

Unlocking the power of technology
to improve Europe's mental health.



PROJECT
AREA



Amount of ERDF received from Interreg North-West Europe:
€3.22 million

Total project budget:
€5.36 million

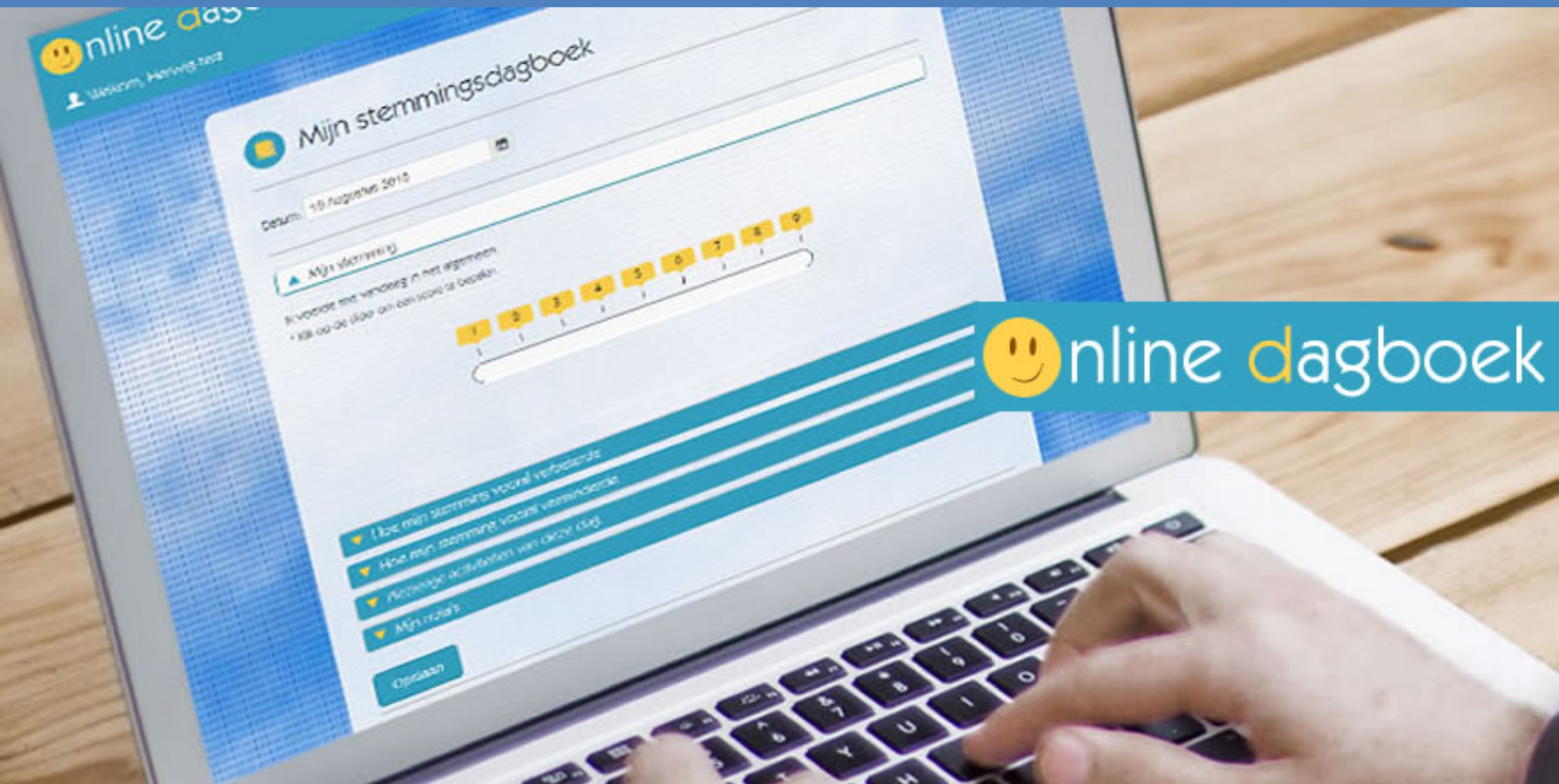
www.nweurope.eu/emen

eMen start conference

February 6th
Mechelen
Belgium

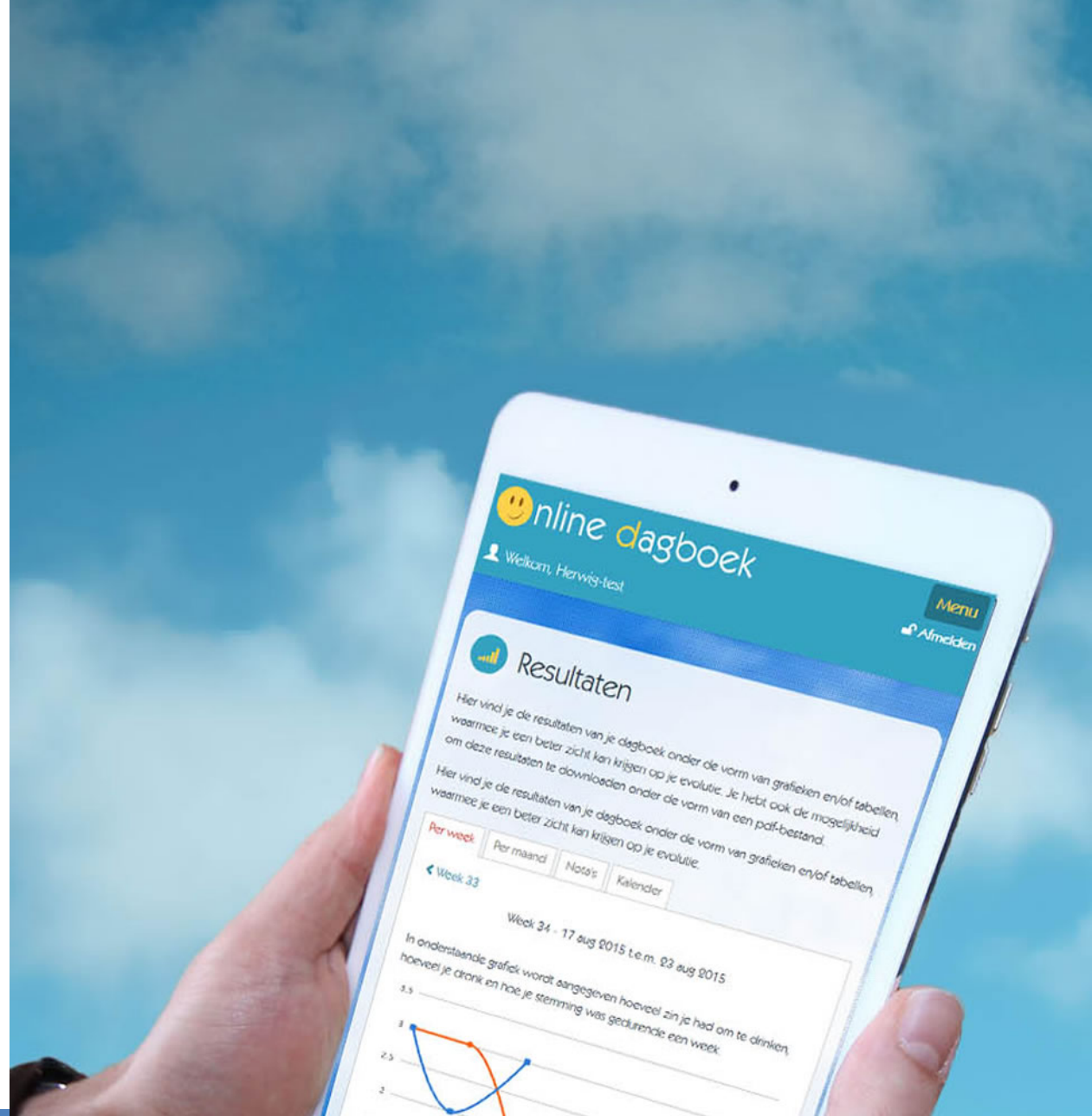
9u00 – 9u30	Welcome with coffee
9u30 – 9u45	Welcome (Peter De Graef)
9u45 – 10u00	Opening (Herman Van Rompuy)
10u00 – 10u40	E-mental health and the social domain (Heleen Riper)
10u40 – 11u00	Unlocking the power of technology to improve Europe’s mental health (Oyono Vlijter)
11u – 11u20	E-mental health policy in the Netherlands (Dutch) (Kamal De Bruijn)
11u20 – 11u50	Break
11u50 – 12u30	Showcase of technological applications in mental healthcare (Tom Van Daele & Bert Bonroy)
12u30 – 13u50	Lunch
13u50 – 14u30	Best practices 1
14u30 – 15u10	Paneldiscussion
15u10 – 15u50	Break
15u50 – 16u30	Best practices 2
16u30 – 17u00	Policy (Dutch) (Minister Jo Vandeurzen)
17u00 – 18u00	Drinks

A custom-made online diary for clients in blended care



Philippe Bocklandt & Herwig Claeys
eMEN conference
Mechelen
February 2017

1. What is it?



A flexible online self-monitoring tool for blended mental health care

- Can be custom-made in every aspect, for (almost) any client
- By various aid workers: therapists, social workers, nurses, teachers,...
