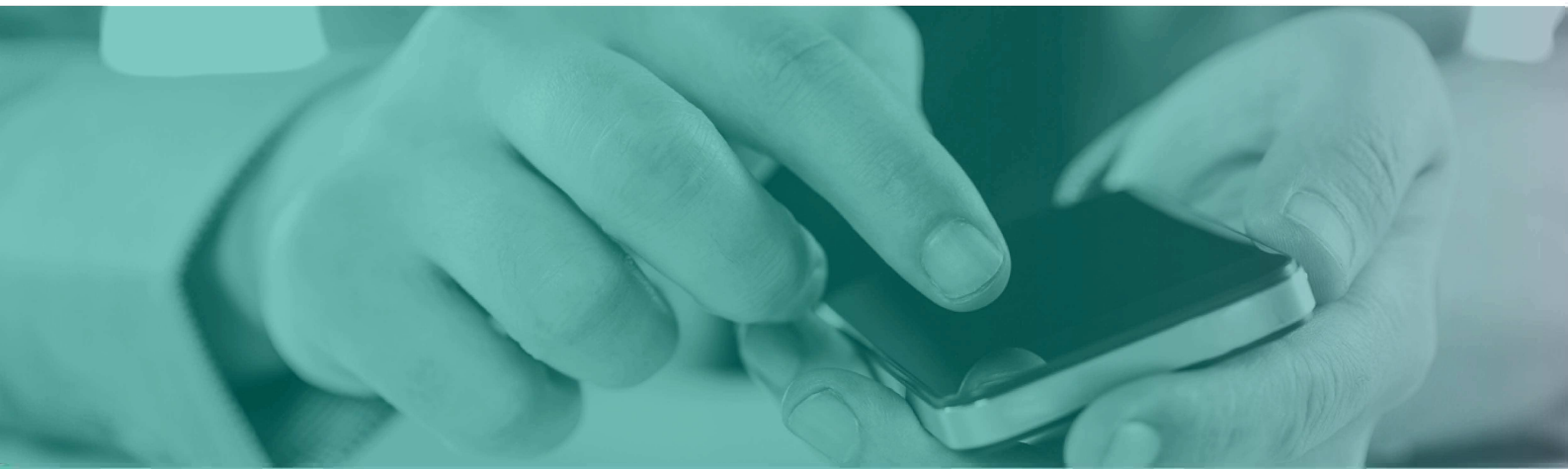


MindApps

Wysa



Appens navn : Wysa

Dato: 15/10/2018

Score: 2,37 ud af 3

Resume:

Wysa er en intelligent chatbot, som man kan skrive med om følelsesmæssige problematikker. Wysa kan forstå og respondere på det du skriver, og vil prøve at hjælpe med dine problemstillinger. Der anvendes evidensbaserede terapiformer som kognitiv adfærdsterapi, samt andre veldokumenterede metoder heriblandt Mindfulness, og yoga. Wysa er udviklet til at hjælpe med problemer som depression, stress, angst, søvnproblemer, lavt selvværd og en række af andre psykiske vanskeligheder

Wysa for den samlede score på 2,37. Fordelene ved denne applikation er, at den kan foreslå specifikke øvelser, der passer til brugeren. derudover er Wysa gratis og til rådighed døgnet rundt, som kan være en fordel for nogle brugere. En ulempe ved Wysa er, at den nogle gange ikke forstår, hvad man skriver. Wysa tilbyder også at man kan være i kontakt med en behandler, dette koster 185 kr om måneden.

Screeningspanel:

Udviklingsforum for brug af digitale teknologier i Børne og ungdomspsykiatrien Region Syddanm +

Navn og titel

Jakob Hyldig Nielsen - Projektmedarbejder, stud.psyk., Telepsykiatrisk Center

Navn og titel

Navn og titel

Navn og titel

Download Links:



Link: <https://itunes.apple.com/us/app/wysa-anxiety-depression-bot/id116658556>



Link: https://play.google.com/store/apps/details?id=bot.touchkin&hl=en_US



Link:

Beskrivelse af appen:

Wysa er en chatbot, der er kan forstå og respondere på følelsesmæssige problematikker. Appen anvender kognitivt adfærdsterapi (KAT), og dialektisk adfærdsterapi (DAT) til at hjælpe brugeren. Derudover kan Wysa foreslå specifikke øvelser rettet mod den enkelte bruger. Målgruppen er 15 til 25 årige, med psykiske vanskeligheder. Wysa er ikke rettet mod nogen specifik lidelse eller problematik, og kan bruges på en bred vifte af problematikker. Det er nemt at komme i gang, og den er intuitivt at bruge.

Udvikler:

Touchkin eServices

Pris og tilkøbspriser i appen:

Gratis for basis, personlig behandler koster 185 kr om måneden.

Sprog:

Engelsk

Målgruppe:

15-25 år

Metode:

Wysa baserer sig på kognitiv adfærdsterapi (KAT) og dialektisk adfærdsterapi (DAT), derudover anvender Wysa metoder som Mindfulness, åndedrætsøvelser, yoga. Alle metoder Wysa anvender er veldokumenteret, og der refereres til specifik forskningslitteratur.

