det gäller idéutveckling är det ofta ett lagarbete. Oavsett om det är **brainstorming** eller **mindmapping** är dessa metoder en utmärkt utgångspunkt för att utforska idéer och ta itu med definierade behov, utmaningar och potentiella kulturella skillnader. Dessa metoder hjälper till att strukturera kollektiva idéer för att möta användarnas behov. Att involvera de avsedda användarna i brainstorming kan vara avgörande för att få olika perspektiv och idéer om funktionerna i den önskade lösningen samtidigt som du stärker dina användare, särskilt i co-design. En annan användbar metod är **How Might We**, där du omformulerar användarutmaningar till öppna frågor för att stimulera kreativt tänkande och idégenerering.

Under vår pilot reflekterade vi över hur innehållet och informationen i SAM- och SAFE-apparna skulle kunna anpassas för att möta definierade behov och kulturella skillnader. I denna process involverades även berörda kliniker för att ge sin syn på de nödvändiga förändringarna.

I idéfasen kan det också vara bra att träffa utvecklare för att diskutera tekniska alternativ, oavsett om det handlar om att anpassa en befintlig lösning eller utveckla en ny. Dessutom hjälper det till att utarbeta en handlingsplan som beskriver hur lösningen kan anpassas och testas med de tilltänkta användarna på den nya marknaden.

Även när man anpassar befintliga lösningar spelar idéfasen en liten men avgörande roll. Även om det övergripande konceptet redan är etablerat kan processen erbjuda nya perspektiv på lösningen. Detta kan skapa möjligheter för förbättringar och nya funktioner i den befintliga lösningen och potentiella ekonomiska begränsningar. Under vårt pilotprojekt började vi samla in, förbereda och översätta det nödvändiga innehållet för båda apparna till nederländska och danska. Samtidigt skapade vi olika versioner av appens innehåll (t.ex. en informell och formell ton) som kunde användas i våra prototyper.

Vad vi lärde oss av den här fasen

Översättningsprocessen innebar utmaningar för båda applikationerna. SAFE-appen använde AI-genererade översättningar som korrekturlästes av kliniker, vilket var tidskrävande. SAM-appen använde professionella översättare, men deras begränsade kunskap om branschen för psykisk hälsa skapade problem. Betydande erfarenhet inkluderar noggrann förberedelse av innehåll, involvering av professionella i översättning och korrekturläsning av erfarna kliniker. Processen belyste behovet av tydliga rutiner och överenskommelser om vem som gör vad och när.

Tekniskt sett hade SAM-appen stöd för flerspråkiga funktioner som gjorde det möjligt för användarna att välja sitt föredragna språk, vilket gjorde den danska anpassningen enklare. Å andra sidan var SAFE-appen utformad för danska användare, vilket innebar att appen måste klonas och dess innehåll måste extraheras för översättning, vilket komplicerade processen.

Göra

Var öppen för idéer och potentiella lösningar.

Utnyttja varandras idéer.

Upprätta tydliga rutiner och kom överens om ansvarsområden under översättningsprocessen.

Gör inte

Ta lätt på översättningsprocessen – se till att det finns tillräckligt med tid för att förbereda materialet och korrekturläsa det.

Checklista:

- ☐ Brainstorma eller håll en workshop (med intressenter) om hur den digitala lösningen för psykisk hälsa kan uppfylla ovanstående definitioner.
- ☐ Förbered en plan och tidslinje med utvecklingarna för anpassning eller utveckling av den digitala lösningen.
- ☐ Samla in och översätt det innehåll som behövs för lösningen.

Bygga och prototypa



Vad?

Prototypfasen omvandlar idéer till konkreta modeller som kan testas och upprepas. Denna fas är avgörande eftersom den gör det möjligt att utforska och förfina potentiella lösningar genom direkt användarinteraktion och flera iterationer. Genom att skapa prototyper kan du snabbt identifiera vad som fungerar och vad som inte fungerar, samt insikter om hur användarna interagerar med lösningen och vilka förbättringar som kan göras.