- In dialogue between aid worker and client
- In the 'language' of the client & in accordance with his capacities
- For any theme (mental problems, behaviours, positive goals,...)
- For diagnostic purposes or as part of a therapeutic process
- Can be edited along the way
- No software installation (online application)
- Can be used by participants on any device
+ app version



A few examples

Mijn stemmingsdagboek

Datum: 15 januari 2013

Mijn stemming

Ik voelde me vandaag in het algemeen:

0 1 2 3 4 5

hedemaal niet goed minder goed neutraal vrij goed heel goed

Hoe mijn stemming vooraf verbeterde

Mijn stemming verbeterde vooraf door:*

*Je kan één van de voorbeelden uit de lijst selecteren of zelf iets invullen. Wat je invult wordt daarin in de lijst opgenomen.

Hoeveel verbeterde mijn stemming?*

* Kies een cijfer: 1 2 3 4 5

Mood & pleasant activities

Mijn sollicitatiedagboek

Datum: 15 januari 2013

Vandaag was ik op gesprek bij een werkgever Vandaag ben ik niet op gesprek geweest

Vandaag heb ik contact genomen met een werkgever (via brief, mail of telefoon) Vandaag nam ik geen contact

Mijn stemming

Mijn energiebalans

Mijn energiebalans was vandaag:

0 1 2 3 4 5

wenig energie veel energie

Plezierige activiteiten van deze dag

Mijn nota's (optioneel)

Job application & medication use

Mijn impulsdagboek

Datum: 15 januari 2013 Tijd: 10:00u

Mijn drang om...

Over wat ik deed

Over de omstandigheden

Waar was ik (vul in of kies):*

*Je kan één van de voorbeelden uit de lijst selecteren of zelf iets invullen. Wat je invult wordt daarin in de lijst opgenomen.

Was ik alleen of waren er nog anderen (vul in of kies):

Wat was de situatie of wat gebeurde er (vul in wanneer je dit belangrijk vindt):

Self harm

Mijn dagboek pesten

Datum: 15 januari 2013 Tijd: 10:00u

Vandaag werd ik gepest Vandaag werd ik niet gepest

Over de omstandigheden

Mijn gevoel en gedachten (of verwachtingen)

Mijn reactie

Ik reageerde op het pesten door*

*Je kan één van de voorbeelden uit de lijst selecteren of zelf iets invullen. Wat je invult wordt daarin in de lijst opgenomen.

Hoe tevreden ben ik over mijn reactie:

0 1 2 3 4 5

ontevreden minder tevreden neutraal vrij tevreden heel tevreden

Coping with bullying

Mijn alcoholdagboek

Datum: 15 januari 2013 Tijd: 10:00u

Mijn alcoholgebruik

Hoe sterk was mijn zin om te drinken:

0 1 2 3 4

geen zin beetje zin matig zin veel zin heel veel zin

Hoeveel heb ik gedronken (noteer het aantal standaardglazen):

standaardglazen

Over standaardglazen

Als ik zin had maar niet dronk, wat deed ik dan in de plaats (vul in of kies):*

*Je kan één van de voorbeelden uit de lijst selecteren of zelf iets invullen. Wat je invult wordt daarin in de lijst opgenomen.

Over de omstandigheden

Alcohol use

Mijn werkdagboek

Datum: 15 januari 2015

Vandaag was ik een het werk (ook al had ik vrijaf) Vandaag was ik niet een het werk (ziekteverlof, werkloos, ...)

Mijn stemming

Mijn stemming op het werk

Ik voelde me vandaag op mijn werk:

0 1 2 3 4 5

hedemaal niet goed minder goed neutraal vrij goed heel goed

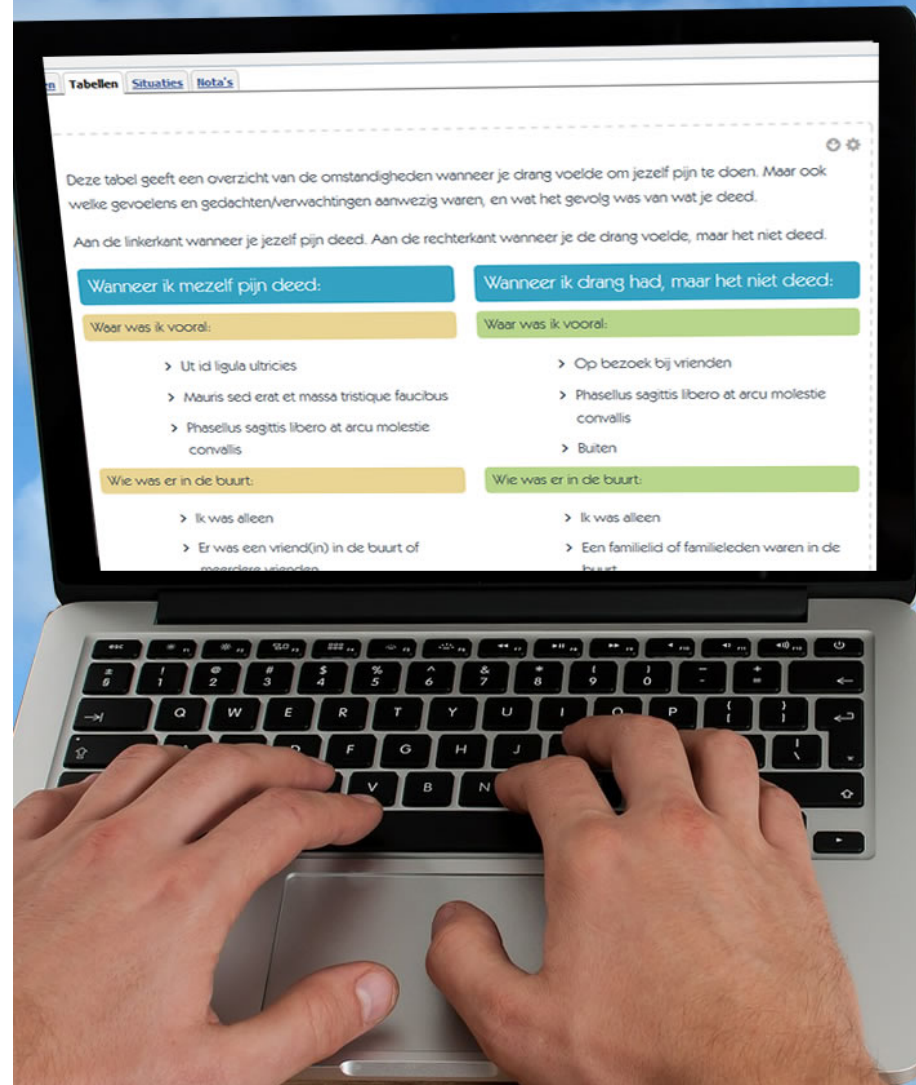
Mijn energiebalans

Energiegevers en energienemers

Mijn nota's (optioneel)

Mood & coping at work

2. From the perspective of the aid worker



Working with a diary

- Deciding why (exploring, diagnostic, support, therapy, positive goals,...)
- Discussing & planning with client
- Building a diary with the diary editor application
 - from scratch
 - using & editing:
 - a prebuild template (40 available)
 - a template you've used before
 - a template from a colleague
- Motivating the client
- Follow-up




The diary editor

▼ **Dagboekelementen**


- Rubriek
- Tekstveld
- Numeriek veld
- Tekstvak
- Keuzeveld
- Meerkeuzeveld
- Slider
- Tabel

▲ **Grafieken en tabellen**


Dagboek Weekgrafieken Maandgrafieken Tabellen Nota's

 Vergeet niet de grafieken en tabellen aan te passen indien nodig.