Platform: IOS

Testet appversion: 3.6

Platform: Android

Testet appversion: 0.7.0.3

Platform:

Testet appversion:

Baggrundsinformation

Hvor tydeligt er appens formål beskrevet?

Det fremgår tydeligt ud fra beskrivelsen, hvad formålet med Wysa er.

Hvordan er appen udviklet?

Udviklingsforløbet er velbeskrevet, og har inkluderet fagpersoner. Der fremgår dog ikke, at der er inddraget brugere i denne proces.

I hvilket omfang ydes der support på appen?

Supporten kan være en smule svær at finde, og der er ikke opgivet responstid.

Delscore: 2,33

Klinisk Kvalitet

Har appen dokumenteret effekt?

Der er ingen dokumenteret effekt af Wysa. Men bygger på evidensbaseret metoder.

Er appen baseret på en velbeskrevet og veldokumenteret klinisk metode?

Wysa er baseret på KAT og DAT, samt en række af andre øvelser, som for eksempel Mindfulness, yoga, fysiske aktivitetsøvelser. Derudover bliver der henvist til forskellige videnskabelige studier for hver øvelse, dette gør Wysa meget veldokumenteret, og transparent i sin brug af metode.

Hvor godt er appen tilpasset den målgruppe appen er udviklet til?

Wysa er rettet mod unge mellem 15-25 år, og den anvender elementer der er tilpasset denne målgruppe. De bruger blandt andet animerede figurer og grafik, som er tilpasset unge.

Delscore: 2,00

Funktioner

Hvor ofte opdateres appen og dens indhold?

Wysa opdateres ofte, og der er gode beskrivelser af indholdet, der er blevet opdateret.

Virker appens funktioner efter hensigten?

Funktionerne i Wysa virker generelt godt, og det er meget sjældent at man finder en fejl. Der er dog fundet en fejl i feedback funktionen, hvor man ikke kan komme tilbage, og er nødsaget til at lukke appen.

Er der muligheder for individuel tilpasning af appen?

Man har som bruger ikke særlig mange muligheder for tilpasning. Dog kan Wysa tilpasse sig brugeren, ved blandt andet at foreslå specifikke øvelser, ud fra den information man giver Wysa.

Delscore: 2,33

Design

Hvordan understøtter appens design brug og navigation?

Wysa har et simpelt design, der er intuitivt at anvende. Den har fire hovedmenuer, der er sorteret efter indhold. Derudover foreslår Wysa svarmuligheder, som ofte bliver brugt. Det understøtter brugen af Wysa, kan gøre oplevelsen mere brugervenlig.

Hvordan motiverer appen brugeren?

Wysa formår, at motivere brugeren med den støttende måde at skrive på. Brugeren kan føle sig hørt og forstået, og dette kan være en stor motivationsfaktor.

Hvordan er kvaliteten af de skriftlige og visuelle elementer i appen?

Kvaliteten er meget høj i Wysa. Man kan mærke at der er lagt meget arbejde i udviklingen, af både det skriftlige, såvel som det grafiske indhold. Det skal dog nævnes at Wysa kun er tilgængelig på engelsk, dette stiller krav til brugerens engelsk læse- og skrivefærdigheder.

Delscore: 2,83

Risikovurdering

Kode	Indhold	Risikoniveau
R7	App med registrering af helbredsdata.	Højt

Datasikkerhed:

Indsamler app'en persondata oplysninger?

Ja

Kan data og konto-oplysninger slettes ved forespørgsel og ophør af brug?

Ja

Kan man selv vælge om data deles med andre apps, digitale tjenester eller tredjepart af anden karakter?

Ja

Opbevares data på mobiltelefon eller i 'skyen'?

Skyen (i anonymiseret form)

Lagres data på en server placeret inden for EU's grænser?

Ja

Krypteres indsamlede personfølsomme data?

Ja

Kategori af CE-Mærkning:

Ikke relevant

Opsummering af Datasikkerhed:

Wysa lever op til datasikkerhedskravene. Hertil kan det anbefales at anvende Pinkode funktionen, da det kan være med til at sikre, data er beskyttet. Den data der hentes op i skyen anonymiseres, og er derfor ikke personhenførbart.

Opsummering af CE-Mærkning:

Subjektiv vurdering

Wysa er en rigtig veludviklet app, som kan hjælpe mange type af lidelser, eller problematikker. Dette giver den en stor anvendelighed, både til forebyggelse, eller som del i et behandlingsforløb. Wysa kan respondere på det følelsesmæssige indhold man skriver. Dette gør den på et acceptabelt niveau. Det kan dog til tider mærkes, at denne form for teknologi stadig er ung, som kommer til udtryk når Wysa ikke forstår det man skriver. Derudover kan Wysa nogle gange minde for meget om en robot, som kan gøre interaktionen en smule kold. Når det er sagt, kan Wysa hjælpe mange brugere til at få det bedre, da Wysa både er gratis, men også til rådighed døgnets 24 timer. Wysa anvender evidensbaserede metoder på en elegant, og gennemført måde.

Udviklers hjemmeside:

<https://www.wysa.io/>

Evt. udviklingssamarbejdspartnere:

Artikler eller lign. om appen:

Andet: