

Transkripsjon av workshop 1: Gruppe 2

Simon Lysne Hyenes

13th January 2015

1 Introduksjon

Gruppe 2 hadde tre deltakere. De er markert med tre forskjellige farger og navnet p1, p2 og p3. "P" står for participant.

2 Gruppe 2

Intervjuer: Jeg heter Simon forresten bare sånn at det er sagt. Oppgaven her handler om tidslinjer og om det går an å bruke tidslinjer som et verktøy i hverdagens deres til å få oversikt over ting som skjer over korte perioder og også over lengre perioder, måneder eller år. Siden det er KULU prosjektet så tenker vi relatert til helse og dere som pasienter, men også litt friere og. Så først skal vi starte med ... om dere vet hva tidslinjer er? Hva jeg prater om.

p1: Ja om det sånn tid i perioder som vi har hatt på skolen. (imiterende) *Her startet hele prosessen før annen verdenskrig.* Så tegner man en sånn prosess hvor ting skjer hvert år

Intervjuer: Ja

p1: Så skal det være eksempel over dager eller

Intervjuer: Absolutt

p2: Jeg tenkte mer på

p3: Jeg tenker mer på streker

Intervjuer: Jeg har med noen eksempler. Vet du. Vi har jo sånn klassiske (viser tidslinje med historiske gjenstander) hvor det er massevis av ting over lengre perioder.

p3: Bra tidslinje ville jeg si.

Intervjuer: Og så har vi en veldig gammel hvor det bare var tekst og..

p2: Fy søren (imponert)

p3: Sånn vil vi ikke ha (spøkende)

alle: (latter)

Intervjuer: Så er det den klassiske historien da,

p2: Musikkhistorien

p1: Nei (?)

Intervjuer: Her er et bilde fra en nettside hvor tidslinjen beveger seg innover. Så du scroller opp.

p1: Kult

p2: Fancy

p3: Dritkult

Intervjuer: Så er det da Facebook, som jeg regner med at dere er kjent med. Hjemmesiden er jo også en tidslinje. Bare at den er horisontal ikke. Så... vi har noe flere eksempler her vi skal gå kjapt gjennom de. (Viser bilder ifra Jawbone Up appen med aktivitet, søvn og trening) Det er her er min personlige... eller en treningsapp jeg bruker som viser oversikt over aktivitet i løpet av en dag.

p3: Oi. Hva heter den appen der.

Intervjuer: Det er en jawbone up.

p1: Det minner meg litt om...

p3: (kjapt)nike

p1: fuelband ja

Intervjuer: Ja det er en sånn (intervjuer viser at han har på jawbone up24 båndet). Det er bare for å vise

p3: sånn (umulig å høre). alle: (latter)

p3: Vi har hatt det alle vi gutta i klassen.

Intervjuer: Ja

p3: (spørrende) Hvem sover mest?

p1: Det kunne ikke...

p3: Ja, (fleipende) det er ikke meg

p1: Nei!

Intervjuer: Skal vi ta de fire siste her. Det her er en sosiale medier oversikt (nettsted) med bilder, hendelser og steder over tid.

p3: Kult

p2:Kult

Intervjuer: Så her er det bare for å vise (viser sirkeltidslinje) at det ikke trenger å være en linje det kan være en sirkel eller andre ting. Så det to siste her er personlige, det er ikke mine, men den ene er en historie ifra en person som forteller om hvordan hun ble en lærer (viser skriblet tidslinje) over tid. Den andre er en oversikt over følelser og hendelser i livet til (viser "Amelia" sin tidslinje). Her er positive ting (peker øverst) og negative ting (peker nederst) fordelt over.

p3: Den var stilig.

p1:Ja, litt rotete men stilig.