Alcohol- & stemmingdagboek


Datum: 

Tijd:

▼ **Mijn alcoholgebruik en stemming** 

Hoe sterk was mijn zin om te drinken:
* Klik op de slider om een score te bepalen.

1 2 3 4 5



Diary editor elements

Textfield

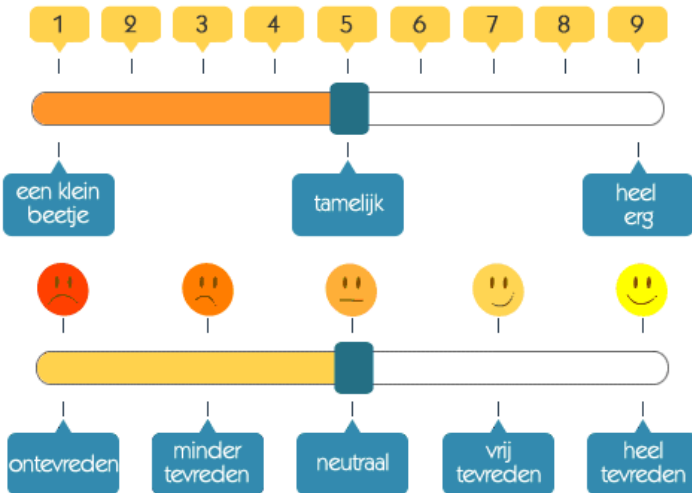
Textfield with preprogrammed options

Option 1
Option 2

Textarea

Multiple choice questions with or
radiobuttons checkboxes

Sliders:



Mijn energiegevers en energienemers waren:

Je kan één van de voorbeelden uit de lijst selecteren of zelf iets invullen.
Wat je invult wordt daarna in de lijst opgenomen.

[Meer info](#)

	Energiegevers	Energienemers
In het algemeen	<input type="text" value="Vul in of kies"/>	<input type="text" value="Vul in of kies"/>
	<input type="text" value="Vul in of kies"/>	<input type="text" value="Vul in of kies"/>
	<input type="text" value="Vul in of kies"/>	<input type="text" value="Vul in of kies"/>
	<input type="text" value="Vul in of kies"/>	<input type="text" value="Vul in of kies"/>
Op het werk	<input type="text" value="Vul in of kies"/>	<input type="text" value="Vul in of kies"/>
	<input type="text" value="Vul in of kies"/>	<input type="text" value="Vul in of kies"/>
	<input type="text" value="Vul in of kies"/>	<input type="text" value="Vul in of kies"/>
	<input type="text" value="Vul in of kies"/>	<input type="text" value="Vul in of kies"/>

Icons (or upload your own):

The diary editor: charts, tables, lists,...

Dagboek

Weekgrafieken

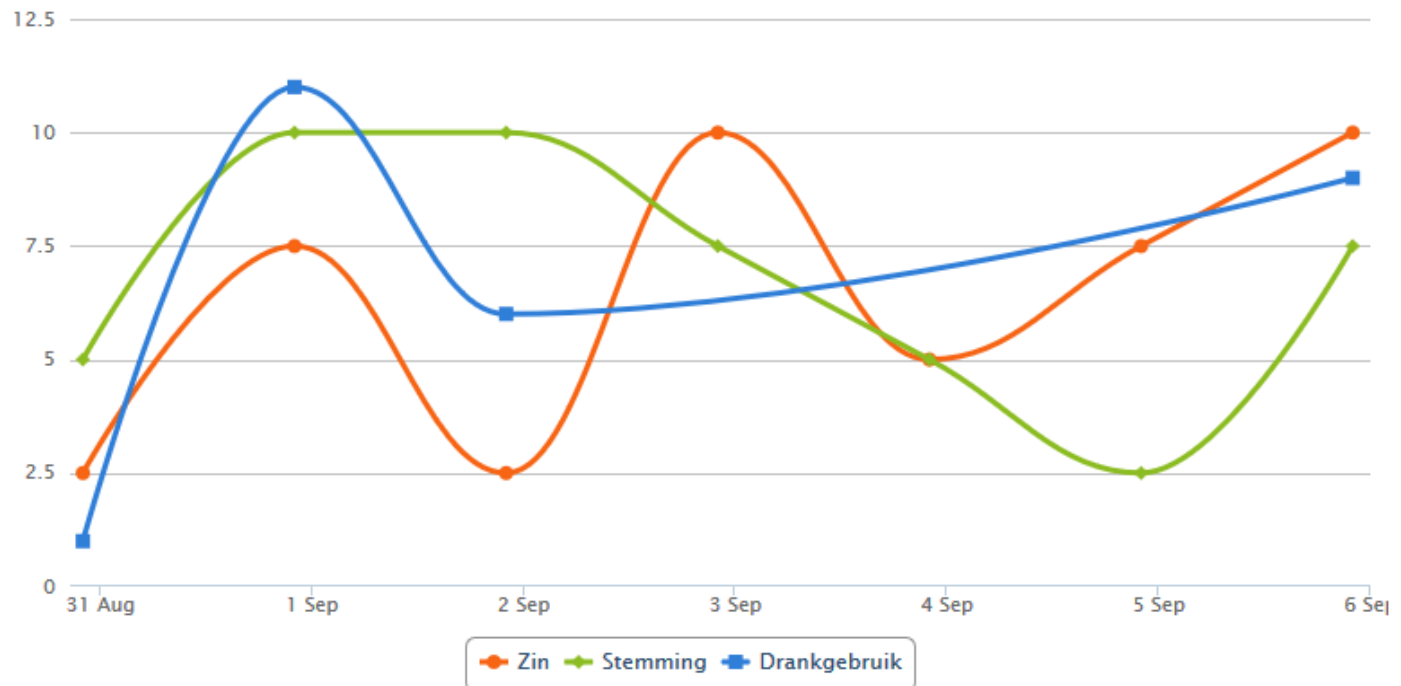
Maandgrafieken

Tabellen

Nota's



In onderstaande grafiek wordt aangegeven hoeveel zin je had om te drinken, hoeveel je dronk en hoe je stemming was gedurende een week.



Je kan de lijnen van de grafiek onzichtbaar/zichtbaar maken door op de naam te klikken.

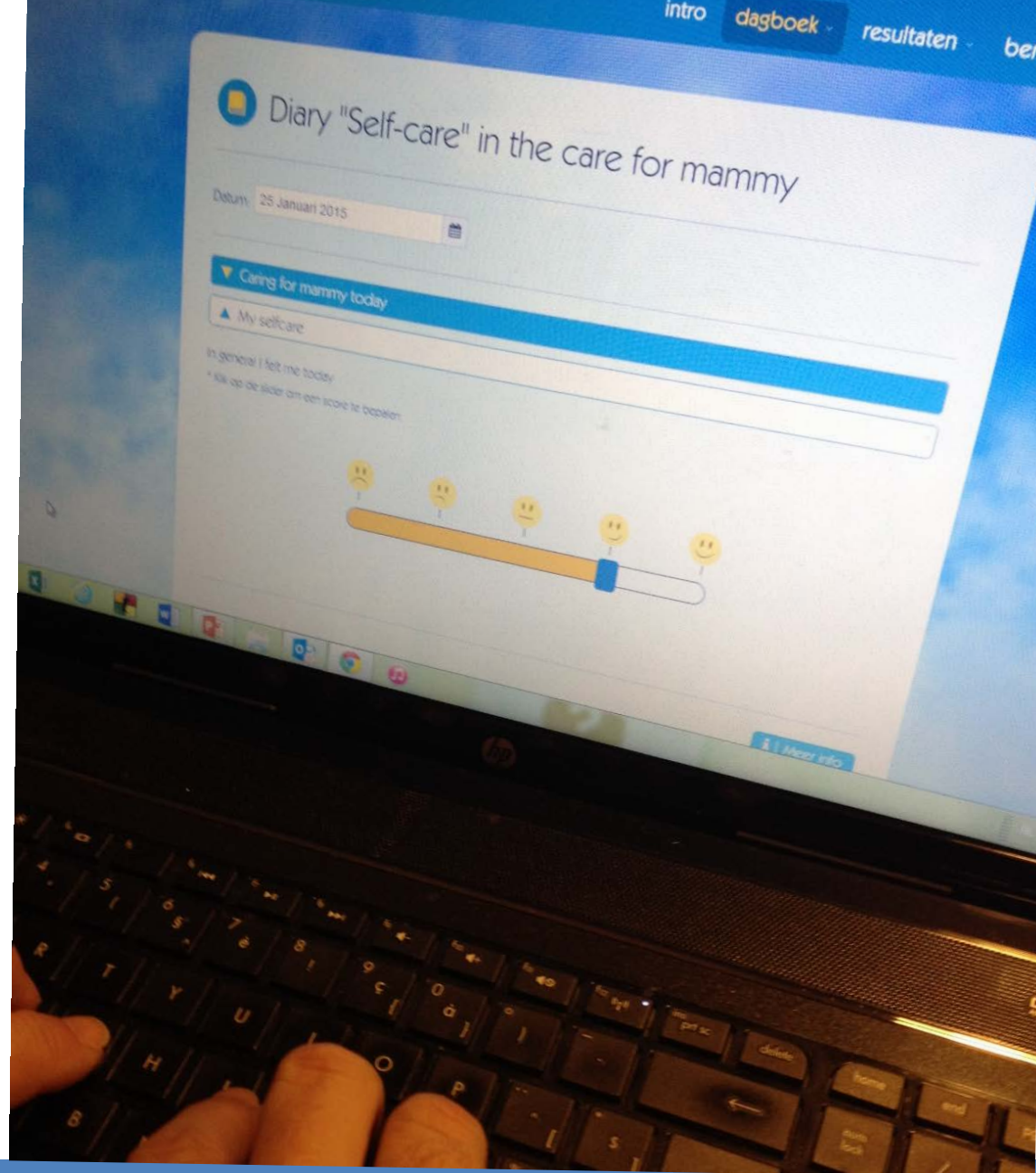


Extra functionality

- Results of registrations can be downloaded (pdf) by clients & aid workers
- Can be used by teams:
 - Templates can be shared between team members
 - Templates can be shared between teams
 - Different team members can have access to a diary of a client (if client has given permission)
- Adjustable reminders by e-mail
- Message box for online communication between client & aid worker



