Käyttäjälähtöisyyden huomioiminen ja tulevaisuuden ennakointi hyvinvointiteknologian kehittämisessä

14.12.2020

Liian usein hyvinvointiteknologian kehittämisessä lähdetään liikkeelle teknologinen innovaatio edellä. Parempiin tuloksiin päästäisiin, kun lähdettäisiin luomaan uusia, hyödyllisiä tuotteita asiakkaiden tarpeiden näkökulmasta. Käyttäjälähtöinen suunnittelu olisi järkevää, koska se antaisi mahdollisuuden asiakkaan äänen kuulemiseen ja perustuisi käyttäjän asettamiseen keskiöön uutta sovellusta, toimintaa tai palvelua suunniteltaessa. Käyttäjän toiveet ja tarpeet tulisi huomioida koko suunnitteluprosessin ajan, näin voitaisiin varmistaa, että hyvinvointiteknologinen lopputuote olisi sekä helppokäyttöinen että hyödyllinen. Olisi hyvä kartoittaa eri ikäisten ja erilaisia sairauksia sairastavien tarpeita haastattelu- ja kyselytutkimuksilla ennen uusien tuotteiden kehittämistä.

Muutos on jatkuvaa sekä yksilötasolla että yhteiskunnan tasolla. Vielä 1990-luvulla eri sairauksia sairastavien omahoidon ohjaus ja sairauksien ennaltaehkäisyä koskeva neuvonta toteutettiin pääsääntöisesti kontaktiohjauksena. 2000-luvun alkupuolella ohjausta toteutettiin enenevästi etäohjauksena erilaisia mobiilivälineitä hyödyntäen. 2020-luvulla tarvitaan yhä enemmän etäohjausta, mutta asiakkaat eivät ole enää tyytyväisiä perinteiseen etäohjaukseen, vaan he odottavat ohjauksen sisällöltä ja menetelmiltä enemmän kuin aikaisemmat sukupolvet. Etäohjauksen kehittämisessä on huomioitava sekä ohjauksen saavutettavuus että myös milleniaalien erilaiset tarpeet ja toiveet. Hyvinvointiteknologisten innovaatioiden käyttäjälähtöisyyden onnistumisen edistämiseksi olisikin hyvä rekrytoida mukaan milleniaaleja. Kehittämistyössä olisi hyvä huomioida ennakoiva ja visionäärinen tuotesuunnittelu.

Milleniaalien tarpeet

Atte ja Karoliina Mellasen ”Hyvät, pahat ja millenniaalit – miten meitä tulisi johtaa” -teoksessa (2020) kuvataan milleniaalien suuria odotuksia tulevaisuuden työelämälle. Heidän kerrotaan olevan kunnianhimoisia ja kilpailuhenkisiä sekä haluavan elämältään ja työltään erilaisia asioita kuin aikaisempien sukupolvien. Tilanteesta tekee haastavan se, että milleniaalien sukupolvi on kärsimättömämpi kuin aikaisemmat sukupolvet, koska he ovat tottuneet saamaan kaiken heti. Lisäksi he ovat teknologiariippuvaisempia kuin aikaisemmat sukupolvet, koska he ovat kasvaneet digitalisoituneeseessa ympäristössä, jossa lähes kaikkien asioiden hoitaminen tapahtuu älypuhelimella tai muilla mobiilivälineillä. Heille on tyypillistä, että aina on oltava tavoitettavissa.

Suunniteltaessa tulevaisuuden hyvinvointiteknologiaa on huomioitava milleniaalien tarpeet ja toiveet.

Hyvinvointiteknologisten ratkaisujen tulee olla hektiseen, virtuaalispainotteiseen elämään sopivia. Niiden tulee olla ketteriä, yksilöllisesti sovellettavia ja nopeasti muunneltavissa olevia. Hyvinvointiteknologisten ratkaisujen ja sovellusten kehittäminen edellyttääkin asiantuntijoilta tulevaisuuden ennakointitaitoa ja laaja-alaista osaamista.

Milleniaalien ennustetaan kärsivän erilaisista sairauksista kuin aikaisempien sukupolvien. Erilaisia virtuaalisia sovelluksia koko ajan seuratessaan he ovat alttiimpia hyperaktiivisuudelle, keskittymiskyvyttömyydelle, työuupumukselle ja masennukselle. Lisäksi heillä on enemmän päihde- ja huumeriippuvuutta kuin aikaisemmilla sukupolvilla. Fyysisten sairauksien näkökulmasta tarkasteltuna he kärsivät eniten diabeteksesta, verenpainetaudista ja suolistosairauksista. (Blue Cross Blue Shield Association 2019.) Nämä seikat on tärkeä huomioida hyvinvointiteknologisia välineitä ja menetelmiä suunnitellessa. Miten ennaltaehkäistä jatkuvasta virtuaalitulvasta ja hektisestä elämänrytmistä aiheutuva virtuaalistressi ja infoähky ? Miten milleniaalin elämään tuodaan levollisia elementtejä ? Heidän elämäänsä ohjaa liian usein virtuaalinen oravanpyörä, joka syö heidän voimavarojaan. Tulevaisuudessa onkin kenties satsattava hyvinvointiteknologisen, virtuaalisen oravanpyörän katkaisemiseen.

Serious games

”Serious games” on päivän sana pitkäaikaissairaiden omahoidon tukemisessa. Pelillisyyden kautta on mahdollista edistää asiakkaiden motivoitumista ja sitoutumista sairautensa hoitoon ja ennaltaehkäisevään terveydenhoitoon. Kohderyhmänä voi olla sekä pitkäaikaisista fyysisistä että psyykkisistä sairauksista kärsiviä. Erilaisten tietokonepelien avulla voidaan vaikuttaa asiakkaiden asenteisiin, tietämykseen, terveyskäyttäytymiseen ja terveystuloksiin. Tärkeää on erilaisten pelien kautta saatava nopea palaute ja mahdollisuus soveltaa peliä omaan tilanteeseen. Pelien avulla on mahdollista edistää asiakkaiden ongelmanratkaisutaitoja ja päätöksentekokykyä.

Hyviä tuloksia pelien hyödyntämisestä on saatu jo mm. diabetes-, astma- ja syöpäpotilaiden osalta. Lisäksi pelien myötä on saatu vaikuttavuutta myös painon hallintaan ja liikunnan lisäämiseen.

Tunneälytaitoja kehittävä animaatio ja pelillisyys osana Ovi auki elämään -hanketta

Ovi auki elämään -hankkeessa on tavoitteena edistää sosiaalisesti vetäytyneiden nuorten elämänhallintaa. Koska suurella osalla sosiaalisesti vetäytyneistä nuorista on vaikeuksia tunnistaa, käsitellä ja ilmaista erilaisia tunteita, hankkeessa pyritään edistämään heidän tunteiden säätelytaitojaan. Koska kohderyhmää on haasteellista tavoittaa paikan päällä, mutta heidän tiedetään viihtyvän hyvin internetissä, heitä pyritään tavoittamaan virtuaalisten kanavien kautta. Hankkeessa valmistettavien animaatioiden lähtökohtana on sosiaalisesti vetäytyneiden nuorten elämysmaailman tavoittaminen. Tähän pyritään pyytämällä muutamia milleniaaleja lukemaan ja kommentoimaan käsikirjoitusta ennen animaatioiden valmistusta. Animaatioihin yhdistetään pelillisyyttä ja erilaisia testausmahdollisuuksia.

Mari Salminen-Tuomaala
TtT, Vastuuyliopettaja, Kliininen hoitotyö
SeAMK Sosiaali- ja terveysala

Lähteet:

Blue Cross Blue Shield Association. 2019. The Health of Millenials.

Mellanen A & K. 2020. Hyvät, pahat ja millenniaalit – Miten meitä tulisi johtaa.