Hur?

De huvudsakliga aktiviteterna i denna fas inkluderar skapandet av lösningsprototyper som kan testas och förfinas över flera iterationer.

Low-fidelity-prototyper är snabba, enkla och billiga illustrationer, till exempel skisser eller pappersmodeller. Däremot är **högupplösta prototyper** mer detaljerade och interaktiva och ser ut som slutprodukten. Genom att skapa prototyper med hög kvalitet kan du få värdefull feedback från dina målanvändare, förfina din produkt och identifiera potentiella problem innan du går vidare till den slutliga utvecklingen. Genom att genomföra intervjuer med kliniker samlade vi in information om deras syn på prototypens design och funktioner. Under intervjuer kan ett A/B-test också användas för att testa olika versioner av prototyper. Till exempel skapade vi en lågupplöst prototyp

med två versioner av samma innehåll i SAM-appen – skrivet på ett informellt respektive formellt språk – för att testa med läkare. Dessutom använde vi högupplösta prototyper i Figma, vilket gjorde det möjligt för kliniker att få riktad feedback för att förfina båda applikationerna. Efter dessa justeringar förvandlades det anpassade innehållet till en fullt fungerande prototyp som skulle testas med de avsedda användarna.

Vad vi lärde oss av den här fasen

Kombinationen av low- och high-fidelity-prototyper fungerade bra för båda applikationerna. Pappersprototyperna krävde minimala resurser, men gjorde det ändå möjligt för kliniker att ge feedback och göra korrigeringar snabbt. På samma sätt, genom våra A/B-tester, gav kliniker värdefulla insikter om de avsedda användarnas preferenser. Detta ledde till justeringar av våra prototyper innan vi testade dem med de tänkta användarna. Vi har till exempel justerat vägledningen i SAM-appen för att göra den mer handlingsorienterad och användbar.

När vi presenterade de högupplösta prototyperna kunde de tilltänkta användarna tydligt se vad de kunde förvänta sig av SAM och SAFE. Det gjorde det också möjligt för dem att vara mycket specifika om vad de gillade eller ogillade när de utvärderade en mer konkret produkt. Vi lärde oss också att prototyper kräver flera iterationer innan en lösning kan presenteras för de avsedda användarna. Tiden har dock varit väl spenderad, eftersom det har sparat tid i det långa loppet.

Göra

Låt oss ta exemplet med en enkel prototyp, en mening i en text skriven i olika toner eller en pappersmodell av din digitala lösning.

Gör inte

Vänta inte tills du har en fullt fungerande eller perfekt prototyp innan du börjar testa.

Checklista:

- ☐ Förbered dokument för testning, till exempel mock-ops, Figma wireframes, textutdrag, pappersprototyper med mera.
- ☐ Utför ett funktionstest av din prototyp.
- ☐ Samla in feedback om lågupplösta prototyper som ska implementeras i en högupplöst prototyp.

Testa



Vad?

Testfasen fokuserar på att utvärdera och förfinas idéer eller prototyper genom att få direkt feedback från användarna. Denna fas innebär att presentera lösningar för de avsedda användarna, observera deras interaktioner och samla in information för att identifiera styrkor och förbättringsområden. Testning hjälper till att säkerställa att din lösning överensstämmer med användarnas behov och förbättrar effektiviteten och användarvänligheten.

Hur?

Viktiga aktiviteter inkluderar att testa prototyper i flera iterationer och använda olika metoder. Tidiga iterationer med **A/B-testning** eller lågupplösta prototyper kan ge värdefulla insikter om de avsedda användarnas preferenser. Senare iterationer kan fokusera mer på högupplösta prototyper genom **användbarhetstestning** och insamling av feedback genom **intervjuer**, **frågeformulär** och **observationer** för att utvärdera hur användarna interagerar med lösningen. I vår testning av SAM-appen använde vi först A/B-testning med kliniker för att testa två versioner av appens huvudinnehåll. Vi utvecklade och anpassade sedan vår high-fidelity-prototyp för att testa användbarhet och utvärdera hur de tilltänkta användarna interagerade med appen. Användbarhetstestning kan innefatta olika metoder. Till exempel kombinerade vi intervjuer, observationer och att tänka högt-tester där användarna utförde specifika uppgifter samtidigt som de delade med sig av sina tankar. Detta hjälpte oss att förstå hur de interagerade med prototyperna.