3. From the perspective of the client



A case

- Sara (46 years old) takes care off her demented mother who lives alone.
- Caring for her mother is a heavy task, but also gives her satisfaction.
- Both, her network and she, are aware of the complexity of Sara's situation. Some moments, caring for her mother takes too much energy.
- The counsellor and Sara agree that she will use an online diary to explore her caring capacities and the way she manages to respect her limitations.

 online dagboek

Secured login for the client

Symboloo | Je persoonlijk x Online dagboek x
https://www.onlinedagboek.be

Online dagboek

Inloggen als deelnemer

Gebruikersnaam

Wachtwoord

Ik ga akkoord met de voorwaarden

[Login](#)

[Wachtwoord vergeten?](#)

Privacy verklaring

- > Je hoeft niets te downloaden op je computer, waardoor er **geen sporen achterblijven** die verband houden met dit dagboek. Alleen in de 'geschiedenis' van je internetbrowser kan vermeld staan dat je de website bezocht hebt. Deze 'geschiedenis' kan je wissen (als je niet weet hoe, raadpleeg dan de help functie van je internetbrowser).
- > Het online dagboek is beveiligd via SSL (Secure Sockets Layer). Alle informatie die uitgewisseld wordt tussen hulpverleners en deelnemers wordt 'versleuteld' bij verzending en vervolgens 'ontsleuteld' bij aankomst.
- > De verantwoordelijken van 'Onlinedagboek.be' brengen alle passende technische en organisatorische maatregelen ten uitvoer om persoonlijke gegevens van deelnemers die door hen bewaard worden, te beveiligen tegen verlies of tegen enige vorm van onrechtmatige verwerking.
- > Gegevens van deelnemers kunnen anoniem verwerkt worden voor onderzoeksdoeleinden. Een unieke numerieke code wordt aan elke deelnemer toegewezen en zal in plaats van je naam aan alle informatie en gegevens van jouw bijdragen aan de studie gekoppeld worden. Je hebt in elk moment het recht om je naam te wijzigen.

NL 15:35 26/09/2014

Symboloo | Je persoonlijk x Intro x

https://www.onlinedagboek.be/hulpvrager/intro

online dagboek Afmelden

Welkom, Loebas intro dagboek resultaten berichten mijn profiel

Intro

Dit is jouw privé-ruimte. Enkel jij hebt toegang via je persoonlijke inloggegevens.

Je beschikt hier over een online dagboek dat je in samenspraak met de medewerker van CM Midden-Vlaanderen uitwerkte

Alles wat je noteert in het dagboek kan daarna weergegeven worden in grafieken en tabellen, om je een duidelijk overzicht te bieden. Wanneer je dat wil kan je deze overzichtsgrafieken en -tabellen downloaden (pdf).

Het dagboek

Door het bijhouden van dit dagboek kan je een beter zicht krijgen op je draagkracht in de zorg voor je mama

De resultaten

Door gedurende de volgende maand regelmatig de korte vragen te beantwoorden, kan je je evolutie opvolgen hand van enkele grafieken en/of tabellen.

Tevens verzamel je materiaal voor het volgend gesprek.

logo cm.png

Alle downloads weergeven...

NL 10:56 13/11/2014

Click on 'diary' to open it

Date of today is suggested, but can be changed

In this diary, the client will focus on three topics

Diary "Self-care" in the care for m

Datum: 25 Januari 2015

- ▼ Caring for mammy today
- ▼ My selfcare
- ▼ About participating other people in the care for mammy
- ▼ Mine notes

The screenshot shows a web browser window with the URL <https://www.onlinedagboek.be/hulpvrager/dagboek/id:2319>. The page header includes the logo "online dagboek" and a user greeting "Welkom, Loebas". Navigation links include "intro", "dagboek", "resultaten", "berichten", and "mijn profiel".

The main content area displays a diary entry titled "Diary 'Self-care' in the care for mammy". Below the title, there is a date field set to "2 Februari 2015". A text input field contains "▲ Caring for mammy today". Below this, a question is asked: "Did I do any caring activities for mammy?". There are two radio button options: "Yes" (which is selected) and "No".

Below the radio buttons, another question is asked: "How long did it take?". There is a text input field followed by the word "hours".

Two blue callout boxes provide additional information:

- The first callout points to the "Yes" radio button and contains the text: "Depending on the answer, other questions become visible".
- The second callout points to the "hours" input field and contains the text: "The client can put in a number".

The Windows taskbar at the bottom shows various application icons and the system tray with the date "2/02/2015" and time "19:29".

Client can give a personal answer

Receiving or spending energy in the care for mammy?

	"Energy-givers"	"Energy-takers"
the real 'caring'activities	I had time enough to finish them	Vul in of kies
	Vul in of kies	Vul in of kies
	Vul in of kies	Vul in of kies
	Vul in of kies	Vul in of kies
the relation with	Mammy was happy	Vul in of kies
	Vul in of kies	Mammy didn't recognised me at al Mammy was unhappy The contact was really bad We didn't get involved to each other
	Vul in of kies	
	Vul in of kies	Vul in of kies

The answer the client has put in yesterday is still available

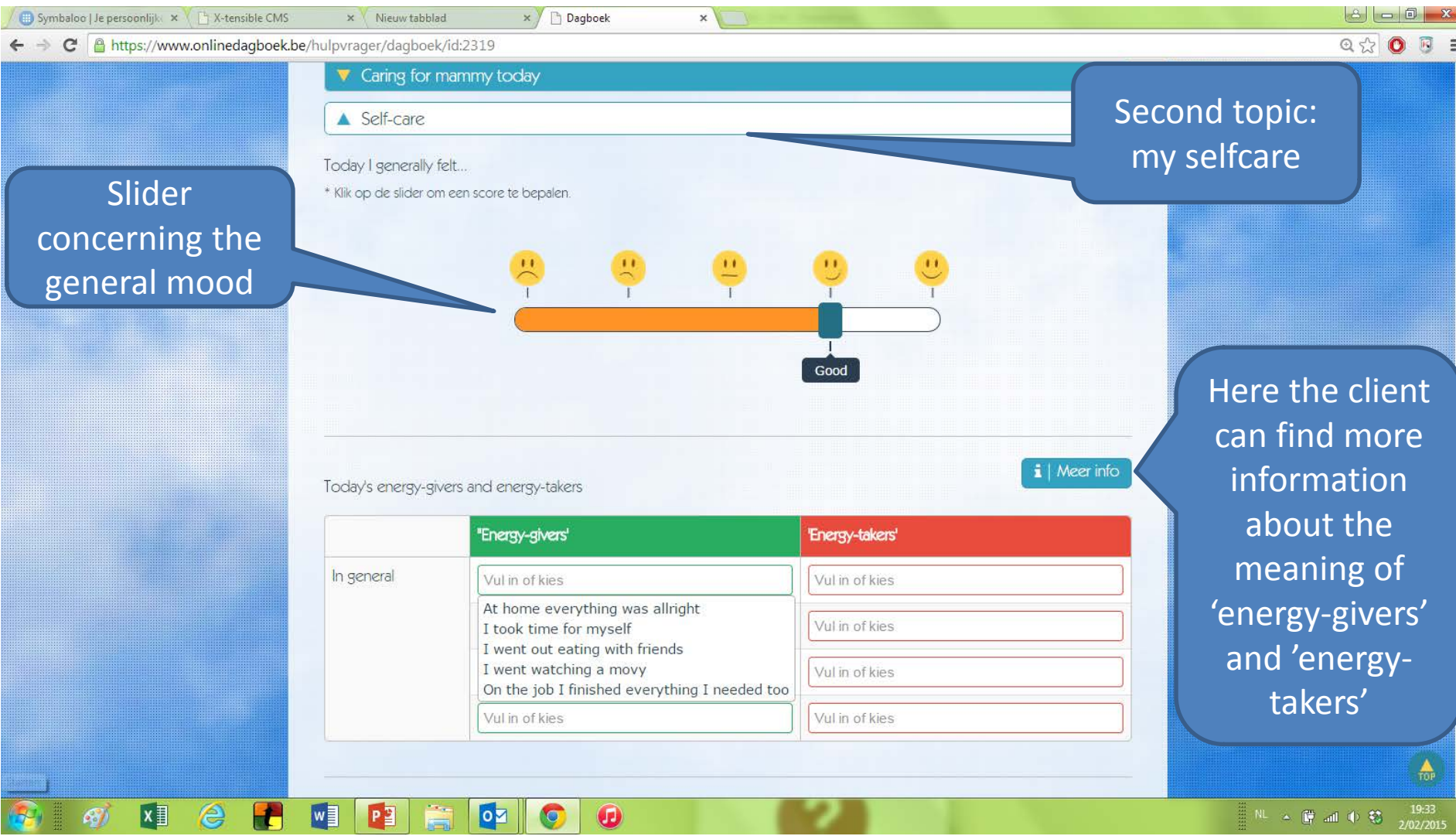
Client can choose one of the pop-up answers

A 5- or 9-points slider

Today caregiving for mammy gave me:

* Klik op de slider om een score te bepalen.





Slider concerning the general mood

Second topic: my selfcare

Here the client can find more information about the meaning of 'energy-givers' and 'energy-takers'

Does the care for mammy worries me as so that I get awake during the night?

yes no

What does keep me in carrying for mammy?

[Meer info](#)

The client can put in some information in an empty field

Clicking on 'more info' the client can read this in a pop-up

yes no

If you want too - (only if it make senses for you) you can notice here what keeps you busy about the care for your mammy. For sure we will talk about it the first time we'll see each other!

▼ About participating other people in the care for mammy

Third topic

The client can choose more than one answer. The question is customized for this particular client

An open textfield

When the client answers 'no' the following question is hidden

To finish

The screenshot shows a web browser window with the URL 'hulpvrager/dagboek/id:2319'. The page content includes a section titled 'Self-care' with a sub-section 'Relatives or others also caring for mammy'. Below this is a question 'Who visited mammy today?' with radio button options: 'no one', 'my daughter', 'someone else', 'my husband', and 'my son'. The 'my husband' and 'my son' options are checked. Below this is another question 'Would you like someone else also taking care for mammy?' with radio button options 'yes' and 'no'. The 'no' option is selected. At the bottom of the form is a 'My notes' section with a text area and an 'Opslaan' button. A footer link reads 'Een fout ontdekt na het opslaan? Of een vorige registratie in je dagboek aanpassen? [Klik hier](#)'.

Client can see his own results in his diary

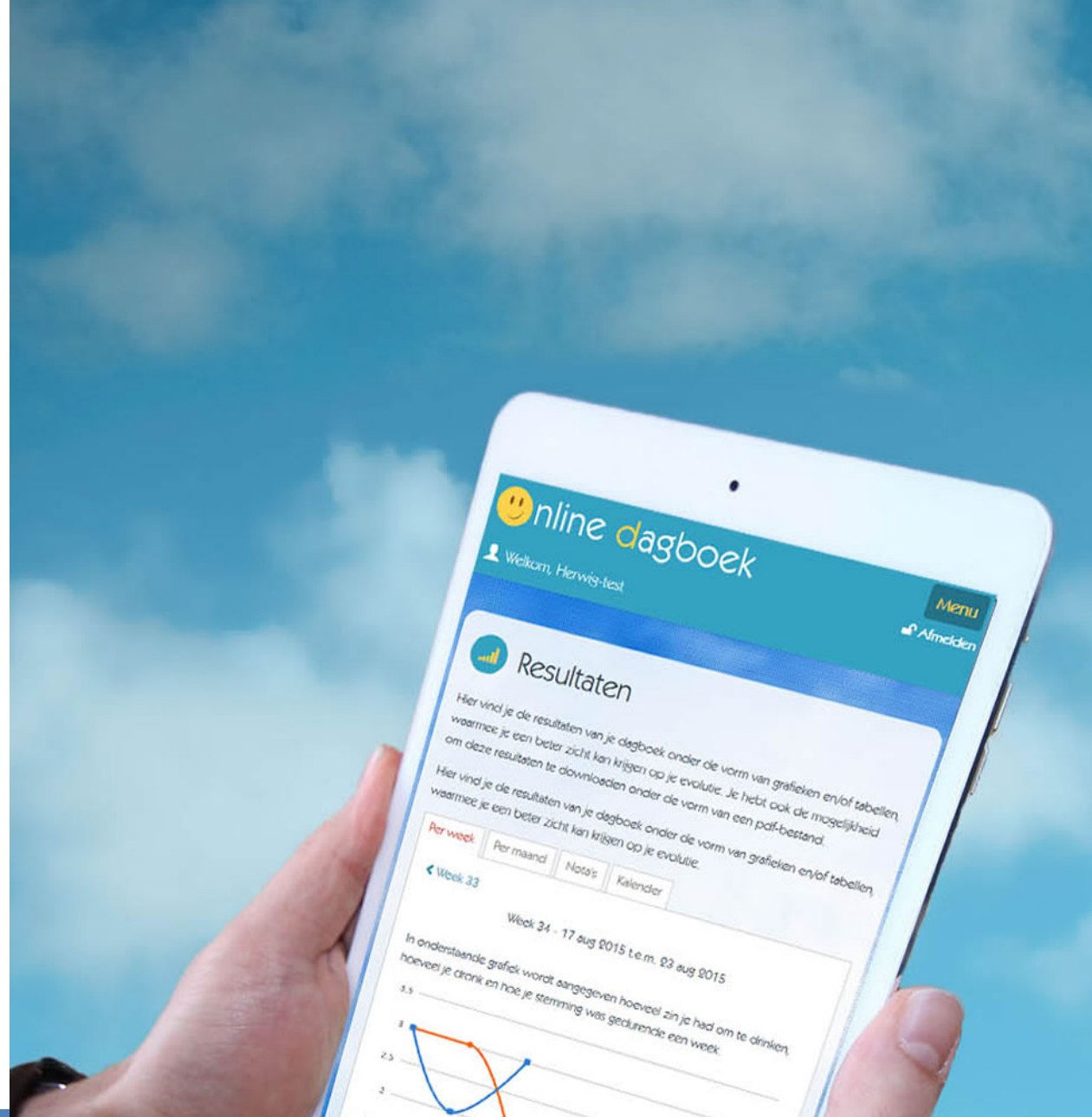


The client also can see his notes and input of other topics

The client can download these results

The results of sliders and quantitative questions are put in a chart

4. A tool in development



Practical research

- 220 counselors have tested the online diary with 620 clients
- in 46 organizations in: health care, youth care, education, primary care, social services, day care, ...
- The results of their experiences =
 - Online diary has an added value for aid workers and clients
 - There's a learning curve for aid workers when not accustomed to: self-monitoring, computers or blended care
 - User friendly for clients
 - A guide: how, when, where to use an online diary?
 - Technical manual for aid workers



Interested?



Online dagboek
verduidelijkt, ondersteunt
& helpt een doel te bereiken

Binnenkort ook als app beschikbaar

Mogelijkheden

Online dagboek is een online toepassing die:

- ✓ kan ingezet worden bij psychische moeilijkheden en gedragsproblemen, maar ook voor het bereiken van positieve doelen,
- ✓ door begeleiders en hulpverleners, in organisatieverband of als

Flexibel in gebruik

- ✓ volledig aanpasbaar voor elke individuele deelnemer,
- ✓ bepaal samen met de deelnemer wat & hoe er geregistreerd wordt,
- ✓ resultaten worden getoond aan de hand van grafieken en tabellen,
- ✓ 30-tal aanpasbare dagboektemplates beschikbaar of maak ze

<https://www.onlinedagboek.be>

philippe.bocklandt@arteveldes.be

herwig@online-hulpverlening.be