

8. Perfect Fit: Identiteitsgebaseerde virtuele coach die ondersteunt bij stoppen met roken en meer bewegen - Ontwikkeling en geleerde lessen

Auteur(s)	Anke Versluis ^{1,2} ; Kristell M. Penfornis ³ ; Milon H.M. van Vliet ^{1,2} ; Nele Albers ⁴ ; Bouke Scheltinga ^{5,6} ; Sven van den Burg ⁷ ; Walter Baccinelli ⁷ ; Eline Meijer^{1,2}
Instelling	¹ Public Health en Eerstelijngeneeskunde, Leids Universitair Medisch Centrum ² National eHealth Living Lab, Leids Universitair Medisch Centrum ³ Gezondheids-, Medische en Neuropsychologie, Universiteit Leiden ⁴ Department of Intelligent Systems, TU Delft ⁵ Biomechanical Engineering, Universiteit Twente ⁶ Roessingh Research & Development ⁷ Netherlands eScience Center
Financier(s)	NWO, ZonMw, de Hartstichting, de Topsectoren Life Sciences & Health (LSH), ICT en Creatieve Industrie en het ministerie van VWS en het Netherlands eScience Center
E-mailadres contactpersoon	e.meijer@lumc.nl
<p><u>Trefwoorden</u> virtuele coach; eHealth interventie; identiteit; ontwikkeling; geleerde lessen</p> <p><u>Inleiding</u> Gedragverandering, zoals stoppen met roken, is gemakkelijker als het nieuwe gedrag past bij hoe iemand zichzelf ziet (identiteit). Virtuele coaching kan gedrags- en identiteitsverandering ondersteunen, omdat het altijd beschikbaar is in de eigen omgeving en optimaal kan worden gepersonaliseerd. In het Perfect fit project ontwikkelen we een virtuele coach die rokers ondersteunt om te stoppen met roken en meer te bewegen. We presenteren de interventie en geleerde lessen m.b.t de interventie en de ontwikkeling.</p> <p><u>Methode van onderzoek</u> We gebruikten en combineerden verschillende benaderingen: 1) Reviews van wetenschappelijke literatuur, 2) Empirische studies, 3) Samenwerking met rokers met een lagere socio-economische positie, 4) Content development sprints, 5) Multidisciplinaire samenwerking, en 6) Iteratieve proof-of-concept implementatie in software.</p> <p><u>Resultaten</u> De Perfect Fit interventie integreert evidence-based gedragsveranderingstechnieken en nieuwe technieken gericht op identiteitsverandering, big-data science, sensortechnologie en gepersonaliseerde real-time feedback, waarmee zowel de inhoud van de virtuele coaching als de communicatiestijl aansluit op individuele behoeftes. Geleerde lessen met betrekking tot de interventie laten zien hoe tailoring en de interactie met de virtuele coach optimaal kunnen worden toegepast (bijv. “Licht toe wat de gebruiker gaat doen en waarom”, “Respecteer autonomie van de gebruiker”). Binnen het ontwikkelproces leerden we hoe de multidisciplinaire samenwerking en technische ontwikkeling het beste kunnen worden vormgegeven (bijv. “Zoek een goede balans tussen wensen van de eindgebruiker en mogelijkheden binnen relevante wetgeving”).</p> <p><u>Discussie</u> Het ontwikkelproces was interactief, iteratief en soms ingewikkeld. We hopen dat we anderen kunnen inspireren door de ontwikkelde interventie en geleerde lessen te delen.</p>	