Göra

Prioritera direkt interaktion med alla målgrupper för de avsedda användarna, om möjligt.

Leta efter metoder som kräver mer ansträngning, eftersom de ofta ger de mest värdefulla resultaten (t.ex. att tänka högt).

Säkerställa efterlevnad av regulatoriska och etiska riktlinjer vid testning i kliniska populationer.

Gör inte

Nöj dig inte med en enda iteration av tester.

För optimal testning bör iterativa testcykler användas, där information från ett test möjliggör förbättringar i nästa, så att designen gradvis anpassar sig till användarens förväntningar och krav. Skapa en säker miljö där användarna kan interagera med lösningen på samma sätt som i verkligheten, och låt dem välja en miljö som gör att de kan välja en säker och naturlig miljö. **Thinking Out Loud-testerna** uppmuntrar användarna att sätta ord på sina tankar när de navigerar genom din prototyp. Detta kan avslöja dolda utmaningar eller ouppfyllda behov. Genom att dokumentera resultaten blir testning ett värdefullt verktyg för att validera hypoteser och säkerställa att din lösning är relevant och uppfyller de tilltänkta användarnas behov.

Dessa praktiska tester gör det möjligt för användare att realistiskt uppleva lösningens funktioner, vilket ger värdefulla insikter om användbarhet och effektivitet. Att observera användarinteraktioner med prototypen gav viktiga data för ytterligare förbättringar och säkerställde att lösningen skräddarsyddes efter användarnas behov. Tänk på att även om den här fasen är viktig för att förfina lösningen, kräver den också tid och resurser.

Vad vi lärde oss av den här fasen

Det finns olika för- och nackdelar med att testa strategier för användarrekrytering. För SAM-appen gav uppsökande verksamhet via sociala medier, patientorganisationer och kommuner direkt tillgång till de avsedda användarna för feedback ansikte mot ansikte, vilket gav djupgående insikter. Å andra sidan var rekryteringen i SAFE-appen tvungen att fokusera på kliniker, patienter och anhöriga. Eftersom det var lätt att rekrytera kliniker involverades patienter och närstående genom kliniker, vilket resulterade i indirekt tillgång och återkoppling genom frågeformulär. Detta gjorde det svårare att få omedelbar feedback från patienter och vårdgivare, vilket resulterade i mindre djupgående information. Slutsatsen är att direkt uppsökande verksamhet kräver en betydande insats för att engagera intressenter, men ger värdefulla fördelar i form av djupare insikter.

Checklista:

- ☐ Skapa en intervjuguide för användbarhetstestning, inklusive en handlingsplan, uppgifter, frågor och A/B-scenarier.
- ☐ Testa identifierade behov och utmaningar med hjälp av metoder som personliga eller onlineintervjuer eller frågeformulär.
- ☐ Genomför 3-5 användbarhetstester ansikte mot ansikte med de avsedda användarna (med hjälp av think-aloud-metoden).
- ☐ Granska resultaten – uppfyller din prototyp de tilltänkta användarnas behov?
- ☐ Förfin det översatta innehållet och funktionaliteten i din digitala lösning baserat på resultaten av prototyptester.

Viktiga överväganden när man skalar upp en digital lösning för psykisk hälsa i en transnationell kontext

När en digital lösning för psykisk hälsa skalas upp till ett annat land finns det flera kritiska faktorer som måste beaktas för att säkerställa att lösningen är kulturellt relevant, tillgänglig och effektiv. Nedan följer våra viktigaste överväganden när designtänkande tillämpas för att anpassa, testa och skala upp en ny marknad.

Genomför djupgående marknadsundersökningar

Börja med att förstå landskapet för psykisk hälsa på din nya marknad, kulturella normer, värderingar, attityder och beredskap för digitala lösningar för psykisk hälsa. Identifiera befintliga lösningar och tjänster där det finns luckor och hur din lösning kan fylla dem. Denna forskning är viktig för att förstå marknaden och användarna, samt för att identifiera potentiella lokala experter och partners som kan hjälpa till med anpassning och implementering.

Samarbeta med lokala experter

Att etablera (formella) samarbeten med lokala organisationer för psykisk hälsa, yrkesverksamma och samhällsledare kan vara avgörande när man expanderar till ett nytt land. Deras perspektiv kan hjälpa till att navigera i språkliga och kulturella nyanser, regelkrav och tillgänglighetsutmaningar. Lokala organisationer har ofta en stor räckvidd, vilket hjälper till att optimera marknadsundersökningar, anpassning av lösningar och implementering. Samarbete med en lokal enhet är särskilt värdefullt för att förstå den lokala kontexten och få tillgång till de avsedda användarna för intervjuer eller användbarhetstester.

Tillämpa designtänkande som en iterativ process

Att tillämpa designtänkande med användarinvolvering är en cykel av kontinuerlig testning, feedback och förbättring, där det ibland är nödvändigt att gå fram och tillbaka mellan faserna. Varje iteration ger värdefull information som kan hjälpa till att anpassa och förfinas lösningen för att bättre uppfylla användarnas behov. Därför bör de tidigare faserna ses över och revideras i takt med att ny information framkommer. Denna flexibilitet är avgörande för att utveckla en användarvänlig lösning som verkligen möter användarnas utmaningar och behov.

Ta hänsyn till kulturella, socioekonomiska, politiska och andra skillnader

Kulturella skillnader kan ta sig uttryck på många sätt, till exempel genom hälso- och sjukvårdssystem, språk, etnicitet, religion och traditioner. När det gäller språk måste dokument översättas av professionella översättare eller personer som har språket som modersmål. Engagera användarna för att säkerställa tydlighet och relevans. Visuella element och exempel bör också vara inkluderande och mångsidiga. Dessutom kan uppfattningarna om psykisk hälsa och stigmatisering variera, så det är viktigt att samarbeta med lokala experter för att se till att lösningen är skraddarsydd för målgruppens kulturella sammanhang och känslighet.

Se till att det finns tillräckligt med tid för översättning och lokalisering

Översättning och anpassning till det lokala sammanhanget bör inte underskattas. Det är viktigt att avsätta tillräckligt med tid för detta, både i början och under hela processen. Frekventa optimeringar kan vara nödvändiga när du går igenom de olika stadierna av designtänkande. Det är lämpligt att involvera de olika intressenterna, särskilt de avsedda användarna, för att se till att regionala särdrag och kontextuella nyanser beaktas på lämpligt sätt.

Tydliggör förväntningarna hos de avsedda användarna

Sätt tydliga förväntningar genom att ange vad du ber användarna om, varför och hur lång tid det kommer att ta. Se till att inbjudan att delta är lätt att förstå, informativ och inbjudande. Ge användarna tillräckligt med information för att förstå syftet med deras deltagande och deras roll i processen. Var tydlig med värdet av deras bidrag, liksom gränserna för deras beslutsmakt och inflytande på den slutliga lösningen. Detta hjälper till att säkerställa att användarna är välinformerade, engagerade och medvetna om hur deras ansträngningar kommer att påverka utvecklingsprocessen. Du kan också visa din tacksamhet för deras bidrag genom att erbjuda små uppskattningar efter tester, intervjuer eller andra aktiviteter.

Prioritera säkerhet och flexibilitet

När man arbetar med utsatta grupper är det viktigt att följa etiska riktlinjer och skapa en respektfull och säker miljö för brukardeltagande. Sök råd från kliniker eller vårdgivare för att bättre förstå och engagera användarna på deras villkor. Var uppmärksam på användarnas komfortnivåer under testningen och var flexibel om vissa uppgifter känns obekväma för dem. Anpassa tillvägagångssättet efter deras behov. Dessutom bör du vara medveten om dina egna eller andras förutfattade meningar om psykisk hälsa och undvika fördomar i tillvägagångssättet.