Intervjuer: Ja så tankegangen var at vi tenkte å la dere starte med å få tegne. For å beskrive litt av deres, det er viktig her at dere...det er ikke noen riktig måte å gjøre det her på. Det er ikke noen feil måte å gjøre det på heller og det trenger ikke være pent. Det trenger ikke tegne rette streker, eller bruke farger, dere kan rote det til. Bare at dere beskriver for dere. Så er det da, det kan jo være, det kan jo gjøre hva dere vil, men det er lettere hvis dere tenker på at det skal være et verktøy for andre pasienter eller for pasienter som starter å bruke verktøyet skulle ha en lengre tidsoversikt over hele pasientforløpet.

p1:Hmmm

Intervjuer: Men skal vi prøve å starte. Det er jo massevis av tegneutstyr her. Det er bare å spørre så kan jeg hjelpe dere.

p3: Ja

p1:...

p3: (fleipende) Jeg er jo knakende god til å tegne

Intervjuer: Vi har linjaler, som er bøyelege...

p2:Den var dritkul

p3: Kult

Intervjuer: Vi har svære tusjer, vi har mindre, vanlige penner og fargeblyanter. Så hvis dere ikke vet hvordan dere skal starte er det bare å sette et punkt på arket et eller annet sted. Og så er det egentlig bare å. merknad:(gruppen ser undrende ut)

Intervjuer: Ingen av dere er klare eller ingen av dere har noen...

p3: Nei, jo, neiiii

p1:Nei

p2:Ikke noe akuratt...

p3: Ikke der (klapper)

Intervjuer: Da kan jo vi starte med noen eksempler, det her er ikke ment å være riktig men bare noen ting vi har tenkt på. Som for eksempel legebesøk, over tid. Man kan ha oversikt over sykdom, som dagsform eller innleggelse. Oversikt over energi, humør, stress i hverdagen...medisinbruk, nye leger, sykehusopphold. Det her var bare noe, det trenger ikke være det

p3: Ikke bare sjukehus det er snakk om

Intervjuer: Nei det trenger ikke bare være det, det kan også være om hvordan dere personlig har det eller større hendelser i livet deres eller andre ting.

p3: Ja

Intervjuer: Så det første å starte med, er jo om dere ønsker å ta et år, ønsker dere å ta flere år. Ønsker dere å ta en dag.

p3: Ja, jeg hadde tenkt en måned jeg ass...

Intervjuer: Ja

p3: Bare sånn

Intervjuer: Absolutt

p2:Jeg tenkte et halvt år

p3: Jeg har brukt det mer som en møteplanlegger

p2:(ler)

p3: (spørrende)Hva gjorde jeg i år

Intervjuer: Vil dere ha noen penner eller

p3: (tok en penn) Ja rosa er fint vet du.

p2:Blir mye rosa idag

p3: (spøkende) Er glad i rosa. (enda mer spøkende) Var yndlingsfargen min da jeg var liten

p2:Seriøst (deadpan)

p3: Ja. Ikke min stolteste innrømmelse...men

p2:Det er jo lov med litt

p1:Jeg tror ikke jeg kommer på med noen deler. Det er liksom på en måte hva man gjør i løpet av dag da eller

Intervjuer: Ja...hvis du skulle tenke deg en dag hva er det som er interessant å vite mer om i fremtiden eller gå tilbake og se på i senere tid

p1: Ja ok da ble det jo litt mer vanskelig. Hva var det du tok... en måned

p3: Ja

p2: Jeg tok seks måneder

Intervjuer: Andre har tatt flere år også

p1: Jeg tar et år

p3: Jeg har lyst å bare gjøre det sånn

Intervjuer: Ja det er jo ikke noe som er riktig, det er bare å kjøre på merknad:

Dårlig tid

p3: Jeg aner jo ikke hva jeg driver med

Intervjuer: Hvis det gjør noen feil så bare stryk over, snu arket eller...

p1: Jeg skjønner ikke helt hva jeg skal tegne for et år

p2: Velg en ting. Jeg tenker en smerteskala

p1: Nesten som en sånn der...

Intervjuer: Bruker du en dagbok eller noe... eller fører en almanakk

p1: jeg har jo en kalenderbok ting ja. Jeg skriver jo bare sånn som er viktig å huske. Men for et år ser er jo det? Om det er en prøve... onsdag 3. desember (tilfeldig valg) er det da viktig for senere...

