

	Nou dankjewel dat je mee wilt doen aan het onderzoek naar het managen van je persoonlijke financiën voor Mensen met burn out of depressie. Je participatie is geheel anoniem. In een paar momenten krijg je een prototype te zien die je kan gebruiken om een aantal scenario's ja te voltooien. Ik vraag je of je voor deze test kan inbeelden dat je klant bent van de Rabobank ook al ben je dat op dit moment niet. Prototype is een niet geheel werkend product, dus niet alles werkt wat normaal wel zou werken is er zitten een paar kleine foutjes in met de getallen wanneer je deze tegenkomt, dan geef ik het aan. Ook wil ik je vragen of je hard op zou willen denken zodat ik je gedachten proces weet. Na het interview gooi ik de transcripties meteen weg. Voordat we naar het prototype gaan heb ik een paar introductie vragen voor je de eerste is wat is je leeftijd?
	Ik ben 26.
	26. Wat doe je In het dagelijks leven?
	Nu doe ik de barberschool. Ik ga daar nou ja, ik werk daar niet maar ik ga daar 1 keer per week naar school. Verder veel wandelen met mijn hond, sportschool en therapie.
	Check, en hoeveel per dag sorry ik bedoel per week zit je op internet ongeveer?
	Laat ik zeggen als whatsapp meetelt rond de 5 uur per dag x 7 is 35 uur
	35 uur en welke devices gebruik je daarvoor?
	Eigenlijk bijna alleen maar mobiel heel af en toe mijn laptop maar bijna alleen maar mobiel.
	Oke je mobiel. Wat is je hoogstgenoten opleiding?
	VMBO-T
	Heb je burn out of depressie of beide of.
	Op dit moment heb ik geen depressie meer, wel burnout
	Dus je hebt wel geleden aan depressie?
	Ja dat wel
	Ben je nog een gediagnosticeerd met andere psychische dissability?
	Ja, heb je even een? borderline persoonlijkheidsstoornis. Eigenlijk is dat het enige wat nu nog echt speelt
	Oké, dus je hebt geen depressie meer maar wel borderline
	Check
	Zou je Misschien de heftigste periode in je depressie en burn out kunnen omschrijven?
	Dat was toen met mijn depressie en ik eigenlijk niet meer wilde leven en ook erg suïcidaal en gewoon letterlijk niet meer je bed uitkomen. Toen ik zo diep zat en eigenlijk niet meer mijn bed uit wilde komen omdat ik zo moe was. Ik sliep rond de 12 uur per dag en was eigenlijk alleen maar aan het slapen. Ook sliep ik in de avond heel vroeg al want ik had geen energie over voor niks niet.
	Zou je kunnen aangeven of je denkt dat het een heftige normaal of een lichte depressie was of en hetzelfde voor je burn out.
	Allebei zware depressies en een zware burn out, oké.

	Dan krijg je nu een paar taken en stuur ik je een prototype link. Deze heb je nodig om de scenario's te voltooien. Zou je deze nog niet willen aanklikken want ik heb eerst nog het scenario voor je, ik stuur de link in de chat. Oke dus stel dat je in Oke dat waren de introductie vragen, ik geef je nu een scenario en zet de link van het prototype even in Google. Ik deel even mij scherm en vraag je daarna of je dit prototype kunt openen. Stel je voor de psycholoog die jouw burnout behandelt contacteert met jouw toestemming de bank dat je door je psygische toestand extra hulp nodig hebt. De bank heeft in zijn huidige applicatie een nieuwe functionaliteit ingebouwd Die jouw kan helpen tijdens het process van het managen van je persoonlijke financiën. De nieuwe feature van de Rabobank geeft jouw elke maand 3 financiële plannen om uit te kiezen. Een paar dagen nadat de psycholoog contact zocht met de rabobank krijg je een notificatie dat zegt dat de plannen beschikbaar zijn door het volgende te benoemen: kunnen we je extra overzicht. Bieden? Met alle begrip voor je situatie helpen we je graag met jouw persoonlijke financiën. Je besluit hierop te klikken en nu kun je de financiële plannen instellen, dit is dan ook de taak. Goed om te weten is dat je op dit moment een medium burnout hebt, je totale schulden op dit moment 4 duizend euro zijn, jouw spaargeld ook op dit moment 4 duizend euro is en het plan voor je dag rekening is. Zou jij voor mij een nieuw plan kunnen instellen terwijl je scherm deelt?
	Oh, mijn God, hoe moet je je scherm delen? Ik. Heb dat nog nooit gedaan.
	Er staat nu presenteren Dat is de middelste knop naast de smiley.
	En dan je volledige scherm?
	Ja
	Oh, mijn God, kun je het zien? Waarom wilt hij niet delen waarom doet hij het niet?
	Wat zegt ie?
	Ik kan gewoon niet op. De delen knop doet het niet.
	Die is gewoon, oké. Bij even kijken, hoor.
	Krijg je, Als je iemand hebt die nog nooit fucking meetings heeft en ook nog eens een digibeet is kan ik je alvast vertellen.
	Volgens mij kun jij nu, een venster kiezen.
	O Ja, klopt ik heb hem.
	Oké en als je nu op de link zou willen klikken die ik heb gestuurd en zou willen inloggen. Dan kom je op dit scherm en wil je een plan maken voor je dagrekening.
	Oh sorry jongens moet ik ergens op klikken? Ah ja hier.
	Oke en je voelt je mild, depressief.
	Oke dan kies ik in dit geval de tweede optie
	Oke in dit scenario woon je samen met een partner
	Laten we dat maar even doen
	En je hebt 4 thuiswonende kinderen.
	4 staat er al ja. En Ik had schulden?

	€ 4.000. Je hebt ook € 4.000 spaargeld. Dat weet de bank al. En in dit geval wil je niet extra gegevens controleren maar gewoon doorgaan. Je vind het wel goed zo.
	Dus controleer informatie?
	Nee, in dit geval niet. Dan ga je informatie controleren. Wat gaat er door je hoofd heen als je deze plannen ziet?
	Ja niet echt veel. Ik zie er nu echt niet uit, ik zit gewoon echt in het scherm. Daardoor gaat er vrij weinig door mijn hoofd heen. Maar dat komt al snel als ik tabellen zie dan word het al snel een puinhoop in mijn hoofd.
	Nou, Dat is oké. Goed om te weten
	Dus Dat is het enige wat Ik denk.
	Ja, dat alles in een tabel zit dat is eigenlijk wel negatief voor je situatie.
	Ja tabellen sowieso tabellen en ik zijn sowieso ja nee, kijk ik gewoon eigenlijk overheen, dan was Ik was alsof het er niet was, zeg maar voor mij.
	En, wat is de boodschap die je van dit scherm krijgt?
	Wat zijn variabele kosten?
	Variabele lasten dat is eigenlijk lasten die elke maand verschillen
	Dus, zeg maar, boodschappen of dingen die je doet, zeg maar. Oh dan denk ik dat ik met een paar aanpassingen daarop zou kunnen besparen. Ik zou daar wel voor openstaan als ze niet teveel impact hebben op mijn leven.
	Oke kies maar een plan
	Hmm waar staat dat, oh wacht hier laat mij eens die plannen bekijken
	Is het wel een foutje en Als je verder gaat, dus Als je dan een ander plan bekijkt weer vaste lasten horen 1300 te zijn.
	Oke dan zou ik voor plan 2 gaan
	In dit geval kan dat niet, Maar dat is prima. Zou je even dan eentje terug kunnen gaan naar een en daarop klikken en dan bevestigen inderdaad ja. Dan heb ik nu een paar vragen voor je, je hebt de eerste taak voltooid trouwens. Die notificatie die ik je helemaal aan het begin liet zien, dus kunnen we je extra overzicht bieden et alle begrip voor je situatie helpen we graag met je financiën. Hoe zou dat je stresslevel beïnvloeden?
Feeling of rest	Ik denk juist. Minder, Omdat je dan Als je zelf door de bomen het bos niet meer ziet dan. Kan het nogal overweldigend zijn en zelf niet wetende hoe je het moet oplossen en Als je dan. Blijkbaar, gewoon. Ja je bank een hulpmiddel heeft. Dan zou dat wel meer rust opleveren.