Säkerställ efterlevnad av regulatoriska krav

Få en översikt över den rättsliga ramen för digitala insatser för psykisk hälsa i mållandet för att få en realistisk bild av de potentiella (ytterligare) kostnaderna. Denna aspekt bör integreras i utvecklings- och expansionsprocessen för att säkerställa överensstämmelse med nationella lagar och andra författningar. Beroende på vilken typ av ingripande det rör sig om måste du också uppfylla kraven på integritet och dataskydd i enlighet med lokala standarder, t.ex. den europeiska allmänna dataskyddsförordningen (GDPR), förordningen om medicintekniska produkter (MDR) eller i vissa fall den europeiska AI-lagen. Följ även lokala tillgänglighetsstandarder som Web Content Accessibility Guidelines (WCAG). Beroende på vilken digital lösning som används kan det också vara nödvändigt att integrera den med befintliga hälso- och sjukvårdssystem, till exempel hälso- och sjukvårdssystemet, elektroniska patientjournaler eller befintliga tjänster för psykisk hälsa.

Säkerställa en hållbar finansiering

Det är viktigt att ha tillräcklig finansiering eller en solid affärsplan tidigt i designtänkandet och att ta hänsyn till ekonomisk lönsamhet i alla skeden. Även den bäst utformade lösningen kan misslyckas utan ekonomiskt stöd, eftersom brist på resurser kan förhindra underhåll, vidareutveckling och långsiktig hållbarhet. En finansieringsplan hjälper till att säkerställa att lösningen kan skalas och förbli livskraftig, vilket är avgörande för hållbar framgång.



Bilaga till metoder

Denna bilaga fungerar som ett "metodbibliotek" över framgångsrika metoder som vi arbetat med under eller före SUPER-projektet. De olika metoderna presenteras kortfattat, tillsammans med länkar till ytterligare resurser och vägledning.

Vi delade med oss av detaljer om de metoder som använts (t.ex. intervjufrågor, personas, prototyper) samt tillhörande data och resultat via ramverket för öppen vetenskap (<https://osf.io/wpax5/>). Mer detaljerade resultat kommer också att publiceras i en vetenskaplig artikel.

Metod:

Fokusgrupper: Fokusgrupper är en värdefull kvalitativ metod där en grupp tilltänkta användare eller relevanta intressenter samlas för att diskutera och ge feedback på ett koncept, en prototyp eller en produkt. Dessa diskussioner modereras vanligtvis för att säkerställa att ett brett spektrum av perspektiv och idéer samlas in. Huvudmålet är att få detaljerade insikter som kan ligga till grund för beslutsprocesser och produktutveckling och, viktigast av allt, förbättra användarupplevelsen avsevärt.

För mer information finns det omfattande tips för att planera och facilitera fokusgrupper, till exempel från Interaction Design Foundation (<https://www.interaction-design.org/literature/article/how-to-conduct-focus-groups>).

Enkätundersökningar: Enkätundersökningar är en kvantitativ forskningsmetod där strukturerade frågeformulär skickas till en stor grupp avsedda användare eller relevanta intressenter. Denna metod är effektiv för att samla in information om användarnas preferenser, beteenden och attityder. Enkätundersökningar gör det möjligt att snabbt och effektivt identifiera trender och mönster i en målgrupp. Den insamlade datan kan sedan analyseras för att fatta välgrundade beslut. Denna metod möjliggör en bred förståelse för målgruppens behov.

För mer information finns det en omfattande guide om hur man skickar ut enkätundersökningar, t.ex. från Nielsen Norman Group (<https://www.nngroup.com/articles/surveys-design-cycle>).

