



Från forskning till digitaliserad verklighet: med- och motgångar

2019-05-23 / Vitalis

Agenda (25 min)

- Var kom idén ifrån?
- Vad har hänt sedan 1995?
- Tina hittar utvecklare
- Marcus: "Ånej, ännu en jäkla app!"
- Söka pengar, söka igen, och igen, och jobba lite
- Sammanfattning / resultat

Varför uppstod idén?

- Medveten andning
- Livets erfarenheter
- Varför stress som ämne?
- Hur behandlas personer med stressrelaterad ohälsa inom vården?



Qigong vid Brofjorden

AntiStress medveten andning

Vad har hänt?

- 1995
- 2004/05 CD - pilotstudier
- 2010 CD - RCT-studie
- 2014 Avhandling
- 2016 Ljudfiler på webben
- 2017



Svenska-Arabiska-BKS-Dari-Engelska
Franska-Persiska-Somaliska-Spanska-Tyska

2017 ...

- Potentiell fallgrop #729: Jag råkar vara intresserad av stress
- Avd Vårdens digitalisering kostar inte pengar att anlita
- ”Du Marcus, skulle du kunna göra en insats..?”



”Ånej,
ännu en
jäkla app”



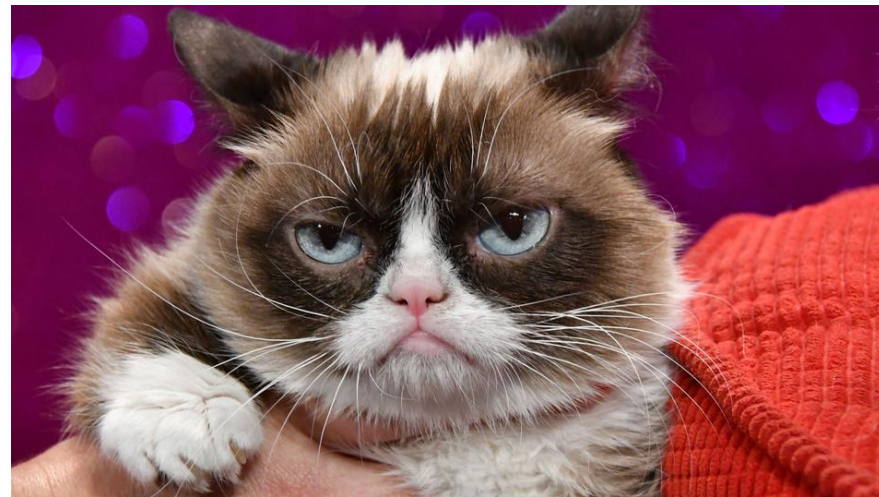
Vägen till framgång...

- South Parks version:
 1. Samla underbyxor
 2. ???
 3. Profit
- ”Har du funderat på [...]?”
- ”Okej då! Vi kör!”
 - Söka pengar!



”Avslag!”

- Neurofysiologi? Sensorer?
Kroppsnära teknik? AI?
Användarcentrerad process?
Tjänstedesignlogik?
- ”Vi bjuder projektet på vår
tid”



Cash!

- Vi tog fram en första prototyp
- Undersökte en datakälla
- Intervjuade konsulter
- Sökte pengar, igen



Cash igen!

- Större projekt
- Entreprenörens sinne, tjänstedesign, etc
- Gerillatestning av prototypen
- Piffar upp designen – inte så formell, alldaglig och tråkig
 - Färgval skiljer mellan kvinnor och män



Hagel av omöjliga frågor...

- "Tina, visst följer ni alla regler, krav, riktlinjer, lagar, förordningar osv, även framtida!?" Va?
- "Vad är ditt lösningsförslag..." Va?
- "GDPR och Privacy by Design..." Va?
- "Strategi för nyttjande av molnet..." Va?
- "Direktupphandling från tredje land..." Va?

Sammanfattning:

- AntiStress som app
- Att inte ge upp!
- Helt plötsligt står någon där och ser det jag ser
- Läroprocess



Nästa steg

- Integrera AntiStress appen med sensor, EEG, Hjärt- Lungfrekvens
- Biomarkörer/Maskininlärning
- Nya utmaningar/nya lösningar
- Testgrupp
- Tjusningen med innovationsarbete



Tack! Frågor?

Psst. Kolla in vgregion.se/antistress



VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN