

2021

WeThrive

En applikation til forbedring af trivsel blandt studerende på Det
Humanistiske Fakultet på Aalborg Universitet

Specialeafhandling på IT, Læring og Organisatorisk Omstilling

Aalborg Universitet

Anders Vyff Løvschal & Niklas Brinch Rosenørn

Titelblad

Titel: WeThrive – En digital applikation til forbedring af trivsel blandt studerende på
Det Humanistiske Fakultet på Aalborg Universitet

Udarbejdet af: Anders Vyff Løvschal og Niklas Brinch Rosenørn

Uddannelse: IT, Læring og Organisatorisk Omstilling

Universitet: Aalborg Universitet

Afleveringsdato: 29. maj 2021

Vejleder: Rikke Magnussen

Speciale type B

Antal anslag: 191803

Abstract

Universities and other educational institutions around the world are continuously striving to be supportive of the immensely important feeling of personal well-being among students. It is believed that personal well-being is essential for optimal learning outcomes in educational settings. A study from Hong Kong has shown a link between long-standing positive effects of personal well-being on university engagement and associated learning outcomes, confirming the belief of causality between learning and well-being. Another research has shown that digital mental health interventions can be effective for improving anxiety, depression, and psychological well-being among college students.

This thesis aims to determine how a digital solution can be designed to contribute to positive well-being among university students at Aalborg University. Based on both a state-of-the-art literature review on mental health and well-being among university students, and a review of the most recent study environment surveys, an online survey was conducted to further empathize and define the problem and user needs. Respondents of the survey were university students currently enrolled at the Faculty of Humanities at Aalborg University and were presented with multiple-choice questions with the ability to further elaborate on their thought process by being able to type in text to each question presented.

The empirical data were then used in the project's design methodology to generate ideas for a prototype that conceptualizes a digital mental health intervention that can improve personal well-being for the students at the Faculty of Humanities at Aalborg University. Analysis of the responses demonstrated that the well-being of the students had declined compared to previous study environment surveys from previous years, and there were a lot of students who sometimes or often felt lonely. Furthermore, the students revealed that they thought there was a lack of social events at the university between faculties, and there was a consensus that this problem needed to be addressed for better well-being among students.

On these grounds a platform was designed to bridge the gap between the students' social and academic life, and this was done by following the structure of Stanford d.school's Design Thinking Process. The goal was to fulfill the three basic needs of the self-determination theory and to create communities of practice.

The results indicated that a digital solution could be a solution to the decline in well-being among students at The Faculty of Humanities at Aalborg University by being a tool for communication and planning, thus allowing the students to come together between faculties whilst engaging in their academic life.

Forord

Nærværende specialeafhandling er udarbejdet af to studerende fra studieretningen, IT, Læring og Organisatorisk Omstilling (ILOO), på Aalborg Universitet.

Specialet er af type B, hvor et digitalt produkt udvikles med tilhørende skriftlige, teoretiske og analytiske refleksioner.

Baggrunden for valgte emne, om trivsel og digitale produkter, stammer fra forfatterernes motivation for at udvikle digitale produkter gennem innovative Design Thinking processer.

Projektet drager inspiration fra specialiseringsmodulet på It, Læring og Organisatorisk Omstilling, hvor forfatterne af nærværende undersøgelse specialiserede sig i Programmering og Prototyping, som blev tilbudt i foråret 2020, og hvorfra projektgruppen har fået indsigt i udviklingen af prototyper.

Formålet med projektet er at finde ud af hvordan et digitalt produkt kan anvendes i forbindelse med trivsel på Aalborg Universitet og forhåbentligt skabe forbedringer på området.

Forfatterne hævder ingen immaterielle rettigheder for projektets produkt, men ønsker blot at de studerendes trivsel forbedres hvis muligt.

Indholdsfortegnelse

1. Indledning	1
1.1 Problemformulering.....	2
1.2 Projektets opbygning	2
1.3 Afgrænsning	3
2. Problemfelt	3
2.1 State of the art	3
2.1.1 Fund	4
2.1.2 Trivsel og overgang mellem ungdomsuddannelse og videregående uddannelse	5
2.1.3 Mentale helbredsproblemer.....	6
2.1.4 Positive mental health & Well-being	6
2.1.5 Digitale værktøjer til forbedring af mentalt helbred	7
2.1.6 Trivsel og læring	8
2.2 Studiemiljøundersøgelser på AAU	9
2.2.1 Studiemiljøundersøgelserne 2016 og 2020	9
3. Metodologi.....	12
3.1 Videnskabsteori	12
3.2 Design Thinking som metodologi.....	14
3.2.1 Empathize	15
3.2.2 Define	16
3.2.3 Ideate	16
3.2.4 Prototype	16
3.2.5 Test.....	17
3.3 Interaktionsdesign	17
3.4 Usability Inspection Methods	19
3.4.1 Cognitive Walk Throughs	20
3.4.2 Personas	20
3.5 Dataindsamling	20
3.5.1 Mixed Methods.....	20
3.5.2 Scenariebaserede tests	21
3.6 Analysemetoder	21

3.7 Etik	24
4. Teori	25
4.1 Selvbestemmelsesteorien (SDT)	25
4.1.1 Indre motivation:	26
4.1.2 Ydre motivation.....	28
4.1.3 Psykologiske behov og trivsel	29
4.2 Communities of Practice	30
5. Empathize & Define (Resultater & Analyse)	35
5.1 Spørgeskemaundersøgelsen	35
6. Ideate, Prototype og Test	62
6.1 Personas.....	63
6.1.1 Persona 1	63
6.1.2 Persona 2	64
6.1.3 Persona 3	64
6.1.4 Persona 4	64
6.2 Designprincipper	65
6.2.1 Designprincippernes anvendelse:	67
6.3 Fra Designprincipper til design af mock-up og prototype	68
6.3.1 Prototype	68
6.3.2 Designfunktioner:.....	69
7. Diskussion	87
7.1 Refleksioner over resultater	87
7.2 Refleksioner over metode.....	89
7.3 Videre arbejde.....	90
8. Konklusion.....	91
9. Bibliografi	92

1. Indledning

Trivsel er ifølge Den Store Danske¹ en tilstand, der giver anledning til overskud, gåpåmod, handlekraft og livsglæde. Begrebet bliver ofte anvendt i undervisningssammenhænge, men er af universel betydning for menneskers virkelyst (Davis, 2019). Der kan derfor argumenteres for, at det er utrolig vigtigt at trives, og ifølge Danmarks Evalueringsinstitut (2018) er trivsel en forudsætning for fagligt udbytte i uddannelsesregi. Derfor foretages der på uddannelsesinstitutionerne studiemiljø- og trivselsundersøgelser med fastlagte tidsintervaller for at sikre, at de studerende trives på deres uddannelse. Især danske universiteter bruger mange ressourcer på at undersøge de studerendes trivsel, da videregående uddannelser tilbyder undervisningsformer, der er selvstændige og selvstyrede, hvilket mindsker mængden af social interaktion på universiteterne. På nuværende tidspunkt har f.eks. Aalborg Universitet (herefter AAU) en målsætning om, at 80 % af de studerende skal trives (Dissing & Haslund, 2016), hvilket ifølge projektgruppen er uambitiøst, taget de økonomiske og samfundsmæssige konsekvenser i betragtning, da 20 % svarer til ca. 4000 studerende (Aalborg Universitet, 2020), der er i risiko for at droppe ud hvis de mistrives. Perioden for nærværende projekt er tilmed under COVID-19 pandemien, hvilket yderligere understreger vigtigheden af undersøgelsen, da trivsel har taget et stort dyk i denne periode (Uddannelses- og forskningsministeriet, 2021).

Flere undersøgelser har vist at mistrivsel leder til negative effekter, såsom stress, angst, frafald fra uddannelse, uudnyttet potentiale osv. (Fergusson et al., 2007) og derfor er det essentielt at undersøge hvordan trivsel potentielt kan forbedres, således at de studerende får de bedste muligheder for at udvikle det potentiale, de besidder.

Gennem forfatterens egne opfattelser og erfaringer med Aalborg Universitets studiesociale initiativer kombineret med AAU's trivselsmålinger er det fundet relevant at undersøge hvordan den generelle trivsel og velvære blandt studerende kan højnes ved at gøre det nemmere for studerende at være studiesociale. I en undersøgelse af Lattie et al. (2019) har forskere undersøgt, om digitale interventioner kan hjælpe collegestuderende med mentale helbredsproblemer, såsom angst, depression osv. og dermed skabe bedre trivsel for disse individer. Deres undersøgelse viste, at de digitale værktøjer havde potentiale til at forbedre trivsel, og at den største udfordring var dårlige brugeroplevelser og designvalg. Af disse årsager vil der undersøges hvorledes et digitalt værktøj kan designes, således at det faciliterer en højere grad af deltagelse i sociale og faglige arrangementer, og giver mulighed for at højne trivslen på AAU. Dette leder frem til følgende problemformulering og understøttende spørgsmål:

¹ <https://denstoredanske.lex.dk/trivsel>

1.1 Problemformulering

Hvordan kan et digitalt produkt designes, så det kan bidrage til trivsel for studerende på Det Humanistiske Fakultet på Aalborg Universitet?

- Hvad er trivsel og hvilke indsatser bliver der udført for at undersøge og fremme trivsel på uddannelsesområdet?
- Hvad oplever studerende på AAU som udfordringer i forhold til trivsel og hvordan kan digitale applikationer udvikles til at facilitere en forbedring på området?
- Hvordan kan en digital applikation designes, således at den tilgodeser både faglig og social trivsel?

1.2 Projektets opbygning

Kapitel 1, **Indledning**, har til formål at introducere projektets overordnede formål, problemformulering og opbygning.

Kapitel 2, **Problemfelt**, udfolder projektets problem- og undersøgelsesfelt.

Kapitel 3, **Metodologi**, beskriver projektets videnskabsteoretiske tilgang og overordnede metodologi, som i dette projekt er Design Thinking. Desuden introduceres projektets dataindsamlingsmetoder.

Kapitel 4, **Teori**, beskriver projektets teorier, der anvendes til analyse og refleksion.

Kapitel 5, **Empathize og Define**, er første fase af projektets overordnede metodologi, Design Thinking, og her igangsættes projektets undersøgelse af trivsel og de involverede individer.

Kapitel 6, **Ideate, Prototype og Test**, introducerer projektets idéfase, der er igangsat på baggrund af analyse af respondenterne i projektet. Herefter beskrives den endelige prototype og test heraf.

Kapitel 7, **Diskussion**, beskriver og evaluerer projektets resultater.

Kapitel 8, **Konklusion**, forsøger at besvare projektets problemformulering og sammenfatter undersøgelsens delkonklusioner.

1.3 Afgrænsning

I dette projekt bliver der undersøgt, om en digital platform kan bidrage til trivsel på Det Humanistiske Fakultet på AAU (herefter HUM). I State-of-the-art afsnittet berøres mange konsekvenser ved mistrivsel hvor der i det efterfølgende primært vil være fokus på faktorer, der bidrager til bedre trivsel, og ikke de specifikke konsekvenser ved mistrivsel. Spørgeskemaundersøgelsen har været udformet på dansk, og dermed er der udelukkende fokus på de dansksprogede studerende, da det forsøges at sikre, at de adspurgte er repræsentative for den regulære fuldtidsstuderende på AAU.

Da tidshorizonten for den nærværende undersøgelse ikke tillader at evaluere på effekten af værktøjets potentielle virkning, fokuseres der primært på hvilke prioriteter målgruppen for undersøgelsen har i forbindelse med trivsel og design af digitale værktøjer. I projektet laves ikke en mere dybtgående analyse af samtlige platforme og brugerflader, hvor der kan findes relevante oplysninger, som ved en større indsats kan sammenstykes til et komplet billede. Projektet baserer sig således alene på den information projektgruppen har fundet vedrørende de studerendes brug af andre platforme.

2. Problemfelt

Dette afsnit vil afdække det aktuelle problemfelt og forskning på området for at få en dybere indsigt i om eller hvordan et digitalt produkt muligvis kan lede til bedre trivsel blandt studerende på HUM. Indledningsvist vil dette afsnit tage fat på projektets State of the art Review, hvor udvalgt forskning på området sammenholdes med projektets problem- og undersøgelsesfelt. Herefter gennemgås de seneste studiemiljøundersøgelser, der er foretaget på AAU, hvor der udelukkende ses på de data, der vedrører trivsel, og hvor en sammenligning af undersøgelserne kan fortælle om udviklingen på området.

2.1 State of the art

Formålet med dette afsnit er at forsøge at afdække et udsnit af den litteratur, der findes indenfor det emne, som undersøges, nemlig trivsel hos universitetsstuderende. Der er i undersøgelsen primært blevet søgt på engelske artikler ved at anvende engelske søgetermer. Da der ikke er et direkte oversat ord på engelsk der repræsenterer Trivsel, er "well being" og "mental health" i forbindelse med "higher education" og "University students" blevet brugt for at søge på litteratur i diverse databaser, da det er disse ord, der anvendes i engelske artikler indenfor emnet. En oversigt over anvendte søgemaskiner samt søgeord kan ses i tabel 1.

Anvendte søgemaskiner	Søgeord
• Google Scholar • AUB • Web Of Science • ResearchGate • SpringerLink • Sage Journals	Social well-being, wellbeing, higher education, education, university, thrive, thriving, mental health, wellness, self-determination, [digital measurement of well-being], mental health, learning and mental health, transition from high school to college, subjective well-being SWB, psychological Well-being PWB, motivation, digital tools for wellbeing
• Google (dansk)	Trivsel på universiteter, Trivsel på videregående uddannelser, Studiemiljøundersøgelse, Trivsel på danske uddannelser.

Tabel 1 - Liste over anvendte søgemaskiner, samt hvilke søgeord der er anvendt.

Well-being er det ord på engelsk, der kommer tættest på det danske ord "Trivsel", og derfor har dette være et primært søgeord i kombination med learning og higher education, da undersøgelsen udelukkende undersøger trivsel hos universitetsstuderende. I forbindelse med litteratursøgningen fremkom flere termer gentagende gange, såsom Subjective Well-Being SWB, Psychological Well-being PWB, motivation og digital tools for well-being, hvorfor disse er inkluderede søgetermer.

Årsagen til, at der er anvendt danske søgetermer i den almindelige google søgemaskine, er for at fremsøge danske initiativer og studier på området. Dette kan for eksempel være trivselsundersøgelser, studiemiljøundersøgelser osv.

2.1.1 Fund

I forbindelse med det indledende undersøgelsesarbejde og gennemgang af artikler, som søgtes frem fra databaserne, fandt projektgruppen bl.a. en mapping af den litteratur, der omhandler "Mental health and well-being of students" fra 1975-2020 i Web Of Science (WoS) databasen, i artiklen "Mental Health and Well-Being of University Students: A Bibliometric Mapping of the Literature" - Hernández-Torrano et al. (2020). Ved hjælp af backwards snowballing effekten (Wohlin, 2014) er der i projektet fundet frem til størstedelen af litteraturen til indeværende afsnit vha. referencelisten fra Hernández-Torrano et al. (2020). Denne artikel giver et godt indblik i hvordan forskningen har udviklet sig og hvad fokus har været indenfor lige netop dette område over de sidste 45 år, og denne artikel refererer til mange andre artikler. Artiklernes relevans er afgjort på baggrund af, om indholdet beskriver trivsel hos universitetsstuderende eller emner, der relaterer sig direkte hertil, som for eksempel trivsel i den unge voksenalder. Litteratur inden for opstillede temaer, som blev fundet relevante for undersøgelsen, fremgår af tabel 2.

Temaer	Artikler
Trivsel og overgang mellem ungdomsuddannelse og videregående uddannelse	• Cleary et al., 2011 • Macaskill, 2013 • Kessler et al., 2007
Mentale helbredsproblemer	• Evans et al., 2018 • Fergusson et al., 2007 • Hunt & Eisenberg, 2010 • Schwartz & Corcoran, 2009 • Scheid, 2010 • Hernández-Torrano et al., 2020
Positive mental health og well-being	• Galderisi et al., 2015 • Kobau et al., 2011 • Diener, 2012 • Ryff & Singer, 2006 • Ryff, 1989 • Hernández-Torrano et al., 2020 • Schwartz & Corcoran, 2009 • Moreno & de Roda, 2003
Digitale værktøjer til forbedring af mentalt helbred	• Lattie et al., 2019 • Auerbach et al., 2018 • Eisenberg et al., 2007 • Iorfino et al., 2019 • Torous et al., 2018

Tabel 2 - Litteratur indenfor opstillede temaer, som blev fundet relevante for undersøgelsen

2.1.2 Trivsel og overgang mellem ungdomsuddannelse og videregående uddannelse

Overgangen fra gymnasier til universiteter kan være en radikalt forandrende periode i unge menneskers liv, da de her møder nye ukendte udfordringer, nye måder at lære på og skal til at stå til ansvar for deres eget liv (Cleary et al., 2011). På universiteter er der behov for at have selvdisciplin for at kunne tilpasse sig og trives med de nye akademiske forventninger og det nye læringsmiljø, som er mindre individfokuseret end det, man kan have været vant til fra gymnasiet. Som tilføjelse hertil er det også ofte i forbindelse med overgangen, at de unge mennesker for første gang flytter væk fra deres forældre, og derfor står de også mere alene i forhold til at kunne få støtte af deres

hjemmenetværk og bliver som resultat heraf nødt til ofte at tage ansvar for sig selv (Cleary et al., 2011).

Det, at man står mere alene og er i nye omgivelser, kan have en effekt på det psykiske helbred og den generelle trivsel hos de studerende på universiteterne, og der er forskning, der viser, at der bliver lagt et pres på de studerendes mentale helbred i starten af universitetstiden, og at presset ikke i løbet af universitetstiden falder til niveauet, som det var før (Macaskill, 2013). Dette kombineret med, at det, at det er i den tidlige voksenalder, at det er mest normalt at opleve almindelige psykologiske problemer som depression, stress og angst, gør, at man som universitetsstuderende er i en specielt udsat position (Kessler et al., 2007).

2.1.3 Mentale helbredsproblemer

World Health Organization definerer mentalt helbred som: "Når en person trives og kan indse sit eget potentiale, kan håndtere de normale stressfaktorer i livet, kan arbejde produktivt og frugtbart og er i stand til at bidrage til hans eller hendes samfund." (WHO, 2004) Denne definition har bidraget til fremskridt inden for forskningsfeltet, da det med denne definition udvider begreberne om mentalt helbred til at være mere end fraværet af mental sygdom og fokuserer mere på de positive sider af det mentale helbred (Galderisi et al., 2015).

Specielt 3 problemområder inden for mentale helbredsproblemer adresseres og går igen.

Det første er, at rapporter antyder, at de mentale helbredsproblemer er stigende hos universitetsstuderende, når man sammenligner dem med andre unge i samme aldersgrupper, som ikke går på universitetet. Andre forskere mener, at der er et stigende "Mental health" problem undervejs, som kan lede til en mental helbredskrise blandt universitetsstuderende (Evans et al., 2018).

Det andet er, at psykologiske påvirkninger og stress i den unge voksenalder kan kobles sammen med en række forskellige kortsigtede hændelser som frafald fra studie, faldende effektivitet, manglende gennemførelse af opstartede initiativer, men også langsigtede konsekvenser som vedvarende mentale problemer, lavere indkomst og lavere arbejdsmarkedsegnethed (Fergusson et al., 2007).

Det tredje er, at der er bred enighed om, at universitetsuddannelser har unikke muligheder for at promovere mentalt helbred og trivsel for unge voksne mennesker, da universiteterne har potentialet til at indeholde det akademiske, det professionelle og de sociale aktiviteter sammen med fagligt personale, der kan støtte op omkring de studerende (Hunt & Eisenberg, 2010).

2.1.4 Positive mental health & Well-being

Forskning indenfor det, der omtales som "Positive mental health", er relativt nyt, men har været under stor vækst de seneste årtier på grund af, at der er forskere, der har advokeret for et skift i paradigmet. Hvor man før havde tendens til at fokusere på mentale sygdomme, har man nu forsøgt at fokusere på

de positive ting, der er gode ved mennesker, og at have en mere styrkebaseret tilgang (Kobau et al., 2011).

Der er ingen universel accepteret definition på hvad "well-being" er, men der er to perspektiver på well-being, som har domineret indenfor litteraturen på området, nemlig Subjective Well Being (SWB) og Psychological Well Being (PWB). SWB repræsenterer folks selvopfattelse i forhold til, om de lever et værdigt liv, der opfylder deres ønsker (Diener, 2012). SWB er stærkt knyttet til ideen om lykke og er ofte forbundet med et højt niveau af positive følelser og lavt niveau af negative følelser, og at man generelt har en høj tilfredshed med sit liv (Deci & Ryan, 2008). PWB defineres som ideen omkring selvrealisering med det mål, at man opnår sit fulde potentiale i livet for eksempel gennem uddannelse (Ryff & Singer, 2006). PWB kan defineres som, at man er i en positiv psykologisk tilstand, og begrebet indeholder 6 dimensioner: Mål i livet, Autonomi, Personlig vækst, Følelsen af at have kontrol med sit liv, Positive forhold, og Selvaccept (Ryff, 1989).

Mental Health og Well-being er begreber, der er blevet undersøgt gennem en lang række forskellige videnskaber med forskellige mål for øje; men forskningen fra felterne komplementerer dog hinanden godt, idet de har 2 ting til fælles. Det første er, at de forskellige videnskaber alle anerkender, at der er biologiske, psykologiske og sociale faktorer, der påvirker felterne. Det andet er, at mentalt helbred er andet end fraværet af mental sygdom (Hernández-Torrano et al., 2020).

Ifølge den bibliometriske undersøgelse bidrager det biomedicinske felt i stor grad til feltets indhold hvor specielt den psykiatriske forskning anses som værende en stor del af fundamentet for forskningen indenfor feltet (Schwartz & Corcoran, 2009). Forskning indenfor adfærdsvidenskab og person- og socialpsykologi anses også som værende essentielle discipliner, som har bidraget til den resterende forskning indenfor feltet (Moreno & de Roda, 2003), hvorimod klinisk psykologi og forskning fra social sciences ikke lader til at have den helt store indvirkning på feltets indhold endnu. Dette kan indikere, at den sociale kontekst og kulturens påvirkning på universitetsstuderendes mentale helbred er et relativt uudforsket forskningsområde (Hernández-Torrano et al., 2020).

2.1.5 Digitale værktøjer til forbedring af mentalt helbred

På baggrund af en forøgelse af studerende med almindelige mentale helbredsproblemer såsom angst, depression og andre tegn på mistrivsel har man i det seneste årti set et større antal digitale værktøjer udviklet til at forøge viden omkring mistrivsel og for bedre at kunne hjælpe studerende (Lattie et al., 2019). I en undersøgelse har det vist sig, at 31 % af collegestuderende screenede positivt for at have mentale helbredsproblemer, og denne undersøgelse var baseret på en undersøgelse af 19 videregående uddannelsesinstitutioner fordelt på forskellige lande (Auerbach et al., 2018).

En af de store udfordringer ved det høje antal af studerende med mentale helbredsproblemer er, at de studerende ikke selv erkender, at de har problemer og blot anser problemerne som værende helt almindelige stressfaktorer i en studerende hverdag, hvilket resulterer i, at de ikke opsøger hjælp (Eisenberg et al., 2009).

For at imødekomme disse problemer kan der anvendes digitale værktøjer på telefonen eller PC til at hjælpe studerende med almindelige mentale helbredsproblemer og samtidig undgå stigmatiseringer, der kan opstå i forbindelse med problemerne eller i forbindelse med at opsøge hjælp (Lattie et al., 2019). Et eksempel på et digitalt værktøj, der bidrager til at facilitere personlig og målrettet behandling, er platformen Innowell², der hjælper sundhedsfaglige interessenter med at måle og vurdere individers mentale helbred med det formål at give feedback og bedre at kunne skræddersy behandling til den enkelte (Iorfino et al., 2019).

I et litteraturstudie, foretaget af en gruppe amerikanske forskere, fandt man, at alle undersøgte digitale mentalt helbreds interventioner enten var effektive eller delvist effektive, og at effektiviteten af de forskellige produkter ikke varierede i særlig grad, hvilket indikerer, at alle computer-, web - og mobile interventioner kan have potentiale til at forbedre studerendes mentale helbred (Lattie et al., 2019). En af de hyppigste årsager til, at nogle af de digitale interventioner ikke fungerede for brugerne, var, at brugerne hurtigt stoppede med at anvende tjenesten, på grund af positive faktorer såsom hurtige forbedringer i humør, men også pga. negative faktorer såsom utilfredsstillende brugeroplevelser (Lattie et al., 2019).

En nylig undersøgelse af brugerengagement med apps til mental sundhed viste, at der opstår problemer med apps, når de (1) ikke designes med brugerne i tankerne, (2) ikke adresserer de problemer brugerne plages mest af, (3) ikke respekterer brugernes privatliv, (4) ikke er tillidsvækkende og (5) ikke er brugbare i nødsituationer (Torous et al., 2018). Dette belyser vigtigheden af, at digitale produkter er brugercentrerede, da indholdet ikke nødvendigvis er fangende i en sådan grad, at det fastholder brugeren, hvilket muligvis forstærkes hvis den studerende ikke anerkender at have et mentalt helbredsproblem.

2.1.6 Trivsel og læring

Universitetsstuderende er blevet identificeret som værende i en højrisikogruppe, når det handler om trivsel på grund af, at den alder hvormed de starter på studierne falder sammen med en hyppigere tendens til at indgå i problematisk adfærd såsom indtagelse af stoffer, men også ift. mentale helbredsproblemer såsom depression og angst (Yu et al., 2018) (Hernández-Torrano et al., 2020). Disse psykologiske problemer kan sammenkædes med negative livskvalitetsselementer såsom dårlig akademisk præstation, mindre livsglæde og ekstremer som selvmordstanker (Eisenberg et al., 2009). Kombinationen med dette og den tidligere nævnte overgang mellem ungdomsuddannelsen og universitetet gør denne aldersgruppe af studerende særligt sårbare.

² <https://www.innowell.org/>

Tidligere studier har vist en sammenhæng mellem personlige trivselsfaktorer, såsom interpersonel selvtillid, sociale og følelsesmæssige færdigheder, selvværd og læringsudbytte (Eisenberg et al., 2009). Desuden har familierelaterede faktorer som forældreinvolvering og familiestøtte vist sig at være bidragsydere til bedre læringsudbytte (Macgeorge et al., 2005) (Cheng et al., 2011).

I et forskningsprojekt fra 2018 har en gruppe forskere undersøgt langtidseffekten af trivsel ift. studerendes akademiske resultater (Yu et al., 2018). Forskerne fandt ud af, at studerendes personlige trivsel i begyndelsen af deres universitetsperiode har afgørende betydning for deres akademiske præstationer. Forskerne bekræftede også, at studerendes self-efficacy havde betydning for engagement og viljestyrke, hvilket bl.a. giver belæg for vigtigheden af en god overgang mellem ungdomsuddannelser og universiteter. Der kan derfor argumenteres for, at det er af samfundsinteresse, at de studerende trives både fagligt og socialt, da de to ting hænger uløseligt sammen.

2.2 Studiemiljøundersøgelser på AAU

Det overordnede formål med studiemiljøundersøgelserne er for universitet at få indsigt i de studerendes trivsel, holdning til studiemiljøet og forslag til forbedringer. På AAU er der en målsætning om, at 80 % af de studerende tilkendegiver, at de trives på deres uddannelser, og dermed er studiemiljøundersøgelsen (SMU) et vigtigt værktøj til at evaluere på trivsel (Dissing & Haslund, 2016).

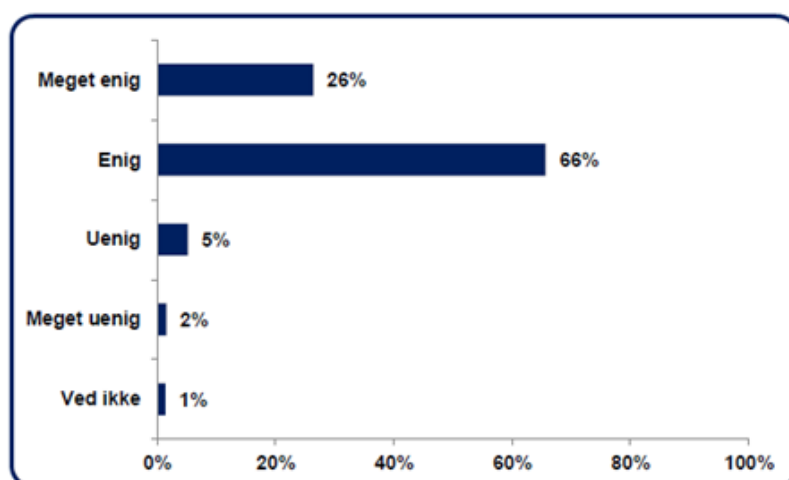
Der er i SMU gennem spørgeskema systematisk indsamlet viden om studiemiljøet på uddannelses- og institutionsniveau. Undersøgelsen af studiemiljøet sker i forbindelse med semesterevalueringen i slutningen af hvert semester. I undersøgelsen stilles der spørgsmål til det psykiske, æstetiske og fysiske studiemiljø, og resultaterne evalueres af studienævnet, som skal sikre, at dataene bliver inddraget i den fremtidige planlægning af semestrene (Aalborg Universitet, 2020).

I nærværende undersøgelse sammenlignes SMU fra 2016 med dele af SMU fra 2020, hvor data om trivsel og andre sociale faktorer anvendes. Dette gøres med henblik på at se, om bl.a. trivsel er stigende eller faldende hos de studerende (Aalborg Universitet, 2020).

2.2.1 Studiemiljøundersøgelserne 2016 og 2020

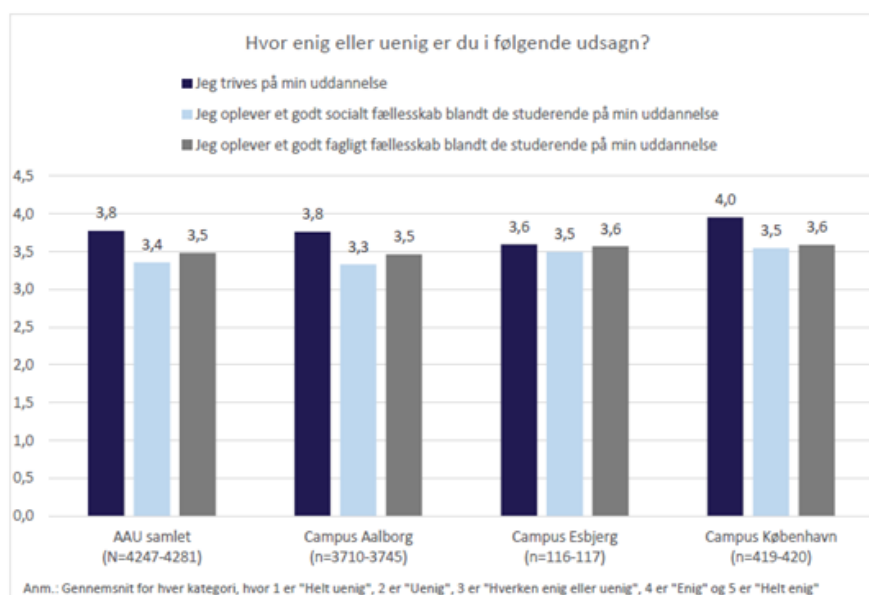
Undersøgelsen fra 2016 er baseret på besvarelserne fra 4600 personer (25 %), der har besvaret hele spørgeskemaet, og 5349 personer (29 %), der har besvaret dele af spørgeskemaet. Det er et velkendt problem i studiemiljøundersøgelserne med lave svarprocenter, og selvom denne undersøgelses svarprocent er højere end den foregående fra 2014, som var på 18 %, så er det stadig en lav svarprocent, der har indflydelse på undersøgelsens validitet. I 2020 var svarprocenten 29 % hvilket svarer nogenlunde til svarprocenterne fra 2016.

I 2016 blev de studerende spurgt til, om de trives på deres uddannelse (figur 1). Hertil svarede 92 % af de studerende enten enig (66 %) eller meget enig (26 %), hvilket kan overføres til, at ca. 8 % ikke trives. Hvis man sammenlignede disse tal med foregående undersøgelse (2014), hvor 78 % trives, har trivselsmålingen været mere positiv i 2016 end 2020. Nedenfor ses trivselsmålingen fra 2016, hvor det kan ses, at meget få studerende mistrives.



Figur 1 - Besvarelser til spørgsmålet: "Jeg trives på min uddannelse" (2016)

Undersøgelsen fra 2020 er blevet målt anderledes, hvor svarmulighederne fra meget enig til ved ikke er blevet tildelt en værdi fra 0 – 5, hvor 5 er meget enig og 0 er ved ikke. Desuden er der blevet tildelt en ekstra neutral svarmulighed hvor man kan være hverken enig eller uenig, som er blevet tildelt 3 point. Gennemsnittet blandt alle svarene er blevet udregnet, og resultatet fremgår af figur 2.



Figur 2 - Gennemsnittet af de studerendes svar til spørgsmålene i figuren (2020)

For at kunne have et sammenligningsgrundlag mellem de to undersøgelser har projektgruppen forsøgt at beregne tallene fra 2016 til at være sammenlignelige med 2020-undersøgelsens resultater og dette fremgår af bilag 1. Her tages der forbehold for at dette sammenligningsgrundlag ikke nødvendigvis er retvisende, men giver en tendens af udviklingen på området.

I tabel 3 kan man se resultatet af beregningerne, som giver sammenligningsgrundlag for de to undersøgelser.

Spørgsmål	2016	2020
Jeg trives på min uddannelse	4,09	3,8
Jeg oplever et godt fællesskab blandt de studerende på min uddannelse	3,64	3,45

Tabel 3 - Sammenligning af trivselsværdier fra 2016 og 2020, hvor 1 er "Helt uenig", 2 er "Uenig", 3 er "Hverken enig eller uenig", 4 er "Enig" og 5 er "Helt enig".

Det kan ses, at trivselsmålingen har været mere positiv i 2016, da der gennemsnitligt blev besvaret omkring 4, hvilket svarer til, at studerende gennemsnitligt svarede *enig* til spørgsmålet, om de trives. I undersøgelsen fra år 2020 har respondenterne gennemsnitligt svaret mellem '*hverken enig eller uenig*' og '*enig*', hvilket er et fald i trivsel set ud fra sammenligningen af undersøgelserne. Desuden kan man også se at forskellen i oplevelsen af fællesskab er meget lille, men at der sandsynligvis er en sammenhæng mellem, at de studerende trives, og deres opfattelse af fællesskabet.

3. Metodologi

I det følgende præsenteres afhandlingens overordnede metodologi; Design Thinking. Desuden præsenteres det videnskabsteoretiske afsæt og de metodiske valg til indsamling af data samt begrundelser for valgene.

3.1 Videnskabsteori

I nærværende afhandling antages en pragmatisk vinkel, hvor der gennem undersøgelserne vil være søgen efter mening på de undringer, der måtte opstå, i forbindelse med at ville løse de problemer, der måtte opstå.

Den pragmatisk grundantagelse er, at man ikke kan have viden om verden uden selv at være en del af den, da mennesker tilegner sig viden gennem handlinger (Dewey, 1938).

Pragmatismens verdenssyn kan være svært at beskrive, da det både rummer realistiske og idealistiske studier, men pragmatismens problemløsende filosofi tager udgangspunkt i problemløsning gennem handling i en praksiskontekst (Farjoun et al., 2015).

Den pragmatisk filosofiske tilgang til viden skabelse og problemløsning er egnet til denne type undersøgelse, da projektgruppen søger at undersøge praksis i forskellige kontekster for på den måde at få et indblik i hvordan virkeligheden ser ud (Pragmatism (Stanford Encyclopedia of Philosophy), 2020).

Pragmatismen er et forskningsparadigme hvori der er et procesorienteret perspektiv, som understøttes af en struktur hvor relationer og refleksioner over tidligere handlinger også har en vigtig del af den ontologiske forståelse. Gennem refleksion over tidligere handlinger kan man revidere og selvevaluere tidligere vaner og rette op på de uhensigtsmæssige parametre, der før har haft en negativ effekt på den udvikling, man har været i indtil nu (Farjoun et al., 2015).

Mennesker er i en konstant tilstand af udvikling mod den person, de er på vej til at blive, og selve deres eksistens defineres af deres handlinger som et væsen. Handlinger er den måde hvorpå vi som mennesker eksisterer i og skaber mening af verden omkring os. Gennem handlinger interagerer mennesker med fysiske objekter, andre mennesker, men også deres egen tvivl og undren (Ejsing-Duun & Skovbjerg, 2018).

John Dewey forklarer inquiry som den proces, der opstår, begyndende fra et ukendt problem. Inquiry er en proces, der begynder med tvivl eller undren, og som ender med ny viden, der er så konkret, at den kan handles ud fra enten fysisk eller teoretisk. For at engagere sig i denne proces er det nødvendigt, at man stiller sig spørgende og søgende i forhold til at få svar på de tvivl/den undren, man måtte have (Dewey, 1938).

Dewey argumenterer for inquiry som værende søgen på teori til at kunne forstå og til at kunne være reflekterende i sin tænkning, og han beskriver processen i individet i 5 trin (Dewey, 1938):

1. Opstået problemstilling
2. Problemstilling defineres
3. Forslag til forklaringer eller mulige løsninger tilnærmes
4. Forklaringer/løsninger uddybes rationelt som ideer
5. Ideerne bliver testet gennem eksperimenter som kan bekræfte ideen og skabe en konklusion på den nye viden

Inquiry starter med en ukendt situation hvor en person undrer sig, stiller spørgsmål eller hvor der prøves på at skabe mening ud af en situation, som man ikke forstår. Det starter med usikkerhed eller mangel på viden i en specifik situation, som er ubekendt, og som bliver problematisk, lige så snart man oplever tvivl. Tvivlen leder en til en vilje til at handle i forsøget på at afprøve hypoteser og udvikle svar. Personen skaber en situation hvor hypoteserne kan afprøves. Gennem inquiry søger personen en måde at kunne beskrive problemet på en måde, der gør det lettere at håndtere og forstå (Ejsing-Duun & Skovbjerg, 2018).

Inquiry er eksperimentelt, og målet med det hos personen er at genetablere selvsikkerhed og viden, der sikrer effektiv og flydende menneskelig aktivitet, som er fri for tvivl. Gennem personlige erfaringer, handlinger og effekt på en given situation opnår man en bedre forståelse af problematiske situationer.

Dewey argumenterer for at inquiry handler om at undersøge en del af virkeligheden for at opnå en ny viden, man kan anvende til at håndtere et oplevet problem. For at kunne håndtere problemet er det nødvendigt at rammesætte det på en passende måde (Ejsing-Duun & Skovbjerg, 2018).

Schöns syn på pragmatisme og inquiry i design praksis er rettet mod individets egen praksis. Her forsøger man at skabe en forbindelse mellem professionel viden, praksisviden og videnskabelig viden. Schön har med inspiration i Deweys fortolkning af inquiry forsøgt at skabe et sprog, som designere kunne bruge til at tænke og reflektere over egen praksis i design processen. Schön har fokus på problem setting, framing, naming, refleksion i praksis, konvergent og divergent tænkning. Dette fokus bruges til at lægge vægt på vidensproduktionen i designerens egen proces for bedre at kunne adressere brugernes problemer (Schon, 1984) (Ejsing-Duun & Skovbjerg, 2018).

Ifølge Schön er der mange designere, der begår den fejl, at de er alt for fokuserede på problemløsning og dermed springer et skridt over, som Schön anser som værende essentielt, nemlig problem setting, hvori man definerer problemet. Dette sker på grund af for stort fokus på problemløsning og ikke nok fokus på egentlig at få defineret hvad kernen af problemet er, før man forsøger at løse det. Schön lægger altså meget vægt på, at man som designer får defineret situationen/problemet til at starte

med for bedre at kunne forstå hvilken løsning, der vil være passende til den specifikke situation (Ejsing-Duun & Skovbjerg, 2018).

Der arbejdes i nærværende undersøgelse med abduktiv ræsonnering, som Svend Brinkmann definerer som en ræsonnering, der anvendes i uvante situationer hvor man har brug for at få skabt en forståelse for hvad der sker (Brinkmann, 2014). Målet med abduktion er ikke at forsøge at finde facit, men derimod at blive i stand til at håndtere en ny situation. I pragmatismen sker der et nedbrud i ens forståelse, når man møder en ny og ukendt situation, som gør, at man ikke kan fortsætte med den viden, man hidtil har haft. Inquiry er processen hvor man gennem refleksion forsøger at skabe mening, og her er abduktion en kontinuerlig proces som fortsætter. Abduktion er ikke drevet af data eller teori, men derimod en undren over en ny situation eller en manglende forståelse for et område (Brinkmann, 2014). I nærværende undersøgelse arbejdes der med abduktiv ræsonnement for at prøve at forstå de udfordringer, som universitetsstuderende står overfor i forhold til trivsel.

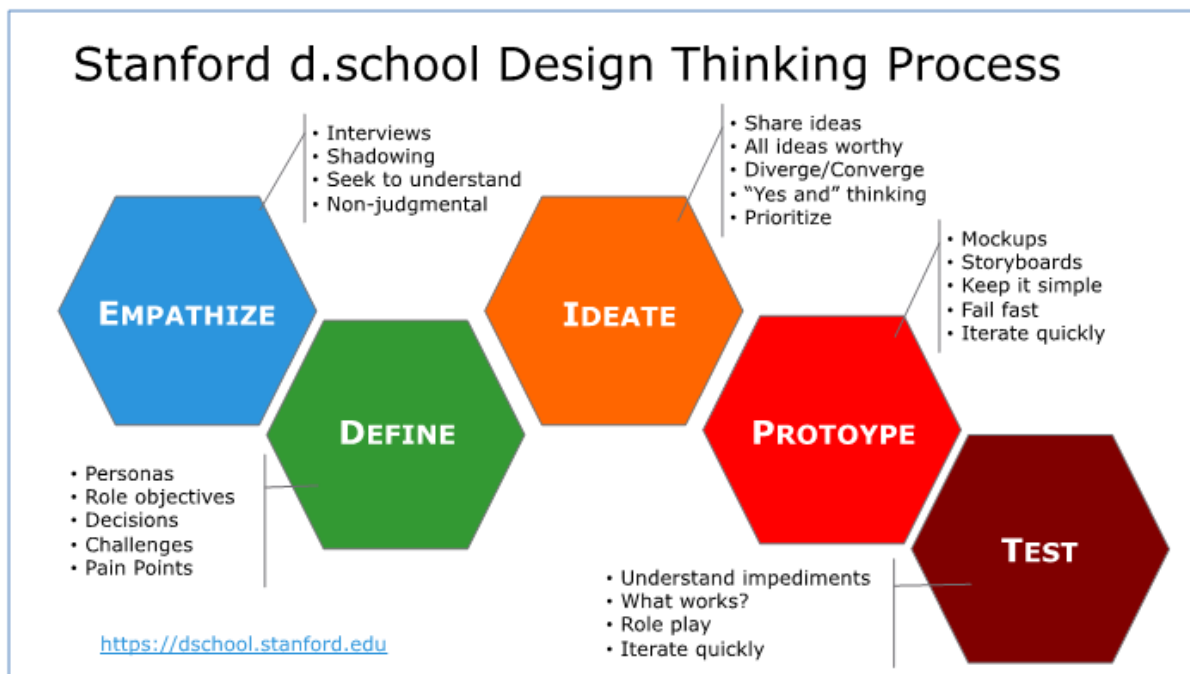
3.2 Design Thinking som metodologi

I dette projekt anvendes Stanford d. school's Design Thinking Process (figur 3) som udgangspunkt til at undersøge området og udvikle prototypen for nærværende undersøgelses endelige produkt, som projektet udmunder i. Design Thinking er en filosofi og et værktøj, der kan anvendes til at problemløse på en kreativ måde.

Det er en brugercentreret metode til problemløsning, der ofte er ikke-lineær og omhandler at understrege og finde ud af hvem man designer for, hvad deres behov er, og på baggrund af disse oplysninger udarbejde forslag og idéer til et design, der kan løse problemet (Hasso Plattner Institute of Design, 2021).

Design Thinking åbner for en ny måde at takle problemer på, da man ikke anvender metoder, man har til rådighed for at problemløse, men i stedet skaber nye idéer, metoder eller alternativer, der ikke har eksisteret eller været anvendt før.

De fem faser i Stanford d. school's Design Thinking Process tager udgangspunkt i problemfeltet set med en brugercentreret linse og faserne i modellen. Faserne beskrives nedenfor og vises i Figur 3 (Hasso Plattner Institute of Design, 2021)



Figur 3 - De fem faser i Stanford d.school's Design Thinking Process (Hasso Plattner Institute of Design, 2021)

3.2.1 Empathize

Første fase i Design Thinking processen handler om at lære brugergruppen at kende. Her skal man få en forståelse for personerne, som man prøver at designe produktet til. I dette trin er det vigtigt at indhente en masse information igennem f.eks. interviews hvor spørgsmål, man kan stille, f.eks. er:

- Hvem designer jeg for?
- Hvad er deres problem/udfordring?

Det handler altså om at få en forståelse for problemets kontekst og det menneske, man forsøger at løse problemet for. Dette gøres bl.a. ved at udøve empati for, observere og interviewe de mennesker, som projektet undersøger, for at kunne møde deres implicite og eksplicite behov igennem designløsningen (Hasso Plattner Institute of Design, 2021).

I den nærværende undersøgelse anvendes en kvantitativ dataindsamlingsmetode i form af et spørgeskema til at indsamle større mængder data omkring trivsel på uddannelsesinstitutionen AAU. Spørgeskemaet kommer også til at indeholde kvalitative spørgsmål og giver samtidig mulighed for, at alle spørgsmål kan besvares med tekst. Dataene fra spørgeskemaet sammenholdes med SMU fra 2020 og data fra denne vil være et supplement til nærværende undersøgelses videre arbejde.

3.2.2 Define

Den næste fase i processen handler nu om at analysere på de observationer og de data, der er indsamlet i fase 1. Her tager man alt, hvad man har lært, og definerer og konkluderer på følgende:

- Hvad er brugernes behov?
- Hvad er deres problemer?
- Hvilke udfordringer har de?

Generelt handler det om at få indsigt i hvad Empathize-fasen har givet af informationer og finde ud af, om man har identificeret noget, der kan arbejdes videre med. I første fase blev der både hentet kvantitativt og kvalitativt data pga. spørgeskemaets udformning, og data herfra analyseres, således at det kan anvendes i ideate-fasen. Dataene bliver desuden brugt til at udarbejde konkrete designprincipper til ideate- og prototypefasen (Hasso Plattner Institute of Design, 2021).

3.2.3 Ideate

I idé-fasen tager man udgangspunkt i alt hvad man har lært fra fase 1 og 2 og forsøger at komme med så mange idéer til løsninger på problemet, som muligt. Der er intet krav om, at idéerne skal være perfekte eller færdigudtænkte, da det gælder om at komme på mange idéer, der senere kan videretænkes i en konkret prototype.

I dette projekt vil der ud fra Empathize & Define stadiet udarbejdes en brainstorm over potentielle idéer til udviklingen. Her gælder det som sagt om at komme på en masse idéer, som kan anvendes til at udarbejde en konkret prototype. For at designe med brugeren i centrum vil projektgruppen udarbejde personas (Side 20) ud fra dataene i define stadiet, som sammen med 'Best Practices for Designing Interactions' (bilag 2) (Interaction Design Basics | Usability.Gov, u.d.)

skal danne udgangspunktet for en multifunktionel og brugervenlig prototype, som opfylder brugernes specifikke behov.

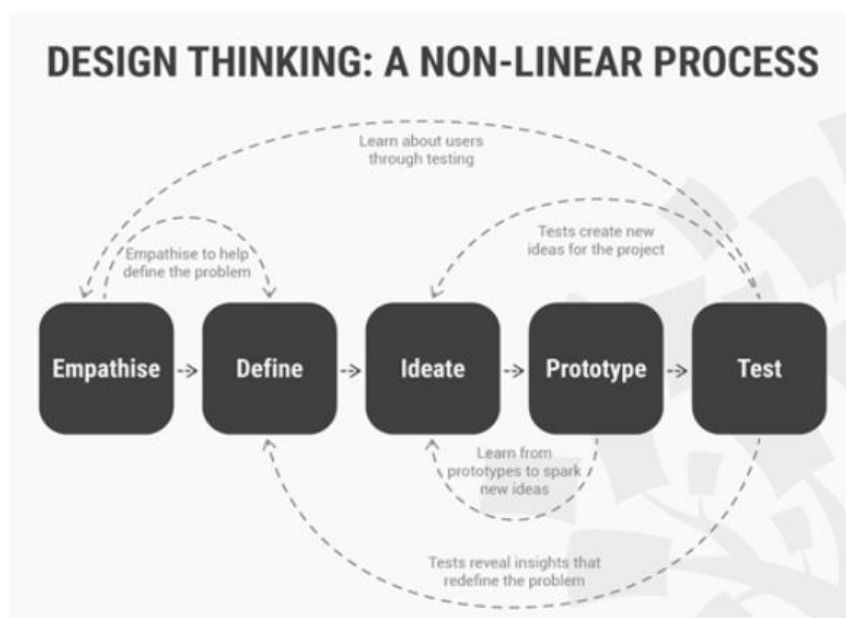
3.2.4 Prototype

Her tager man alle idéerne og nedbryder dem, indtil man har et lille udvalg af idéer, som man synes er værdifulde nok til at udvikle dem til noget mere realistisk. Herefter forvandler man idéerne til simple testbare prototyper, som ikke er fuldt ud designet, kodet eller virkelige endnu, men som giver testpersoner mulighed for at se potentialer og/eller forbedringsmuligheder ved idéen (Hasso Plattner Institute of Design, 2021).

Projektets prototype udvikles i Axure RP 9, som er et kraftfuldt prototypeværktøj, hvor man kan konstruere prototyper³, som ligner en virkelig applikation og kan navigeres i, dog uden en bagvedliggende database (back-end).

3.2.5 Test

Her får man sin prototype testet af rigtige personer for at få indsigt i effekten af alle tanker og idéer, man har udarbejdet sin prototype ud fra. Herefter vender man tilbage til sit Define-stadie, som udvikler sig til en ny idéfase med nye idéer og løsningsforslag, som man udvikler i sin prototype og tester på ny. Design Thinking processen er altså ikke-lineær men en repræsentation af en eller flere iterationer fremgår af figur 4.



Figur 4 - Repræsentation af den ikke-lineære design thinking proces (Interaction Design Foundation, 2021)

3.3 Interaktionsdesign

Sharp, Preece og Rogers (2019) beskriver interaktionsdesign (ID) som værende en metode til at designe produkter, der støtter menneskers kommunikation og interaktion med hverdags- og arbejdslivet. Terry Winograd beskrev i 1997 ID som at designe plads til menneskelig kommunikation og interaktion, og Dan Saffer beskrev ID som værende kunsten i at facilitere interaktioner mellem mennesker gennem produkter og tjenester (Sharp et al., 2019). Begrebet er altså vanskeligt at definere entydigt, men af ovenstående definitioner kan det beskrives som, at ID handler om at designe interaktioner, der gavner menneskers liv kommunikativt og interaktivt. Det handler om interaktionen mellem brugere og et produkt, og målet er at skabe produkter, der gør det muligt for brugeren at opnå sit mål med produktet på den bedst mulige måde (The Interaction Design Foundation, u.d.).

³ <https://www.axure.com/>

ID er en vigtig komponent i en designers arbejde med UX-design, og der er ofte et stort overlap mellem dem, da UX-design handler om at skabe oplevelsen af et produkt, og meget af den oplevelse involverer interaktion mellem brugeren og produktet.

ID forveksles ofte som værende det samme som UX-design, og det er helt forståeligt, da ID handler om interaktionen mellem brugeren og produktet og er en del af UX-design processen. UX-design omkranser hele processen fra idé til færdigt produkt og inkluderer derfor alt fra branding og design til brugervenlighed og funktionalitet (The Interaction Design Foundation, 2015).

Gillian Crampton Smith, en britisk interaktionsdesigner, beskrev i et afsnit af bogen *Designing Interactions*, at der findes 4 dimensioner i en ID-proces, og Kevin Silver tilføjede den femte (Marut, 2007) (The Interaction Design Foundation, 2015).

De 5 dimensioner af ID er:

1-D Words:

Ord, som det der står på eller ved siden af knapper, skal være simple og nemme at forstå. Ordene i et design skal kommunikere information til brugerne, men dette skal gøres kort og simpelt, således at den korrekte information præsenteres uden at overvælde brugeren.

2-D Visuelle repræsentationer:

Dette omhandler grafiske elementer som billeder, typografi og ikoner, som brugeren kan interagere med. Ikoner og billeder understøtter ofte ordene, der anvendes til at kommunikere med brugerne.

3-D Fysiske objekter og rum:

Hvilke fysiske objekter anvendes som interaktionsmedie. Er det en telefon, fjernbetjening, mus eller noget helt fjerde, brugeren skal anvende for at interagere med produktet? Desuden skal der også tages højde for det rum, som brugeren befinder sig i. Står personen på en travl banegård med meget støj i baggrunden er det nok uhensigtsmæssigt at konstruere en interaktion, der involverer, at brugeren skal lytte til bestemte lyde eller informationer over en højtaler.

4-D Tid:

Her refererer tid til den interaktion, der udfolder sig med produktet over tid. Dette inkluderer animationer, videoer og lyde. Bevægelse og lyde er meget vigtige elementer i at give visuelt og auditiv feedback til brugeren. Et eksempel på dette er den lyd, en sendt e-mail giver brugeren, således at brugeren ved, at e-mailen er blevet afsendt. Tid kan også ses som den mængde, et individ bruger på at interagere med produktet. Kan en bruger holde styr på deres progression eller fortsætte hvor de slap, på et senere tidspunkt?

5-D Opførsel:

Denne dimension refererer til brugersiden af interaktionen både ift. hvordan de interagerer med produktet og hvordan de reagerer på produktet. Interaktionen med produktet afhænger af de forrige

4 trin, der sammenlagt definerer hvordan brugeren interagerer med produktet. Reaktionen af produktet afhænger ligeledes af hvordan det er blevet designet, og om designet giver en god og positiv oplevelse.

Hvordan bruger man så de fem dimensioner, når man arbejder med ID?

Her kan man f.eks. anvende "Best Practices for Design Interactions" af usability.gov (bilag 2). Denne guide indeholder en række spørgsmål, der er værd at stille sig selv som designer af et produkt.

Et af spørgsmålene er f.eks. *"What can a user do with their mouse, finger, or stylus to directly interact with the interface?"* (bilag 2). Svaret til dette spørgsmål kan virke indlysende for en designer, men spørgsmål som disse tvinger designeren til at reflektere over måder, som brugeren kan interagere med produkter på, og sikrer derved, at der bliver taget velinformerede og velovervejede beslutninger ift. interaktionen.

Et andet spørgsmål er *"What information do you provide to let a user know what will happen before they perform an action?"* Her skal f.eks. tage stilling til den feedback brugerne får, når de udfører en handling med produktet. En telefon fortæller f.eks. brugeren med lyd hvornår en besked er sendt og giver også brugeren en lyd tilbage, når en besked modtages.

Spørgsmålene giver anledning til refleksion og diskussion mellem parterne i et designteam og sikrer, at beslutninger ikke bliver taget på baggrund af individuelle subjektive påfund, da det nogle gange kan være svært at se ulemper og bagsider ved egne geniale designidéer. Disse spørgsmål anvendes derfor også i nærværende afhandling til at reflektere over designvalg og andre aspekter af brugbarhed. Besvarelsen af spørgsmålene fremgår i bilag 3.

3.4 Usability Inspection Methods

Usability inspection methods er et generisk navn for kosteffektive metoder til at teste brugervenligheden af et produkt. Det kan være en række forskellige metoder, som alle er lette at anvende og bruges specielt til at evaluere brugerflader (Nielsen, 1994).

Der vil i nærværende undersøgelse gøres brug af brugerinddragelse i forbindelse med både indsamling af data til udarbejdelse af problemdefinering og indledende design, men også i selve testningen af prototypen. Ved at inddrage brugerne i udviklingsfasen kan man undersøge om de designvalg, man har lavet, opfylder brugernes behov, og om logikken i navigationen af applikationen er intuitiv. Ved at anvende Usability Inspection undervejs på f.eks. mock-ups og tidlige stadier af prototyper kan man undgå spilde tid på at udvikle noget, der skal ændres på et senere tidspunkt, og man kommer på denne måde hurtigere til et ønskeligt resultat (Nielsen, 1994). At teste brugervenligheden og at undersøge om brugeren kan få opfyldt sine behov ved anvendelsen af platformen er essentielt i opstartsfasen i skabelsen af digitale platforme, hvis man vil designe med brugeren i centrum (Dishman, 2015). Disse Usability Inspections vil der blive analyseret og evalueret på, og de bliver en vigtig del af iterationsprocessen i forsøget på at skabe et produkt, der er så tæt på brugernes ønsker som muligt.

3.4.1 Cognitive Walk Throughs

I nærværende undersøgelse anvendes "Cognitive Walk Throughs", som er en metode hvor man forsøger at simulere brugernes problemløsningsadfærd på platformen for at vurdere, om designet er udarbejdet på en måde, der gør at brugerne nemt kan opfylde deres behov, uden at noget er svært at forstå eller kontraintuitivt (Nielsen, 1994).

3.4.2 Personas

For at have det bedste grundlag for at lave "Cognitive Walk Throughs" bliver der i nærværende undersøgelse også brugt "Personas" som er et redskab, der anvendes til udvikling af brugercentrerede produkter (The Interaction Design Foundation, 2020). Personas er fiktive personligheder lavet ud fra den indsamlede data og repræsenterer altså forskellige personligheder, der befinder sig i målgruppen for designet. Ved at anvende Personas kan designeren lettere sætte sig ind i brugernes synsvinkel, og dermed er det lettere at forstå den måde, den pågældende Personas potentielle interaktion med designet.

3.5 Dataindsamling

3.5.1 Mixed Methods

For at kunne besvare afhandlingens problemformulering og underspørgsmål bliver der i den nærværende undersøgelse brugt både kvantitative og kvalitative dataindsamlingsmetoder. Når man kombinerer kvalitativt og kvantitativt data, kaldes det Mixed Methods og bliver defineret som et forsøg på at være så inkluderende som muligt i sin forskning i forbindelse med indsamling og analyse af data, hvor man søger at integrere resultaterne fra de forskellige metoder i det samme studie (Tashakkori & Creswell, 2007). For at afdække problemstillingens relevans og omfang anvendtes et kvantitativt spørgeskema, med mulighed for, at respondenterne kan supplere med kvalitative svar efter behov. Det kvantitative spørgeskema tager udgangspunkt i, at dataene skal kunne behandles statistisk, da svarene får en numerisk værdi, som kan registreres og analyseres hurtigt selv ved større mængder respondenter (Møller, 2015). Da kvantitative svar kan være sværere at se nuancerne i, er det muligt at svare med uddybende tekst til alle spørgsmålene. Spørgeskemaet er struktureret efter de temaer, der er præsenteret i State of The Art, da undersøgelsen på denne måde struktureres, så vidensfeltet afdækkes konsekvent for undersøgelsens videre arbejde.

Grundlaget for at anvende spørgeskema som metode er, at det er en hurtigere måde at indsamle store mængder data på, og det kan gøres online, og databehandlingen er også hurtigere end ved for eksempel interviews (Møller, 2015). Til at udforme spørgeskemaet og derefter databehandle og visualisere dataene anvendes SurveyXact⁴.

⁴ www.survey-xact.dk

For at målrette undersøgelsen mod den ønskede målgruppe blev der taget udgangspunkt i personale fra HUM, herunder primært studiesekretærer. På AAUs hjemmeside (AAU, 2021) var det muligt at finde 8 forskellige studiesekretærer fra HUM, og disse fik hver en personlig e-mail hvor de blev spurgt, om de ville assistere i indsamlingen af empiri til denne undersøgelse, omhandlende trivsel.

Alle studiesekretærer svarede tilbage, at de ville lægge undersøgelsens link ud på de Moodle opslagstavler, som de havde adgang til på de forskellige studieretninger. Det er derfor ikke muligt at se hvor mange der har haft adgang til linket, men det er muligt at se hvor mange, der har trykket på det.

Efter spørgeskemaundersøgelsen og databehandlingen af den indsamlede kvantitative data blev der fokuseret på den kvalitative data, som blev indsamlet i forbindelse med spørgeskemaet. Den kvalitative data blev brugt til at lave en tematisk analyse, som blev brugt til at komme frem til de initierende designforslag sammen med de eksplicite designforslag, respondenterne kom med. De kvalitative svarmuligheder der var i undersøgelsen, gav respondenterne mulighed for at skrive mere frit.

Til testen af prototypen anvendes Thinking aloud (Nielsen, 1994), hvor der vil blive foretaget deltagende observation for at kunne støtte brugeren og observere hvordan brugeren interagerer med værktøjet (Brinkmann & Tanggaard, 2020). Denne test bliver optaget, så projektgruppen kan transskribere data fra testen til det videre arbejde med undersøgelsen, sammen med de umiddelbare indtryk og noter der måtte blive lavet undervejs.

3.5.2 Scenariebaserede tests

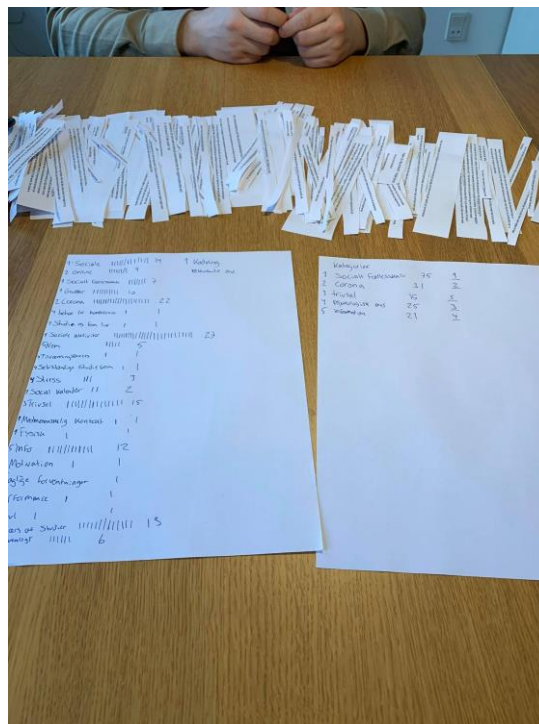
De scenariebaserede tests vil foregå som små opgaver, der skal løses i værktøjet efterfulgt af nogle spørgsmål, som brugerne skal svare på.

Scenarier bruges til at simulere en fremtidig situation, der involverer interaktion med designet, og denne måde at teste på tillader brugerne at udforske de aktiviteter, man har opstillet i scenariet. Dette gør det muligt at indsamle data omkring brugernes adfærd i designet og lægger op til, at brugerne kan komme med inputs og på den måde være en del af udviklingsprocessen (Sharp et. Al., 2015). For at lave scenariebaserede test skal man have defineret nogle typiske brugersituationer, og her er det relevant at kigge på hvilke brugere, der udfører bestemte typer af aktiviteter.

3.6 Analysemetoder

Til at analysere de kvalitative svar fra spørgeskemaundersøgelsen er der blevet foretaget en tematisk analyse. Tematisk analyse er en metode til at identificere, analysere og rapportere mønstre eller temaer i både store og små mængder data (Braun & Clarke, 2006). Denne form for analyse er stærk til at organisere og beskrive data i temaer, som man kan anvende i det videre arbejde med undersøgelsen (Braun & Clarke, 2006). Fortolkningen af dataene og valget af temaer er lavet gennem

Førstehåndsindtryk af alle resultaterne blev diskuteret, imens der blev taget noter, og herefter blev alle svarene gennemgået omhyggeligt et efter et for at få alle de ting med, der fandtes relevante. De relevante ord eller sætninger blev markeret og noteret på et stykke papir for at kunne danne et overblik over hyppigheden af brugen af enkelte ord til sidst (figur 5). På denne måde var det også muligt at se hvilke ord og sætninger der gik igen flere gange i resultaterne, og disse dannede grundlag for den efterfølgende tematisering af kodningens resultater.



Figur 5 – Processen for at skabe overblik over hyppigheden af anvendte ord

Braun og Clarke bidrager med en 6 trins guide til at lave tematisk analyse med (Braun & Clarke, 2006):

1. "Familiarizing yourself with your data."

I dette step gennemlæses dataene flere gange, imens man eventuelt streger ord eller sætninger ud, der passer til den specifikke problemstilling, man står overfor, og der tages noter.

2. "Generating Initial codes"

I dette step laver man de første koder, og her forsøger man at gå systematisk til værks over hele datasættet i et forsøg på at samle alt data, der er relevant for de enkelte koder.

3. "Searching for themes"

Her samler man koderne, man har fundet i forrige step og ser, om der danner sig nogle temaer, som man kan samle koderne i. Der kan være hoved og undertemaer, og der kan være koder, der ikke passer ind i de overordnede temaer.

4. "Reviewing themes"

I dette step gennemgår man de temaer, man er kommet frem til i forrige step, og ser på, om nogle af dem eventuelt hører sammen, og på denne måde kan man kortlægge temaerne, man har fundet i undersøgelsen.

5. "Defining and naming themes"

Her skal man forsøge at fortælle den historie som temaerne fortæller og lave specifikke og klare definitioner for hvert tema.

6. "Producing the report"

I det sidste step kommer man frem til at skulle præsentere temaerne med eksempler fra datasættene, som illustrerer hvad dette tema indeholder.

Formålet med denne tematiske analyse er at få en overordnet beskrivelse af de udfordringer, studerende står overfor samt hvad der er det vigtigste for dem.

3.7 Etik

Når man designer og udvikler en digital applikation, skal man altid have overvejet de etiske implikationer, et projekt kan føre med sig. En af overvejelserne i nærværende projekt er bl.a. hvem der skal have adgang til det digitale værktøj. Ved første tanke er det kun de studerende og undervisere på AAU, der skal have adgang, men det kunne også være givtigt for andre interessenter, der har de studerendes interesser for øje, at få adgang. Hvis andre interessenter skal have adgang, skal der sikres, at de ikke kan udtage data fra applikationen, og desuden skal de heller ikke kunne interagere direkte med de studerende eller universiteterne. Det er her vigtigt, at man værner om de studerendes anonymitet, og at man gør det til en valgfri mulighed, om man vil dele sine data eller ej.

Når der indhentes empiri til nærværende projekt, skal det også sikres, at disse data er helt anonyme, såfremt der er et ønske herom fra den deltagende. I undersøgelsens spørgeskema vil alt data være anonym, dvs. at projektgruppen ikke ved hvem der har angivet forskellige svar. Dette gøres for at sikre, at de studerende udfylder spørgeskemaet så fyldestgørende og reelt som muligt, og ikke giver besvarelser på baggrund af frygt for hvad andre tænker.

Der skal sikres, at dataene, der produceres ifm. med brugen af det digitale værktøj, ikke havner de forkerte steder og udelukkende anvendes af AAU til at få en føling for trivselsudviklingen på de forskellige fakulteter. Dette betyder at alt data, som de studerende genererer, er anonym, således at det ikke kan spores tilbage til den enkelte studerende, men stadig kan anvendes kvantitativt af AAU.

Hvis dette værktøj skal anvendes, skal man også overveje risikoen for at der kan opstå mobning, upassende sprogbrug eller på anden vis kommunikation som ikke er positiv, og om man ville have brug for ansatte til at overvåge og administrere brugernes aktiviteter på platformen, ligesom der er det på andre platforme som f.eks. Facebook.

4. Teori

I det efterfølgende afsnit vil de anvendte teorier blive præsenteret. Teorierne er blevet udvalgt på baggrund af resultaterne fra spørgeskemaundersøgelsen og dertilhørende efterbehandling.

4.1 Selvbestemmelsesteorien (SDT)

Self-determination Theory (selvbestemmelsesteorien) (herefter SDT) er en motivationsteori, der omhandler menneskers iboende behov for udvikling og indre psykologiske behov. At være motiveret betyder, ifølge Ryan & Deci (2000), at noget bevæger en til at gøre noget. En person, der ingen inspiration eller drivkraft har for at gøre noget, karakteriseres derfor som værende umotiveret hvor en, der er energisk og målrettet, anses som værende motiveret. Motivation måles ofte i enheder, såsom mængden af motivation, men SDT arbejder ikke udelukkende med mængden af motivation ud fra et kvantitativt fokus, men med mange forskellige former for motivation. En studerende kan f.eks. være motiveret til at lave lektier pga. en interesse og glæde ved at lære om et emne, imens en anden kan være motiveret pga. af, at individet er bevidst over de fordele, der eksempelvis medfølger gode karakterer i livet. Det er her ikke til at sige hvilken af de to studerende der er mest motiveret, men årsagen til motivationens eksistens er ikke den samme (Ryan & Deci, 2000).

I SDT skelner Deci & Ryan imellem forskellige former for motivation ift. de årsager, der giver anledning til motivationen. Hovedskellet mellem motivationstyper består i to opdelinger: indre og ydre motivation. Indre motivation er tilstedeværende i et individ, når det udfører en bestemt aktivitet, fordi det anses som værende naturligt drivende og interessant, hvor ydre motivation er tilstedeværende, når et individ udfører en aktivitet for belønning eller for at undgå straf. Især indre motivation har optaget undervisere i mange år verden rundt, pga. den effekt denne form for motivation har for indlæring, glæde og udholdenhed. Udfordringen ved indre motivation er, at et individ ikke kan påtvinges eller skubbes mod at være indre motiveret, da det opstår i det indre af et individ. Derfor er det i SDT vigtigt at se på hvordan man kan arbejde med ydre motivation, men der findes en række faktorer, der har indvirkning på effekten af denne motivation. Deci & Ryan argumenterer for, at der findes forskellige former for ydre motivation, idet en studerende kan udføre en ydre motiveret handling med foragt og modvilje, men en studerende kan også udføre en ydre motiveret handling velvilligt, hvis der f.eks. kan ses mening med aktiviteten. Aktiviteter i skoleregi kan anses som værende uinteressante og kontrollerende for mange studerende, men hvis underviseren kan lære at fremme aktiv og frivillig læring i modsætning til kontrollerende og passiv, så kan dette have stor indflydelse på den resulterende læring (Ryan & Deci, 2000).

4.1.1 Indre motivation:

Indre motivation karakteriseres som værende den bedste form for motivation, hvor et individ udfører en handling, fordi den opleves sjov, udfordrende og værdifuld og derfor ikke udfører handlingen pga. eksterne faktorer (Ryan & Deci, 2000).

Fra barnsben er mennesker aktive, nysgerrige og legesyge væsener, der opsøger læring og udfordringer i udviklingen, og dette er en kritisk nødvendighed for kognitiv, social og fysisk udvikling. Selvom indre motivation på en måde eksisterer i et individ, så eksisterer det også imellem individer og aktiviteter. Nogle mennesker er motiveret af bestemte aktiviteter, imens andre ikke er.

I SDT fokuseres der primært på de psykologiske iboende behov såsom behovet for kompetence, behovet for autonomi (selvbestemmelse), og behovet for tilhørsforhold, som værende de indre motiverende opfyldelseskrav (Ryan & Deci, 2000).

4.1.1.1 Behov for kompetence:

Behovet for kompetence defineres som et individs indre behov for at føle sig effektiv i det nærværende miljø. Hvis ikke individet allerede føler sig kompetent, så er det essentielt, at individet føler, at det kan blive det på et senere tidspunkt. Med andre ord skal aktiviteten ikke være for svær, så kompetencen til at udføre den vurderes uopnåelig (Deci & Ryan, The "What" and "Why" of Goal Pursuits:" (2000)), men samtidig må en aktivitet heller ikke være for nem, da individet i værste fald kommer til at kede sig. Behovet for kompetence er også blevet undersøgt af andre forskere såsom i Vroom's (1964) Expectancy-Value Theory og Bandura's (1982) Self-Efficacy Theory, og selvom der er små variationer i definitionen af kompetence imellem de tre teorier, så omhandler dette behov, at mennesker naturlig stræber efter at være gode til noget.

4.1.1.2 Behov for autonomi

Behovet for autonomi er et menneskeligt behov for at være i kontrol over eget liv og have en psykologisk frihed over de aktiviteter, der foretages. Man kan ifølge Deci & Ryan (2020) føle sig i kontrol over sit eget liv på trods af, at der stilles krav til én i skolen eller på arbejdspladsen, hvis man kan se en mening med aktiviteten eller udbyttet af samme. Behovet for autonomi er derfor ikke nødvendigvis uafhængigt af andre, men omhandler nærmere en overordnet psykologisk følelse af frihed og selvbestemmelse.

4.1.1.3 Behov for tilhørsforhold

Det tredje behov i SDT omhandler menneskets iboende behov for at være en del af et fællesskab eller en del af andre menneskers liv herunder at være elsket, elske og være forbundet til andre mennesker på et følelsesmæssigt og fysisk niveau (Deci & Ryan, The "What" and "Why" of Goal Pursuits:" (2000)). Behovet vurderes at være universelt, selvom der kan være individuelle forskelle i niveauer og intensitet ift., om det opfyldes eller ej (Baumeister & Leary, 1995).

Dette behov har formentligt en evolutionær baggrund i at sikre menneskers flokdannelse og overlevelse, hvilket også kan forklare hvorfor brud på bånd mellem mennesker kan være vanskelige og smertefulde. Desuden foreslår Baumeister & Leary (1995), at behovet for tilhørsforhold har to primære funktioner:

- a) Folk har brug for hyppig personlig kontakt eller interaktioner med et andet individ. Ideelt skal disse interaktioner være positive eller rare, men det vigtigste er, at størstedelen af interaktionen er uden konflikt og negativ affekt.
- b) Folk har brug for at opfatte, at der er et interpersonelt bånd eller forhold, der er markeret af stabilitet, affektiv bekymring og fortsættelse ind i den nærmeste fremtid.

4.1.1.4 Cognitive Evaluation Theory

Mange undersøgelser har netop undersøgt faktorer som de tre ovenstående behov for at finde frem til hvilke elementer der bidrager til at udvikle, bibeholde og forstærke indre motivation, men også for at finde frem til de faktorer, der har en direkte modsat og negativ indvirkning (Ryan & Deci, 2000). SDT er her specielt interesseret i sociale og miljømæssigt faktorer, der enten faciliterer eller underminerer indre motivation. Cognitive Evaluation Theory (CET) er en datterteori af SDT, der omhandler specificering af faktorer, der har effekt på den indre motivation i et individ. Teorien argumenterer for, at interpersonelle begivenheder og strukturer (som f.eks. kommunikation og feedback) kan højne den indre motivation i individet, fordi de netop tilfredsstiller behovet for kompetence, som er en nødvendighed for indre motivation. Desuden specificerer teorien, at opfyldelsen af behovet for kompetence ikke forhøjer den indre motivation hvis ikke den ledsages af behovet for autonomi.

Selvom at belønning i nogle tilfælde kan højne den indre motivation pga., at behovet for kompetence opfyldes, så har meget af forskningen på området vist, at ydre motiverende faktorer underminerer den indre motivation, da den indre motiverede adfærd pludselig føles kontrolleret, fordi oplevelsen af autonomi mindskes. Flere undersøgelser har netop vist dette ved at sammenligne motivationen hos studerende med hhv. kontrollerende og ikke kontrollerende lærere, og resultatet viste, at overkontrollerede studerende mistede motivationen og drivkraften for at lære i den givne sammenhæng, hvorimod autonomi-støttende lærere gav mulighed for forøget indre motivation, drivkraft og mod på udfordringer.

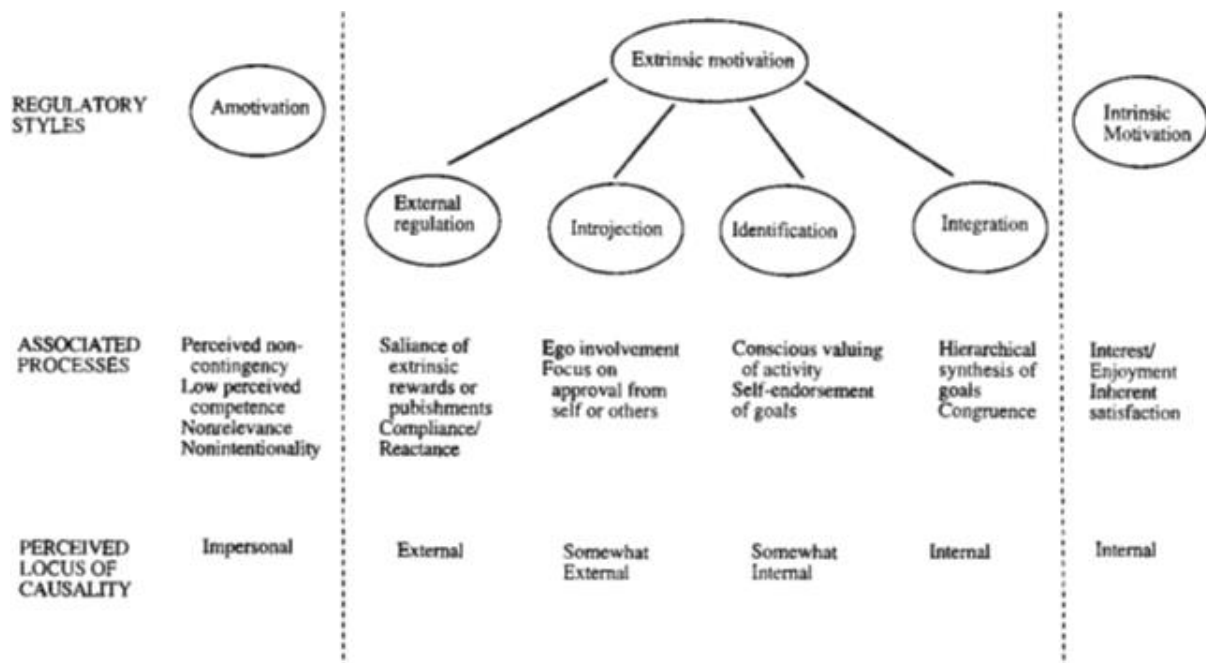
SDT og CET foreslår altså, at miljøer, der støtter individers behov for autonomi og kompetence, kan facilitere indre motivation med det forbehold, at aktiviteten, der udføres, har en indre motiverende værdi for individet til at starte med. Principperne for CET gælder derfor ikke for individer, der ikke på forhånd er indre motiveret eller ser en indre værdi i en aktivitet. Her gælder i stedet principperne for ydre motivation (Ryan & Deci, 2000).

4.1.2 Ydre motivation

Indre motivation er den højst opnåelige form for motivation, men det er ikke muligt at påvirke et individ til at være indre motiveret for en aktivitet hvis ikke aktiviteten i sig selv i forvejen tiltaler individet (Deci & Ryan, 2000). Spædbørn er indre motiveret af alt hvad de foretager sig, da de er nysgerrige og opsøgende, men med alder kommer ansvar og forpligtelser, som ofte ikke er indre motiverende aktiviteter.

Motivationen for at udføre disse kommer fra ydre motivation, som opstår, når et individ udfører aktiviteten for at få et bestemt udbytte eller en bestemt belønning. SDT foreslår dog, at ydre motivation kan variere ift. mængden af autonomi. Som tidligere nævnt, er der forskel mellem studerende, der udfører opgaver, fordi de skal, og dem der udfører opgaven, fordi at de kan se en fordel i at lære om det, fordi de eventuelt skal bruge det i deres fremtidige karriere. De førstnævnte studerende udfører aktiviteten pga. tvang, imens den anden gruppe af studerende udfører aktiviteten, fordi de kan se mening med at lære om det og derfor er mindre ydrestyret (mere autonomi). Spørgsmålet er så hvordan man ydre motiverer individer til at værdsætte ydre påvirkede aktiviteter, så individet fremover selvregulerer uden eksternt pres og her bruger SDT begrebet internalisering (Ryan & Deci, 2000).

Internalisering er processen hvorved et individ tager imod en værdi eller regulering i forsøget på at transformere den ydre motivation til egne personlige værdier, og jo højere internaliseringen er, jo bedre vil den ydre motivation være for individets velvilje og engagement. På figur 6 ses Deci & Ryans (2000) taksonomi over menneskelig motivation, som strækker sig fra demotivation til indre motivation og hvor feltet imellem repræsenterer forskellige former for ydre motivation. Den højeste form for ydre motivation, ifølge Deci & Ryan (2000), er integration, som er processen hvorved individet transformerer reguleringen til egne værdier og selvfølelse og derfor er mindst ydre styret. Højere internalisering leder til højere velvilje og engagement hos individet. Den laveste form for ydre motivation er ekstern regulering hvor individet udelukkende motiveres af en belønning eller straf og derfor ikke har internaliseret aktiviteten som værende af personlig værdi eller velvilje. Det er ikke nødvendigt at gennemgå alle trin i internaliseringsprocessen, da et individ godt kan føle sig eksternt reguleret for efterfølgende at integrere aktiviteten, så den opleves positiv og som en del af egne værdier (Ryan & Deci, 2000).



Figur 6 - Deci & Ryans taksonomi over menneskelig motivation (2000)

Et af de store spørgsmål, som Deci & Ryan (2000) har stillet sig selv, er hvordan man kan fremme autonom regulering af ydre motiverende adfærd, da stærkt ydre styrede aktiviteter ofte ikke interesserer individerne i første omgang. En af årsagerne til, at individer rent faktisk deltager i ydre motiverende aktiviteter, er ofte at disse værdsættes af andre individer, som man gerne vil eller føler sig forbundet til, om det er familie, grupper eller hele samfundet. Derfor mener Deci & Ryan (2000), at fundamentet for højere internalisering er, at behovet for tilhørsforhold skal opfyldes.

En anden udfordring i at internaliseringen omhandler individers tiltro til egne kompetencer, da forskningen også her viser, at individers ydre motiverede adfærd styrkes hvis de føler, at de er kompetente eller kan blive kompetente i den aktivitet eller adfærd, der udføres. Derfor er også behovet for kompetence et vigtigt element i internaliseringen af ydre motiverende adfærd.

Selvom behovet for tilhørsforhold og kompetence opfyldes, kan individets ydre motivation dog ikke internaliseres længere end introjection, da de højeste former for ydre motivation kræver autonomi, og derfor er også dette behov essentielt, hvis man stræber efter, at få den ydre motiverende adfærd integreret. De tre behov er derfor alle essentielle for, at et individ gradvist skal kunne internalisere en ekstern regulation og føle sig kompetent som en del af et fællesskab og selvbestemmende, når individet udfører ydre styrede aktiviteter (Ryan & Deci, 2000).

4.1.3 Psykologiske behov og trivsel

Ifølge Deci & Ryan (2000b) er et basalt behov, om det er et fysisk eller psykologisk, en energigivende kilde, som leder til bedre helbred og trivsel hvis det opfyldes, men samtidig kan give modsatte effekt hvis de ikke opfyldes. Derfor foreslår de, at de tre behov skal opfyldes hvis et individ skal leve et liv med en løbende integritetsfølelse og vedvarende trivsel. Selvom at behovene er universelle, så vil der stadig være kulturforskelle, som gør nogle behov vigtigere end andre, men den generelle hypotese er ifølge Deci & Ryan (2000b), at forfølgelsen og opnåelsen af mål i livet vil lede til relativ direkte opfyldelse

af de basale behov og derved øger trivslen. Den modsatte effekt ses dog hvis man forfølger og/eller opnår mål, der er ydre motiveret, såsom forfølgelsen af rigdom og berømmethed. T. Kasser og Ryan Deci (1993, 1996) undersøgte netop dette ved at undersøge individuelle forskelle mellem hvor meget nogle individer gik op i indre værdier (såsom personlig udvikling, fællesskaber osv.) og sammenligne dem med ydre bestræbelser såsom rigdom, berømmethed, magt osv. Deres undersøgelse viste, at individer, der lagde mere energi i indre værdier, viste større mængder af trivselsindikatorer, såsom selvsikkerhed, selvværd, selverkendelse osv., imens individer, der værdsatte ydre værdier, havde større risiko for depressioner og angst (Kasser & Ryan, 1993) (Kasser & Ryan, 1996).

4.2 Communities of Practice

Et Community of Practice, på dansk "Et Praksisfællesskab", defineres som en gruppe af mennesker, der deler de samme interesser eller har den samme lidenskab for noget, de foretager sig, og de lærer at gøre dette gennem regelmæssig interaktion med hinanden (Wenger, 1999).

Inspirationen til begrebet Praksisfællesskaber stammer fra forsøg på at udvikle teorier omkring den sociale side af mennesker og læring i sociale sammenhænge, inspireret af antropologi og sociale teorier (Wenger, 1998).

Etienne Wenger argumenter for, at et Praksisfællesskab (PF) både kan defineres som et simpelt socialt system med fokus på én praksis og som et komplekst socialt system med en række Praksisfællesskaber, der er forbundet på kryds af hinanden. PF som koncept fungerer ikke alene, men det er en del af et bredere konceptuelt framework hvori man tænker på læring i dets sociale dimension. Det er et perspektiv, der ikke anser læringen som inde i eller udenfor hjernen, men derimod ser læringen i det forhold, der er mellem den lærende og situationen (Verdenen) (Wenger, 1999). Deltagelse i sociale kontekster indeholder en dobbelt meningsskabende proces, da der på den ene side er et aktivt engagement i aktiviteter med andre mennesker, og på den anden side skaber vi artefakter som ord, fortællinger og metoder, som reflekterer vores fælles erfaring og forståelse. Det er denne erfaring og forståelse vi organiserer vores deltagelse i et givent PF ud fra. Meningsfuld læring kræver både den ene og den anden side, da artefakter uden deltagelse og deltagelse uden artefakter ikke giver den samme mening uden samspillet med hinanden (Wenger, 1998). Artefakter og deltagelse er ikke låst til hinanden, da ethvert nyt møde og interaktion mellem mennesker bringer dem sammen, og så forhandles og genforhandles den fælles forståelse af den fælles erfaring og historie, man har. Det er altså en dynamisk proces, der hele tiden er aktiv. Over tid skabes en social læringshistorie, som kombinerer individuelle og fælles aspekter.

Gennem aktiv forhandling af mening er praksis noget, der skabes over tid af dem, som deltager i den. Der kan være en lang række begrænsninger og krav i en opbygning af en praksis og også eksterne faktorer, som deltagerne ikke har kontrol over. Der kan blandt andet opstå negative og kontraproduktive praksisfællesskaber, der kan underminere selv de bedste intentioner (Wenger,

1998). Selv hvis en deltager i praksis følger en procedure, så er det ikke proceduren, der gør arbejdet og skaber mening af situationen. Lige meget hvor meget der bliver gjort for at strukturere og påvirke en praksis, så er det i sidste ende den mening, der er blevet skabt af deltagerne, som vil blive reflekteret. Selv når deltagerne følger eksterne anvisninger, så skaber de en praksis, der reflekterer deres eget engagement i den situation, de står i (Wenger, 1999).

Gennem praksisfællesskaber former man sin identitet og udvikler sig som menneske, og identitet er en central del af Wengers teori omkring praksisfællesskaber (Wenger, 1999). Det er essentielt, at vi som individer i forbindelse med deltagelse i bredere systemer kan skabe mening af det, der foregår, både i forhold til systemet og i forhold til egen position i det.

Et PF er et godt udgangspunkt til at udforske en social læringsdisciplin, og Wenger argumenterer for, at et PF også kan defineres som et partnerskab i læring. Evnen til at lære i et PF bunder i en fælles anerkendelse af at kunne være potentielle partnere i læring. Sådant et partnerskab bliver dybere og bygger på disse gensidige engagementer (Wenger, 1998):

- Domæne: Hvad handler vores partnerskab om? Hvorfor skal vi bekymre os? Er det sandsynligt, at vi bliver nyttige for hinanden? Hvad er vores læringsagenda? Hvilke specifikke problemer medfører det? (Wenger, 1999)

Et PF er ikke bare en klub af venner eller et netværk mellem mennesker, men det har en identitet, som er defineret af et fælles domæne. Deltagelse i et PF kræver altså et engagement i det fælles domæne, og uden at være klar over det kan man høre til det samme netværk som andre. Domænet er ikke nødvendigvis defineret som nyttigt uden for PF (Wenger-Trayner, 2015).

- Fællesskab: Hvem skal være ved bordet, så partnerskabet kan få succes? Hvilken indflydelse vil deres deltagelse have på tilliden og dynamikken i gruppen? Hvordan styrer vi grænserne for samfundet? (Wenger, 1999)

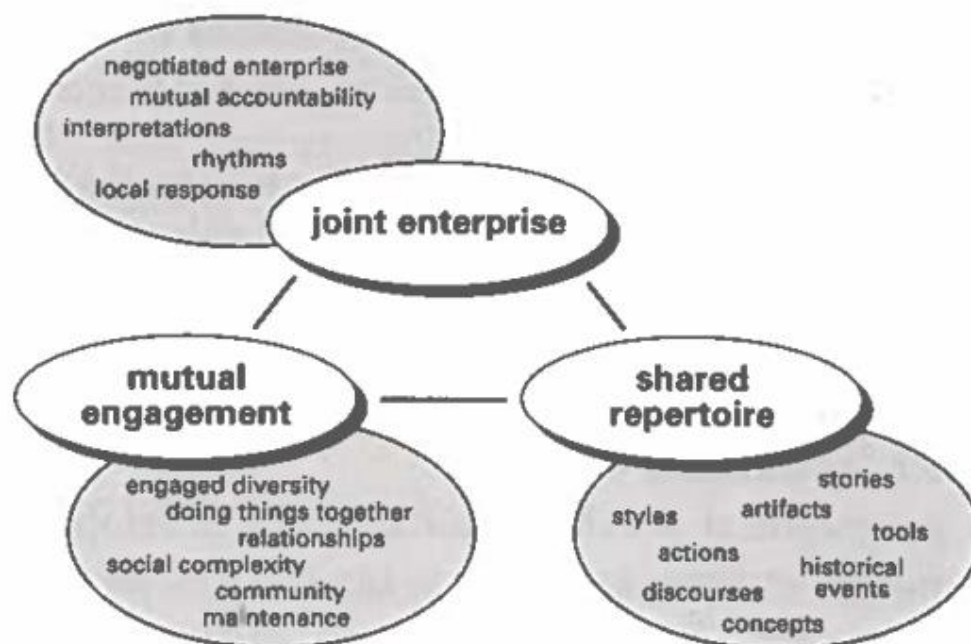
I forsøget på at gøre de ting, der interesserer en i det domæne, man er en del af, deltager folk i fælles aktiviteter og diskussioner hvor de hjælper hinanden og deler erfaringer og viden. Her bygges der forhold til hinanden, som gør det muligt for dem at lære af hinanden. Et PF er altså kun et PF hvis folk interagerer med hinanden (Wenger-Trayner, 2015). Hvis 2 mennesker arbejder på det samme kontor, men ikke taler sammen, så har de ikke et PF. Dog behøver deltagere i et PF ikke at arbejde sammen hver dag, da man i nogle professioner mødes til årlige seminarer for at planlægge og lære af hinandens erfaringer. Disse erfaringsudvekslinger er essentielle for eksempelvis mennesker, der arbejder alene til dagligt, da de ikke udveksler erfaringer og viden i det daglige, og disse udvekslinger er med til at gøre dem til et PF (Wenger-Trayner, 2015).

- Praksis: Hvordan kan selve praksis blive curriculum? Hvordan kan det blive gjort tydeligt og gennemsigtigt? Hvad skal deltagere gøre sammen for at lære og få gavn af partnerskaberne? (Wenger, 1999)

Et PF er mere end bare en gruppe mennesker, der godt kan lide de samme film eller det samme tøj. Deltagere i et PF skal være aktive udøvere af praksis hvori de udvikler et delt repertoire af ressourcer som for eksempel: Erfaringer, fortællinger, værktøjer, problemløsningsadfærd osv. (Wenger-Trayner, 2015). Opbygningen af dette fælles repertoire tager tid og gentagne interaktioner, men udviklingen af et PF behøver ikke være noget, man som deltagere er opmærksomme på. Tag som eksempel lærerne, som mødes i pauserne og deler erfaringer med hinanden i løbet af deres frokostsamtaler. I løbet af de samtaler de har, udvikler de et sæt fælles historier og erfaringer, som bliver et fælles repertoire for deres praksis (Wenger-Trayner, 2015).

- At bringe folk sammen: Hvem tager ansvaret og lederskab for at opretholde et socialt læringsrum for dette partnerskab? Hvordan kan vi sikre os, at partnerskabet opretholder en produktiv søgen efter ny mening? Hvem er de eksterne interessenter og hvad er deres roller? Hvilke ressourcer er tilgængelige til at understøtte processen? (Wenger, 1999)

For at forbinde praksis og fællesskab, beskriver Wenger 3 dimensioner af den relation, som praksis er kilden til sammenhængen i, ved hjælp af figur 7.



Figur 7 - Wengers 3 dimensioner af et praksisfællesskab (Wenger, 1999)

De tre dimensioner er:

1. Et gensidigt engagement
2. Et fælles foretagende
3. Et fælles delt repertoire

Som nævnt tidligere, så er det gensidige engagement kilden til sammenhængen i et PF, da praksis i sig selv ikke eksisterer uden interaktion. Praksis eksisterer fordi folk er engagerede i handlinger hvis meninger de forhandler med hinanden. Praksis eksisterer ikke i værktøjer eller i bøger, selvom praksis kan involvere en lang række artefakter (Wenger, 1999). Medlemskab i et PF handler altså om gensidigt engagement, og det er det gensidige engagement, der definerer fællesskabet. Muligheden for deltagelse er en essentiel del af enhver praksis, da det at føle sig inkluderet i det, der betyder noget, er et krav for at være engageret i et PF. Et PF er ikke homogent, da alle mennesker er forskellige og finder en unik rolle og udvikler en unik identitet, som både bliver mere integreret og mere defineret gennem løbende engagement i praksis.

Et fælles foretagende er en anden dimension af det, der får et fællesskab til at hænge sammen. Det fælles foretagende er:

1. Et resultat af en fælles forhandlingsproces som reflekterer den fulde kompleksitet af et gensidigt engagement.
2. Det er defineret af deltagerne igennem den proces, det er at jage det.
3. Det er ikke bare et mål, men det skaber relationer mellem deltagerne, der gør, at de er gensidigt ansvarlige (Wenger, 1999).

Da det gensidige engagement ikke er homogent, betyder et fælles foretagende ikke, at der altid er enighed, tværtimod kan der være diskussioner og uenigheder, som kan ses som en produktiv del af foretagendet.

Det fælles delte repertoire er den tredje dimension, og over tid skaber søgen efter et fælles foretagende, ressourcer til at forhandle mening. Delene i denne dimension kan være meget heterogene, og deres sammenhængskraft med praksis findes ikke i elementerne i sig selv som specifikke aktiviteter eller symboler, men i det faktum, at de hører til en specifik praksis hvor et fællesskab søger et fælles foretagende.

Effektiv kommunikation eller design skal derfor ikke forstås som en eksplicit overførsel af mening, men derimod forstås som noget, der leder efter at sætte fælles historier og erfaringer i centrum (Wenger, 1999).

Sammen med Jean Lave har Wenger også argumenteret for, at der findes forskellige former af deltagelse i praksisfællesskaber (Lave og Wenger, 1991). Man kan være mere eller mindre deltagende alt efter ens erfaringsniveau, og alt efter om rammerne gør aktiv deltagelse muligt. Lave og Wenger argumenterer for, at man i starten er deltagende på en måde, de kalder "Legitimate Peripheral Participation". Som ny og måske usikker på den nye situation eller det nye PF kan man starte med at være med som aktiv observatør, og løbende, som man tilegner sig viden og erfaringer, bliver man

mere og mere deltagende. De argumenterer for at alt læring er situeret, og at læring ikke kan stå alene, uden at man også tager højde for konteksten. Konteksten er essentiel, da den påvirker læringspotentialer af en situation. Læring sker ikke kun mellem en underviser og en studerende, men i høj grad også i det sociale fællesskab, da peer to peer viden spreder sig meget effektivt. Manglende deltagelse leder til manglende motivation, og ligeledes gør det sig gældende, når en person i højere grad er deltagende i PF, så vil motivationen også stige. Fællesskabet indeholder et potentielt læringscurriculum, som kun kan tilgås gennem aktiv deltagelse i interaktion med andre i det pågældende fællesskab. Jævnfør Lave og Wenger kan man ved at sætte nogle rammer op for de "nye" give dem tid til at være mindre deltagende til en start, hvor den lærende langsomt kan tilpasse sig kulturen i praksisfællesskabet og gøre den til sin egen. Gennem gradvis mere aktiv deltagelse i PF kan man opnå en følelse af at være en del af gruppen, og at man begynder at mestre de faglige forventninger og erfaringer, der er i det pågældende PF, de før var usikre på (Lave og Wenger, 1991).

5. Empathize & Define (Resultater & Analyse)

5.1 Spørgeskemaundersøgelsen

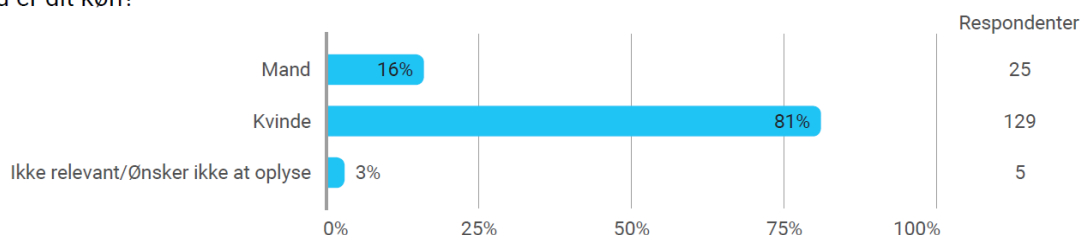
Formålet med spørgeskemaundersøgelsen var at få et mere nuanceret billede af trivelsssituationen på HUM, samt at få inputs til hvad de studerende fandt vigtige i forhold til trivsel og hvilke tiltag man kunne tage for at skabe forbedringer på området. De foregående studiemiljøundersøgelser fra hhv. 2016 og 2020 viste, at de studerende trives i en vis grad (jf. kapitel 2.2), men det var i projektets interesse at få en bredere forståelsesramme inden for trivelsområdet, hvilket ledte til at udarbejde et spørgeskema, som de studerende på HUM kunne besvare. Grundlaget for at vælge HUM var, at det var det lavest scorende fakultet, ift. trivsel, i SMU fra 2020. Spørgeskemaundersøgelsen i nærværende projekt bestod af 23 spørgsmål, som var opdelt efter de fire tematiseringer der fremgår af State of the art:

- Trivsel og overgang mellem ungdomsuddannelse og videregående uddannelse
- Mentale helbredsproblemer
- Positive mental health og well-being
- Digitale værktøjer til forbedring af mentalt helbred

I undersøgelsen var der 166 respondenter, hvoraf 136 har besvaret alle spørgsmålene. For at afgøre hvorvidt der her er tale om en repræsentativ del af den samlede population på Humaniora, blev det undersøgt hvor mange studerende der i alt var i målgruppen. Ud fra data omkring hvor mange der har været optaget (Aalborg Universitet, 2020), ses det at der har været 5487 studerende optaget på HUM som teoretisk set stadig kan være studerende i dag (beregning fremgår af bilag 4). Ud af de 5487, der blev optaget, er der 4053, der stadig er aktive, og det svarer til et frafald på 26,1%. I nærværende undersøgelse er der altså 4,1% der har delvist gennemført og 3,4% der har gennemført hele undersøgelsen, ud fra den samlede målgruppe (bilag 4). Da undersøgelsen ikke er blevet sendt direkte ud til de studerende på mail, men lavet som et frivilligt tilbud på de opslagstavler, som de pågældende studiesekretærer har haft adgang til, kan det ikke siges med sikkerhed hvor mange der rent faktisk har været opmærksomme på muligheden for at deltage i nærværende undersøgelse.

Ud fra data kan det konstateres at der er en normalfordeling af respondenternes alder, da ca. 75 % er mellem 20 og 30 år, og de resterende er over 30 år. Størstedelen af deltagerne er kvinder (81%) (figur 8).

Hvad er dit køn?



Figur 8 - Antal deltagere i spørgeskemaet fordelt på køn

Grundlaget for at stille disse to personlige spørgsmål til en start var, at det skulle være muligt at kunne analysere på, om der var køns- eller aldersbestemte sammenhænge i undersøgelsens resultater. I SMU fra 2020 blev der ikke differentieret mellem alder eller køn på trods af, at det potentielt kan have indflydelse på resultaterne.

Da der kun var 2 respondenter i kategorien "under 20 år", bliver denne ikke medregnet i analysen, da der ikke er nok respondenter til, at det giver et retvisende billede af det generelle billede for de under 20-årige på humaniora på AAU.

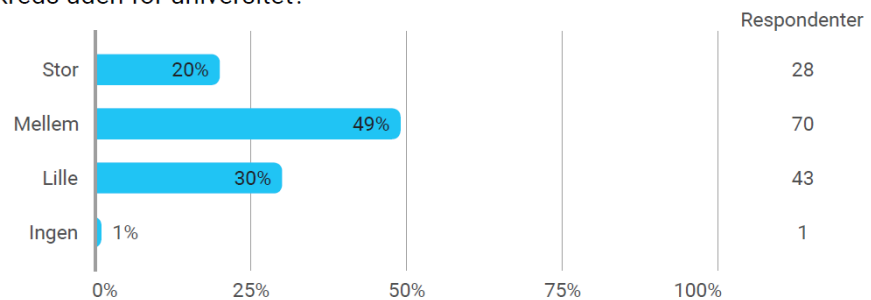
I det følgende vil udvalgte data præsenteres ift. de ovenstående tematiseringer. Den fulde spørgeskemaundersøgelse fremgår af bilag 5.

5.1.1 Trivsel og overgang mellem ungdomsuddannelse og videregående uddannelse og Positive Mental Health & Well-being

De første temaer i undersøgelsen er "Trivsel og overgang mellem ungdomsuddannelse og videregående uddannelse" og "Positive Mental Health & Well-Being". På spørgsmålet "Kendte du mange fra dit studie før du startede?" kan man se, at 68% ikke kendte nogen overhovedet, og her er det tydeligt at se, at det specielt er de +30-årige, der fylder i denne statistisk, da hele 81% af de +30-årige ikke kendte nogen, da de startede, hvor at 61% af de 20-25-årige startede uden at kende nogle andre på studiet. Man kan her have en formodning om, at dem der er over 30 har lavet andre ting siden gymnasiet, hvorimod de yngre respondenter formentlig kommer direkte fra gymnasiet og kender nogle derfra. Vi stillede et spørgsmål om hvorvidt de studerende boede alene, da vi havde en formodning om, at det kunne påvirke trivslen negativt, men det viser sig ikke i nærværende undersøgelse, at det, at man bor alene eller sammen med andre, påvirker trivslen signifikant hos de universitetsstuderende, der deltog i denne undersøgelse.

Til spørgsmålet ”Har du en stor omgangskreds uden for universitetet?” (figur 9), var der ikke nævneværdigt udsving i forhold til hverken alder eller køn, men der var 30%, der svarede, at de har en lille omgangskreds uden for universitetet.

Har du en stor omgangskreds uden for universitet?

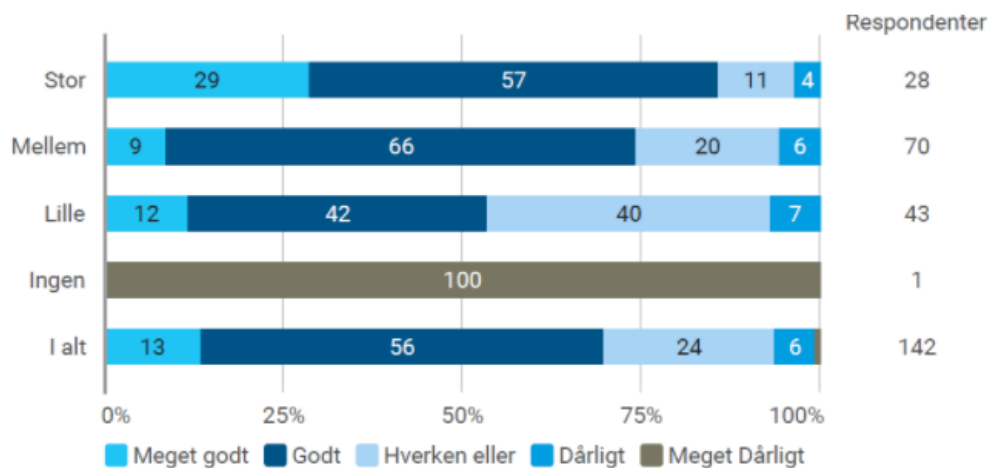


Figur 9 - Spg: Har du en stor omgangskreds uden for universitet?

Det lader til, at der er en sammenhæng mellem størrelsen af ens omgangskreds, og så hvor godt man vurderer, at man trives på studiet. Kun 54% af respondenterne med en lille omgangskreds vurderer, at de trives ”Godt” eller ”Meget Godt” på studiet, mod 85% af de respondenter med en stor omgangskreds (figur 10).

Hvor godt trives du på dit studie?

Krydset med: Har du en stor omgangskreds uden for universitet?



Figur 10 - Spg: Hvor godt trives du på dit studie?

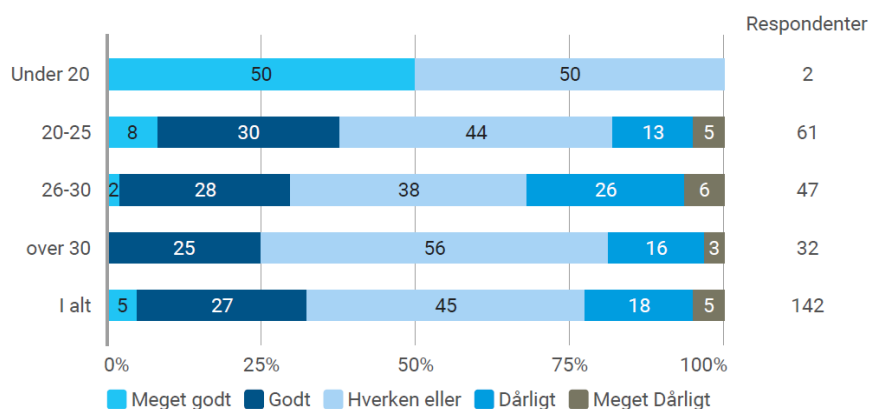
Krydset med spg: Har du en stor omgangskreds uden for universitet?

Her kan man have den formodning, at de, der har en stor omgangskreds, har mindre brug for, at studiet har fokus på det sociale, da de i højere grad får deres behov opfyldt uden for studiet, og omvendt kan det gælde for dem som primært får deres sociale behov dækket gennem universitetet.

Til spørgsmålet "Hvor godt synes du det sociale fællesskab er på dit studie" (figur 11) er der bred enighed om på tværs af alder og køn, at det ikke er imponerende. 68% vurderer, at det er mindre end "Godt", og heraf vurderer 23%, at det er "dårligt" eller "meget dårligt". Det er de 20-25-årige respondenter, der vurderer det sociale fællesskab til at være bedst.

Hvor godt synes du det sociale fællesskab er på dit studie?

Krydset med: Hvor gammel er du?



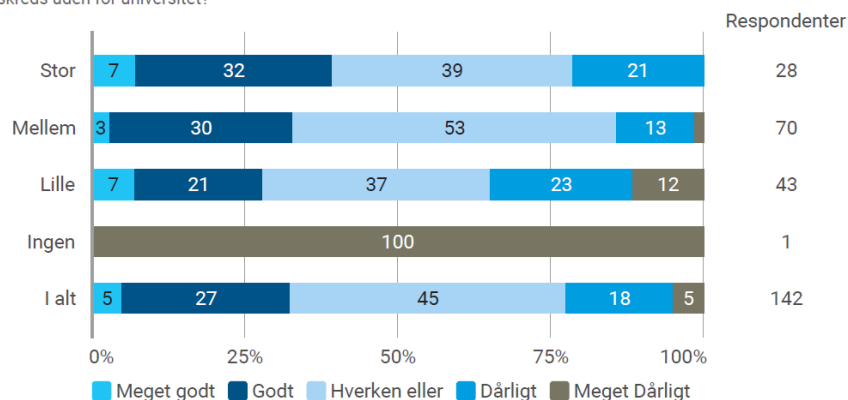
Figur 11 - Spg: Hvor godt synes du det sociale fællesskab er på dit studie?

Krydset med spg: Hvor gammel er du?

Til det samme spørgsmål ser man også ret tydeligt, at dem, som har en lille omgangskreds, er dem, der synes, det sociale fællesskab er dårligst (figur 12)

Hvor godt synes du det sociale fællesskab er på dit studie?

Krydset med: Har du en stor omgangskreds uden for universitet?



Figur 12 - Spg: Hvor godt synes du det sociale fællesskab er på dit studie?

Krydset med Spg: Har du en stor omgangskreds uden for universitetet?

Selvom vi indledningsvist i undersøgelsen forsøgte at få respondenterne til at tænke tilbage på deres trivsel før COVID-19, så kan det af svarene ses, at ikke alle har kunne se sig ud af dette. Se nedenstående citater:

"De måneder vi havde hvor vi måtte mødes, var der et godt socialt fællesskab"

“Pga. Corona har der ikke været de store muligheder”

“Svært at sige da studiet startede 2020 efterårssemester, altså under COVID-19”

Spørgsmålet kan sammenlignes med SMU fra 2016 og 2020, hvor der også er blevet spurgt til dette. Udregningen af de tilsvarende gennemsnitlige værdier for de i nedenstående nævnte spørgsmål er udregnet på samme måde som i kapitel 2.2.1 og fremgår i tabel 4.

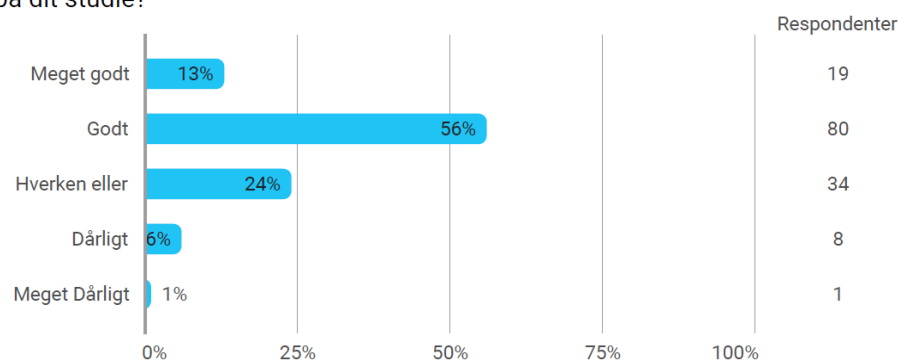
	2016	2020	Spørgeskema (2021)
<i>“Jeg trives på min uddannelse”</i>	4,09	3,80	3,89
<i>“Jeg oplever et godt fællesskab blandt de studerende på min uddannelse”</i>	3,64	3,45	3,27

Tabel 4 - Gennemsnitlige besvarelsesværdier for to spørgsmål i spørgeskemaet sammenlignet med studiemiljøundersøgelserne fra 2016 og 2020.

Som det kan ses af ovenstående, har der i nærværende undersøgelse været et fald i respondenter, der oplever et godt fællesskab, sammenlignet med undersøgelsen fra 2016 og 2020. Årsagen til dette kan skyldes COVID-19, som det også fremgår af citaterne ovenfor. Som det også fremgår af tabel 4, kan der ses en minimal forøgelse i trivlsen sammenlignet med 2020, hvilket var det efterfølgende spørgsmål i undersøgelsen.

Til spørgsmålet “Hvor godt trives du på dit studie?” (figur 13) kan man se, at størstedelen har svaret meget godt eller godt, og en mindre andel har svaret hverken eller / dårligt.

Hvor godt trives du på dit studie?



Figur 13 - Spg: Hvor godt trives du på dit studie?3 - Spg: Hvor godt trives du på dit studie?

Nogle af respondenterne har yderligere givet følgende kommentarer.

“Har ikke rigtig brug for det sociale på studiet, så jeg trives fint med at komme for at lære noget og så tage hjem igen bagefter”

“Hverken det faglige eller sociale spiller for mig på mit studie. Der er og har ikke været nok studiesociale arrangementer på universitetet”

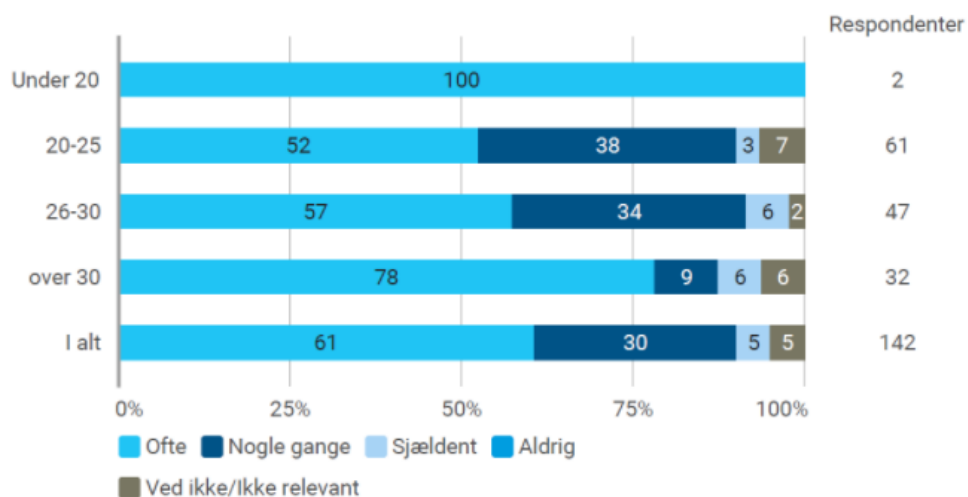
Til spørgsmålet *“Deltager du i sociale arrangementer på universitetet (hvis COVID-19 tillader det/Pre COVID-19)?”* kan man se et højt engagement fra de yngre respondenter. Engagementet falder hos ældre respondenter i undersøgelsen. Over 50% af de +30-årige deltager sjældent eller aldrig i sociale arrangementer hvorimod knap 66% af de 20-25-årige deltager *“Ofte”* eller *“Nogle gange”*.

Til det efterfølgende spørgsmål omkring hvorvidt de studerende har overvejet at droppe ud af det nuværende studie, kunne respondenterne vælge flere svarmuligheder. Ud af de adspurgte har 31% svaret, at de har overvejet at droppe ud af deres nuværende studie hvoraf 5% er på grund af det sociale. Værst ser det ud for de 20-25-årige hvor 38% har overvejet at droppe ud af deres studie, 8% på grund af det sociale. På trods af at det kun er en mindre procentdel, der har overvejet at droppe ud på grund af det sociale, så må man formode, at de personer, der har overvejet at droppe ud pga. det faglige, også påvirkes af det sociale fællesskab, da stærke tilhørsforhold hypotetisk kan give en vis udholdenhed og motivation, når det faglige er hårdt.

Til de to sidste spørgsmål i undersøgelsens første tema blev respondenterne bedt om at forholde sig til hvorvidt de synes de ansatte på universitetet samt deres medstuderende var hjælpsomme overfor dem (figur 14 og 15). De 20-25-årige var dem der fandt både ansatte og medstuderende som værende mindst hjælpsomme (52-66% ofte), og de +30-årige var dem, der klart synes, at ansatte og medstuderende oftest var hjælpsomme (78-66% ofte).

Er det din oplevelse at de ansatte er hjælpsomme?

Krydset med: Hvor gammel er du?

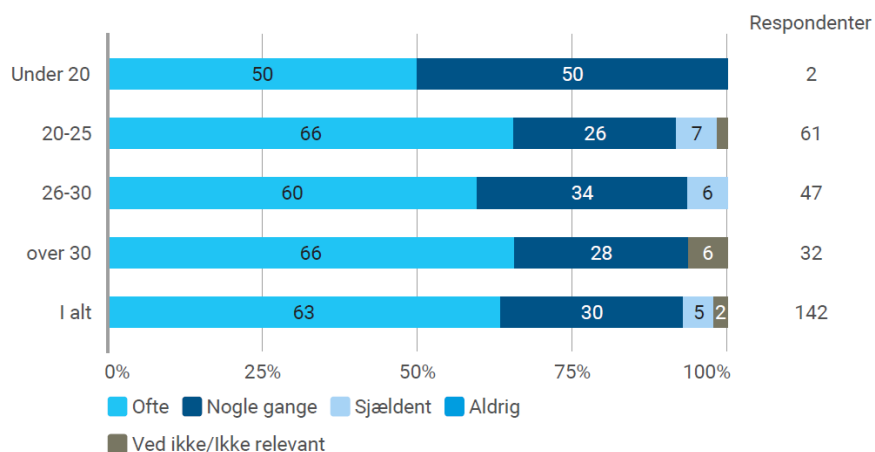


Figur 14 - Spg: Er det din oplevelse at de ansatte er hjælpsomme?

Krydset med spg: Hvor gammel er du?

Er det din oplevelse at dine medstuderende er hjælpsomme?

Krydset med: Hvor gammel er du?



Figur 15 - Spg: Er det din oplevelse at dine medstuderende er hjælpsomme?

Krydset med spg: Hvor gammel er du?

Man må formode, at alderen på respondenterne kan have en påvirkning på for eksempel selvindsigt og det at turde bede om hjælp, og måske kan de yngre respondenter føle sig mere oversete uden egentlig at få bedt om den hjælp, de har behov for. Ældre respondenter kan være mere vant til at trække på de ressourcer, der er til rådighed, fordi de har nogle andre forventninger/flere erfaringer med det at gå på universitetet, end de yngre har.

Opsamling

I undersøgelsens første tema viser det sig altså, at størstedelen af respondenterne ikke kendte nogen på studiet, før de startede, her er det specielt de +30-årige, der ikke kender mange, når de starter, hvilket kan være vigtigt ift. at føle sig som en del af et fællesskab. Dette antages at være gældende for de studerende, som værdsætter det studiesociale. Det viste sig også, at størrelsen på den omgangskreds, man føler, man har, har indvirkning på trivslen på uddannelserne. Det kan være svært for de studerende at føle sig tilpasse blandt nye mennesker hvis ikke der er nogle initiativer, der gør trivslen og det sociale fællesskab muligt. Det viste sig, at køn ikke havde en signifikant påvirkning på undersøgelsens resultater, så derfor bliver der ikke fokuseret mere på dette fremadrettet. Der var bred enighed om, at det sociale fællesskab på universitetet bare ikke er godt nok, men der var flere respondenter, der tydeligt ikke kunne abstrahere fra den usædvanlige situation, vi er i pt. med COVID-19. Hvis universiteterne ikke sørger for at opsætte rammer for, at de sociale fællesskaber kan trives, vil de kunne risikere, at de studerende underpræsterer eller i værste fald dropper ud. Der var fra de yngre respondenter stor opbakning til deltagelse i arrangementer på skolen, og de ældre var knap så engagerede, og dette kan muligvis være fordi de ældre er i faste parforhold og/eller har børn derhjemme. Hele 38% af de 20-25-årige har overvejet at droppe ud af det nuværende studie, og det er dermed også klart dem, der har været mest i tvivl, om de går på den rigtige uddannelse.

Dette kan sandsynligvis også kobles sammen med, at man i den alder først er ved at finde ud af hvem man er, og at flere af de ældre måske er landet på rette hylde efter at have prøvet nogle andre ting i livet. De unge har givet de mest negative svar i undersøgelsen, og det er også dem, der føler, hvor den laveste procentdel føler at de ansatte er mindst hjælpsomme på universitetet. Det bliver altså tydeligt i de første spørgsmål, at der er et problem hos de 20-25-årige i forhold til at få deres trivsel op på et højere niveau.

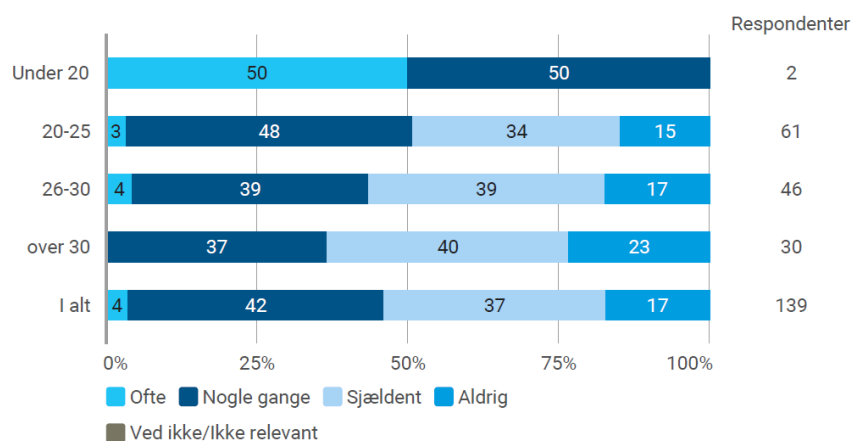
5.1.2 Trivselsproblemer som universitetsstuderende (Mentale Helbredsproblemer)

Spørgsmålene i det efterfølgende afsnit omhandler de trivselsproblemer, som man som universitetsstuderende kunne stå overfor. Temaet i State of The Art (kapitel 2.1.3) hedder Mentale Helbredsproblemer, men for ikke at afskrække respondenterne fra at svare, omformulerede vi temaets navn i undersøgelsen. Formålet med spørgsmålene i dette afsnit var at afdække om respondenterne føler sig udfordrede på områder, der kan påvirke deres mentale helbred.

Til spørgsmålet "Føler du dig ensom?" (figur 16) svarede 46% af de "Ofte" eller "Nogle gange" føler sig ensomme. Her er det de 20-25-årige trækker statistikken op med 51%, og så falder det, jo ældre respondenterne bliver, til 37% af de +30-årige der "Nogle gange" føler sig ensomme. Her skal der tages forbehold for, at respondenterne påvirkes af den nu 1 år lange delvise og fulde nedlukning pga. COVID-19.

Føler du dig ensom?

Krydset med: Hvor gammel er du?



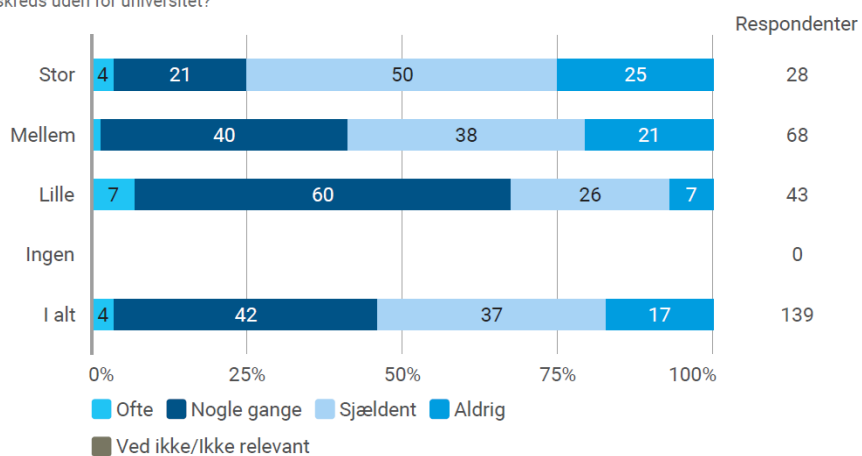
Figur 16 - Spg: Føler du dig ensom?

Krydset med spg: Hvor gammel er du?

Specielt de respondenter med en "Lille" omgangskreds føler sig "Ofte" eller "Nogle gange" ensomme, da hele 67% af denne respondentgruppe har svaret dette (figur 17).

Føler du dig ensom?

Krydset med: Har du en stor omgangskreds uden for universitet?



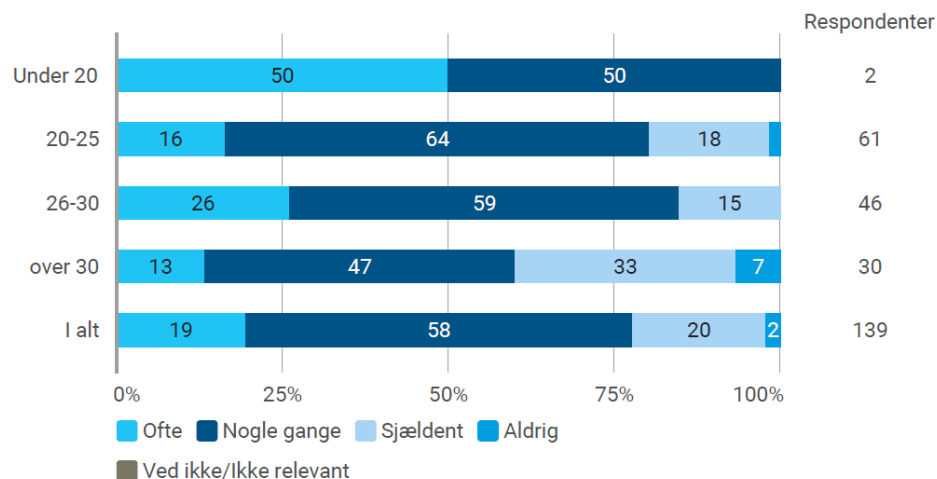
Figur 17 - Spg: Føler du dig ensom?

Krydset med spg: Har du en stor omgangskreds uden for universitetet?

Det andet spørgsmål i afsnittet (figur 18) omhandler hvorvidt de studerende føler sig stressede, og her kan man se at gruppen på +30 er de, der føler sig mindst stressede, hvor gruppen af 26-30-årige er de der oftest føler sig stressede med 26% "Ofte".

Føler du dig stresset?

Krydset med: Hvor gammel er du?



Figur 18 - Spg: Føler du dig stresset?

Krydset med spg: Hvor gammel er du?

Til de efterfølgende to spørgsmål, som omhandlede hvorvidt respondenterne fandt overgangen svær fra gymnasiet til universitetet og det psykologiske pres på universitetet, var der ca. 15%, som oplevede overgangen samt det psykologiske pres på universitetet som værende udfordrende.

Der kom flere uddybende svar hvoraf 3 var fra respondenter, der ikke oplevede det som værende udfordrende, og for eksempel skrev en "Det studie jeg startede på, havde en god tutorforening" som grundlaget for "Nej". Den ene der skrev en begrundelse for "Ja", begrundede det med for stor aldersspredning, og at det var svært at falde til på holdet. Der var 3 uddybende svar til "Nogle gange", hvor forskellen på måden, man går i skole på, og den alder man havde i gymnasiet, påvirker det psykologiske pres. En respondent lægger vægt på manglen på relationer hvor en anden føler sig mere presset af at være "ældre" og det, at føle at andre er yngre i klassen.

Opsamling

I dette afsnit var formålet at få afdækket om de studerende oplevede nogle psykiske stressfaktorer som ensomhed eller lign, da dette kan have en alvorlig indvirkning på trivslen. Det viser sig i undersøgelsen, at det er de yngste respondenter, der oftest føler sig ensomme, hvor de ældre respondenter klarer sig bedre i undersøgelsen. Her er det specielt de respondenter, der har en "Lille" omgangskreds, der er udsatte, da hele 67% af dem føler sig ensomme "Ofte" og "Nogle gange". For denne gruppe er det altså essentielt, at der er en god struktur omkring trivselsrelaterede aktiviteter på studiet, da de er mest udsatte for at tage hjem og føle sig ensomme, da meget af deres sociale input kommer fra studiet. I undersøgelsen viser det sig at knap hver fjerde respondent mellem 26-30 "Ofte" føler sig stressede, og stress kan have seriøse eftervirkninger på både en persons fysiske sundhed og generelle trivsel. Det viser sig, at størstedelen af respondenterne synes at presset på

universitetet og det at skifte fra gymnasiet til universitetet, var okay, men der var alligevel cirka hver sjette, som følte sig udfordret.

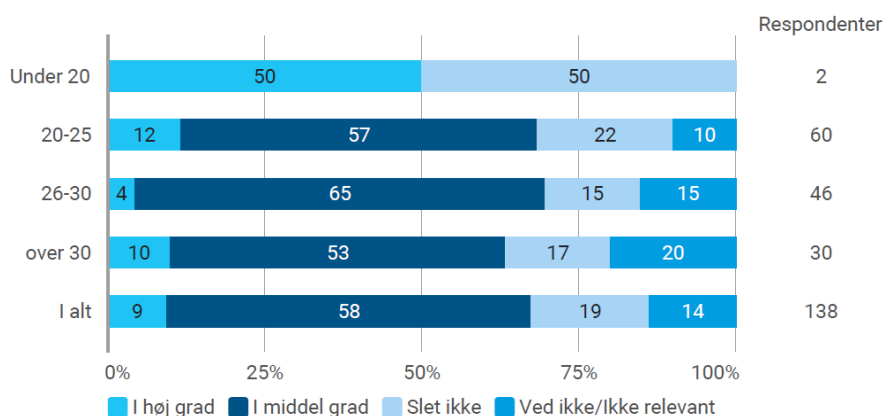
5.1.3 Digitale værktøjer til forbedring af mentalt helbred

Spørgsmålene i det sidste afsnit omhandler Digitale værktøjer til forbedring af mentalt helbred med fokus på AAU's indsatser på trivselsområdet på nuværende tidspunkt.

Til spørgsmålet "Har universiteterne nok fokus på de studerendes trivsel?" (figur 19) er der 19% af respondenterne fordelt ud over alle aldre og køn, der svarer "Slet ikke". Værst ser det ud for aldersgruppen 20-25 hvoraf 22% af respondenterne "Slet ikke" synes universiteterne har fokus på de studerendes trivsel.

Har universiteterne nok fokus på de studerendes trivsel?

Krydset med: Hvor gammel er du?



Figur 19 - Spg: Har universiteterne nok fokus på de studerendes trivsel?

Krydset med spg: Hvor gammel er du?

Der er dog en respondent der synes at universiteterne har ALT for meget fokus på trivsel, og dette kan ses af nedenstående citat:

"Alt for meget. Vi modtager jo fandme spørgeskema og undersøgelser i et væk!"

hvor en anden skriver:

"De laver trivselsundersøgelser, men det er ikke til at sige om de undersøgelser bliver brugt til noget."

Til spørgsmålet *”Hvordan oplever du universitetets informationssystem (Moodle)?”* er der hele 37% der svarer *”Dårligt”* eller *”Meget dårligt”*, og her skiller gruppen af 26-30-årige sig ud med, at der er 52% af de adspurgte i denne kategori der svarer *”Dårligt”* eller *”Meget Dårligt”*. En respondent udtaler følgende:

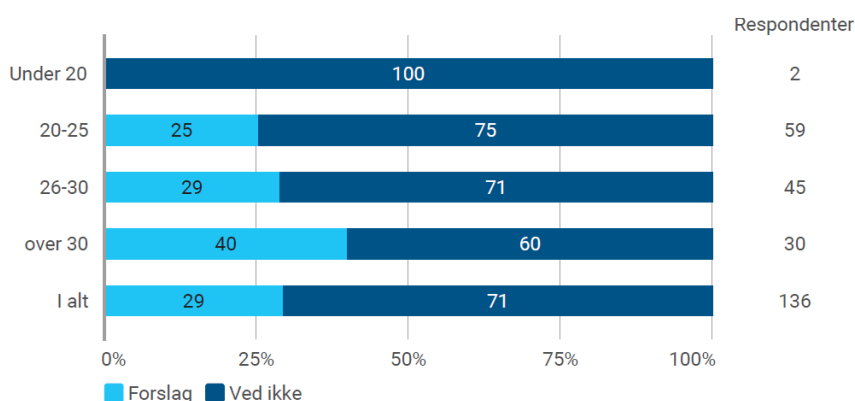
”Moodle er et frygteligt sted... Hvorfor kan man ikke lave et mere simpelt og brugervenligt system?”

De to efterfølgende spørgsmål drejer sig om de studerendes brug af platforme til at opsøge faglige og sociale informationer. Her er det 88% der bruger Moodle, 64% der bruger AAU.dk og andre mindre grupper af andre platforme til det faglige. I forhold til det sociale overtager Facebook pladsen fra Moodle, da 83% af respondenterne finder informationer om det sociale på deres uddannelse på Facebook.

De sidste spørgsmål i undersøgelsen lægger op til, at respondenterne kan komme med deres input til hvordan man kan forbedre trivsel blandt de studerende generelt, men også med et digitalt værktøj. 29% kommer med forslag til forbedringer, og mængden af konstruktive forslag stiger meget som alderen på respondenterne stiger. Af de 20-25-årige er det kun 25% der har taget sig tid til at komme med et forslag, hvorimod det for de 30+ årige er hele 40% (figur 20).

Hvad kunne man gøre for at forbedre trivsel blandt de studerende?

Krydset med: Hvor gammel er du?



Figur 20 - Spg: Hvad kunne man gøre for at forbedre trivsel blandt de studerende?

Krydset med spg: Hvor gammel er du?

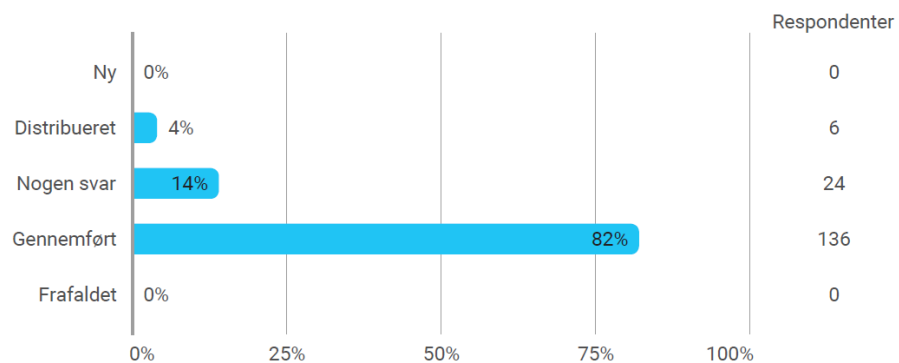
Opsamling

Der var blandede holdninger til hvorvidt respondenterne synes, at AAU har haft nok fokus på de studerendes trivsel, men der var dog 22% af de 20-25-årige, der *”Slet Ikke”* synes, at det var godt nok. En af respondenterne udtrykte tvivl omkring hvorvidt de trivselsundersøgelser, der blev lavet, rent faktisk blev brugt til noget. AAU’s informationssystem Moodle var der også mange, der slet ikke syntes var godt nok, så her er der også plads til forbedring. Meget information omkring studieaktiviteter og

studiesociale aktiviteter, kunne man have en forventning om, var tilgængeligt på Moodle, men dette er enten ikke tilfældet, eller så er systemet så lidt brugervenligt, at folk ikke kan finde disse informationer selv. De studerende anvender en række platforme til at søge informationer omkring faglige og sociale aktiviteter, og dette bliver nærværende undersøgelse nødt til at tage højde for ved, at et eventuelt fremtidigt system skal kunne gavne de studerende og ikke bare være endnu en halvfærdig digital løsning. På trods af at det viser sig gennem undersøgelsen, at det er de yngre, der går mest op i trivsel på studiet, og samtidig er dem, der mistrives mest, så er det også dem, der kommer med mindst konstruktiv feedback til hvad en løsning kunne indeholde. Her har de +30-årige til gengæld været flittige med forslagene, på trods af de gennem undersøgelsen har været de mest "tilfredse".

Status for hele besvarelsen af undersøgelsen ses i figur 21.

Samlet status



Figur 21 - Status for hele besvarelsen af undersøgelsen

Efter denne gennemgang af de kvantitative data laves en tematisk analyse for at få inputs til hvilke behov målgruppen har og hvordan man kunne løse disse behov gennem et digitalt værktøj.

De følgende resultater er fra den kodning, som blev gennemført for at se hvad der fyldte mest hos respondenterne. Her vil tabel 5, med de overordnede temaer, samt eksempler på ord/sætninger fra kodningen, der danner grundlaget for temaet, fremgå. Temaerne er lavet ud fra respondenternes kvalitative svar, og ord/sætningerne er direkte fra datamaterialet. Den fulde kodning kan ses i bilag 6. Fokus i kodningen var udtalelser som direkte relaterer sig til vores problemformulering og dertilhørende underspørgsmål.

Temaer og undertemaer	Eksempler fra data
Netværk og aktiviteter - Fagligt fællesskab - Socialt fællesskab - Fællesskab på tværs af studier	“Lægge op til nogle flere aktiviteter i de hold man har undervisning i og være bedre til at informere om de aktiviteter der foregår på tværs af universitetets fakulteter” “Lad viden være det vi samles om, være mere inkluderende, involverende og samskabende omkring faglige arrangementer på tværs af fag.”
Relationer og Behov - Behov for relationer - Selvbestemmelse	“Droppede ud af et tidligere studie ... kunne ikke se mig selv/spejle mig i de mennesker” “Ja man går ikke i en klasse på samme måde, og danner derfor ikke de samme relationer til hinanden” “Sørge for at underviserne lytter til de studerende og deres behov”
Information - Mangel på information - Søgen efter information	“De laver trivselsundersøgelser, men det er ikke til at sige om de undersøgelser bliver brugt til noget.” “Oplever ofte at mine medstuderende har hørt om et eller andet spændende seminar ... men ikke fra Unis informations flow” “Jeg synes virkelig man skal opsøge viden omkring det sociale på universitetet. Man bliver ikke introduceret til hvor man kan finde det henne”
Samtale om trivsel - Studerende imellem - Studerende og Universitetsansatte	“Har ikke selv haft brug for at tale med en ansat fra Uni, men det er rart, at muligheden er der” “Derudover har jeg én gang på det halve år, jeg har gået på universitetet, oplevet, at underviserne spurgte ind til vores trivsel...”
Psykiske påvirkninger - Stress - Forventninger - Balance mellem studie- og privatliv - Alder	“Føler ikke jeg er god nok” “Jeg fik et chok i starten over mængden af læsning og havde en tilvænningsproces ift. den meget selvstændige studieform” “På grund af studiejob”

Universitetets strukturer - Manglende initiativ - Studiets opbygning - Støtte fra universitetet	"Der er og har ikke været nok studiesociale arrangementer på universitetet." "... Servicemedarbejderne på AAU helt vildt søde og hjælpsomme." "Jeg oplever særligt på ILOO, at strukturen godt kan påvirke mig mentalt. Jeg oplever ikke der er tid til fordybelse ... føles som om vi skal skynde os igennem det." "Meget bedre indføring til de faglige forventninger til os som studerende."
System/platforme - Sociale - Faglige - Genkendelighed - Planlægning	"Moodle... elendigt system, meget lidt brugervenligt" "En social kalender til at se events"
Andet - Corona - Modstand mod flere halve "Løsninger" - Modstand mod trivselsundersøgelser	" Taler med dem jeg har været i gruppe med. Det sociale er noget præget af epidemien." "Intet socialt udover virtuelt. Ikke rigtig noget sammenhold, da vi ikke rigtig kender hinanden." "Hvad med lave en helt masse apps og hjemmesider, så folk fortsat kan undgå hinanden men bare chatte."

Tabel 5 - Tematisk analyse af indsamlede empiri

Det fremgår af den tematiske analyse, at det, der oftest bliver fremhævet i de kvalitative svar i spørgeskemaet, er ord, der omhandler vigtigheden af det sociale fællesskab på studiet. Det bliver også tydeligt, at respondenterne er meget prægede af den nuværende COVID-19 situation, da der hele 33 gange direkte eller indirekte bliver henvist til denne.

I det efterfølgende afsnit vil de temaer, der blev defineret i den tematiske kodning af den kvalitative data fra spørgeskemaundersøgelsen, blive analyseret. I det ovenstående skema bliver de forskellige temaer præsenteret med eksempler fra spørgeskemaundersøgelsen, og disse danner grundlaget for den efterfølgende analyse. Man kan ikke se temaerne stå for sig selv, da de alle på en eller anden måde er forbundne og påvirker hinanden.

5.1.4 Netværk og aktiviteter

I det første tema, som er Netværk og aktiviteter, bliver det tydeligt, at lige netop netværk og fællesskaber (i flere forskellige afskygninger) er noget, de studerende er meget interesserede i og går op i. Udtalelserne handler både om faglige fællesskaber, sociale fællesskaber og i høj grad fællesskaber på tværs af studier, som det for eksempel kan ses af nedenstående citater:

"Lave noget socialt på tværs af semestrene ... både fagligt men måske også en slags årlig idrætsdag"

"Flere sociale arrangementer, undervisning der lægger mere op til at de studerende bruger hinanden."

"Skabe faglige relevante arrangementer, lad viden være det vi samles om, være mere inkluderende, involverende og samskabende omkring faglige arrangementer på tværs af fag."

Jf. Wengers 3 dimensioner i figur 7 kan man her argumentere for, at de studerende søger muligheden for at være fælles engagerede i søgen efter at opbygge et fællesforetagende og derigennem skabe et fælles repertoire. Et af de vigtigste elementer i at være medlem af et PF er det fælles gensidige engagement, som i samspil med forhandling, fortolkning og fælles ansvarlighed overfor hinanden, samt det fælles repertoire af artefakter skal danne grundlaget for deltagelse i et PF. Dette gør sig gældende for flere forskellige typer af praksisfællesskaber, da nogle søger de fagrelaterede, nogle søger sociale, og andre søger en blanding. De studerendes udtalelser viser, at de har lysten til at indgå i det gensidige engagement med andre potentielle medlemmer, men at konteksten, som de befinder sig i som studerende på AAU, ikke muliggør dette.

Hvis man ikke tilgodeser de studerendes behov for tilhørsforhold i de forskellige former, de ønsker det, kan man som studie risikere at have studerende, der ikke trives, eller som ender med at droppe ud. Det bliver i dette afsnit også klart, at de studerende i høj grad søger fællesskaber på tværs af studier, hvor de har mulighed for at lære nye mennesker at kende og deltage i andre former for praksis. I forhold til Wengers teori omkring praksisfællesskaber så er det ikke nok, at man er en gruppe af mennesker på samme sted på samme tid, men at man er en gruppe af mennesker, der deler de samme interesser, og at de mennesker lærer mere om disse gennem gentagne interaktioner med hinanden. Man kan her argumentere for, at det at være studerende på AAU er en praksis, og at folk søger muligheden for at blive en del af et PF hvor man kan dele erfaringer med hinanden, men også hvor man kan få mulighed for at udforske nye praksisfællesskaber. Disse praksisfællesskaber bliver kendte for en gennem interaktion med medlemmer af det PF, der er omkring det at være studerende på AAU. Ud fra respondenternes svar lader det til, at det PF, der lige p.t. er på AAU, er meget fagrelateret, og at det hele foregår online. Det, de studerende lader til at søge, er noget mindre fagrelateret med mere fokus på det sociale, og dermed en anden type PF. Engagementet lige pt. består af deltagelse i undervisningen, hvor det fremgår af udtalelserne, at der søges et engagement i noget socialt også.

Fra respondenternes svar fremgår det, at der er et ønske om, at AAU som praksis skal prioritere det sociale i højere grad og ikke kun have fokus på det faglige. Det bliver ikke eksplicit nævnt, at der primært fokuseres på det faglige, men ud fra svarene, som der blev givet i spørgeskemaundersøgelsen, kan man have en formodning om, at det er de studerendes opfattelse, at der prioriteres uhensigtsmæssigt fra AAU's side lige pt.

Det kræver et aktivt engagement at blive en del af praksisfællesskabet, men det lader til, ifølge udtalelserne fra de studerende, at de har stor interesse i, at der kommer mere fokus på at dele viden, erfaringer og sjove oplevelser med studerende, som ikke nødvendigvis går på deres eget hold eller på deres egen studieretning. Hvis man giver de studerende muligheder for at interagere med hinanden noget hyppigere, kan der Jf. Wenger (1998), over tid blive skabt en fælles læringshistorie, og de studerende skaber på denne måde deres individuelle identitet igennem praksisfællesskaberne. Da det ifølge Wenger ofte er i de uformelle kontekster, at udviklingen af det fælles repertoire af ressourcer og erfaringer sker, er det derfor nødvendigt, at konteksten er struktureret sådan, at det er muligt for de studerende at interagere med hinanden hyppigere i uformelle kontekster. I starten vil der unægteligt være studerende, som er mere tilbageholdende, men i forhold til Legitimate Peripheral Participation Teorien, som er udviklet af Lave og Wenger (1991), så kan der ske en bevægelse mod deltagelse i et PF hvor et individ kan bevæge sig fra uerfaren på kanten af et praksisfællesskab, og løbende med erfaring og interaktion til at blive en fuldt ud deltagende del af fællesskabet. Lave og Wenger argumenterer dog for, at konteksten for at deltage i praksisfællesskabet er essentiel, da det uden rammer, som gør interaktion mulig, er svært at blive en del af praksisfællesskabet. Højere grad af deltagelse leder til højere grad af motivation for deltagelse.

Ifølge gennemgangen af den kvantitative data ses det, at de fleste respondenter ikke kendte mange, før de startede, og at nogle af respondenterne med en mindre omgangskreds så ud til at være mere afhængige af det fællesskab, der var på studiet, for at trives. Her bliver vigtigheden af, at rammerne er der til at udforske og deltage i praksisfællesskaber, tydelig, da studiet for nogle studerende er det primære sociale input, og at de uden dette kan risikere at mistrives. En del af de studerende havde overvejet at droppe ud af deres uddannelse, og dette kan være fordi de ikke føler, at de er en del af praksisfællesskabet, fordi de for eksempel ikke interesserer sig rigtigt for teorien, eller fordi de ikke kommer godt ud af det med de potentielle læringspartnere, der er i den pågældende kontekst.

5.1.5 Relation og behov

I det efterfølgende tema, er Relation og behov overskriften, og behovet for tilhørsforhold er, som nævnt tidligere, et af de vigtigste behov i forhold til at opretholde en positiv motivation for at deltage i en aktivitet.

Derfor kan man ikke adskille temaerne, da alt, der har med social interaktion med andre mennesker at gøre, også hænger sammen med opfyldelse af psykologiske behov og lysten til at deltage i aktiviteter.

I de udtalelser i den tematiske kodning, der havde noget med Relation og behov at gøre, fremgår det, at det, ligesom det er vigtigt at være en del af et fællesskab, også er vigtigt, at man har nogle positive relationer til de mennesker, man omgås med samt, at man som studerende føler, at man har kontrol over sit liv. Ifølge Deci og Ryans selvbestemmelsesteori er det vigtigt, at man tilgodeser menneskers 3 basale behov, som er behovet for autonomi, behovet for kompetence og behovet for tilhørsforhold. Der er nogle studerende, som kommer for at lære, altså for at få udviklet deres kompetencer, men som ikke har lyst til at være en del af det sociale fællesskab på studiet, se nedenfor:

"Jeg har ikke rigtig brug for det sociale på studiet, så jeg trives fint med at komme for at lære noget og så tage hjem igen bagefter."

I dette tilfælde har vi at gøre med en person, som ikke behøver at få opfyldt sit behov for tilhørsforhold igennem sit studie, og hvis man begyndte at lave for mange obligatoriske tiltag, som omhandler sociale aktiviteter og ikke de faglige, vil man kunne risikere, at en person, som har udtalt dette, vil føle sig meget ydre styret og måske miste motivationen til at deltage.

Man kan formode, at denne person motiveres af at være i kontrol over sit eget liv, og dermed er autonomien en vigtig del af tilværelsen for, at den positive motivation kan opretholdes.

Der er omvendt også respondenter, for hvem det er direkte afgørende, at det sociale fungerer, og dette ses blandt andet af nedenstående:

"Nej men droppede ud af et tidligere studie blandt andet pga. det sociale, kunne ikke se mig selv/spejle mig i de mennesker"

"Jeg startede med at gå på en uddannelse jeg droppede ud af, da mange var en del ældre end mig og det var svært at falde til i gruppen."

Ovenstående citater viser, at det er nødvendigt, at man tager højde for, at der er forskellige personlighedstyper, der motiveres af forskellige ting, og derfor er det næppe muligt at løse problemet på én enkel måde. I ovenstående tilfælde kan man formode, at det er behovet for at være en del af

gruppen, altså behovet for tilhørsforhold, der vægtes højest. Som det fremgår af citaterne, så kan det at føle sig udenfor gruppen resultere i, at nogle ville droppe ud, da det sociale er af afgørende karakter for deres deltagelse.

Ifølge SDT-teorien er miljøer, der støtter individers behov for kompetence og autonomi, positive for at opretholde en positivt rettet motivation, og derfor er det altså nødvendigt, at man som studerende befinder sig i en kontekst, der gør det muligt at deltage i de fællesskaber, der er i og omkring studiet, på den måde man ønsker det.

Hvis de studerende ikke passer ind i studiets faglige og sociale rammer samt fællesskaber, kan man risikere, at de bliver negativt motiveret og måske mister lysten til at gøre et forsøg på at deltage. Et eksempel på en udtalelse omkring en faktor, der kunne påvirke motivationen negativt, kan ses nedenfor:

"Ja man går ikke i en klasse på samme måde, og danner derfor ikke de samme relationer til hinanden"

Der er eksempler i dataene på, at nogle studerende synes, at AAU enten bruger for mange ressourcer på trivselsundersøgelser, eller at de ikke er klar over, om de input, de studerende kommer med, bliver brugt til noget. Se nedenfor:

"Alt for meget. Vi modtager jo fandeme spørgeskema og undersøgelser i et væk."

"De laver trivselsundersøgelser, men det er ikke til at sige om de undersøgelser bliver brugt til noget."

Hvis man presser for meget på fra AAU's side og fjerner de studerendes følelse af at være selvstændige individer, kan man risikere, at de mister lysten til at deltage. I eksemplet med den negative oplevelse med at modtage for mange trivselsundersøgelser, vil pågældende kunne blive negativt motiveret af, at AAU vedvarende presser på og forsøger at anvende en ydre styring, som pågældende ikke bryder sig om eller ser nogen ide i. I det andet tilfælde kan AAU risikere, at de studerende mister lysten til at engagere sig i fremtidige undersøgelser, da den pågældende respondent ikke føler, at de input, de studerende kommer med, har resulteret i nogle ændringer. Her handler det igen om følelsen af at være i kontrol over sit eget liv, og at de aktiviteter, man deltager i, er noget man gør på frivillig basis.

I de følgende udtalelser bliver det tydeligt at autonomi også er en vigtig del af det at være studerende på AAU for dem:

"Jeg oplever ikke der er tid til fordybelse og at projekterne bliver meget overfladiske fordi det føles som om vi skal skynde os igennem det."

"Mere frihed til at de studerende selv må tage initiativer uden at der er så mange begrænsende regler."

"Et måleredskab hvor brugeren nemt kan indtaste "trivsel" oplysninger, således at man løbende kan holde sig ajour med udviklingen."

"Mulighed for at tilgå platformen specifikt fagrelateret, men måske også på tværs af uddannelserne"

Hvis man ikke formår at tilgodese de studerendes behov for autonomi, kan man også risikere at påvirke deres motivation negativt. De studerende efterspørger muligheder for at tilpasse deres foretrukne platform på en måde, der passer deres interesser og fag, og at de i højere grad selv kan følge med i deres udvikling. Behovet for autonomi er essentielt i forhold til at skulle facilitere en stærk positiv motivation, da deltagelse i aktiviteter, som er/føles frivillig, er bedre for læring og den generelle opretholdelse af engageret deltagelse i fællesskabet.

5.1.6 Information og Samtale om trivsel

Det næste tema, som er temaerne Information og Samtale om trivsel slået sammen, viser i høj grad tydeligheden af hvor vigtigt det er for de studerende at være oplyst om de muligheder, de har at vælge imellem. Det lader til, at respondenterne er klar over, at der foregår aktiviteter, men at de føler, at de ikke er informeret fra AAU's side omkring, at de foregår, se eksempler nedenfor:

"Oplever ofte at mine medstuderende har hørt om et eller andet spændene seminar eller lign fra nogle af deres venner fra andre studier, men ikke fra Unis informations flow"

"Jeg syntes virkelig man skal opsøge viden omkring det sociale på universitetet."

"være bedre til at informere om de aktiviteter der foregår på tværs af universitetets fakulteter"

"Har ikke rigtig lagt mærke til nogle tiltag, så det ved jeg ikke"

"F.eks. er der en Facebook gruppe for sociale begivenheder på universitetet men ingen fortæller dig at den findes"

I de ovenstående tilfælde lader det til, at de studerende er klar over, at der foregår aktiviteter på AAU rundt omkring, men bare at de ikke er klar over hvornår de foregår og hvordan man deltager i dem. De manglende valgmuligheder kan føles begrænsende for de studerende, og dette er ikke en positiv ting i forhold til, at de opretholder en positiv motiveret adfærd i forbindelse med studiet. Man har som menneske et basalt behov for autonomi, og dette behov kan man risikere ikke at tilgodese hvis

ikke man giver de studerende mulighed for at tage nogle valg, der kan påvirke deres deltagelse i forskellige fællesskaber. Der kan på denne måde være en række forskellige praksisfællesskaber, som konteksten aldrig tillader, at man forsøger at deltage i og dermed et stort læringspotentiale, der aldrig bliver realiseret.

Der bliver i de kvalitative svar lagt meget vægt på vigtigheden af at kunne kommunikere med både andre studerende og universitetet på en måde hvor de studerende har muligheder for at deltage på den måde, der passer deres interesse bedst. Se Nedenstående:

"Muligheden for at snakke i små grupper/to-mands-hånd"

"Kontaktinformationer på relevante personer f.eks. Nogle man kan henvende sig til, hvis man har det svært."

Det bliver her tydeligt, at de studerende prioriterer muligheden for at kunne interagere med hinanden indbyrdes, men også at det er relevant med en kanal til AAU i tilfælde af, at man får brug for det. Hvis man faciliterer interaktion mellem menneskene på AAU, kan man tilgodese behovet for at være social og være en del af en gruppe, men også gøre det muligt for potentielle læringspartnere at finde hinanden og på samme tid gøre legitim perifer deltagelse/fuld deltagelse i praksisfællesskaber omkring studiet muligt.

Der var i det sammenlagte tema også et par respondenter, som udtalte sig om manglen på relevant information, og dette fremgår af citaterne nedenfor:

"De laver trivselsundersøgelser, men det er ikke til at sige om de undersøgelser bliver brugt til noget."

"Meget bedre indføring til de faglige forventninger til os som studerende. En PowerPoint med oplæsning af studieordningen er ikke en ordentlig formidling af hvilket niveau der forventes af vores skriftlige og mundtlige performance."

Hvis ikke man formår at involvere de studerende på en måde, så de føler sig som nogle anerkendte ligeværdige dele af universitetet, så kan man også risikere, at de mister lysten til at engagere sig aktivt i fællesskabet. Eksemplet med at respondenterne har oplevet, at der bliver lavet undersøgelser af trivslen, men at personen aldrig har lagt mærke til, om der er kommet noget ud af dem, er et godt eksempel på en situation hvor den pågældende måske i fremtiden ikke gider investere sin energi i at deltage i undersøgelser, der tilsyneladende ikke kommer noget afkast ud af. I det andet eksempel kan man risikere, at den studerende bliver så udfordret på sin egen følelse af at være kompetent, at personen mister troen på, at vedkommende har evnerne til at kunne indgå i praksisfællesskabet og i sidste ende dropper ud. Jf. Albert Banduras teori om Self-Efficacy så ved man, at det, at man tror på sig selv og sine egne evner, er afgørende for, at man opnår sit fulde læringspotentiale (Bandura, 1982).

5.1.7 Psykiske påvirkninger

Problemer med troen på egne evner bringer os naturligt over i næste tema i undersøgelsen; Psykiske påvirkninger. Af nedenstående citater ses det, at der er flere studerende, som har oplevet at være presset:

"Presset grundet kombination mellem studie- og familieliv"

"Føler ikke jeg er god nok"

"Stress (deltidsmasterstuderende med fuldtidsarbejde)"

"Jeg fik et chok i starten over mængden af læsning og havde en tilvænningsproces ift. den meget selvstændige studieform"

Der kan være en række faktorer, der påvirker vores motivation til at deltage i aktiviteter, hvor de helt basale behov for at kunne forstå sin omverden og at føle sig som en kompetent ligeværdig person med de folk, man omgås med, er nogle af de vigtigste behov at kunne få opfyldt, for at man succesfuldt kan deltage i læringsaktiviteter. Der var flere eksempler med kombination af studie- og familieliv, og her kan det for eksempel være nogle implicite forventninger til, at man skal kunne overskue det hele, der kan presse den enkelte og lede til mistrivsel. I eksemplet med personen, der ikke føler sig god nok, kan der også være en række faktorer, der påvirker dette, blandt andet om de føler sig som en del af gruppen, men i høj grad også om de føler, de kan mestre det fagstof, som de andre i det praksisfællesskab, man forsøger at være en del af, interesserer sig for.

5.1.8 Universitetets strukturer

Der er en række initiativer, som AAU gør godt ifølge respondenterne, og så er der nogle ting, som AAU slet ikke gør godt nok.

I det næste tema, som hedder "Universitetets strukturer", vil udtalelser omkring de oplevelser, respondenterne har haft, der direkte er på AAU's initiativ/manglende initiativ, blive bearbejdet.

"Det studie jeg startede på, havde en god tutorforening."

"SUS-samtalerne er rigtig gode."

"S-GRUS på alle uddannelser, det var rigtig godt på Læring og Forandringsprocesser"

Af de ovenstående udtalelser ses det, at nogle studerende lægger vægt på initiativer, som de har haft positive oplevelser med, som for eksempel de initiativer, der har været hvor de studerende har haft mulighed for at have en udviklingssamtale med universitetet. Der bliver også lagt vægt på en af

respondenternes oplevelse af en god tutorforening, og begge disse typer af initiativer er gode for, at de studerende føler sig hørt, og at de bedre får en forståelse for de forskellige fællesskaber på og omkring studiet.

Omvendt så var der også respondenter, der udtalte sig omkring de strukturelle rammer, der ikke passede dem, eller manglende initiativer, som de oplevede fra AAU's side:

"Men det var da kun svært at falde ind i de formelle rammer, hvor der skal bruges bestemte systemer, orienteres i Moodle og indordne sig under skrivetekniske regler o.l."

"Der er og har ikke været nok studiesociale arrangementer på universitetet."

"Bedre fordeling af modulerne ud over et semester, bedre information generelt. Hensyn til, at nogle studerende har børn, der skal hentes fra institution om eftermiddagen"

"Sørge for at underviserne lytter til de studerende og deres behov, samt bedre tilrettelæggelse af pensum og forelæsninger."

Hvis ikke de studerende kan acceptere de eksterne rammer, der er for deres deltagelse i både de faglige og sociale aktiviteter, så vil man kunne risikere, at de ikke vil investere deres energi i en engageret deltagelse i praksis. Det bliver tydeligt med ovenstående citater, at der er en længere række af forskellige strukturelle ting, som de studerende finder uhensigtsmæssige, og som formodentlig har en negativ indvirkning på deres motivation. Manglen af følelsen af at være i kontrol kan her lede til en manglende internalisering af den ydre styring, som den studerende bliver påvirket af, og dette er ikke positivt for at opretholde engagement og motivation på den lange bane. Både den positivt motiverede deltagelse i aktiviteter og deltagelse i praksisfællesskaber kræver, at konteksten tillader det, og begge disse ting bliver altså udfordret af en uhensigtsmæssig struktur, der ikke tilgodeser de studendes behov.

5.1.9 System/Platforme

Det næste tema kan godt ses som en underkategori til forrige tema, da det her omhandler de teknologiske systemer og platforme, som de studerende anvender i forbindelse med aktiviteter omkring studiet. AAU's informationssystem Moodle er der flere, der udtaler sig negativt omkring:

"Elendigt system, meget lidt brugervenligt"

"Moodle er et frygteligt sted... hvorfor kan man ikke lave et mere simpelt og brugervenligt system?"

Da Moodle er AAU's primære teknologiske platform for de studerendes interaktion med det faglige PF, så kan det have en negativ effekt på de studerendes motivation, når de, som det fremgår af ovenstående citater, ikke bryder sig om platformen. Moodles opsætning og design lader til at have en negativ indvirkning på de ovenstående udtalelser, og da man fra AAU's side pålægges at anvende Moodle, vil dette kunne føles som en meget stærk ydre styring og ekstern regulering, som er i konflikt med ens egne værdier og holdninger. I ovenstående eksempel kan det for eksempel være tilfældet, at de studerende aldrig ville anvende Moodle frivilligt, men nu er tvunget til at bruge det for at kunne deltage i studiets aktiviteter.

De studerende anvender en række forskellige platforme til at holde sig opdateret på i forhold til de aktiviteter, der foregår på og omkring universitetet, og her nævnes en række forskellige som: "AAU Student app", "mail.aau.dk", "AUB + google scholar" og "jeg bruger Unis databaser"

Gennem disse platforme kan brugeren tilpasse sin aktivitet efter de interesser, denne har, og ved nærmere undersøgelse af for eksempel "AAU Student app" fremgår det også, at denne applikation kan nogle af de samme ting som Moodle, men det lader ikke til, at de studerende har kendskab til denne applikation.

5.1.10 Andet

Til sidst var der det tema med de udtalelser, som ikke passede ind i de ovenstående kategorier, som blandt andet har med alder, COVID-19 og andre ydre omstændigheder at gøre.

COVID-19 bliver nævnt ved mange forskellige lejligheder, som en af grundene til, at det sociale ikke har været, som det skulle være i det seneste års tid, se eksempler nedenfor:

"Formentligt, men selvom jeg er blevet bedt om at huske tilbage på tiden før covid-19, så kan jeg ikke lige huske, hvordan det er kommet til udtryk."

"Pga. Corona har der ikke været de store muligheder"

COVID-19 er en ekstern omstændighed som hverken AAU eller de studerende kan gøre noget ved. Dog er det essentielt, at AAU stadig forsøger at skabe nogle rammer, der gør det muligt for de studerende at få opfyldt de 3 basale behov.

Der var nogle enkelte udtalelser om alder, eksempel ses nedenfor:

"Der var 12 år imellem, så jeg var modnet lidt i mellemtiden. Jeg ved ikke, om det kaldes en overgang, når man har været på arbejdsmarkedet i så mange år mellem uddannelserne."

I dette eksempel, med en person der har været på arbejdsmarkedet i 12 år før Universitetet, kan det være, at personen allerede har stiftet familie og har et liv ved siden af studiet, og derfor ikke på samme måde er afhængig af at få sine sociale behov opfyldt gennem deltagelse i studieaktiviteter.

Til sidst afdækkede undersøgelsen også lidt modstand til det at lave trivselsundersøgelser:

”Hvad med lave en helt masse apps og hjemmesider, så folk fortsat kan undgå hinanden men bare chatte”

I dette tilfælde er det også vigtigt, at man anerkender, at det ikke er alle, der er på universitetet for at være en del af et fællesskab hvor det sociale er en vigtig drivkraft. Der viser sig også at være en modstand mod kommunikation gennem medier hvor man ikke mødes fysisk, og derfor er det vigtigt, at man også tilgodeser muligheden for fysisk deltagelse i forskellige aktiviteter i og omkring studiet for, at disse personer kan opretholde deres motivation til at deltage.

5.1.11 Opsamling

Det blev i ovenstående analyse tydeligt, at de studerende i høj grad har fællesskab som en prioritet. Disse fællesskaber kan være de faglige, men i høj grad også de sociale fællesskaber og gerne på tværs af studier. I disse fællesskaber ligger der en masse potentiel læring, da studerende ved gradvis stigende deltagelse i praksisfællesskaber løbende kan blive en fuldt ud deltagende aktør i fællesskabet. Det er Jf. Ryan og Deci også behovet for tilhørsforhold, der er det vigtigste behov af de 3 basale behov, da det antages, at man lettere kan håndtere eventuel faglig og personlig modgang, hvis man har et stærkt tilhørsforhold til en gruppe eller et fællesskab. Omvendt gør det sig også gældende, at hvis man ikke føler sig som en integreret del af fællesskabet, så kan selv den mindste modgang være nok til, at en studerende f.eks. kan få tanker om at droppe ud af studiet. De studerende søger relationer og interaktion med andre studerende på andre årgange og andre studieretninger, og de søger indflydelse på hvordan deres tid som studerende udvikler sig samt følelsen af at være en ligeværdig kompetent del af fællesskabet. Uden den rette kontekst for at skabe det gensidige engagement, fælles foretagende og fælles repertoire vil det gøre opbyggelsen og potentielle afkast af de potentielle praksisfællesskaber mindre.

Det viser sig, at det også er vigtigt, at man ikke tvinger nogle tiltag igennem, da de studerende har forskellige sociale behov, og derfor vil man kunne have en uønsket effekt på nogle studerende med tiltag, som virker positivt på andre studerende. Derfor efterspørger de studerende i undersøgelsen valgmuligheder for at vælge at se og høre om de ting, de finder interessante og på den måde selv bestemme hvad de vil involveres i af frivillige tilbud i løbet af deres studietid. Hvis man laver obligatoriske tiltag, som ikke har noget med det faglige at gøre, kan man risikere, at nogle vil føle sig ekstern reguleret og dermed stærkt ydrestyret, og dette er ikke en god ting for at opretholde en positiv motiveret gruppe af studerende. Det er her vigtigt, at man tilgodeser de studerendes følelse af

autonomi, da en accepteret ydre regulering, der er tæt på hvad den studerende finder værdifuldt, er bedre for den positive motivation.

Moodle var der flere studerende, der udtalte sig negativt omkring, og da det er det system, man fra AAU's side opfordres til at anvende, vil dette også kunne føles som en ekstern regulering, man egentlig ikke har lyst til at bruge energi på, men er tvunget til hvis man vil følge med i studiet. Moodle lader til at give frustrationer hos nogle af de studerende, og dette kan lede til et lavere engagement i de faglige aktiviteter.

Følelsen af autonomi er helt essentiel for de studerende, da det er vigtigt for dem, at de har en følelse af kontrol over deres studieliv, og at de har nogle valgmuligheder for at være studerende på den måde, som det passer deres behov. Det blev nævnt mange gange i undersøgelsen, at de studerende søgte mere information, som de ikke hidtil havde fået af AAU, og manglen på information kan lede til en følelse af manglende valgmuligheder og dermed manglende kontrol over den enkeltes studieliv.

Det blev nævnt op til flere gange, at de studerende søger hyppigere interaktioner og vidensdeling med andre studerende, som ikke nødvendigvis går på deres hold; men også, at det er vigtigt, at de aktiviteter, der så bliver gennemført, er relevante for den kontekst, de studerende befinder sig i.

Hvis man ikke formår at gøre aktiviteterne relevante og gør sådan, så de studerende kan se hvad der kommer ud af at engagere sig i dem, kan man risikere, at de mister lysten til at investere deres energi i at deltage. Hvis resultatet i at engagere sig i en aktivitet er mindre værd end den energi den studerende skal lægge i den, kan det føles irrelevant at deltage og bruge sin energi på.

Behovet for kompetence og troen på egne evner er også faktorer, som spiller ind på den enkelte studerendes trivsel, og her er specielt de initiativer, som AAU allerede har igangsat, vigtige for nogle af de studerende. Studenterudviklingssamtaler er noget nogle af respondenterne har fået, men som forfatterne af nærværende undersøgelse ikke har hørt noget om i deres to år på AAU. Ved at man løbende holder samtaler med de studerende, kan man også fange mistrivsel og guide de studerende i den rigtige retning, før det er så slemt, at den studerende vælger at droppe ud.

Der var rigtig meget feedback omkring manglende initiativer fra AAU's side og til de strukturelle rammer til det at være studerende.

Hvis man som universitet ikke formår at planlægge studietiden på en måde, der kan passe de studerende, og som dækker de studerendes behov, så kan man risikere, at nogle dropper ud, eller at andre slet ikke søger en uddannelse på pågældende universitet i første omgang.

De studerende bruger en række forskellige platforme i og omkring deres studie, og en respondent nævner en applikation som hedder AAU Student APP, som forfatterne af denne undersøgelse ikke havde fået kendskab til før denne undersøgelse. Denne applikation har meget af den brugervenlighed som Moodle mangler. Et sådant alternativ til Moodle kunne være med til at give de studerende en

følelse af at kunne vælge Moodle fra, og dermed måske facilitere en internalisering af de formål og krav, som det at være studerende på AAU, medfører.

COVID-19 har uægtelig haft indflydelse på resultaterne af denne undersøgelse, og svarene bærer også præg af dette. Selvom det har været en ny og uvant situation for alle, så er det altså stadig essentielt for de studerende at få opfyldt deres 3 basale behov, og det lader ikke til at have været tilfældet i nærværende undersøgelse.

Det bliver også tydeligt, at det er vigtigt, at man ikke presser for meget på med initiativer til trivsel, da nogle respondenter allerede nu føler sig mættede af denne slags undersøgelser. Hvis man bliver ved med at sende information deres vej om nye initiativer, vil det kunne føles som en ekstern regulering og dermed faktisk have den modsatte effekt af hvad tiltaget til at forbedre trivslen er.

Ovenstående analyse leder os til næste trin i udviklingsprocessen som er Ideate & Prototype.

6. Ideate, Prototype og Test

Udgangspunktet for at gennemføre disse 3 trin i designprocessen er: viden fra analysen og State of the art Review sammenholdt med brugernes behov. Designet blev udviklet gennem en proces baseret på de identificerede brugerbehov, kombineret med brainstorms lavet i projektgruppen med værktøjet Miro⁵. Der blev sat 20 minutter af hvor alle idéer og påfund blev skrevet ned på digitale post-its, og her blev der både nedskrevet skæve, sjove, skøre og optimistiske ideer. Idéerne fra spørgeskemaundersøgelsen blev ydermere inkluderet i denne proces for at have en bred vifte af input til udarbejdelsen af afhandlingens mock-up. I figur 22 ses resultatet af de 20 minutters brainstorm, og de idéer der blev genereret.



Figur 22 - Resultat af 20 minutters brainstorm med digitale post-its

De mange post-its med ideer blev nu brugt til at vurdere hvilken platform, der ville kunne opfylde ovenstående idéer.

⁵ www.miro.com

Da der ifølge Danmarks statistik er flere brugere med adgang til en mobiltelefon end med adgang til PC, og at projektgruppen har en formodning om, at folk bruger mobiltelefonen oftere, når de er på farten (DST, 2020), vil der i nærværende projekt arbejdes videre med ideen om en digital platform til en mobiltelefon. Denne platform skal både kunne bruges til de forskellige mærker og de forskellige håndholdte enheder. For at sikre at designet bliver intuitivt, vil der blive taget inspiration fra designs fra andre platforme, som respondenterne har givet udtryk for, at de anvender i forvejen. Her er der specifikt tale om Facebook, Moodle, AAU Student, Bobl Berg med flere. Udklip af de forskellige platforme, der har ligget til grund for den overordnede inspiration til struktur for designet i denne undersøgelse, er at finde i bilag 7.

6.1 Personas

I det følgende afsnit, vil det forsøges at konkretisere de indledende designidéer, for herefter at anvende dem til at udtænke det indledende design til det digitale værktøj. Dan Saffer (2010) argumenterer for, at interaktionsdesign i dets natur er kontekstuel betinget, da designet, der interageres med, skal løse et specifikt problem under et sæt specifikke omstændigheder for en bruger. Anvendelse af dette perspektiv passer godt med Ideate fasen, hvor man forsøger at finde løsningen på specifikke problemer med hjælp af innovative løsninger.

Ud fra spørgeskemaundersøgelsens resultater og den efterfølgende analyse heraf, er der skabt 4 Personas til at give projektgruppen en bedre indsigt i hvordan det indledende mock-up og den efterfølgende prototype skal designes. Alle de nedenstående Personas er fiktive, men lavet ud fra data fra spørgeskemaundersøgelsen. Billederne er ikke af rigtige mennesker, men hentet fra <https://www.thispersondoesnotexist.com/>, som er et AI værktøj, der skaber unikke repræsentationer af mennesker, der ikke eksisterer i virkeligheden, og derfor kræves der ikke samtykke til brugen heraf.

6.1.1 Persona 1

Lars, 29 år. (Bor i Vojens, går på universitetet på 10 semester i Aalborg).

Stort socialt netværk, kommer ikke på studiet for at deltage i studiesociale arrangementer. Trives bedst med at deltage i aktiviteter, der giver mening for hans formål med at være der, nemlig det faglige. Motiveres af at gennemføre studiet, så han kan komme videre med andre ting, der er vigtige for ham i livet. Hvis noget er bøvlet, så gider han ikke bruge tid på det, da ting der ikke umiddelbart giver et ønsket afkast, ikke er værd at bruge tid på.

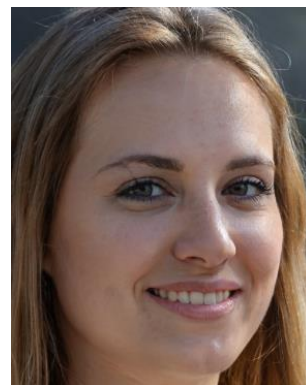


Figur 23 - Fiktivt billede af Lars

6.1.2 Persona 2

Pia 27 år. (Lige flyttet til Aalborg for at gå på en kandidatuddannelse på AAU)

Meget begrænset lokalt netværk, det studiesociale er en meget vigtig del af hendes liv. Elsker at hyggesnakke og bliver gerne på skolen en time længere for at deltage i diverse aktiviteter. Motiveres af det faglige, men også det sociale på studiet. Bruger gerne længere tid på at søge efter studietilbud på diverse platforme.



Figur 24 - Fiktivt billede af Pia

6.1.3 Persona 3

Mads 21 år. (Tilflytter til København, 1 semester studerende)

Kender en del fra studiet, og deltager så ofte som muligt i sociale aktiviteter på studiet. Går ikke så meget op i det faglige, valgte uddannelsen fordi hans forældre gerne ville have ham i gang med en uddannelse. Motiveres af relationer til andre mennesker. Er en haj til elektronik og kræver derfor også, at de platforme, der interageres med, er brugervenlige og intuitive.



Figur 25 - Fiktivt billede af Mads

6.1.4 Persona 4

Sofie 23 år. (Bor i Galten, men læser på 3 semester på AAU)

Sofie er introvert som person, og trives bedst i mindre grupper med folk, hun kender, og fungerer også fint alene.

Sofie er meget interesseret i det fagfaglige på hendes studie, men har også interesse i at vide mere omkring de faglige aktiviteter, der foregår på tværs af universitetet. Motiveres primært af det faglige på universitetet, og relationer opbygget med baggrund i fælles faglig interesse.



Figur 26 - Fiktivt billede af Sofie

Ovenstående Personas bruges til at diskutere designet i forhold til de forskellige typer af brugerbehov, der skal dækkes med det design, der skal udvikles. I det efterfølgende afsnit vil der blive udarbejdet en række designprincipper, som er lavet med udgangspunkt i resultaterne fra undersøgelsen sammen med de brugerbehov, der er blevet identificeret.

6.2 Designprincipper

I det efterfølgende afsnit vil der blive lavet designprincipper med udgangspunkt i de førnævnte temaer. For at underbygge designprincipperne inddrages respondenternes eksplicitte forslag til design funktionaliteter og dette fremgår af tabel 6.

Tema	Designprincipper	Eksempler på brugervisioner
Netværk og aktiviteter	1. Designet skal understøtte skabelse af sociale og faglige fællesskaber.	<i>"Lidt af det som Facebook kan "</i> <i>"hvordan man kan blive medlem af klubber der er "</i> <i>"Oversigt over alle events "</i> <i>"et bedre netværk på tværs af fakulteter"</i>
Relationer og behov	2. Designet skal understøtte opfyldelse af behovet for relationer, kompetence og autonomi.	<i>"Noget omkring sociale events. Hm måske anonyme oplæg, hvor man kan skrive hvis man er frustreret over noget på studiet? Måske man selv kan vælge om det skal være anonymt. Så kan man komme i kontakt med andre som evn har de sammen udfordringer som en selv"</i> <i>"Et måleredskab hvor brugeren nemt kan indtaste "trivsel" oplysninger, således at man løbende kan holde sig ajour med udviklingen."</i>

Tema	Designprincipper	Eksempler på brugervisioner
Information	3. Designet skal understøtte behovet for at være oplyst og at være i kontrol over sin studietid.	<i>“Derudover kunne det være fedt at have et bedre overblik over hvilke faglige interessefelter studerende har på tværs af studier. “</i> <i>“Man skulle kunne tilpasse hvilke events man ville have besked om”</i> <i>“info om de sociale aktiviteter der er, hvor og hvordan man selv kan starte ting”</i>
Samtale om trivsel	4. Designet skal understøtte muligheden for at kommunikere, både med de studerende og de ansatte fra universitetet.	<i>“Kontaktinformationer på relevante personer f.eks. Nogle man kan henvende sig til, hvis man har det svært”</i>
Psykiske påvirkninger	5. Designet skal understøtte de studerendes planlægning af deres tid og deltagelse i de aktiviteter de har interesse i.	<i>“Kontaktinformationer på relevante personer f.eks. Nogle man kan henvende sig til, hvis man har det svært”</i>
Universitetets strukturer	6. Designet skal give mulighed for at universitetet kan tilføje arrangementer og begivenheder, som de studerende kan tilmelde sig. 7. Designet skal give mulighed for at universitetet kan udgive informationer til de studerende.	

Tema	Designprincipper	Eksempler på brugervisioner
System/Platforme	8. Designet skal understøtte de behov de studerende har i forbindelse med faglige og sociale arrangementer samt planlægning og deltagelse heri. 9. Designet skal understøtte samarbejde med universitetets øvrige platforme.	<i>“Information, kalender med events, opslagstavle som studerende kan skrive på, måske adgang til Moodle?”</i> <i>“Planlægningsredskab”</i>

Tabel 6 - Designprincipper lavet på baggrund af temaer og eksempler på data

Gennem de forskellige designforslag, som de studerende kom med, blev det klart, at de havde høje forventninger til hvad et digitalt værktøj skulle have af muligheder. Der var meget fokus på, at et værktøj til skolebrug, der skulle kunne facilitere trivsel, skulle være et stærkt planlægningsværktøj, både til de ting, der omhandler en selv, men også i høj grad et sted hvor man kunne få et overblik over hvad der ellers foregik på AAU, som man eventuelt ville have interesse i at deltage i. Mulighed for, at skulle kunne kommunikere og nå ud til andre studerende også på andre studieretninger, var der også stor interesse i.

Her var det også vigtigt for mange af de adspurgte studerende, at de havde nem og hurtig adgang til de ting, de ville se, og at de havde mulighed for at skræddersy platformen til deres interesser. Platformen skulle give dem en strøm af relevante informationer, både omkring faglige, men faktisk i højere grad omkring det sociale, både på det studie, man selv går på, men også på tværs af studieretninger. Flere respondenter udtrykte, at de simpelthen ikke var klar over hvilke tilbud der var, og nogle ønskede flere informationer omkring hvor henne man kunne deltage i diverse klubber og dermed de sociale fritidsaktiviteter, der foregår her.

6.2.1 Designprincippernes anvendelse:

Designprincipperne går igen i mange af de valgte funktionaliteter i designet, og derfor vælger projektgruppen at bearbejde dem alle sammen i dette afsnit. Mange af designprincipperne går igen i de forskellige sider, da det overordnede mål for applikationen er at styrke de forskellige fællesskaber, der er på AAU, ved at gøre information og kommunikation mellem forskellige studerende og ansatte på AAU tilgængeligt. Ved at der er en lang række muligheder for at tilpasse platformen efter de interesser og behov, den enkelte har, kan man håbe på, at brugeroplevelsen bliver bedre, og at brugerne fastholder deres engagement i brugen af værktøjet. Udvalget af funktioner og valgmuligheder gør også, at brugerne kan føle, at de selv er i kontrol over det, de ser, og det de i fremtiden vil se i forbindelse med deres interaktion med platformen. Det gensidige engagement er et

af de vigtigste elementer i opretholdelse af fællesskaber, og det skal derfor være så let som muligt at opretholde sit engagement i de ting, man interesserer sig for.

Designet skal være let og intuitivt at navigere rundt i, og det skal være let at få hjælp hvis der skulle opstå problemer med forståelse af funktioner eller hvis man sidder fast. Det er af meget vigtig karakter for de studerende, at de føler, at de får den information, de har behov for, for at kunne forme deres studietid efter det, de ønsker. For at denne applikation skal have succes, er det vigtigt, at det også bliver let for AAU at tilføje relevante informationer og arrangementer, da en del af de ting, de studerende efterspørger, er informationer omkring AAU's initiativer. Da AAU i forvejen arbejder med en række andre platforme, er det vigtigt, at nærværende undersøgelses platform er lavet, så den arbejder sammen med disse, uden at det bliver et større arbejde for brugerne at få det til at fungere. Ved at sørge for at der er et godt samarbejde mellem platformene, kan denne løsning være udgangspunktet for de studerendes brug af apps til studiet, men det skal stadig være let tilgå andre relevante platforme hvis nødvendigt.

I det efterfølgende afsnit, gennemgås en udarbejdet struktur for hvordan et digitalt værktøj kunne se ud og inddeles i forskellige lag og sider. De forskellige behov og ønsker, de studerende har givet udtryk for er her forsøgt indarbejdet i værktøjet.

6.3 Fra Designprincipper til design af mock-up og prototype

I de følgende afsnit vil der blive lavet en gennemgang af processen fra mock-up på skitse, til pæn mock-up lavet på computeren og så til funktionel prototype. Til at starte med under hver "side" på applikationen vil der være brugervisioner fra spørgeskemaundersøgelsen, og herefter kommer en gennemgang af hvad designet indeholder. Efter disse to ting kommer der i alle på nær "login-siden" brugerscenarier efterfulgt af resultater fra testene, der er blevet gennemført med prototypen og 3 testpersoner.

6.3.1 Prototype

I det følgende præsenteres en kort gennemgang af de af prototypens mest væsentlige sider og funktioner, som kræver gennemgang. Årsager til valg af funktioner er resultatet af databehandlingen af besvarelserne fra de studerende, som det fremgår af de tidligere faser, og deres udsagn bliver derfor ikke gentaget i dette afsnit. Prototypen kan opleves på egen hånd ved at følge linket: <https://xdrjnh.axshare.com> og skrive adgangskoden: "dynamit".

For at logge ind på prototypen skal der anvendes en vilkårlig mailadresse med et @ og skrives en vilkårlig kode, for at simulere et login med den enkeltes AAU-mail.

6.3.2 Designfunktioner:

Det fremgår af data fra spørgeskemaundersøgelsen, at de studerende anvender en række forskellige platforme på deres mobile enheder i forbindelse med studiet og i forbindelse med deres liv omkring studiet. Derfor er der hentet inspiration fra nogle af disse platforme, og sammenholdt med data fra undersøgelsen samt analysen danner de grundlaget for udarbejdelsen af mock-up og prototype.

6.3.2.1 Login-side

Brugervisioner:

“Skab en åben, brugervenlig platform hvor de studerende og ansatte nemt kan interagere”

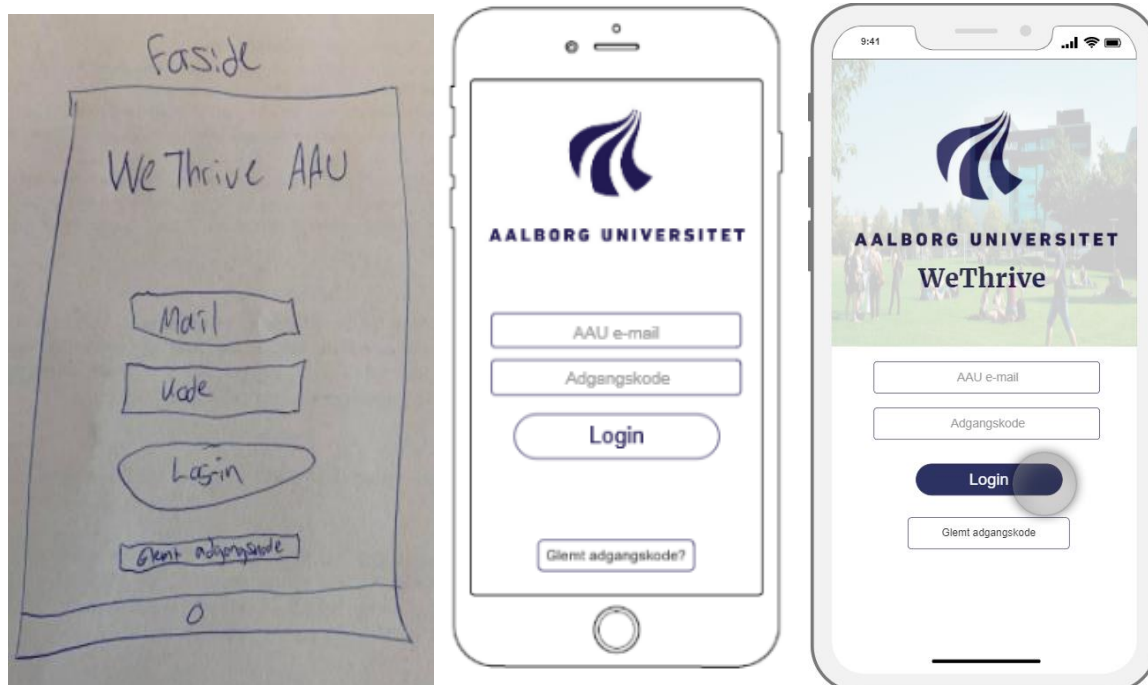
“Måske en app, med en brugerprofil fra universitetet”

Af den første udtalelse fra spørgeskemaundersøgelsen bliver det tydeligt, at det er vigtigt, at funktionerne er lette at forstå, og at de studerende på AAU og de ansatte let skal kunne komme i kontakt med hinanden. Brugervenligheden skal ifølge respondenterne være i fokus, og det er ofte dårligt design, der stopper initiativer som WeThrive med at lykkes (Lattie et al., 2019). Det kræver, at du er medlem af AAU, og at du har en AAU-mail, for at du kan tilgå platformen, og dette sikrer, at det kun er relevante personer, der har adgang til at påvirke indholdet på platformen.

Den første side, brugeren ankommer til, er login-siden (figur 27). Designet er simpelt og knapper, som brugeren kan trykke på, lyser op, når de bliver rørt ved, eller musen kører over. En smartphone har naturligvis ikke en mus, og derfor er der også en forskel på formen af knapperne.

Runde knapper er de knapper, brugeren oftest skal anvende for at komme videre; men for at sikre, at brugeren ved hvad de forskellige knapper har af funktion, er der også tilføjet labels såsom 'Login' og 'Glemmt adgangskode'.

For at sikre at brugeren kan komme videre, selvom der indtastes forkerte oplysninger, er der blevet konstrueret fejlmeddelelser, der fremkommer ved forskellige fejl. Fejlmeddelelserne er lavet således, at brugeren er klar over hvad der har forårsaget fejlen. Hvis brugeren uheldigvis skulle have glemt sin adgangskode, er der også en funktion til at få hjælp til dette.



Figur 27 – Loginskærmen i tre forskellige stadier af designprocessen

Testresultater

I det følgende og efterfølgende afsnit om test vil data fra test med 3 personer blive anvendt til at evaluere på designet og funktionerne. Testperson 1 er 23 år og vil blive refereret til som T1, Testperson 2 er 34 år og vil blive refereret til som T2, Testperson 3 er 24 år og vil blive refereret til som T3. Der vil løbende blive inddraget udpluk af transskriberingerne fra testene, og de fulde transskriberinger kan ses i bilag 8 (T1), bilag 9 (T2) og bilag 10 (T3).

Under testen af prototypen blev der ikke kommenteret særlig meget på forsiden. Der kom dog 2 kommentarer hvor T1 og T3 sagde følgende:

01:56 T1: "Det virker indbydende, lyst og ja."

01:42 T3: "Ja, det virker meget intuitivt at det er der man skal logge ind."

Generelt for denne side var, at testpersonerne hurtigt fandt ud af hvad de skulle gøre for at komme videre ind i applikationen. Ingen af testpersonerne brugte "hjælpe" funktionen og viste således ikke behov for denne funktion.

6.3.2.2 Kalender

Brugervisioner:

“Information, kalender med events, opslagstavle som studerende kan skrive på, måske adgang til Moodle?”

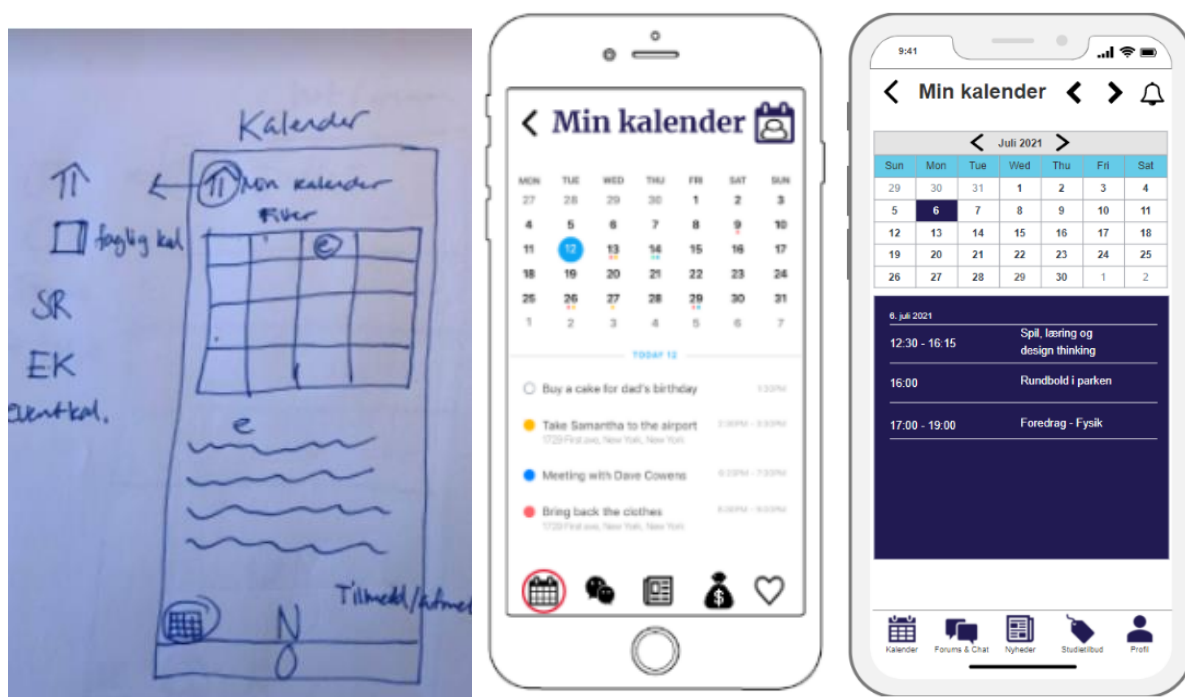
“Planlægningsredskab”

“Oversigt over sociale arrangementer, som man f.eks. kunne følge, deltage i, eller på anden måde vise interesse for ligesom på Facebook.”

“Et samlet univers, hvor man kan finde alt man skal bruge.”

Ovenstående er et lille udpluk af et stort antal forslag fra spørgeskemaundersøgelsens kvalitative del til hvad et digitalt værktøj skulle indeholde. Det samlede overblik over forslag kan ses i bilag 5. Det viser sig at være meget vigtigt for de studerende at have et stærkt planlægningsværktøj, der gør det muligt for dem at prioritere og planlægge. Der bliver ofte nævnt andre platforme eksplicit som inspiration, og i ovenstående efterspørger den studerende nogle funktioner fra Facebook, som det at kunne “Vise interesse” eller at kunne “Deltage” i arrangementer via platformen.

Kalenderen (figur 28) er den side, der gør det muligt for brugerne at få opfyldt deres behov for planlægning og lign. På den øverste halvdel af siden er der et hurtigt overblik over et antal dage/måneder frem, alt efter brugerens præferencer. Nedenunder kalenderen er der et tekststykke hvor man som bruger hurtigt kan se hvad en begivenhed omhandler ved at trykke på den i kalenderen. Herfra er muligt at tilmelde sig og afmelde sig begivenheder samt vise interesse for de begivenheder, der interesserer en, så det bliver så enkelt som muligt at anvende platformen til at få opfyldt de ønsker, man har. Denne side skal indeholde muligheden for at se flere forskellige kalendere, blandt andet en faglig kalender, en social event kalender og andre kalendere man kan abonnere på eller sætte op efter de ønsker, man har. For at tilgodese fællesskabet, er det muligt at se hvem der deltager i hvilke arrangementer hvis man trykker ind på selve arrangementet.