Intervjuer: En en-till-en-metod som gör att du bättre kan förstå användarupplevelser, behov och utmaningar. Intervjuer ger en detaljerad förståelse och möjlighet att ställa följdfrågor och fördjupa sig i relevanta ämnen som uppstår under intervjun.

För mer information finns det omfattande riktlinjer för hur man genomför intervjuer, till exempel Universal Design Guide (<https://universaldesignguide.com/method/user-interviews/>).

Brainstorming: Brainstorming är en dynamisk och samarbetsinriktad aktivitet som främjar kreativitet och innovation. Deltagarna delar fritt med sig av idéer och lösningar utan kritik, vilket skapar en öppen miljö för nytänkande och okonventionella tillvägagångssätt för ett problem. Målet är att skapa så många idéer som möjligt, som sedan kan undersökas, förfinas och potentiellt utvecklas till relevanta lösningar.

För mer information finns det många tips för brainstorming, till exempel från IDEO (<https://www.ideo.com/pages/brainstorming>).

Mind mapping (Mind mapping) En visuell teknik för att organisera idéer, koncept eller problem genom att koppla ihop tankar och relaterad information. Denna metod främjar brainstorming och lyfter fram kopplingarna mellan dina idéer och ämnena och anteckningarna, vilket möjliggör tydligt tänkande och problemlösning. Den intuitiva strukturen främjar kreativitet och ger en bättre förståelse för komplexa problem.

För mer information finns det omfattande tips samt digitala verktyg för att skapa en tankekart, till exempel från Canva (<https://www.canva.com/graphs/mind-maps/>).

Personas : Personas är fiktiva men realistiska karaktärer som representerar de användare du är avsedd för baserat på användardata och sökningar. De hjälper till att skapa en tydlig förståelse för användarnas behov och vägleder utvecklingsprocessen. Du behöver kvalitativa och kvantitativa data för att identifiera mönster och egenskaper hos användarna. När uppgifterna har samlats in skapar du en detaljerad persona som beskriver deras mål, utmaningar och behov.

För mer information finns det omfattande tips för att skapa en persona, till exempel från Nielsen Norman Group (<https://www.nngroup.com/articles/personas-study-guide/>).

User Journey / User Journey Mapping: Användarresor visualiserar de steg som dina användare går igenom för att uppnå ett mål med hjälp av en produkt eller tjänst. De hjälper till att förstå användarupplevelsen, inklusive känslor, behov och utmaningar. Genom att dela upp processen i tydliga steg kan användarresor lyfta fram områden som inte går bra eller förbättringar som kan göras. Detta gör det lättare att ge en bättre användarupplevelse, hitta svaga punkter och göra vägen till målet så smidig som möjligt.

För mer information finns det omfattande tips om att skapa användarresor, till exempel från Yale universitet (<https://usability.yale.edu/understanding-your-user/user-journey-maps>) .

Low-fidelity prototyper: Low-fidelity prototyper är enkla modeller, ofta på papper, som används för att testa idéer och koncept innan man investerar i mer avancerade prototyper. Dessa enkla prototyper gör det möjligt att testa ett koncept med användare och intressenter för att samla in feedback och snabbt identifiera potentiella problem. Den här metoden möjliggör snabba iterationer, experiment och innovation. När mer resurser investeras i detaljerade prototyper kommer designen också att vara bättre informerad och fokuserad på en möjlig lösning.

Om du vill ha mer information finns omfattande vägledning om hur du skapar högupplösta prototyper, till exempel från Interaction Design Foundation (<https://www.interaction-design.org/literature/article/prototyping-learn-eight-common-methods-and-best-practices>).

High-fidelity prototyping: Med hjälp av digitala designverktyg som Figma kan du skapa detaljerade, interaktiva high-fidelity-prototyper som kan testas, delas och itereras på innan den slutliga lösningen utvecklas. Det kommer att ge dig värdefulla insikter och feedback från de avsedda användarna, så att du kan identifiera potentiella problem och möjligheter till förbättringar. Med detta kan du justera och förfinas din lösning innan du lägger tid och resurser på att utveckla den slutliga lösningen.

För mer information finns det omfattande tips för att skapa en högupplöst prototyp, till exempel från Figma (<https://www.figma.com/resource-library/high-fidelity-prototyping/>).

Litteratursökning: Litteratursökning är processen att granska befintliga data, studier, rapporter eller artiklar för att få insikter om trender eller problem utan att interagera direkt med användarna. Detta gör det möjligt för forskare att analysera och förstå ett bredare sammanhang baserat på tidigare insamlad information. Det är en kostnadseffektiv och tidsbesparande metod för att samla in värdefull data, identifiera mönster och fatta välgrundade beslut innan de tilltänkta användarna eller relevanta intressenter är inblandade.

För mer information finns omfattande råd om hur man genomför skrivbordsundersökningar, till exempel från Nielsen Norman Group (<https://www.nngroup.com/articles/secondary-research-in-ux>).

A/B-testning: A/B-testning är en process där man jämför två versioner av samma innehåll eller lösning för att avgöra vilken version som presterar bäst. Den här metoden hjälper till att optimera designbeslut genom att jämföra användarinteraktioner och resultat. Du kan identifiera de mest engagerande funktionerna och göra datadrivna förbättringar genom att analysera resultaten.

För mer information finns omfattande råd om A/B-testning, till exempel från Nielsen Norman Group (<https://www.nngroup.com/articles/ab-testing/>).

Användbarhetstestning: Användbarhetstestning utförs med avsedda användare för att bedöma produktens användbarhet och samla in feedback om användarupplevelsen. Avsedda användare interagerar med produkten/prototypen samtidigt som de observerar och samlar in feedback om sin upplevelse. Målet med mätningen är att identifiera problem och bättre förstå hur avsedda användare interagerar med lösningen. Detta säkerställer att lösningen uppfyller behov och förväntningar, och ger möjlighet att ytterligare förfinas och utveckla lösningen.

För mer information finns det omfattande vägledning om användbarhetstestning, till exempel från Yale University (<https://usability.yale.edu/usability-testing/usability-testing>).

Observationer: Att observera användare när de interagerar med en produkt eller prototyp i en naturlig miljö ger värdefulla insikter om deras beteende och preferenser. Det kan hjälpa till att identifiera potentiella svaga punkter, okända nödlösningar eller användbarhetsproblem. Genom att observera hur de använder lösningen kan du samla in direkt feedback och förstå deras smärtpunkter och preferenser. Denna process är viktig för att förstå de avsedda användarna och avslöja de potentiella utmaningar och frustrationer de kan stöta på.

För mer information finns det omfattande vägledning om observationer, t.ex. från Medium (<https://medium.com/@ashraful.ruet15/observation-in-the-design-thinking-process-44f065616f70>).

Hur skulle vi kunna göra det: Metoden "Hur kan vi" hjälpa till att formulera utmaningar i form av öppna frågor som främjar innovativa lösningar. Denna metod förvandlar gränser till lösningar och uppmuntrar till ett mer kreativt förhållningssätt till problemlösning och lagarbete. Genom att fråga "Hur skulle vi" kunna gå från gränser till möjligheter, vilket inbjuder till ett bredare spektrum av idéer och teambaserad problemlösning.

Mer information finns i din beskrivning av hur du ställer frågor om hur du ställer frågor om hur vi kan ställa frågor, till exempel i Design Kit (<https://www.designkit.org/methods/how-might-we.html>).