	Check en de volgende vraag, Dat is in jouw mening over dat je de bank die is. Je kunt psycholoog neemt contact op met de bank. Nadat je met. Jouw toestemming. Wat? Wat? Denk je hiervan of zou je? Liever willen dat de bank automatisch detecteert dat jij depressie of burnout hebt.
Automatic tracking if there is a mental dissability is perceived as privacy sensitive	Nee, niet automatisch ik zou het wel alleen willen met toestemming via een psycholoog, zeg maar.
	En het scenario van goh de psycholoog vertet eerst dat deze persoon hulp nodig heeft en daarna vraagt de applicatie elke twee weken hoe het met je gaat, dus ik voel me goed, Ik voel me slecht, ik voel me minder goed. Zou je willen dat de bank dat automatisch detecteert of zou je willen dat je dat zelf elke twee weken kan invul.

Filling in information about mental dissability is perceived as privacy sensitive	Ik zou dit liever zelf willen invullen maar eigenlijk vind ik dit teveel informatie voor een bank.
Not wanting to share information about mental health with the bank	ik dit teveel informatie voor een bank.
	Dus ondanks dat je psycholoog al de bank gewaarschuwd heeft met jouw toestemming dat je extra hulp nodig hebt zou je niet willen dat de bank detecteert hoe erg je depressief bent?
	Ik denk ook dat ik het helemaal niet via mijn psycholoog zou willen, Maar dat ik gewoon zelf die hulp zou willen vragen.
	En de de plannen die net getoond zijn, zou je deze vertrouwen? En zouden. Deze je ook helpen in dez3 moeilijke periodes?
Interface gives confusion	Jawel denk het wel, maar denk dat het ook te maken heeft of je automatisch spaart. Dus het spaar bedrag dat hier staat, gaat dat automatisch naar je spaarrekening?
	Niet automatisch, Het is alleen een doel wat je zet.
When in an difficult situation don't care about plan	Ik weet het niet goed, maar vanuit mijn eigen ervaring is het soms dat ik geld uitgaf wat ik niet had. Maar dat had ook te maken met mijn situatie. Ik gaf te veel geld uit wat ik niet had, het boeit je niet als je in de schulden komt je zoekt naar dingen die je beter laten voelen. Dus op zo een moment heb je wel maling aan alles.
	Snap ik
	Het is nog wel dat je veel van jezelf vraagt helemaal als het fout gaat of dreigt fout te gaan, daarom weet ik niet of dit in mijn situatie had geholpen.
	Check, We kunnen zo even verder met het met het volgende scenario want het is wel interessant wat je zegt. Want inderdaad het vraagt best wel wat informatie etc. Dus als je een heftige depressie of burnout hebt, denk je dat je de informatie die gevraagd word ik zou kunnen vullen?
	Nee, Ik was heel erg van het vermijden. Veel dingen voelen al namelijk erg zwaar aan zelfs al eten pakken beneden. Voor een normaal iemand kost dit geen moeite om een koekje te pakken alleen als je depressie hebt was dit al erg zwaar. De kleinste dingen kostte al veel moeite zoals een belletje of een mailtje schrijven als je er echt zwaar in zit.
	Snap ik. Ik wil je iets laten zien en daarom neem ik het scherm delen even van je over. Ik weet niet of je nu mijn scherm ziet?
	Ja
	Ik maak hem even ietsje groter, dus eigenlijk inderdaad als je ik voel me slecht hebt ingevuld worden er twee knoppen zichtbaar iemand machtigen of een plan Laten opstellen, dus je hoeft niks meer in te. Vullen, je krijgt meteen plannen aangeboden. Zou je dit je denkje helpen? Wanneer je in de heftige fase in een heftige depressie zit.
Shorter flow helps to complete information in severe depression	Ja, dat denk ik wel.
	Ja, dit zou, dit zou nog wel doel zijn, denk je?

Need to take the initiative	Ja ik denk het wel, ik denk dat het belangrijk is als je in zo'n situatie zit dat je hulp van anderen nodig hebt en dat er mensen zijn die dichtbij je staan. Ik zou deze mensen in eerste instantie om hulp vragen met geld minder snel de bank zelf dus zoals ouders of goede vriend of vriendin, of je partner.
