



## Projet Happy Mum

Animateur :  
Alessandro Acconcia (WeLL)

Phase de co-création



17 mai 2016, Mons



Mamans et expert(e)s en design



**Le bel événement qu'est la naissance d'un enfant peut s'accompagner d'un baby blues. Comment le prévenir et garder son équilibre ?**

Après la naissance d'un enfant, le mal-être psychologique (baby blues, troubles de l'adaptation, stress post-traumatique, troubles de l'anxiété généralisée, dépression post-partum) est une complication relativement fréquente. L'objectif du projet « Happy Mum » a évolué et cherche maintenant à déterminer et à tester en quoi les nouvelles technologies peuvent aider les mamans à améliorer leur bien-être durant la période pré et post-natale.

L'objectif de cet atelier était de permettre à des mamans et à des expert(e)s en design de réfléchir ensemble à l'une des solutions évoquées lors des ateliers précédents : une application de marrainage des futures et jeunes mamans.

## Contexte

Lors des ateliers précédents, nous avons identifié, à l'aide de mamans et d'experts en technologie, plusieurs solutions potentielles pour aider les mamans à gérer la période post-natale.

Le porteur du projet a alors choisi 3 solutions pouvant être développées au vu des contraintes de temps et de budget : un site internet reprenant des informations certifiées par des professionnels, des chèques-cadeau permettant d'offrir du temps aux mamans venant d'accoucher et une application de marrainage visant à leur offrir un soutien moral et des conseils, grâce à une communication avec une maman plus expérimentée.

Lors de cet atelier, nous avons souhaité d'une part, continuer la réflexion sur l'application de marrainage en vue de définir les différentes fonctionnalités qu'une telle application devrait posséder, et d'autre part, entamer le travail de design de ces fonctionnalités.





# Projet Happy Mum

## Méthodologie

### Imprégnation: partage d'expérience

En vue de mettre les participant(e)s sur le même pied en termes d'informations, nous leur avons demandé de se rappeler les moments où ils/elles sont allés chercher du soutien moral.

Nous avons posé 2 questions principales en vue de structurer cet entretien :

- Durant votre grossesse ou votre période post-natale, quand avez-vous cherché un soutien moral ?
- Quand un soutien moral est-il venu de l'extérieur ?

### Critiques et intérêts

Nous nous sommes ensuite intéressés aux critiques positives et négatives liées à la création d'une telle application. L'objectif était de comprendre l'intérêt et les craintes y relatives et de pouvoir les anticiper.

A

B

C

### Co-design de l'application

Nous avons ensuite commencé le travail de design de l'application.

- Premièrement, nous avons essayé de comprendre comment une marraine aurait pu être utile dans les expériences partagées précédemment.
- Ensuite, nous avons réfléchi aux contraintes pratiques de mise en œuvre d'une telle application.
- Enfin, nous les avons fait prototyper l'interface alpha de l'application.



## Projet Happy Mum

### ► Résultats

Lors du partage d'expérience, les mamans sont assez vite revenues sur le **contact naturel** avec des **proches** en mesure de les **aider**, lors des **questionnements importants**. En effet, les «personnes-soutien» ont plus ou moins toutes été identifiées comme des membres de la famille (mamans, maris), des ami(e)s vivant également une grossesse ou une période post-natale, mais aussi des professionnels spécialisés dans l'accompagnement (sages-femmes, pédiatres).

Dès cette étape, l'idée d'une **application** visant à mettre des mamans en **relation** avec des **inconnues** a rapidement été **remise en question**. Les principales interrogations tournant autour du choix de la marraine sont les suivantes: Qui la choisit ? Comment est-on sûr de ses qualités ? Est-il nécessaire de n'en avoir qu'une? Dans tous les cas, il est apparu nécessaire d'avoir une **relation** qui puisse se mettre en place **avant la naissance** afin de prendre **confiance** en la personne choisie. Cependant, le rôle de marraine est resté assez difficile à différencier de celui d'une **sage-femme** pouvant également répondre aux **questions médicales**.

Lors de la phase de prototypage de l'application, le rôle de la marraine est à nouveau revenu sur le devant des discussions. En effet, il a semblé assez **improbable** pour les **participants** d'envisager de **s'impliquer** dans cette application en tant que **marraine**. Le **temps** et la **qualité** de leurs propres **réponses** constitueraient des **freins** à leur participation. Le fait qu'il faille qu'une **relation de confiance** se crée demande un **temps considérable** que les mamans présentes lors de l'atelier n'étaient **pas sûres de pouvoir consacrer** (surtout dans l'éventualité où les marraines seraient elles-mêmes en période post-natale).

À ce stade de l'atelier, il semblait de plus en plus évident que l'idée d'une **application de marrainage** ne suscitait **pas un grand enthousiasme**, ni comme aide aux mamans, ni comme moyen de partager sa propre expérience avec des mamans moins expérimentées.

Nous avons alors décidé de consacrer la fin de l'atelier à réfléchir à une ou plusieurs **solution(s)** pouvant permettre aux mamans de trouver une forme de **soutien**. Trois idées sont ressorties :

- Une **application** permettant de **trouver une sage-femme** et de favoriser les **échanges** avec celle-ci ;
- Une **application** plus **informative** présentant les différentes **étapes** intervenant lors de la **période post-natale** (en relation avec des applications existantes centrées sur le pré-natal).





## Projet Happy Mum

### Résultats

Concernant l'**application de marrainage**, au vu des retours récoltés lors de cet atelier, nous avons décidé d'**arrêter son développement** pour le moment.

Couplée à ces critiques, la **création d'un site internet de référence** permettant d'avoir accès à des informations de qualité semblait être la **priorité absolue** en termes d'**attente des mamans**.



### Suite du projet

Même si nous allons continuer à avancer sur les pistes qui ont émergé lors de la dernière phase de cet atelier, la **prochaine étape** sera de concentrer nos efforts sur la **mise en œuvre de ce site internet** de référence.

### Photos

Retrouvez plus de photos sur notre page Facebook : WeLL Wallonia e-health Living Lab