Referenser

1. Brotherdale R, Berry K, Branitsky A, Bucci S. Samproduktion av digitala interventioner för psykisk hälsa: en systematisk översikt. *Siffrig hälsa, siffra hälsa*; 2024 januari 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 Serious Mental Illness for Online Mental Health Interventions: A Multi-Method Qualitative Approach. *Design för hälsa Routledge*; Den 2 september 2022; 6(3) :316–344. DOI: 10.1080/24735132.2022.2145814
3. Jarke, J. Samskapande av digitala offentliga tjänster. *Springer Offentlig förvaltning och informationsteknik*; 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. Användarengagemang i digital mental hälsa: tillvägagångssätt, potential och behovet av riktlinjer. *Front Digit Health Frontiers Media SA*; 2024 22 augusti;6. DOI : 10.3389/fdgth.2024.1440660
5. Mao JY, Vredenburg K, Smith PW, Carey T. Tillståndet för användarcentrerad designpraxis. *Vanlig ACM ACMPUB27New York, NY, Förenta staterna*; den 1 mars 2005. 48(3) :105–109. DOI: 10.1145/1047671.1047677
6. Slipmaskiner EBN, Stappers PJ. Samskapande och nya designlandskap. *Co-design av Taylor & Francis*; 2008; 4(1) :5–18. DOI: 10.1080/15710880701875068
7. Bogers M, Afuah A, Bastian B. Användare som innovatörer: En granskning, kritik och framtida forskningsinriktningar. *J Förvalta* 2010; 36(4) :857–875. DOI: 10.1177/0149206309353944
8. Moore G, Wilding H, Gray K, Castle D. Deltagande metoder för att engagera hälso- och sjukvårdsanvändare i utvecklingen av e-hälsoresurser: en systematisk översikt. *J Participle Med* 2019; 11(1):e11474 <https://jopm.jmir.org/2019/1/e11474> *Tidskrift för participatorisk medicin*; den 22 februari 2019; 11(1):E11474. Ref.: 33055069
9. Kip H, Keiser J, da Silva MC, Jong NB De, Köhle N, Kelders SM. Metoder för utveckling av människocentrerad e-hälsa: En genomgång av narrativ omfattning. *J Med Internet Res* 2022; 24(1):e31858 <https://www.jmir.org/2022/1/e31858> *Tidskrift för medicinsk forskning på Internet*; den 27 januari 2022; 24(1):E31858. Ref.: 35084359
10. De Witte NAJ, De Cat A, Vandenhoude H, Vermeylen S, Van der Auwera V, Broeckx L, Adriaensen I. Hållbart användarengagemang: bygga en användargemenskap och främja sökning av hög kvalitet. *anta utmaningen att inkluderas i De Gruyters innovation*; Den 4 november 2024; 35–60. DOI: 10.1515/9783111241036-003

GGz Centraal (NL), Center for Digital Psychiatry (DK) och Thomas More University of Applied Sciences (BE) samarbetade i detta projekt. GGz Centraal och Centrum för Digital Psykiatri är redan i full gång med att involvera användarna i utvecklingen av sina applikationer. Samtidigt har Thomas More University of Applied Sciences genomfört flera praktikorienterade forskningsprojekt där intressenter har varit involverade i utvecklingen och implementeringen av digitala lösningar för psykisk hälsa.

GGz Centraal (NL)

GGz Centraal, det fjärde största psykiatriska sjukhuset i Nederländerna, erbjuder specialiserad behandling för psykiska störningar genom diagnos, rådgivning med mera. De ger vård till personer med psykisk ohälsa och utvecklar användarcentrerade lösningar och stöd. I detta sammanhang utvecklade de tillsammans med kunder appen Stress Autism Mate (SAM).



Centrum för digital psykiatri (DK)

Centrum för digital psykiatri i Region Syddanmark är en pionjär när det gäller att använda digitala lösningar för att främja psykisk hälsa och psykiatrisk behandling. Centret möter effektivt psykiatrins behov genom teknik som förbättrar kvaliteten, tillgängligheten och flexibiliteten för patienter och deras familjer.



Thomas More Universitet för tillämpad vetenskap (BE)

Psykologi och teknik vid Thomas More University of Applied Sciences bedriver tillämpad och praktikorienterad forskning inom det breda området digital mental hälsa. Fokus ligger på samspelet mellan de två områdena och den synergi de skapar, särskilt inom området psykiatrisk vård och interaktion mellan människa och teknik.



**Interreg
North Sea**



**Co-funded by
the European Union**

SUPER