	Dus je vind het een goed idee dat machten word getoond?
	Ja zeker
	Check even kijken ja dan nu eigenlijk naar het volgende scenario. Twee weken later zit je weer op je homescreen en probeer je informatie te vinden over hoeveel geld je nog hebt voor uiteten en hoeveel geld je al aan uiteten besteed hebt. Dus hoeveel budget je nog over hebt en er hoeveel is uitgegeven. Je krijgt dit scherm te zien, zou je even op flow 2 kunnen klikken en je scherm kunnen delen?
	Deel ik hem nu
	Ja ik maak hem even voor mezelf groot hoor. Ja ik ben er weer sorry. Hier zit overigens weer een foutje, hierhoort 30 dagen min twee weken te staan oh, trouwens, sorry, Je moet even op flow 2 klikken helemaal links in de balk en omdat het twee weken later is heb je natuurlijk ook wat geld uitgegeven. Aan jou de taak kun je checken van wat heb ik nog over en hoeveel heb ik uitgegeven aan uiteten?
	Waar moet ik op klikken?
	Dat laat ik aan jou over.
	Oke dan klik ik op bekijk bedragen ehm dit is wat ik kan uitgeven bij vrije tijd en luxe aankopen.
	En hoe zou je kijken naar wat je al hebt uitgegeven?
	Dan klik ik op bekijk meer details
	Hier horen overigens dezelfde bedragen te staan, dus twee weken zijn voorbij die je net hebt gezien. Het is vrijheid, een luxe aankopen is in dit geval in dit geval € 122,50. Heb je er aan uitgegeven.
	En, Ik heb nog twee weken zeg maar
	Er is € 122 naar uitgegeven
	Ik heb nog € 30 voor twee weken.
	Voor vrije tijd, dan doe ik ze aankopen. En aan jou is de vraag nu van hoeveel? Geld, denk je dat je nog uit? Eten over hebt. Hoeveel heb je er al aan uitgegeven aan het specifiek uit eten?
	Aan uit eten of aan gewoon eten?
	Nee uiteten dus restaurants.
	Hoeveel ik daar een auto heb gegeven? € 120 denk ik dan.
	En, Waarom denk je dat?
	Omdat uit eten voor mij zou vallen onder luxe aankopen.
	Zou je op bekijk meer details kunnen klikken bij vrijetijd, een luxe aankopen. Goed, zou je weer naar home kunnen gaan, dus waar je begon. Dat is waar je net klikte maar het prototype pakte hem gewoon even niet. Yes, nog een keer terug, en dan heb ik een paar vragen voor je, wat denk je dat die stippellijn betekend?

	En, dat valt me. Nu pas op. Ik denk dat het een beetje aangeeft van wat je nog of hoe dicht je. Hoef je er overheen, zit of zo of tegenaan? Idealen oh, ik zie nu wat er staat dus het zegt eigenlijk hoe snel je kan gaan met je uitgaven.
Misinterpretation of the interface	En dat donker oranje is wat je al hebt uitgegeven.
	Ja, want jij denkt dus van wat je al hebt uitgegeven dat die balkjes dat betekenen. Ja, check dan ga ik nu even mijn scherm delen want ik heb verschillende scenarios gemaakt. In dit scenario gaat alles in principe goed. Maar het kan voorkomen dat je over je budget heengegaam, in dit geval bij overige variabele kosten. Dus er staat je hebt genoeg ruimte voor vrije tijd en luxe aankopen, maar je overige variabele kosten vallen hoger uit. Zou jij je doelen willen laten aanpassen, dan kun je budget vrijmaken. Wat zou dit doen met je stresslevel, emoties en acties gedurende je depressie?
	Ik zie het niet niet echt mag het nog een keer?
	Dus bij het resultaat het tekstje hieronder. Dat is eigenlijk niet goed leesbaar voor nu, je hebt genoeg ruimte voor vrije tijd en luxe aankoop, maar je hebt overige variabele kosten vallen hoger uit. Deze maand willen jullie? Doelen Laten aanpassen en dan kun je meer budget Laten vrijmaken hier. Wat zou dit doen met je stresslevel en emoties?
	Ik zou er wel geschrokken van zijn, omdat je dan een plan maakt en het overduidelijk is dat je er niet aan kan houden.
	Zou je nog wel in staat zijn om iets te doen, of zou je wat je eigenlijk zei in het vorige interview, van dat je er nooit meer naar zou willen kijken en de applicatie gelijk zou sluiten.
	Ja, ik zou lekker gaan doorgaan en het negeren.
	Vermijden ja oke, en als ik de bedragen laat zien dus hier zie je een min bedrag staan wat zou dit met je stresslevel en emoties doen?
Stress and not be able to take action	Ik zou heel gestrest raken.
Mentally difficult to view amounts	En verdrietig is chagrijnig en mijn coping is dan. Inderdaad heb ik even weg ermee en niet meer naar kijken. Negeren, want ik weet niet wat ik met. Het probleem aan moet.
	En deze situatie van wat die ideaal wat dit eigenlijk betekent, deze visualisatie van hier. Je bent ver van de ideale lijn af terwijl je nog een aantal dagen te gaan hebt. Wat zou dit doen met je stresslevel en emoties?
Stress and not be able to take action	Ik zou heel gestresst raken. En ook weer vermijden
	Oké, en hier hetzelfde en dan het doemscenario. Dan staat hier kosten vallen hooguit deze maand dat kan gebeuren we helpen je graag om weer binnen budget te blijven.
Stress and not be able to take action	Oh, dan zou ik echt janken
	En dan, hier doen we min getallen.
Mentally difficult to view amounts	Ja, dan zou ik echt janken
	Ja, zou je het moeilijk vinden om hier dan een volgende actie
Stress and not be able to take action	Uit te voeren ja

	Dan gaan we naar het volgende scenario. Later in de maand had je een paar etentjes bij je thuis met vrienden, waardoor je luxere boodschappen moest kopen en je te veel uitgaf in de categorie 'Overige variabele kosten'. Wat zou jij in dit geval doen? Dus je bent weer over dit budget heen gegaan. Zou je even op flow 3 kunnen klikken? Ja dus dan zie je dus dit scherm, wat zou je in dit geval doen?
	Sowieso meer budget vrijmaken, denk ik.
	Ja, zou je in het echte leven daartoe ook in staat zijn?
Stress and not be able to take action	Ik zou het denk ik gewoon hebben opgeven dan voor deze maand.
	Dus je zou zeggen eigenlijk hebben van laat maar zitten. Maar zou je dit ook hebben wanneer je genoeg geld op de rekening hebt staan, dus wanneer je een positief saldo hebt.
plan as financial backbone for someone's personal finance situation	Ja, denk het wel.
	Oke, zou je in dit scenario voor de test wel op meer budget vrijmaken kunnen klikken en dan weer een plan kiezen.
	Oke welke moet ik kiezen?
	Dat mag je zelf doen
	Ik zou voor die laatste gaan.
	Ja je kan in dit geval proberen Alleen plan 1 kiezen, maar je zou voor die laatste gaan, Dat is goed om te weten, dus kies plan? Ja klopt, dan heb je weer budget, dan heb ik weer een aantal vragen voor je. Zou je aan zo'n financieel plan houden in General?
	Ik denk zelf waarschijnlijk niet
	Nee, je zou hier niet door Laten beïnvloeden. En zou je kunnen uitleggen waarom niet?
Not wanting to use the concept due to their depression/burnout	Ik denk dat ik in zo'n situatie dat ik er gewoon te weinig mee bezig ben. En op korte termijn sowieso denk ik.
	Oke even kijken de volgende vraag. Waarom zou je nieuw plan maken? Eerder in het interview zei je dat je dit waarschijnlijk niet zou doen en al eerder was afgehaakt. Wat denk je dat je een nieuw plan zou kunnen aanmaken.
Being flexible in budget categories	Ik denk dat dat wel handig is. Omdat je nooit weet hoe een maand loopt. Dat is denk ik wel een goed idee.
