

Digital støtte til livsstilsændringer hos mænd med prostatakræft

Oplægsholder: Dorte Furstrand, ph.d.-studerende

*Kræftens Bekæmpelses Forskningscenter og Institut for Folkesundhed,
Københavns Universitet*

Resumé:

I emil-projektet har vi undersøgt, hvordan man kan møde mænd med prostatakræft i bagagen, dér hvor de er. Gennem både et etnografisk kikk på mændenes hverdag, et co-creation design forløb og en afsluttende test af en kørende prototype, Klubhuset, har vi oparbejdet en viden om deres tilgang til både livsstilsændringer og teknologi, der var uundværlig for designet af et koncept til digital støtte af livsstilsændringer, rettet mod netop dem.

I løbet af projektet har jeg talt med mændene, fulgt dem rundt i hverdagen, lavet mad, cykeltrænet, og været med til spanskundervisning. Jeg har lært dem at kende. Og jeg har derigennem lært en masse om dem, som man er nødt til at tage hensyn til, hvis man designer til dem. F.eks. ser de ikke sig selv som syge – så man skal ikke behandle dem som en patientgruppe. De gider ikke noget snakkeri, men vil gerne dele erfaringer og støtte hinanden. Og de har ikke svært ved at føre ting ud i livet, hverken livsstilsændringer eller brug af digitale værktøjer – hvis først de kan se meningen med det. Men dét er udfordringen, for ”det er ikke nemt at lære gamle hunde nye tricks”, som de siger.

I oplægget præsenteres den model, omkring livsstilsændringer hos mænd, som vi har udviklet i løbet af projektet. Jeg vil vise, hvordan dette blev oversat til et interaktivt digitalt miljø til mændene, og hvordan vi har brugt forståelsen for mændene og deres hverdag, i udviklingen af designet.

3 budskaber som deltagerne kan forvente at få med hjem fra oplægget

- ❖ Hvilken indflydelse fik det på designet af et system, at brugerperspektivet blev inddraget gennem hele processen?
- ❖ Hvordan kan man oversætte fra brugergruppens præferencer til en digital platform?
- ❖ Klubhuset kom til at afspejle en række af mændenes ønsker og understøtte deres tilgang til livsstil – kom forbi og se, hvordan det så ud i praksis