Intervjuer: Ja du kan jo tenke deg nå. Er det noen tidspunkter i livet ditt som det hadde vært fint å dokumentert nå i etterkant så du kunne gå tilbake og tenkt mer på eller sett på. Som for eksempel i denne måneden her skjedde disse tingene jeg gjorde disse hendelsene.

p1: (sukker!)

Intervjuer: Det er vanskelig altså... det er ikke...

p1: Så hvis jeg tar (år) kan jeg bare tegne opp et helt år merknad: (jeg var usikker på om p1 forsto meg og om jeg hadde rotet det til for p1. Ønsket derfor å dedikere mer tid til de andre)

Intervjuer: Det trenger jo ikke være lineært det kan jo være at juni tar halve arket og resten er helt fritt merknad: (latter. p3 gjorde noe morsomt)

p3: Ja, ja, ja jeg skal ikke bli ingeniør kjenner jeg

Intervjuer: Du kan jo beskrive hva du starter med

p3: Ja jeg har jo satt opp måneden som en sirkel da

Intervjuer: Ja

p3: Så har jeg fargekode på og du styrer i appen hvor lang periode den skal være også velger den hvor stor del av sirkelen den skal ta. Så hvis det her er en

tredagers periode (et utvalg av sirkelen) som har vært bra så fyller den så og så mye av sirkelen og så kan da man legge inn om det har vært en bra periode eller om du har gjort en ting eller om du har trent mye i en periode.

Intervjuer: Interresant

p3: (spørrende tone) Jeg vet jo ikke hva jeg driver med

Intervjuer: Du kan jo også tegne hva som skjer når du tegner når du trykker inn på et punkt som her

p3: (undrende) Ja hva skjer da

Intervjuer: Eller hvis du ikke ønsker å tegne kan du bare skrive det innenfor det punktet

fp3: Lurt merknad: (De tegner)

p3: Hvis jeg skal lage en underside så gjør jeg bare sånn da.

Intervjuer: Ja merknad: (De tegner)

Intervjuer: (Snakker til p2) P2 du tegner en en linje med?

p2: Jeg tegner en sånn (peker på linjen) en sånn seks måneder med smerte, med smertetopper etter hvor mye smerte man har

Intervjuer: Ja merknad: (De tegner)

Intervjuer: (Til p3) Skal du ha noe?

p3: Ja en blyant hadde vært fint

Intervjuer: Hva tenker du p1?

p1: Jeg tenker at det her (ett punkt) er en måned i ett år så kan man på en måte... jeg vet ikke... trykke på en av de også kommer det opp sånn for eksempel, positive ting som skjedde den måneden

p2: Jeg går for veldig enkelt

Intervjuer: Ja (til p1) hvis tar en måned og tegner en strek opp ifra den (ett punkt) hvis du trykker inn er det positive ting er det noen spesielle ting du tenker på?

p1: Nei for eksempel... hvis det var en veldig spesiell hendelse som var veldig veldig ålreit (?). Jeg kan jo ta Juli!

Intervjuer: Ja det er absolutt en fin måned.

p1: Jeg tok dykkerlappen og det var ganske kult

p3: Jeg er skikkelig misunnelig på at du får lov til å dykke. Jeg blir nekta å dykke. Faren min var profosjonell dykker så jeg har lyst å bli dykker selv og de sa at du svømmer som en bryne(?) du kan jo ikke ta dykkerlappen du

p2: Vet du hva jeg så det var en undervannsrullestol!

p3: Med oksygentank?

p2: Ja den var bakpå... og små propeller underpå. Den var dritkul!

p3: Ja da hadde jeg følt at jeg var sånn James Bond!

p2: Det så sånn ut. Da var noe av det kuleste jeg har sett merknad: (De tegner)

Intervjuer: Ja så p2 du har beskrevet nivåer.

p2: Ja det er måneder men jeg hadde tenkt jeg skulle beskrive nivåer også

Intervjuer: Ja

p2: Vet ikke helt hvordan enda!