	Oké nou, het zou kunnen dat de applicatie natuurlijk een negatief getal voorspelt wanneer je een van die nieuwe plannen kiest. Wat zou dit doen met je stress en emoties?
Stress and not be able to take action	Ik zou gestrest raken. Ik zou het echt proberen te negeren.
	Check weer dat vluchtgedrag zeg maar. Oke, dan gaan we naar de volgende flow, we zijn er bijna. Dus het is het start van de maand oja en sorry, een paar maanden later vererger je depressiesymptomen en de applicatie merkt dat je nu naar van normaal depressief naar ernstig depressief gehad. Je gaat dus een beetje over budget bij de overige variabele kosten en op een gegeven moment realiseer je dat je ja dat je het gewoon niet meer dat je niet meer zelf redt, dus dat je hulp nodig hebt van buitenaf, dus wil je iemand in je familie gaan machtigen? Hoe zou je dit doen?
	In de applicatie?

	Ja diegene heeft een Rabo rekening. En Ik ben toevallig diegene. Het is over je betaalrekening, niet over je spaarrekening. Oke, dat was het eigenlijk al, check goh en dan een paar vragen, wat denk je ervan dat je op al deze manieren contact kan opzoeken?
	Dat vind ik wel goed. Ik denk namelijk als ik zou moeten bellen of zo, dat zou ik dan al niet doen dan. Ja, ik zou denken: "Oh, dat komt later wel."
	In dit geval gaat het om bellen om een afspraak te maken en iemand te machtigen. Denk je dat dit nodig is? Zou je dit zelf ook doen als je dit zou zien? En stel je voor dat je in een heftige burn-out zit, zou je dan de bank bellen of een afspraak maken met de bank als dit wordt aangeboden?
	Nee, ik zou niet bellen en ook geen afspraak maken. Dat zou me te veel moeite kosten. En bijvoorbeeld een chatfunctie?
	En bijvoorbeeld een chatfunctie?
Need to take the initiative	Ja, Dat is makkelijker. Ja veel makkelijker, maar het is wel goed dat contact zoeken zo gepromoot word wanneer je ernstig depressief bent.
	Sorry, je vindt het wel goed dat constant wat te zien krijgt, dus wanneer je Misschien even weer naar home gaat, dus even op dat pijltje klikt en naar beneden scrollt. Beneden oh wacht, Dat is een foutje van mij je zit in flow 4 he? Zou je daar nog een keer op kunnen klikken. Je vind het dus wel goed dat die contact button hier getoond word, en zou je hulp gaan vragen wanneer hier ook een chatfunctie aangeboden wordt en zou je dat ook doen wanneer je dus bijvoorbeeld over je budget bent gegaan van je plan en je denkt dus shit shit, shit en je zou dus normaal dat vluchtgedrag aannemen, zou je nu gaan chatten?
Normalization and make it as easy as possible will lower the boundary to ask for help	Ja zeker ja chat is veel makkelijker en laagdrempeliger.
	Ja oke dus je zou wel inplaats van de applicatie sluiten wel gaan chatten met een medewerkers.
	Ja zeker
	Oké, Dat was het eigenlijk voor de scenarios dan neem ik nu het scherm over en wil ik een paar notificaties laten zien. Dus het is het start van de maand en je salaris is net gestort op je bankrekening en je krijgt een notificatie dat de plannen voor deze maand klaar zijn Als je nietn op tijd reageert op rijd als in in een dag stuurt het systeem automatisch een herinnerings notificatie. Deze zien er zo uit, dan zie je nieuwe plannen staan klaar en Als je dan niet reageert en rekening, heb je je plannen al bekeken. Hoe zit deze jou stress level emoties beïnvloeden?
No stress	Niet zoveel, denk ik eigenlijk.
	Zou je er wel op gaan klikken op een gegeven moment?
	Ja, denk het wel.