Figur 28 - Kalenderen i tre forskellige stadier af designprocessen

Brugsscenario

Pia (persona 2) sidder en mandag til forelæsning og har ikke et overblik over, om der er nogle spændende faglige eller sociale arrangementer på AAU i de kommende uger.

Hun ved, at det er nemt at danne sig et overblik via WeThrive, så hun finder telefonen frem i pausen for at orientere sig i hvilke muligheder hun har.

De forskellige kalenderfunktioner vil være meget nyttige for en persona som Pia. Hun går meget op i det faglige, men søger også det sociale på studiet, hvilket de forskellige kalendere kan hjælpe hende til at få et overblik over. Den personlige kalender (min kalender) hjælper Pia til at strukturere sin tid på universitetet, så hun ikke glemmer undervisning, aftaler eller andet. Derudover hjælper eventkalenderen hende til at få information om kommende begivenheder, som hun potentielt gerne vil deltage i.

Lars (persona 1) er lige stået op. Det er tirsdag morgen, og han har to timers undervisning på AAU senere på dagen. Da Lars bor langt fra AAU, er han usikker på, om han gider til at køre den lange strækning for to timers undervisning og leder derfor efter andre faglige aktiviteter, der ville gøre turen derop den værd.

Kalenderfunktionen kan gavne Lars ved at oplyse ham om andre faglige arrangementer, han eventuelt kan deltage i før eller efter undervisningen. Her får han især gavn af eventkalenderen, der giver det overblik, han har brug. Ved at kunne tilmelde sig arrangementer direkte fra eventkalenderen kan han få en samlet oversigt over både faglige og sociale arrangementer, han har planlagt at deltage i.

Testresultater

Den generelle holdning til kalender for alle tre respondenter var, at de synes den virkede intuitiv, og at de godt kunne lide, at man kunne skifte mellem forskellige kalendertyper. Alle testpersonerne så det, at der var forskellige kalendere, som en positiv ting for at kunne adskille de valgmuligheder, der var, og det de selv havde meldt sig til. Dog var der flere, der havde problemer med at skifte mellem kalendertyperne ved hjælp af de to pile, da pilenes funktion ikke var tydelig for nogle af respondenterne. Ifølge alle testpersonerne kunne de med denne kalender orientere sig i de valgmuligheder, de har, i forbindelse med studiet, men også i forbindelse med andre aktiviteter. I det følgende præsenteres en kort korrespondance mellem T3 og interviewereren.

11:37 I: "Så hvis du lige går tilbage til kalenderen, så vil jeg bare spørge om du synes at kalenderen har de funktioner som du har behov for som studerende?"

11:46 T3: "Jeg tænker at man sagtens ville kunne få sin studieplaner ind, altså hvornår man har timer, så man kan synkronisere det. Ah okay, der er en her som skulle være et kursus."

12:04 I: "Ja det skulle gerne være et kursus den øverste der."

12:06 T3: "Men igen, jeg tror at jeg godt kunne savne lidt at det er tydeligt hvad der var socialt og fagligt, sådan at man bedre kan se og få et overblik over hvad man har af planer for i dag."

12:25 I: "Hvordan tænker du at man kunne gøre det, for at opdele det?"

12:32 T3: "Jeg elsker farvekoder, så en figur, en farvekode eller en eller anden form for baggrund, der ligesom siger noget om det er fagligt eller socialt."

Som det fremgår af samtalen, så savner T3 en mere tydelig opdeling af hvad der er faglige og sociale arrangementer. Hun foreslår yderligere, at man kan anvende farvekoder, figurer eller en anden form for baggrund, så det gøres tydeligt for brugeren om arrangementerne, der fremgår, er social- eller studierelaterede.

I det følgende ses et udklip af samtalen mellem I og T2, hvor T2 før efterspurgte muligheden for at kunne se det faglige indhold og ikke kun de sociale ting. Disse ønsker blev fremsat i forbindelse med at T2 testede forsiden, og altså før at T2 havde været inde og se kalenderes funktioner:

11:31 I: "Prøv og gå ind på kalenderen."

11:36 T2: "Okay, fedt nok! Det er supergodt det her, det kan jeg godt lide. At den ligger sådan helt nede i bunden og det er sådan en fast menu den her nede ikke?"

11:46 I: *"Ja for det var jo lidt det du efterspurgte før, at du så dine fag"*

11:52 T2: *"Nå men det kan jeg godt lide. Men det jeg så tænker kunne være fedt, for kalenderen der kan du jo så se i dag, hvad har jeg af planer."*

12:11 I: *"Prøv og tryk på aktiviteten."*

12:10 T2: *"Ja øjeblik. Okay fedt nok, nå fint, okay så den ligger bare der i stedet for."*

Generelt kan det siges om kalenderfunktionen, at denne kunne være et godt værktøj til at planlægge sin studietid og også et godt værktøj til at holde sig orienteret omkring hvilke valgmuligheder man havde for deltagelse i aktiviteter. Der var nogle enkelte designting, som for eksempel det med at skifte mellem de forskellige kalendere, som ingen af de adspurgte kunne gennemskue til en start. Der blev udtrykt positive tanker omkring det, at man med kalenderen kunne orientere sig i de opslag, der var på Moodle i forbindelse med det faglige, under "Studiekalender". Der blev også udtryk tilfredshed med muligheden for let at deltage i aktiviteter ved blot at trykke "deltag" inde på begivenheden, når man åbnede den i kalenderen. Efter lidt hjælp til at forstå pilene til at skifte kalendere, udtalte testpersonerne, at det var intuitivt at anvende værktøjet.

6.3.2.3 Forums & Chat

Brugervisioner:

"Et åbent og privat forum til at skrive sammen"

"Måde at kommunikere med hinanden på, opslagstavle med begivenheder"

"Muligheden for digitale rum, hvor man bare kan snakke sammen"

"Kunne være fedt at man kunne lave sociale event/komsammen som var en åben invitation for alle. Som rundbold i parken og så kan man trykke deltagere."

"info om de sociale aktiviteter der er"

"Et sted at finde fællesskaber både om faglige og sociale ting"

Ligesom ønsket om at kunne have et stærkt planlægningsværktøj, var der også et stort ønske fra respondenterne om, at de skulle kunne kommunikere med hinanden både omkring faglige og sociale ting. Det blev her også nævnt, at det kunne være fedt med en opslagstavle med begivenheder, og at alle så kunne deltage ved at melde sig til på begivenheden.

Der blev også efterspurgt mere information omkring de aktiviteter der blev gennemført, for på den måde at kunne blive oplyst om de forskellige fællesskaber, der er omkring det at være studerende på AAU.

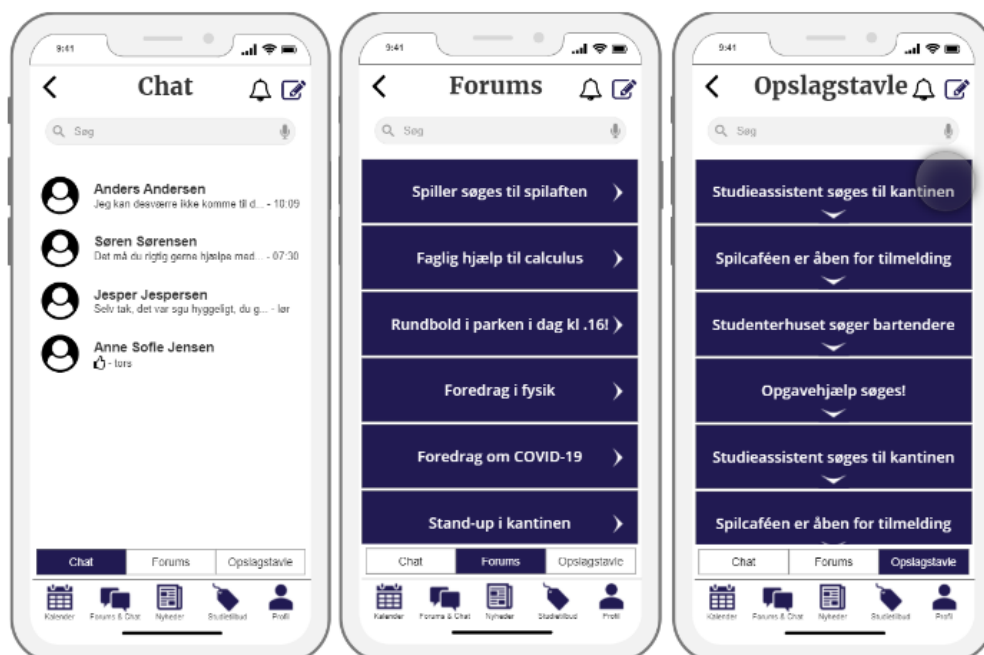
Brugerne fra spørgeskemaet havde et ønske om nemmere at kunne interagere med hinanden på tværs af universitetet. Af denne årsag konstrueres en side, der for det første skal indeholde en chat funktion, således at man nemt kan kommunikere med andre studerende eller ansatte på AAU (figur 30).

Udover dette kan man i bunden se tre faner, hvorfra man navigere til hhv. chat-siden, forum-siden og opslagstavlen. På forum-siden kan de studerende diskutere alverdens emner, som de selv kan oprette. På opslagstavlen kan de studerende slå hurtige ting op på siden, som de synes, at folk skal se, og denne side fungerer ligesom en fysisk opslagstavle bortset fra, at denne er digital.

På opslagstavlen (Figur 29) er der som det første, når man kommer ind, en masse blandede opslag og fora, som der er aktivitet på lige pt. Der er her mulighed for at sætte specifikke filtre ind, som målretter det overblik, man får, efter det ønske man har.



Figur 29 - Chat/forum/opslagstavle i de første to stadier af designprocessen



Figur 30 - Chat/forum/opslagstavle i det endelige stadie af designprocessen (prototype)

Brugsscenarier

Mads (persona 3) sidder til fjernundervisning og kan ikke logge på Adobe Connect. Han forsøger derfor at få fat i andre medstuderende for at finde ud af, om han er den eneste, der oplever problemer, og han oplever tit at hvis han går på Facebook, så kommer han aldrig af igen. Mads synes at e-mails går for langsomt, men ved, at man let kan kommunikere over WeThrive uden at blive forstyrret unødvendigt.

Ved hjælp af den indbyggede chatfunktion kan han hurtigt komme i kontakt med en medstuderende for at få løst sit problem. Desuden går Mads meget op i det studiesociale og er flittig bruger af det indbyggede forum og opslagstavle. Her kan han se events eller andre informationer og tilmed indgå i diskussioner eller samtaler.

Alle personaerne får gavn af denne side, da det gøres nemt at interagere med andre studerende, undervisere, studiegrupper osv. Desuden er opslagstavlen et nyttigt værktøj til at invitere en masse mennesker til forskellige arrangementer, og forummet kan bruges til at diskutere relevante problemstillinger med hinanden.

Testresultater

I forbindelse med de gennemførte tests af platformen kom vi også ind forbi chat/forum/opslagstavle siden. Der var bred enighed om, at det var et design, der var til at forstå, og at det hele blev meget let tilgængeligt på den måde, som det var lavet her. Eksempel ses nedenfor:

08:30 T1: "Altså det virker rimelig let tilgængeligt. Der er selvfølgelig nogle ting, som hvad ligger under forums, hvad ligger under opslagstavle eksempelvis. Det finder man jo altid lige ud af når man kommer til at bruge det."

Der var lidt forvirring omkring indholdet på nogle af siderne, men overordnet set, så var testpersonerne positivt stemte overfor ideen om, at man både kunne chatte, deltage i debatter og holde sig oplyst på denne side. Se nedenstående citater fra en samtale mellem I og T1:

09:51 I: "Så det at du kan se at dine studievenner er interesserede i det, er en positiv ting for dig?"

10:05 T1: "Ja og det er let at dele med folk som man går på studie sammen med."

I samtalen mellem I og T2 var T2 meget interesseret i at finde ud af hvad indholdet på de forskellige sider var, da det tilsyneladende var af høj prioritet, at der var fokus på det faglige indhold og ikke kun på det sociale:

18:32 T2: *"Ja, fordi her virker det meget om det sociale, men det er måske underordnet med overskrifterne, det kunne være alt muligt eller hvad?"*

19:01 T2: *"Fordi ja, fordi for mig som er lidt en nørd, der synes jeg måske det faglige skulle være først. Men det er jo nok lidt en smagssag."*

T3 havde nogle forslag til at gøre det mere tydeligt hvad der var hvad under denne side på applikationen, da det for vedkommende ikke var tydeligt nok hvad der adskilte de forskellige dele:

09:06 T3: *"Jeg tænker at man skal skulle gøre det lidt mere tydeligt hvilken kategori det hører ind under, alle der her forums. Man kunne gøre det med et ikon f.eks. Eller et billede der er lidt sløret bagved den blå farve for at holde det i temaet stadigvæk. Det er bare et forslag."*

Der var her også et fokus fra T2 og T3 om, at der kom mere fokus på det faglige, så det hele ikke kun gik op i det sociale.

18:56 T2: *"Ja eller ILOO som du sagde, så vidste man det var et forum kun for ILOO'er for eksempel ikke."*

19:01 T2: *"Fordi ja, fordi for mig som er lidt en nørd, der synes jeg måske det faglige skulle være først. Men det er jo nok lidt en smagssag."*

Generelt om denne side kan det siges, at testpersonerne var positive overfor funktionerne og designet, og udtrykte alle, at det var let at anvende, og at det på den her måde gjorde information og kommunikation let tilgængeligt. Der var lidt forvirring omkring navngivningen under fora og det faktum, at man kunne melde sig til events under forums. Der var et klart ønske fra T2 og T3 om, at det faglige blev mere tydeligt, og så også at der blev en mere tydelig opdeling mellem kategorierne for eksempel ved hjælp af farver. Det, at funktionerne er genkendelige, var en positiv ting, da det hurtigt gik op for testpersonerne hvad de kunne gøre på denne side.

6.3.2.4 Forside efter man er logget ind første gang (Nyheder)

Brugervisioner:

"Det skal være nemmere at finde sociale arrangementer der har med universitetet at gøre."

"En platform som kun henvender sig til "sociale aktiviteter" som er nem at finde og navigere rundt i."

"Man skulle kunne tilpasse hvilke events man ville have besked om, hvorefter man ville få notifikationer med de vigtigste detaljer om eventet dagen før. Derudover kunne det være fedt at have et bedre overblik over hvilke faglige interessefelter studerende har på tværs af studier."

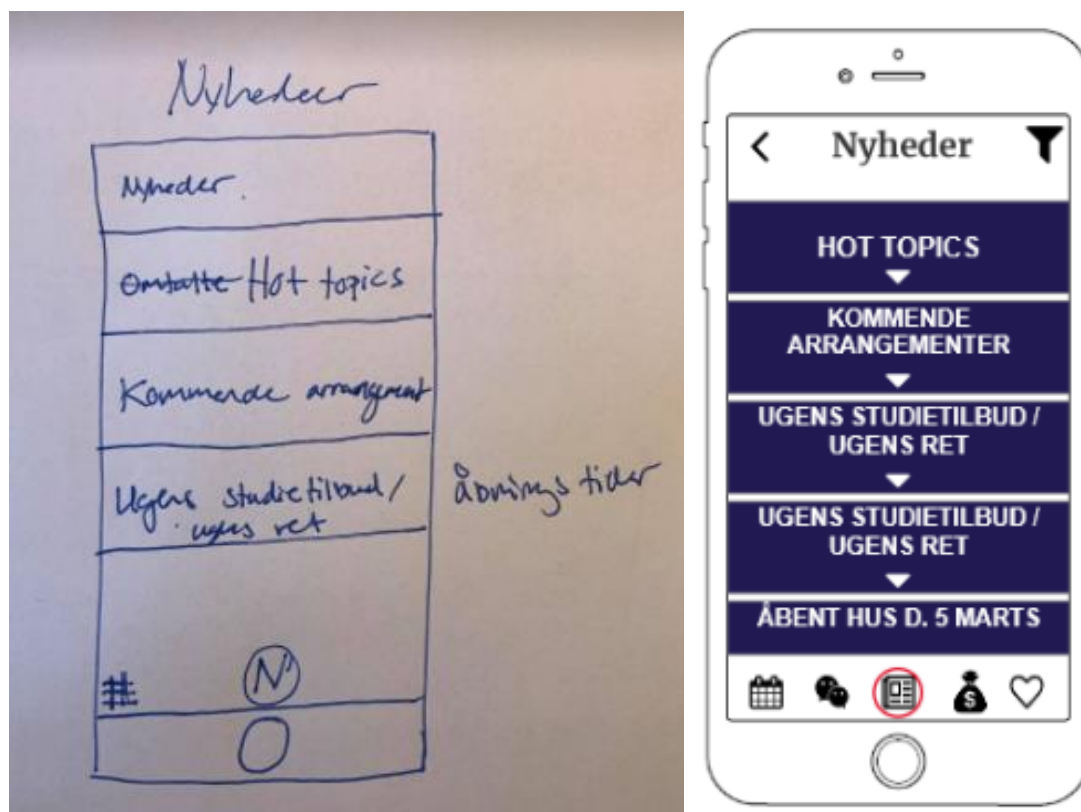
"Et samlet univers, hvor man kan finde alt man skal bruge."

“Et måleredskab hvor brugeren nemt kan indtaste ”trivsel” oplysninger, således at man løbende kan holde sig ajour med udviklingen.”

Af ovenstående udtalelser fra respondenterne i spørgeskemaundersøgelsen bliver det tydeligt, at det at være informeret er en vigtig prioritet. Respondenterne efterspurgte nemmere adgang til information omkring arrangementer, og en del respondenter specielt med fokus på de ikke fagrelaterede arrangementer. Der bliver efterspurgt muligheden for at kunne tilpasse overblikket, så man kun får den information, man har interesse i, og på denne måde få et bedre overblik over de muligheder, der er på AAU, både fagligt og socialt og også på tværs af studierne. Muligheden for at kunne indtaste sin trivsel bliver også nævnt i forbindelse med gerne at ville kunne følge med i den personlige udvikling i trivsel.

Efter login kommer brugeren til forsiden, som er nyhedssiden. Det første, brugeren bliver spurgt om, er, om de vil angive deres humør eller psykiske tilstand ved at trykke på en smiley. Årsagen til, at der er anvendt smileys i stedet for “meget godt”, “godt” osv., er en formodning om, at det er nemmere at forholde sig til en tilstand vha. en smiley fremfor at skulle tage stilling til, om man har det godt eller meget godt. Hvis brugeren ikke har lyst til at angive noget, er der også en ‘luk-knap’ i nederste højre hjørne, som skal sikre, at brugerens behov for autonomi overholdes, da humør-angivelsen ikke skal være obligatorisk. Hvis brugeren alligevel vælger at angive et humør, bliver der spurgt til om man vil tilføje en note til sit humør. Dette er for at brugeren senere kan se hvad der forårsagede det angivne humør, således at man evt. kan identificere hvilke elementer i livet, der giver anledning til dårligt eller godt humør. Under alle valgmuligheder har brugeren mulighed for at fravælge at angive noget eller fortryde en indtastning, igen for at muliggøre opfyldelsen af behovet for autonomi.

Nyhederne på forsiden er inddelt i kategorier (figur 31 og 32). Hvis man er interesseret i at se mere inden for en af kategorierne, kan man udvide fanen, som de nedadrettede pile også indikerer. Desuden kan man som på de fleste sider trykke på klokke-ikonet i toppen af skærmen for at se notifikationer, såsom når man har fået en ny mail, eller en person svarer på noget, man har skrevet i et forum, for blot at nævne få. Man kan på alle sider gå tilbage til forrige side ved at trykke på pilen, der peger til venstre oppe i venstre hjørne. Figur 32 viser fanen ‘Nyheder fra Universitetet’, der er udvidet således, at man kan læse indholdet.



Figur 31 – Nyhedssiden i de to første stadier af designprocessen



Figur 32 - Nyhedssiden i det sidste stadie af designprocessen

Brugsscenario

Sofie (persona 4) er flittig bruger af faglige medier og kan godt lide, når applikationer lader hende få et overblik over forskellige informationer. Sofie bryder sig ikke om at spørge sine medstuderende, om de har viden omkring nogle spændende faglige arrangementer i den kommende tid, men vil gerne holde sig opdateret.

En persona som Sofie vil have gavn af nyhedssiden, da hun her får et samlet overblik over informationer fra AAU eller arrangementer, der er relevante for hende, uden at skulle interagere med andre mennesker, hun ikke kender.

Hun anvender ofte siden til at læse om forskellige faglige initiativer og kommende foredrag, så hun ikke går glip af noget spændende, da fokus for hende ligger i det faglige udbytte af deltagelse i aktiviteter.

Testresultater:

Nyhedssiden blev modtaget godt af alle 3 testpersoner, og alle 3 var hurtigt inde og trykke rundt på de forskellige valgmuligheder. Fælles for T1 og T2 var at de stoppede op og undrede sig over den funktion, der er indbygget, med at man kan indtaste sit humør. Se eksempel nedenfor:

02:53 T1: "Okay. Ja for jeg sad lige og tænkte at det ville godt nok være træls hvis den poppede op hver gang man skulle logge ind."

06:41 T2: "Nå men min første tanke var hvis jeg skulle ind og bruge sådan noget, hvorfor skal jeg det? Ekstra klik. Det ville måske, ikke fordi det ville irritere mig, men jeg tænker sådan lidt baah, ikke."

Alle testpersonerne havde let ved at navigere rundt og udtrykte også tilfredshed med den måde, som designet var lavet på. Det, at det er overskueligt og let tilgængeligt, var også noget som alle udtrykte positive tanker omkring, se nedenfor:

04:51 T1: "Det giver et fint overblik for dagen."

08:26 T2: "Ja det synes jeg, og jeg kan godt lide at designet er enkelt og at der er overskrifter omkring nyheder og kommende arrangementer osv."

02:33 T3: "så det ser ud til at der både er noget fagligt og noget socialt under denne funktion. Så det er dejlig nemt."

T2 og T3 udtrykte begge ønsket om at kunne få et mere fagligt fokuseret overblik, enten gennem at man kunne sortere det, man så, eller ved at det faglige fik en højere prioritet end det sociale.

Alle 3 respondenter havde fornemmelsen af, at det primært var til det sociale, at denne platform var udviklet til.

09:29 T2: "Som udgangspunkt, synes jeg det er superfedt, men... jeg kunne måske godt tænke mig at ens fag lå her på forsiden som en hovedmenu, som man kunne klikke direkte ind på."

12:06 T3: "Men igen, jeg tror at jeg godt kunne savne lidt at det er tydeligt hvad der var socialt og fagligt, sådan at man bedre kan se og få et overblik over hvad man har af planer for i dag."

T1 og T2 udtrykte flere gange, at det var positivt, at det hele var genkendeligt, og at design og symboler var noget, man kendte fra andre applikationer, da det på denne måde er lettere at forstå hvad man kan og ikke kan.

10:30 T2: "[...] det giver ret god mening, det passer til iPhone layoutet, det er noget man kender. Så det synes jeg er fint, der er noget genkendelse der går igen. Det er dejligt nemt."

Alle testpersoner havde en forventning om, at man skulle kunne få notifikationer fra de ting, man interesserede sig for, så man på den måde ikke ville gå glip af noget. Der blev også udtrykt et ønske om at kunne sortere i hvad man ville få notifikationer om, så det ikke var det hele, man blev informeret om, hele tiden.

19:26 T1: "Ja, og så tænker jeg også der sikkert kommer nogle notifikationer, så man ved de ligger der."

13:02 T3: "Ja, især her. Ja det synes jeg. De er altid rart at vide hvad der er aktuelt på universitetet ... Det kommer fra nyhedssiden eller man får en notifikation om at der kommer et event der er relevant for en. Det er bare rart."

Som en opsamling kan det siges, at der var en generel tilfredshed med hvad designet havde af potentiale, der var dog ønsket om en mere tydelig opdeling imellem hvad der var fagligt og socialt, og så det at applikationen ikke kun var rettet mod det sociale. Ingen af de tre testpersoner kunne se hvad "filter" ikonet betød, så det gjorde også, at de ikke så det som en mulighed at anvende.

6.3.2.5 Studietilbud

Brugervisioner:

"lidt a la Bobl Berg?"

"info om de sociale aktiviteter der er, hvordan man kan blive medlem af klubber og hvor og hvordan man selv kan starte ting."

"Tamagutchi."

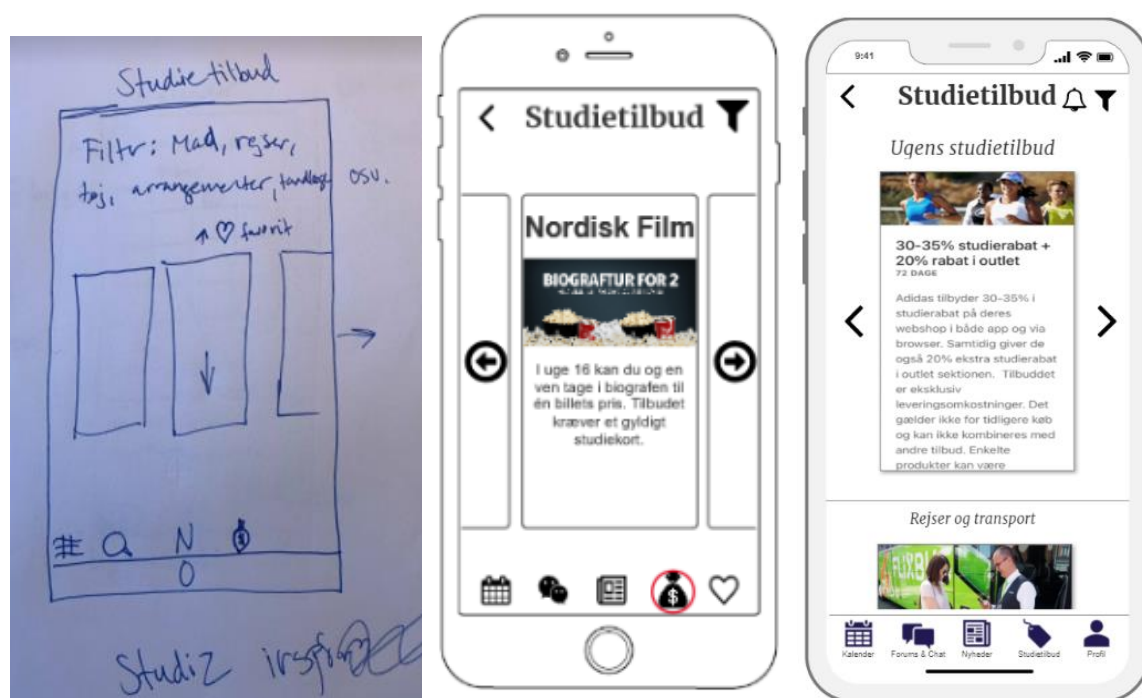
"Et samlet univers, hvor man kan finde alt man skal bruge."

Af ovenstående udtalelser ses det, at respondenterne igen tager udgangspunkt i det, de kender fra andre platforme, og her specifikt Bobl Berg, som er en platform, der har fokus på fællesskaber og deltagelse i forskellige aktiviteter. Der bliver også efterspurgt hvor henne man kan blive medlem af forskellige klubber og hvordan man selv kan starte ting, og her bliver det altså også klart, at der ikke har været nok fokus på at informere om de forskellige studietilbud, der er til rådighed. "Et samlet univers" med information omkring alt hvad man skal bruges, efterspørges også her. En respondent nævner "Tamagutchi", som var en populær gadget i 90'erne, hvorfor man må formode, at der efterspørges noget "sjovt" til at fastholde brugerne på platformen.

På siden 'studietilbud' kan de studerende gennemse relevante og eftertragtede studietilbud ud fra en masse kategorier, såsom 'rejser og transport', 'elektronik og IT' 'Foreninger' osv. (figur 33).

Dette kan også være foreninger og klubber, der søger nye medlemmer, men også rabatkoder til forskellige butikker, der er specielt udvalgt til studerende på AAU. På denne side er det også muligt at filtrere indholdet efter det, brugeren ønsker at se, så det er lettest muligt for brugere at nå frem til det mål, de har med brugen af funktionen. Det er her muligt at gemme tilbud som favoritter og at fjerne tilbud, man ikke vil se igen.

I toppen angives ugens studietilbud, som er særlige gode tilbud, de studerende kan benytte sig af som studerende på AAU. Denne side skal være med til at tillokke studerende til applikationen og samtidig give et overblik over de studietilbud, der findes i Danmark.



Figur 33 - Studietilbudssiden i tre forskellige stadier af designprocessen

Brugsscenario:

Pia (persona 2) har ikke et studiejob, og hendes eneste indtægt er SU'en hun får fra staten. Derfor har hun ikke altid økonomi til at deltage i diverse studiesociale arrangementer, selvom hun gerne vil. Hun har overhørt, at nogle taler om, at der er 40% studierabat på Jensens Bøfhus, men hun er ikke helt sikker på, om det passer.

Studietilbudssiden er meget nyttig for en persona som Pia, da hun på denne side kan få et samlet overblik over de relevante studietilbud, hun kan indhente ved at være studerende. På denne måde kan hun få mere plads i økonomien til at deltage i studiesociale arrangementer, der koster penge. Desuden kan hun også finde gode tilbud, som kan deles med andre, og derved pleje hendes studiesociale liv, som betyder meget for hende.

Testresultater:

Studietilbudssiden blev der ikke lagt meget vægt på fra nogle af de adspurgt testpersoner. T1 udtalte, at siden kunne bruges hvis:

34:11 R: "Ja, hvis man lige skulle tjekke lige om et eller andet sted havde studierabat, eller om man lige skulle ud og rejse eller hjem til ens forældre."

Fælles for alle 3 testpersoner var at de nærmest ikke brugte noget tid på at kigge på tilbuddene, og at de virkede lettere uinteresserede i denne side.

6.3.2.6 Profil

Den sidste side 'profil' har mange forskellige formål. Hovedformålet er dog at give brugeren mulighed for at administrere profilen samtidig med at give brugeren mulighed for at administrere og se 'min trivsel', udføre evaluering, se sin AAU-mail, finde relevante kontaktoplysninger osv. (figur 34).

Vigtigst af alt, skal der på denne side være mulighed for at tilpasse sine brugerindstillinger efter de behov, man har i forhold til, om man vil dele sine data med AAU, om man vil slette sine "spor" på platformen, og om man for eksempel vil slette sin "bruger" på platformen fuldstændig eller sætte den på pause.

Min trivsel

Brugervision:

"Et måleredskab hvor brugeren nemt kan indtaste "trivsel" oplysninger, således at man løbende kan holde sig ajour med udviklingen."

På denne side kan brugeren se og rette i tidligere humør-angivelser for at få et overblik i hvordan brugeren generelt har det og evt. identificere elementer, der har negativ indflydelse på humøret. Data

er her anonymt, men kan tilgås af AAU's personale, således at de har en idé om hvordan den generelle trivsel er på AAU, hvis samtykke til deling af data gives af de studerende.

Evaluering

Brugervision:

"At man kunne give feedback af studiestekretærernes performance og arbejde."

Her kan brugeren udføre evalueringer af bl.a. undervisning, studiemiljøundersøgelser osv. Formålet er her, at brugeren ikke skal åbne en e-mail med et link til en ekstern side, men kan udføre hele evalueringen gennem denne applikation. Det er projektgruppens overbevisning, at dette kan sikre flere evalueringsbesvarelser til AAU, således at dataene bliver mere repræsentative.

AAU Mail

Brugervision:

"Dernæst en række enten integreret visninger af f.eks. aau-mail....."

Denne side skal indeholde brugerens mail fra AAU, og dette er for at samle flere af AAU's tjenester i én applikation, således at man ikke skal have 3 - 4 forskellige applikationer på sin smartphone. Hvis de studerende anvender samme applikation til flere formål, kan det tænkes, at de også får læst flere af deres mails, da de får en notifikation, når de modtager nye mails.

Opsæt mål

Denne side skal være identisk med den side, der fremgår af AAU Student APP, og skal hjælpe de studerende med at opsætte realistiske mål ifm. studiet. Dette skal afhjælpe stress, give bedre kontrol og skabe et overblik over de ressourcer, der er til rådighed i forhold til hvordan man bedst udnytter dem indenfor de rammer, man befinder sig under. Dette sikrer, at de studerende igen ikke skal benytte for mange applikationer til deres studietid.

Links

Brugervision:

"måske adgang til Moodle?"

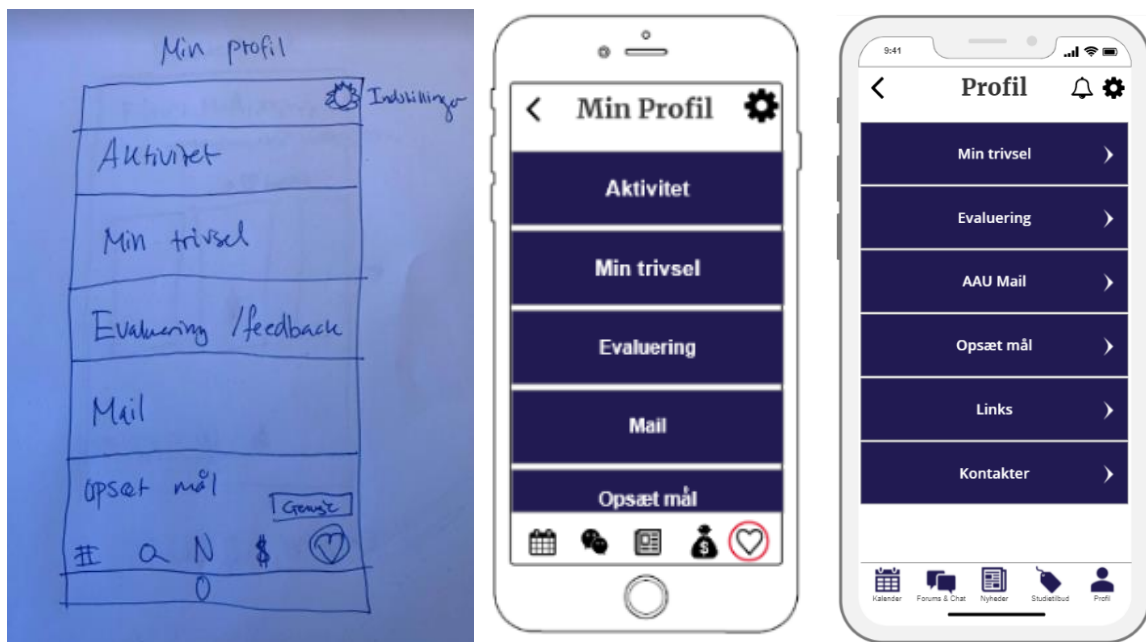
Denne side på profil-siden skal indeholde en liste over de forskellige links, der kan være nyttige for de studerende, såsom links til Moodle, AAUs hjemmeside, STADS osv.

Kontakter

Brugervision:

"Kontaktinformationer på relevante personer f.eks. Nogle man kan henvende sig til, hvis man har det svært."

Denne side skal indeholde informationer og kontaktoplysninger, der kan være relevant for den studerende.



Figur 34 - Profilsiden i tre forskellige stadier af designprocessen

Brugsscenario:

Mads (persona 3) har gået tre måneder på AAU. Han har haft en vejleder, som ikke har haft tid til at hjælpe ham, og det faglige indhold har desuden været svært og kedeligt ifølge ham. Han kunne godt tænke sig at give noget feedback til AAU pga. hans oplevelser og eventuelt en samtale med en studievejleder, da han går med tankerne om at finde et andet studie at gå på.

Mads kan på profil tilgå evalueringssiden hvor han nemt kan give feedback til AAU's studiemiljøundersøgelser. Desuden kan han under fanen "min trivsel" følge med i hans egen trivsel og hvilke faktorer, der har negative konsekvenser for ham. Han har også mulighed for at finde kontaktoplysninger til studievejlederen, således at han kan booke en samtale.

Det er ikke kun Mads, der kan få gavn af denne side, da den indeholder en bred vifte af funktioner, som de andre Personas også har nytte af.

Testresultater

Alle 3 testpersoner fandt denne side meget enkel og let at anvende og navigerede forholdsvis hurtigt gennem de forskellige funktioner. T1 og T3 var positive overfor muligheden for at følge "Min trivsel", og T2 var ligesom på nyhedssiden stadig lidt skeptisk overfor denne funktion og efterspurgte en anden rækkefølge, der var prioriteret efter hvad der blev brugt mest, se nedenfor:

21:54 T2: "Jamen det synes jeg er rigtig fint. Min trivsel, jamen der er lidt med den der min trivsel der. Jeg tænker rækkefølgen af dem, jeg ved ikke hvad tanken bag dem er, jeg kunne

godt tænke mig at rækkefølgen måske på min profil kunne jeg godt tænke mig, at hvad er det jeg ofte bruger, det er tilgangen til mit fag, for at kigge på litteratur og tid osv., så kan man sige min trivsel og evaluering ville jeg ligge nede i bunden.”

Fra T1 og T2 var der positive kommentarer omkring muligheden for at kunne gennemføre diverse studiemiljøundersøgelser på en måde hvor man selv kunne vælge hvornår man havde lyst og tid til at gøre det og på en let tilgængelig måde.

16:09 T3: “Og hvis jeg går tilbage og trykker på evaluering, så kan jeg bare klikke på dem jeg har lyst til at svare på. Ja det virker meget intuitivt.”

Der blev efterspurgt lidt flere nyttige links, men som udgangspunkt var funktionen med de nyttige links en positiv ting ifølge testpersonerne. T1 udtalte dog, at hun nok oftere ville anvende computeren til at gå ind på disse links, men at det dog var rart, at de var her, hvis man lige hurtigt skulle noget. Dog var T2 ikke helt sikker på betydningen af “Kontakter” og foreslog derfor, at der fandtes et mere sigende navn for det funktionen indeholder.

23:11 T2: “Ja, studievejledning, hvad med.... studieservice. Ja det er faktisk rigtig fint at det også er sådan lettilgængeligt, men havde egentlig regnet med at kontakter var ens personlige kontakter. Men fedt at det her er med.”

T2 ville gerne have, at “Profil” siden skulle være den første side, man kom ind på, da det på denne måde var den studerendes aktiviteter, der var i centrum, og at man så herfra kunne se skema, ledige lokaler og læseplaner, og at man så længere nede på siden kunne vælge at kigge efter de generelle ting som nyheder og dagens ret mm.

Vi forsøgte overordnet set at finde 5 hovedkategorier, da det er det antal kategorier de platforme, vi har undersøgt, har haft. 5 kategorier lader os også placere én kategori i midten af de 5, som på en måde dermed bliver den mest centrale kategori. Flere efterspurgte brugervenlighed og simple løsninger, og med mere end 5 valgmuligheder i bunden kunne man have den formodning, at det ville blive for meget information på én gang, og at de mange valgmuligheder ville kunne risikere at have en negativ effekt på brugeroplevelsen.

For at den indsamlede data omkring trivsel m.m. kan anvendes af AAU, vil der blive lavet en statistisk bearbejdning af data, som vil være tilgængelig for dem, så de kan få mulighed for at reagere hurtigt hvis det ser ud til den generelle trivsel, er nedadgående. Det skal ikke være muligt at udpege enkelte studerende eller klasser, men det skal være et overordnet blik på for eksempel en studieretning eller et fakultet, således at anonymiteten bevares.

7. Diskussion

Formålet med nærværende undersøgelse var at undersøge hvorvidt et digitalt værktøj kunne bidrage til en forbedret trivsel på HUM på AAU samt hvordan den generelle trivsel var hos de studerende, og hvad de havde af ønsker til et digitalt værktøj, der skulle kunne facilitere bedre trivsel.

7.1 Refleksioner over resultater

Projektets resultater indikerer, at de studerende har et stort behov for, at det studiesociale liv på AAU fungerer på lige fod med det faglige, og at en digital intervention kan bidrage til at skabe mulighed for deltagelse i praksisfællesskabet, hvis designet og AAU's struktur tillader det. I studiemiljøundersøgelserne fra AAU kan man se, at den generelle trivsel blandt de studerende på de fem fakulteter er relativt stabil på ca. 80%, der trives, men at der er sket et mindre fald det seneste år. Ifølge Deci & Ryan (2000) er behovet for tilhørsforhold det vigtigste af de tre basale behov, hvilket også kan forklare hvorfor trivslen er blevet påvirket, da de studerende har været isoleret fra hinanden i lange perioder, og som tidligere nævnt antages det, at man lettere kan håndtere faglig og personlig modgang, hvis man har et stærkt tilhørsforhold til en gruppe eller et fællesskab.

Hvis ikke det generelt er muligt at opbygge et fælles repertoire, et fælles foretagende og et gensidigt engagement under de rammer, som universitet sætter, så gøres vedligeholdelse, opbyggelse og deltagelse i nye og eksisterende praksisfællesskaber ikke muligt. Dette blev også tydeligt i undersøgelsen, da respondenterne efterspurgte muligheder for at kunne interagere med andre studerende, både på det enkelte studie og på tværs af universitetets fakulteter og studieretninger. Det var her vigtigt, at der var mulighed for at deltage i den interaktion, der passede til det behov, man havde, om det så var fagligt eller socialt, da praksisfællesskaber ifølge Wenger kan indeholde et potentielt læringscurriculum, som kun kan tilgås hvis konteksten tillader det (Wenger, 1999).

I modsætning til projektgruppens oprindelige tilgang, som fokuserede på manglen af sociale initiativer, viste det sig at 2 af testpersonerne manglede det faglige fokus i projektets prototype-design, for at det skulle kunne opfylde deres behov. Der var også en del af svarene i spørgeskemaundersøgelsen, som lagde meget vægt på, at det var det faglige, der skulle være drivkraften. Hvis ikke designet formår at indeholde en passende række valgmuligheder/blanding af det faglige og sociale, ville man kunne risikere at de studerende, der ikke er på studiet for at opnå opfyldelse af de sociale behov, ville miste lysten til at anvende platformen. Fælles for alle de studerende er, at de alle har nogle aktiviteter de skal deltage i for at kunne gennemføre studiet, og det var specifikt disse som T2 og T3 efterspurgte mere fokus på i designet.

Testresultaterne fra testen af prototypen anvendes til at lave en ny iteration, der leder gruppen tilbage til de tidligere stadier for at videreudvikle prototypen på en måde, der reflekterer ønskerne til ændringer og forståelse af designet fra den første test.

I forbindelse med det nærværendes projekts undersøgelse, blev det modsat State of the Art reviewet ikke tydeligt, at der skulle være et problem i forbindelse med overgangen fra gymnasiet til universitetet. Det blev nævnt spørgeskemaundersøgelsen, at der var en tilvænningsproces i forhold til den meget selvstændige studieform, men ikke at det skulle være specielt svært at gå fra gymnasie til universitet. En årsag kan være størrelsen på undersøgelsen, eller det at spørgsmålene ikke i høj nok grad fik de studerende til at reflektere over lige netop overgangen, da der også findes dansk forskning på området, der viser, at overgangen generelt er svær for de studerende. Det meste af litteraturen indenfor netop dette område stammer fra USA og Asien, og kulturforskellene samt størrelsen på områderne, undersøgelsen bliver foretaget i, kan have en indflydelse på resultaterne. I Danmark vil man, som studerende på AAU i Aalborg have ca. 3 timers transport til alle andre steder i landet med tog og bus til en rimelig pris, og dermed kan det måske ikke sammenlignes med at gå i skole på vestkysten i USA og skulle hjem og besøge familie på den modsatte side af kontinentet.

Jf. State of the Art afsnittet er der flere undersøgelser på området, der har undersøgt mentale helbredsproblemer blandt universitetsstuderende, men dette har imidlertid ikke været i fokus i nærværende projekt. Resultaterne fra spørgeskemaundersøgelsen viste dog at mange af de studerende 'nogle gange' eller 'ofte' var ensomme, og at der tilmed var en del af respondenterne, der var stressede. Både ensomhed og stress sås især blandt de studerende, der havde tilkendegivet at have en lille omgangskreds, hvilket indikerer, at der kan være en korrelation mellem størrelsen af omgangskredsen og mentale helbredsproblemer.

Der blev vist et stort engagement af deltagerne i undersøgelsen, da der kom mange forskellige forslag til hvordan trivsel kunne forbedres og hvad et digitalt værktøj skal kunne hvis det skulle kunne bidrage til trivsel.

Som det også fremgår af State of The Art, så hænger trivsel og læring sammen, og det blev også tydeligt i undersøgelsen at flere respondenter havde overvejet at droppe ud, eller var droppet ud af tidligere studier, på grund af trivselsrelaterede forhold.

I undersøgelsen lavet af Lattie, et. Al. (2019), blev det tydeligt at digitale værktøjer til at lave mentale helbredsinterventioner indeholdt et stort potentiale, hvis de blev designet på en måde, som passede målgruppen. Den største årsag til, at værktøjerne ikke fungerede, var dårligt design, og dette ledte til, at brugerne langsomt mistede lysten til at anvende værktøjet på trods af de positive resultater, det førte med sig.

Når man følger de basale principper for interaktionsdesign, skal man designe med brugeren i centrum, og derfor skal man foretage undersøgelser for at afdække brugernes behov, således at brugeren bliver inddraget undervejs i designprocessen. På denne måde opnår man i højere grad et resultat, der opfylder brugernes behov.

7.2 Refleksioner over metode

De metodiske valg var i undersøgelsen begrænset af muligheden for fysisk fremmøde, grundet COVID-19. Dette betød, at der blev foretaget undersøgelser, der var nemmere at udføre digitalt, og her er ulempen at ansigtsmimik, og andre fysiske udtryk, er svære at aflæse, og at man derfor må stole blindt på, at det, respondenterne siger, er sandfærdigt. Fokus på COVID-19 fra de studerende sås bl.a. i projektets spørgeundersøgelse, hvor COVID-19 blev nævnt ofte, på trods af at projektgruppen forsøgte at få deltagerne til at se bort fra pandemien, hvilket projektgruppen nu indser som værende stort set umuligt.

Spørgeskemaet var effektivt til at samle mange svar sammen fra en større population, men det begrænser muligheden for at stille uddybende spørgsmål, som kunne have været givtigt i situationerne hvor svarene ikke umiddelbart var forståelige. Projektets formål var som tidligere nævnt at undersøge, om et digitalt værktøj kunne forbedre trivslen på AAU, men da trivsel er en subjektiv følelse, der kontinuerligt ændrer sig i mennesker, kan det være udfordrende at måle effekten af værktøjet inden for projektets tidsramme. Hvis man skulle arbejde med effekten fremadrettet, kunne man med fordel implementere værktøjet for derefter løbende at indsamle data og interviewe brugere for at se, om det havde den ønskede effekt, man tiltænkte. I kraft af funktionen i prototypen, hvor man kan indtaste sit humør, vil der også blive indsamlet noget data, som kan bearbejdes statistisk for at se, om der sker en forbedring af de studerendes humør over en given periode.

På trods af de metodiske begrænsninger m.m., vurderes det, at resultaterne er relevante og valide ift. at besvare problemformuleringen, da alder og livssituation for andre universitetsstuderende må formodes at være tilnærmelsesvist de samme. Testgruppen for prototypen havde alle samme referencepunkter, ift. genkendelighed, brugervenlighed osv., da inspiration til strukturen for designet var hentet fra andre applikationer, som de studerende havde givet udtryk for, de anvendte. Da blandt andet Facebook og f.eks. Moodle (eller andre skoletjenester) nærmest må anses for at være universelle for studerende, så må man formode, at andre studerende i samme aldersgruppe ville have tilsvarende referencepunkter og forståelse.

På trods af spørgeskemaets udformning blev der fra respondenternes side skrevet en række uddybende svar ind, og dette gjorde arbejdet med dataene og identifikationen af brugerbehovene lettere at finde frem til.

7.3 Videre arbejde

Flere undersøgelser er nødvendige for at kunne konkludere om en digital intervention på HUM ville kunne skabe forbedringer på trivselsområdet. Her ville det være interessant at inddrage AAU samt andre stakeholders, da der i nærværende undersøgelse primært er fokuseret på de studerende. Disse undersøgelser bør tage højde for de studerendes behov for både sociale og faglige tiltag samt at undersøge hvad der skal til for at konteksten kan skabe mulighed for udforskning, udvikling og deltagelse i praksisfællesskabet efter de studerendes behov.

Dette rejser så spørgsmålet, om AAU er villige til at lægge de ressourcer i et sådant initiativ, da en stor del af indholdet skal være fagligt relevant, men også at universitetet skal anvende data fra platformen proaktivt til at handle hvis de studerende mistrives. Uden AAU's opbakning og en udførlig introduktion og opfordring fra underviserne til at anvende platformen, når man introducerer nye studerende, så vil denne platform ende som en af de mange andre løsninger, der er lavet igennem tiden, glemt og forladt.

På nuværende tidspunkt findes der en række værktøjer, som med fordel kunne integreres til én tjeneste, for at bidrage til et mere simpelt digitalt miljø for studerende på AAU. AAU Student Applikationen, som først blev projektgruppen bekendt midt i dette projekt, rummer i forvejen meget potentiale til at kunne dække de behov, som er forsøgt dækket i denne undersøgelse, og kunne, hvis man ønsker det, uden store problemer tilpasses i struktur og indhold, som denne undersøgelse har påvist, er efterspurgt.

Af ovenstående anbefales det, at AAU eller deres interesseorganisationer forsøger at kombinere, koordinere og i videst muligt omfang gøre de eksisterende værktøjer overskuelige og lette at bruge, og samtidig inkludere flere studiesociale initiativer, i stil med det i projektet udarbejdede forslag, således at der er balance mellem de lystdrevne og obligatoriske engagementer på studiet.

Projektgruppen har en formodning om at der også er studerende på andre universiteter end AAU, der kunne få gavn af dette værktøj, og at det kunne bruges mere generelt på de danske universiteter, da værktøjet faciliterer opfyldelsen af de forskellige behov, som skal opfyldes for at en person trives.

8. Konklusion

I nærværende undersøgelse har projektgruppen forsøgt at identificere hvordan et digitalt produkt kunne designes for at bidrage til trivsel for studerende på Det Humanistiske Fakultet på Aalborg Universitet. Baseret på spørgeskemaundersøgelse kan det konkluderes, at de studerende ikke finder AAU's studiesociale initiativer fyldestgørende. Yderligere har COVID-19, og følgerne heraf, påvirket de studerendes trivsel negativt, hvilket projektgruppen forsøgte at afgrænse sig fra i undersøgelsesdesignet. Dette har midlertidigt vist sig ikke at være muligt, da konteksten, de studerende befinder sig i under undersøgelser, aldrig kan undervurderes ift. påvirkningen af dertilhørende resultater.

Resultaterne viser, at det sociale og faglige skal kombineres på en måde hvor de studerendes autonomi bevares, så de kan deltage alt efter deres interesser og behov. Det er derfor vigtigt, at der skabes muligheder for deltagelse i praksisfællesskaberne gennem tydelig kommunikations- og informationsdeling.

Designet på den digitale platform blev lavet med det formål, at de studerende skulle kunne få opfyldt de behov, de måtte have i forbindelse med aktiviteter på og omkring studiet. Genkendelighed, brugervenlighed og det, at designet er intuitivt, viste sig som afgørende faktorer for testpersonernes oplevelse af prototypen. Det hele skal være lettilgængeligt og lavet på en måde, så de studerende ikke føler, at de er tvunget til at forholde sig til en række informationer, der for dem er irrelevante.

Denne undersøgelse illustrerer, at et digitalt produkt godt kan designes til at bidrage til trivsel for de studerende på Det Humanistiske Fakultet på Aalborg Universitet, men at det er essentielt, at produktet designes med henblik på at opfylde de tre basale behov; Behovet for autonomi, kompetence og for tilhørsforhold og at muliggøre fællesskabsdannelse.

9. Bibliografi

- Aalborg Universitet. (2021, May 10). *Masteruddannelser*.
<https://www.aau.dk/uddannelser/efteruddannelse/kontakt/studiesekretærer/>
- Bandura, A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. *American Psychologist*, 37(2).
<https://doi.org/10.1037/0003-066x.37.2.122>
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3). <https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.497>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2). <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Brinkmann, S. (2014). Doing Without Data. *Qualitative Inquiry*, 20(6), 720–725.
<https://doi.org/10.1177/1077800414530254>
- Brinkmann, S., & Tangaard, L. (2020). *Kvalitative metoder* (3rd ed.). Hans Reitzels Forlag.
- Brinkmann, S., & Tanggaard, L. (2010). *Kvalitative metoder*. Hans Reitzels Forlag.
- Cheng, W., Ickes, W., & Verhofstadt, L. (2011). How is family support related to students' GPA scores? A longitudinal study. *Higher Education*, 64(3). <https://doi.org/10.1007/s10734-011-9501-4>
- Cleary, M., Walter, G., & Jackson, D. (2011). "Not Always Smooth Sailing": Mental Health Issues Associated with the Transition from High School to College. *Issues in Mental Health Nursing*, 32(4), 1.
<https://doi.org/10.3109/01612840.2010.548906>
- Davis, T. D. (2019). *What Is Well-Being? Definition, Types, and Well-Being Skills*.
<https://www.psychologytoday.com/us/blog/click-here-happiness/201901/what-is-well-being-definition-types-and-well-being-skills>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "What" and "Why" of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4).
https://doi.org/10.1207/s15327965pli1104_01
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development, and health. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, 49(3), 1.
<https://doi.org/10.1037/a0012801>
- Dewey, J. (1938). *Logic: The Theory of Inquiry*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Diener, E. (2012). New findings and future directions for subjective well-being research. *American Psychologist*, 67(8), 1. <https://doi.org/10.1037/a0029541>
- Dissing, C. W., & Haslund, K. J. (2016). *Studiemiljøundersøgelsen 2016*. Studiemiljoe.Aau.Dk.
https://www.studemiljoe.aau.dk/digitalAssets/949/949644_samlet-rapport---2016.pdf
- DST. (2020). *Statistikdokumentation for It-anvendelse i befolkningen 2020*. Danmarks Statistik.
<https://www.dst.dk/da/Statistik/Publikationer/VisPub?cid=29450>
- Eisenberg, D., Golberstein, E., & Hunt, J. B. (2009). Mental Health and Academic Success in College. *The B.E. Journal of Economic Analysis & Policy*, 9(1). <https://doi.org/10.2202/1935-1682.2191>

- Ejsing-Duun, S., & Skovbjerg, H. M. (2018). Design as a Mode of Inquiry in Design Pedagogy and Design Thinking. *International Journal of Art & Design Education*, 38(2), 1. <https://doi.org/10.1111/jade.12214>
- Evans, T. M., Bira, L., Gastelum, J. B., Weiss, L. T., & Vanderford, N. L. (2018). Evidence for a mental health crisis in graduate education. *Nature Biotechnology*, 36(3), 1. <https://doi.org/10.1038/nbt.4089>
- Farjoun, M., Ansell, C., & Boin, A. (2015). PERSPECTIVE—Pragmatism in Organization Studies: Meeting the Challenges of a Dynamic and Complex World. *Organization Science*, 26(6), 1787–1804. <https://doi.org/10.1287/orsc.2015.1016>
- Fergusson, D. M., Boden, J. M., & Horwood, L. J. (2007). Recurrence of major depression in adolescence and early adulthood, and later mental health, educational and economic outcomes. *British Journal of Psychiatry*, 191(4), 1. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.107.036079>
- Galderisi, S., Heinz, A., Kastrup, M., Beezhold, J., & Sartorius, N. (2015). Toward a new definition of mental health. *World Psychiatry*, 14(2), 1. <https://doi.org/10.1002/wps.20231>
- Hasso Plattner Institute of Design. (2021). *Thinking - PROCESS GUIDE*. Institute of Design at Stanford University. <https://web.stanford.edu/~mshanks/MichaelShanks/files/509554.pdf>
- Hernández-Torrano, D., Ibrayeva, L., Sparks, J., Lim, N., Clementi, A., Almukhambetova, A., Nurtayev, Y., & Muratkyzy, A. (2020). Mental Health and Well-Being of University Students: A Bibliometric Mapping of the Literature. *Frontiers in Psychology*, 11, 1. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01226>
- Holzinger, A. (2005). Usability engineering methods for software developers. *Communications of the ACM*, 48(1). <https://doi.org/10.1145/1039539.1039541>
- Hunt, J., & Eisenberg, D. (2010). Mental Health Problems and Help-Seeking Behavior Among College Students. *Journal of Adolescent Health*, 46(1), 1. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2009.08.008>
- Interaction Design Basics | Usability.gov*. (2021). Usability.Gov. <https://www.usability.gov/what-and-why/interaction-design.html>
- Introduction to communities of practice | Wenger-Trayner*. (2015, April 26). Wenger-Trayner.Com. <https://wenger-trayner.com/introduction-to-communities-of-practice/>
- Iorfino, F., Cross, S. P., Davenport, T., Carpenter, J. S., Scott, E., Shiran, S., & Hickie, I. B. (2019). A Digital Platform Designed for Youth Mental Health Services to Deliver Personalized and Measurement-Based Care. *Frontiers in Psychiatry*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00595>
- Jørgensen, P. S. (2020, September 9). *trivsel*. Den Store Danske. <https://denstoredanske.lex.dk/trivsel>
- Kasser, T., & Ryan, R. M. (1993). A dark side of the American dream: Correlates of financial success as a central life aspiration. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65(2). <https://doi.org/10.1037/0022-3514.65.2.410>
- Kasser, T., & Ryan, R. M. (1996). Further Examining the American Dream: Differential Correlates of Intrinsic and Extrinsic Goals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22(3). <https://doi.org/10.1177/0146167296223006>
- Kessler, R. C., Amminger, G. P., Aguilar-Gaxiola, S., Alonso, J., Lee, S., & Üstün, T. B. (2007). Age of onset of mental disorders: a review of recent literature. *Current Opinion in Psychiatry*, 20(4), 1. <https://doi.org/10.1097/ycop.0b013e32816ebc8c>

- Kobau, R., Seligman, M. E. P., Peterson, C., Diener, E., Zack, M. M., Chapman, D., & Thompson, W. (2011). Mental Health Promotion in Public Health: Perspectives and Strategies From Positive Psychology. *American Journal of Public Health, 101*(8), 1. <https://doi.org/10.2105/ajph.2010.300083>
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2015). *Interview* (3 Udgave ed.). Hans Reitzels Forlag.
- Lattie, E. G., Adkins, E. C., Winkquist, N., Stiles-Shields, C., Wafford, Q. E., & Graham, A. K. (2019). Digital Mental Health Interventions for Depression, Anxiety, and Enhancement of Psychological Well-Being Among College Students: Systematic Review. *Journal of Medical Internet Research, 21*(7), e12869. <https://doi.org/10.2196/12869>
- Lave, J., & Wenger, E. (1991). *Situeret Læring*. Hans Reitzels Forlag.
- Macaskill, A. (2013). The mental health of university students in the United Kingdom. *British Journal of Guidance & Counselling, 41*(4), 1. <https://doi.org/10.1080/03069885.2012.743110>
- Macgeorge, E. L., Samter, W., & Gillihan, S. J. (2005). Academic Stress, Supportive Communication, and Health A version of this paper was presented at the 2005 International Communication Association convention in New York City. *Communication Education, 54*(4). <https://doi.org/10.1080/03634520500442236>
- Marut, M. (2007). *What Puts the Design in Interaction Design*. UXmatters. <https://www.uxmatters.com/mt/archives/2007/07/what-puts-the-design-in-interaction-design.php>
- Massanari, A. L. (2010). Designing for imaginary friends: information architecture, personas and the politics of user-centered design. *New Media & Society, 12*(3). <https://doi.org/10.1177/1461444809346722>
- Miro. (2021). *Miro | Free Online Collaborative Whiteboard Platform*. <https://miro.com/>
- Møller, J. K. (2015). *Den undersøgende leder*. Samfundslitteratur.
- Moreno, E. S., & de Roda, A. B. L. (2003). Social Psychology of Mental Health: The Social Structure and Personality Perspective. *The Spanish Journal of Psychology, 6*(1), 1. <https://doi.org/10.1017/s1138741600005163>
- Pragmatism (Stanford Encyclopedia of Philosophy)*. (2020, June 24). Stanford. <https://plato.stanford.edu/entries/pragmatism/>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000a). Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions. *Contemporary Educational Psychology, 25*(1). <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1020>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000b). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist, 55*(1). <https://doi.org/10.1037/0003-066x.55.1.68>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 57*(6), 1. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2006). Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being. *Journal of Happiness Studies, 9*(1), 1. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>
- Saffer, D. (2010). *Designing for Interaction*. New Riders.
- Scheid, T. L. (2010). *By Teresa L. Scheid - A Handbook for the Study of Mental Health: Social Contexts, Theories, and Systems: 2nd (second) Edition* (23183rd ed.). Cambridge University Press.

- Schon, D. A. (1984). *The Reflective Practitioner: How Professionals Think In Action* (1st ed.). Basic Books.
- Schwartz, S., & Corcoran, C. (2009a). Biological Theories of Psychiatric Disorders: A Sociological Approach. *A Handbook for the Study of Mental Health*, 64–88. <https://doi.org/10.1017/cbo9780511984945.007>
- Schwartz, S., & Corcoran, C. (2009b). Biological Theories of Psychiatric Disorders: A Sociological Approach. *A Handbook for the Study of Mental Health*, 1. <https://doi.org/10.1017/cbo9780511984945.007>
- Sharp, H., Preece, J., & Rogers, Y. (2019). *Human-Computer Interaction* (5th Ed). Wiley.
- studiemiljøundersøgelser. (2020). Aalborg Universitet. <https://www.studemiljoe.aau.dk/undersoegelser/#295709>
- SurveyXact. (2021). Wwww.Survey-Xact.Dk. <https://www.survey-xact.dk/Login>
- Tashakkori, A., & Creswell, J. W. (2007). Editorial: The New Era of Mixed Methods. *Journal of Mixed Methods Research*, 1(1), 3–7. <https://doi.org/10.1177/2345678906293042>
- This Person Does Not Exist*. (2021). <https://www.thispersondoesnotexist.com/>
- Torous, J., Nicholas, J., Larsen, M. E., Firth, J., & Christensen, H. (2018). Clinical review of user engagement with mental health smartphone apps: evidence, theory and improvements. *Evidence Based Mental Health*, 21(3). <https://doi.org/10.1136/eb-2018-102891>
- Trivsel er en forudsætning for fagligt udbytte. Derfor er trivsel også skolernes ansvar*. (2018). EVA. <https://www.eva.dk/ungdomsuddannelse/trivsel-er-forudsætning-fagligt-udbytte-derfor-er-trivsel-ogsaa-skolernes-ansvar>
- Uddannelses- og forskningsministeren vil styrke unges trivsel med trivselskaptajner, coronabuddies og platforme for fællesskaber* — Uddannelses- og Forskningsministeriet. (2021). ufm.dk. <https://ufm.dk/aktuelt/pressemeddelelser/2021/uddannelses-og-forskningsministeren-vil-styrke-unges-trivsel-med-trivselskaptajner-coronabuddies-og-platforme-for-faellesskaber>
- Van Eerde, W., & Thierry, H. (1996). Vroom's expectancy models and work-related criteria: A meta-analysis. *Journal of Applied Psychology*, 81(5). <https://doi.org/10.1037/0021-9010.81.5.575>
- Wenger, E. (1999). *Communities of Practice: Learning, Meaning, and Identity (Learning in Doing: Social, Cognitive and Computational Perspectives)* (1st ed.). Cambridge University Press.
- What is Design Thinking?* (n.d.). The Interaction Design Foundation. Retrieved May 2021, from <https://www.interaction-design.org/literature/topics/design-thinking>
- WHO. (2004). *Promoting mental health*. World Health Organization Geneva. https://www.who.int/mental_health/evidence/en/promoting_mhh.pdf
- Wohlin, C. (2014). Guidelines for snowballing in systematic literature studies and a replication in software engineering. *Proceedings of the 18th International Conference on Evaluation and Assessment in Software Engineering - EASE '14*, 1. <https://doi.org/10.1145/2601248.2601268>
- Yu, L., Shek, D. T. L., & Zhu, X. (2018). The Influence of Personal Well-Being on Learning Achievement in University Students Over Time: Mediating or Moderating Effects of Internal and External University Engagement. *Frontiers in Psychology*, 8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.02287>