Intervjuer: Nei (forstående) merknad: (De tegner)

Intervjuer: Ja (til p2) smerten er det noe du tenker at du ville ha skrevet inn selv?

p2: Ja, det er noe du skriver også former den dette her mønsteret utifra hva du skriver inn! Du tar skalaen ifra 1 til til 10 også tar den og lager dette mønsteret ifra det.

Intervjuer: Er det interresant å kombinere det med noe annet. For hvis du har oversikten her...

p2: Ja jeg tenkte aktivitetskala også, for å hvor mye vondt man har ifra hvor mye man gjør

p3: Ja skal vi se det ble jeg skikkelig gæren av alt den rosa fargen merknad: (latter)

Intervjuer: (fleipende) Rosa var et dårlig valg

p3: Ja

p1: Du angrer nå (spøkende)!

p3: Ja, sånn skikkelig

Intervjuer: Da skal vi ikke ha den helt rosa

p3: Ja ta den i nøytral blå eller et eller annet! merknad: Gir nøytralblå pen til p3

p3: Ja der har du den!

Intervjuer: Ja vi kan jo ta et minutt til på det her, så kan vi gå videre. Det er ikke veldig viktig å få det riktig, det er bare for å få dere til å tenke på det og tenke i rammene av hva prosjektet handler om merknad: De tegner

Intervjuer: Jeg tenkte...sånn til å starte med er tidslinjen ment å være et verktøy som kan vise og dokumentere over lengre perioder og dere hadde jo en fri-fantasi fase (før workshop) sammen med Johan (annen student) istad. Innenfor de samme rammene hvor det ikke er noen begrensinger teknologisk, etisk eller noe som helst. Kunne dere tenke dere noen spesielle andre ting å inkludere for et sånt verktøy?

p2:Innenfor en tidslinje?

p3: Innefor helse eller generelt? merknad: Undrende blikk!

Intervjuer: Vi kan faktisk bare komme tilbake til det. Vi kan begynne på en annen. Jeg så nå et jeg hadde hoppet over et spørsmål skjønner du! Beklager det.

p3: Det går fint!

Intervjuer: Vi lurte først på om dere dokumenter hverdagen på noen måte? Om dere bruker for eksempel almanakk, blogg, dagbøker, treningslogg eller noe sånt. Er det noe dere gjør på slutten av kvelden for å få noen oversikt senere.

p3: Jeg er plikta til å skrive treningsdagbok. Det er dritkjedelig men jeg må skrive det, jeg har det.

p1:Jeg har jo kalenderbok, det eneste jeg gjør på kvelden er å stryke alt jeg har fått gjort og så føre videre det jeg ikke har fått gjort til en annen dag

Intervjuer: Kan dere huske noen tilfeller hvor dere kunne tenke dere å ha et slikt verktøy for å gå tilbake og se på noen perioder.

p2:Hvis du skal til legen og så spør dem hvordan har du hatt det siste halvåret og så *vet ikke helt*

p3: Ja. Helt enig.

p1:Svare bedre på spørsmålene

p3: I forhold til hva man gjør når man går skadet og sånn. For min del. Hvor mye har du trent i forkant av skaden. Hvor lenge var du skadet.

p2:(Spørrende) Hva har du gjort mellom skadene? og kunne skrevet ned det.

p3: Eller i forhold til når man presterer bra som idrettsutøver går man jo alltid tilbake og ser. Hva gjorde jeg bra før den konkurransen på samme tiden i fjor. Ikke at man blir noe klokere på det. Men man har ihvertfall skrevet ned. Du kan gå tilbake.

Intervjuer: Vi kan jo starte med p3. Du har tegnet en sirkel for en måned

p3: Ja sånn ish (cirka). Ikke fylt inn alt, men man har. Jeg tenkte først da at man har den generelle sirkelen og så går man som her. Og så går det en sirkel på innsiden der igjen. Som kan gå mer på, søvn, syke, sosiale, hvordan man har det.

Intervjuer: Ser du har skrevet, *Hvordan reargerte kroppen på perioden, Hvorfor var det en god periode, Det fysiske du gjorde i perioden*

p3: Ja for det her sier ikke at det er en bra periode fysisk men at det kanskje er en god periode psykisk.

Intervjuer: Er det noen spesielle ting du tenker er lurt å logge eller notere

p3: For min del så er det jo, hvordan kroppen min fungerer, om det er mye smerte om det er slitasje, om jeg sover bra, sånne ting er viktig for meg å ha kontroll over.

Intervjuer: p2 du tegnet en tidslinje over smerte og aktivitet.

p2: Det er veldig relevant for meg i forhold til hvor aktiv jeg er og om det gjør at jeg har mere vondt eller ikke har det. Det er i hvertfall det helsepersonellet veldig interessert i. Da er det greit å ha det. Da kan man skrive inn på en skala og så lage en sånn pen, fancy greie da. (humrer)

Intervjuer: Absolutt. Og var det noen andre ting du tenkte på å dokumentere i tillegg. Eller noen ting du kommer på i farten?

p2: Det hadde vært fint om jeg kunne dokumentere hvor mye du gikk, ikke aktiviteten men hva du gjør også.

Intervjuer: Ja...

p2: At du kunne skrevet inn, dratt inn en strek der (peker på tidslinjen), hva du faktisk gjorde for å huske det.

Intervjuer: Og du p1 tegnet en oversikt over en måned, måneder? Nå som du har hørt de andre snakke litt er det noe du kommer på. Er det noe du?

p1: Nei det eneste jeg har tenkt på en måte er at den måned hadde mye smerter, var mye sosiale, både positive og negative ting, kanskje? Se hvordan man har prestert!

Intervjuer: Tidligere så nevnte vi helseaspektet. Da tenkte vi på det forskjellige tingene som kan dokumenteres, som nye legebesøk, bruk av nye medisiner og slike ting. Har dere blitt bedt om å dokumentere noe slikt før, av leger eller i andre situasjoner?

p2: Ja, sånn smertejournal har jeg skrevet flere ganger og sånn helsekost,

hva heter det. Matjournal.

p1: Ja matjournal har jeg skrevet. Også når jeg har gått på for eksempel (medisinsk behandling) er det veldig viktig at man dokumenterer opp og ned så og så mye i dosen og så må man si hva det blir av?

p3: Jeg har også blitt bedt om å skrive kostholdsdagbok, men jeg har aldri gjort det.

Intervjuer: Når dere brukte de, var det noen verdi for dere eller var det for andre? Fikk dere noen større innsikt når dere brukte de?

p2: Lite gran, liten innsikt men det var mest for helsepersonelle syns jeg.

p1: Ja, både mat og drikkeliste er jo ment for dem, når du går på kurer er jo de mest opptatt av hvordan det blir på den og den dosen for eksempel.

Intervjuer: Tanken er jo å ta noe av det samme men overføre det slik at det er interessant for dere. At det ikke bare er interessant for helsepersonellet, men at det også kan være for dere i hverdagen. Så helt til slutt er fri-fantasi delen. Hvis det var fri-fantasi hva kan vært interessant, ikke bare for helsepersonell men for dere å ha mulighet å gå tilbake og se på.

p2: Sosiale ting. Syntes jeg. Hvis det hadde vært sånn som facebook.

Intervjuer: Sosialt mener du da venner eller aktiviteter

p2: At du kommer deg ut ifra huset og sykehus?

p1: Både aktiviteter.

Intervjuer: For å avslutte har dere noen siste kommentarer?

p3: Det er veldig kult konsept, å bruke tidslinjer som er relevant for oss.

p2: Tror det blir veldig nyttig.

p1: Jeg og.

Intervjuer: Forhåpentligvis.

p3: Det får dere til.

Intervjuer: Tusen takk for hjelpen, det har vært kjempefint.