	Kijk, dus je zou wel een plan aanmaken, maar wanneer het gewoon fout gaat, dat geeft gewoon heel veel stress. Vluchtgedrag, maar je zou dat dat vluchtgedrag kunnen afvangen door die contactopties steeds te tonen. Oke, volgende notificatie. Je bent eigenlijk hartstikke goed bezig met je plan. Alle uitgaven lopen op rolletjes. En je gaat dus hartstikke goed, Je volgt het gesuggereerde tempo en datm plan stuurt een aantal keren per week een notificatie, je bent goed bezig, je plannen lopen op schema en je blijft mooi binnen budget. Wat zou de stress met je emoties doen?

Feeling of rest	Het zou me wel rust geven
Need for positivity	, een bevestiging van oh als ik zo doorga dan red ik het iniedergeval
	Nou ja, je bent daarna een avondje uit geweest. En je bent over je budget van vrijetijd uitgaven gegaan. Dus je vrijetijd en luxe aankopen zijn over de voorgestelde lijn gegaan. De volgende ochtend krijg je de volgende notificatie, hoe gaat het met je financiële uitgaven? Je loopt nog op schema, zorg dat je de hele maand binnen budget blijft. Op dit moment stopt de applicatie ook met het versturen van de vorige notificatie. Hoe zou deze applicatie jouw stresslevel en emoties beïnvloeden?
	Nou, Omdat er staat je loopt nog op schema zou ik er wel naar kijken
	Het zou je niet veel stress geven?
No stress	Nee
	Na het negeren van de vorige melding, blijf je geld uitgeven zonder het financiële plan te volgen. Enkele dagen later overschrijdt je joiuw budget voor de categorie uitgaven vrije tijd en luxe en het systeem stuurt je de volgende melding. Welke invloed zou deze melding hebben op jouwgedrag, emoties en stressniveau?
	Daar zou ik wel gestresst van raken
	Het punt ook waar je zou stopppem zeg maar. Of zou je daar nog op kunnen klikken
Stress and not be able to take action	Nee, Ik denk dat ik daar van schrik en niet wil weten en gewoon bang ben voor de waarheid, zeg maar.
	En door welke woorden zou dat komen?
	Ja je bent door je budget heengegaan.
	Ja, Het is heel direct. Nou, stel je voor dat je gedrag verandert van moderate naar ernstig depressief. In plaats van normaal depressief dus. De applicatie heeft dit door omdat je bijvoorbeeld de applicatie niet meer opent of andere afwijkend gedrag vertoont. Daarom stuurt de applicatie de volgende notificatie. Omdat je bijvoorbeeld de applicaties niet meer opent, detecteert de applicatie het verschil in gedrag en stuurt daarom de volgende notificatie. Hoe staat het met jouw financiële plan? We horen graag hoe het met je gaat. Klik hier om een afspraak te maken en dan bekijken we samen of we je uitgebreider kunnen helpen. Wat zou dit voorn invloed hebben op je stresslevel en emoties
No stress	Ik zou daar niet gestresst van raken
As low as possible effort to get in contact with the bank	ik zou het niet doen want het voelt alsof een afspraak maken veel energie kost. Je hebt op dat moment genoeg aan je hoofd.
	Ja en Als je negeert, zouden we dan kunnen aannemen dat je dan ernstig depressief bent?
	Ja, dat denk ik wel, Maar ik vind dat ook een beetje toch wel een beetje. Want je bedoelt dat ze daar dan verder op gaan handelen, ofzo?
	Nou ja, het eigenlijk het verschil In de applicatie is dan dat voor ernstig depressief worden er meer contactopties getoond. Dus meer manieren om contact op te nemen met de bank of met iemand te maken, dus Dat is het enige verschil van de applicatie.
	Oke

	En zou je ook kunnen uitleggen waarom je wel of niet dit product zou gebruiken
Overview of income and expenses	Ik denk dat het wel heel handig kan zijn. En dan voornamelijk wanneer je er niet heel diep in zit. Maar dat het weet net wat beter gaat in je hoofd om orde op zaken te stellen, dan zou ik het wel gebruiken. Ik denk eigenlijk niet wanneer je heel diep in een depressie zit, dan staat je hoofd niet naar zo een plan. Maar als het net wat beter gaat helpt dit om de chaos die zoiets als een depressie of een burn out veroorzaakt weer op orde te stellen en juist daarom zou ik het gebruiken.