



LAURA-AI

Fase 4

Innovatie-challenges

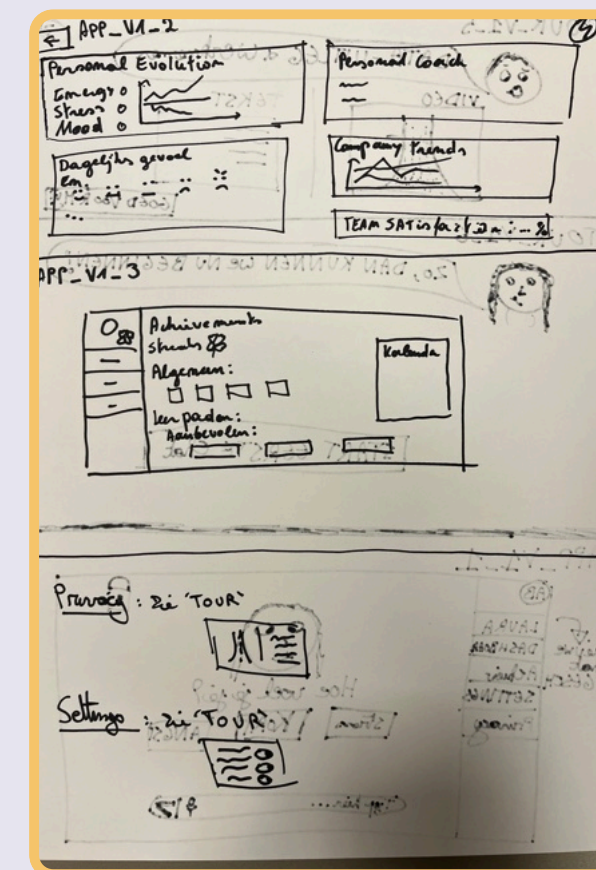
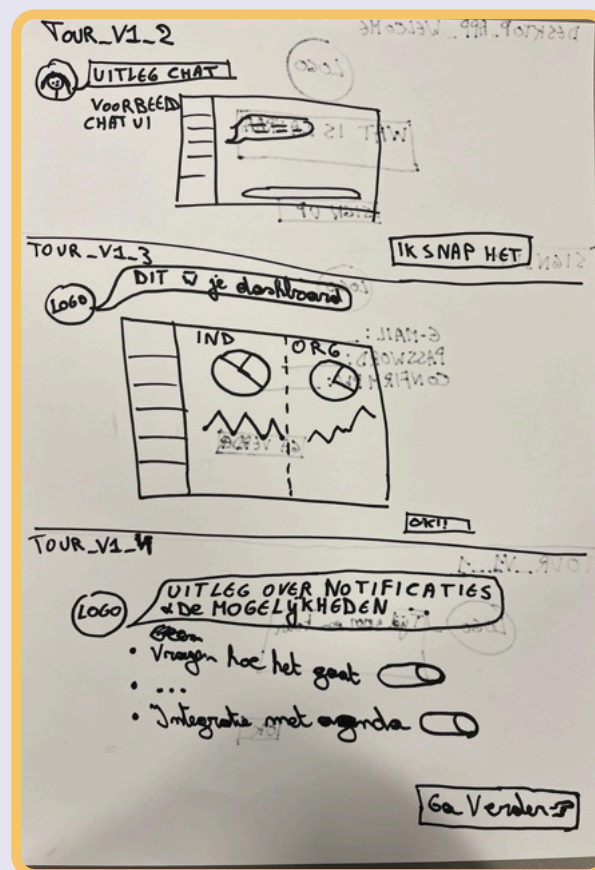
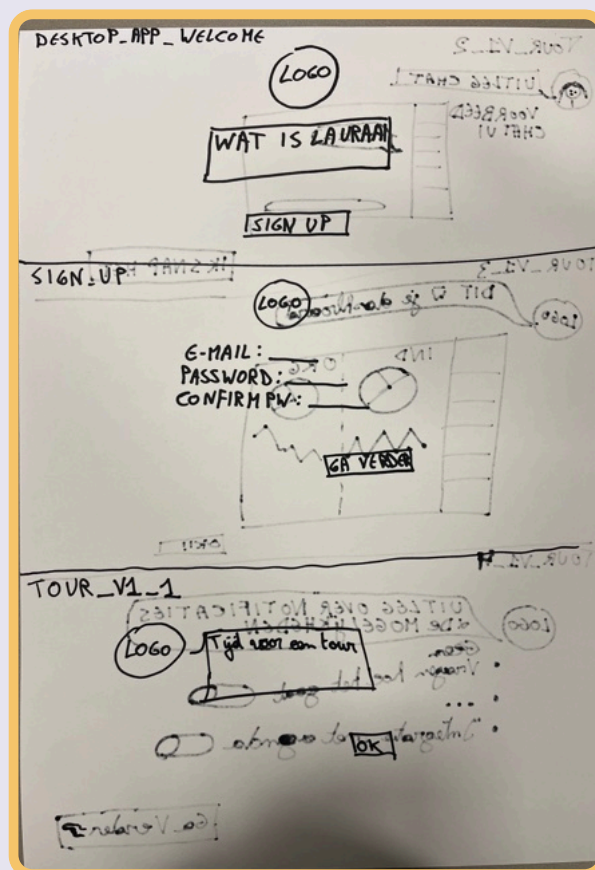


YMY

o ø ù ý ÿ

Overlopen en verfijnen van de 4 mogelijke oplossingen
=> Desk top app voor werknemers inclusief onboarding met uitleg

Ê Ý ù



TM

W Yù ÿ Ý ÿ M Ý W



ù ÿ Ý ÿ ù ÿ Ý

Onboarding

- Privacy
- Welkom
- Meldingen
- Personalisatie

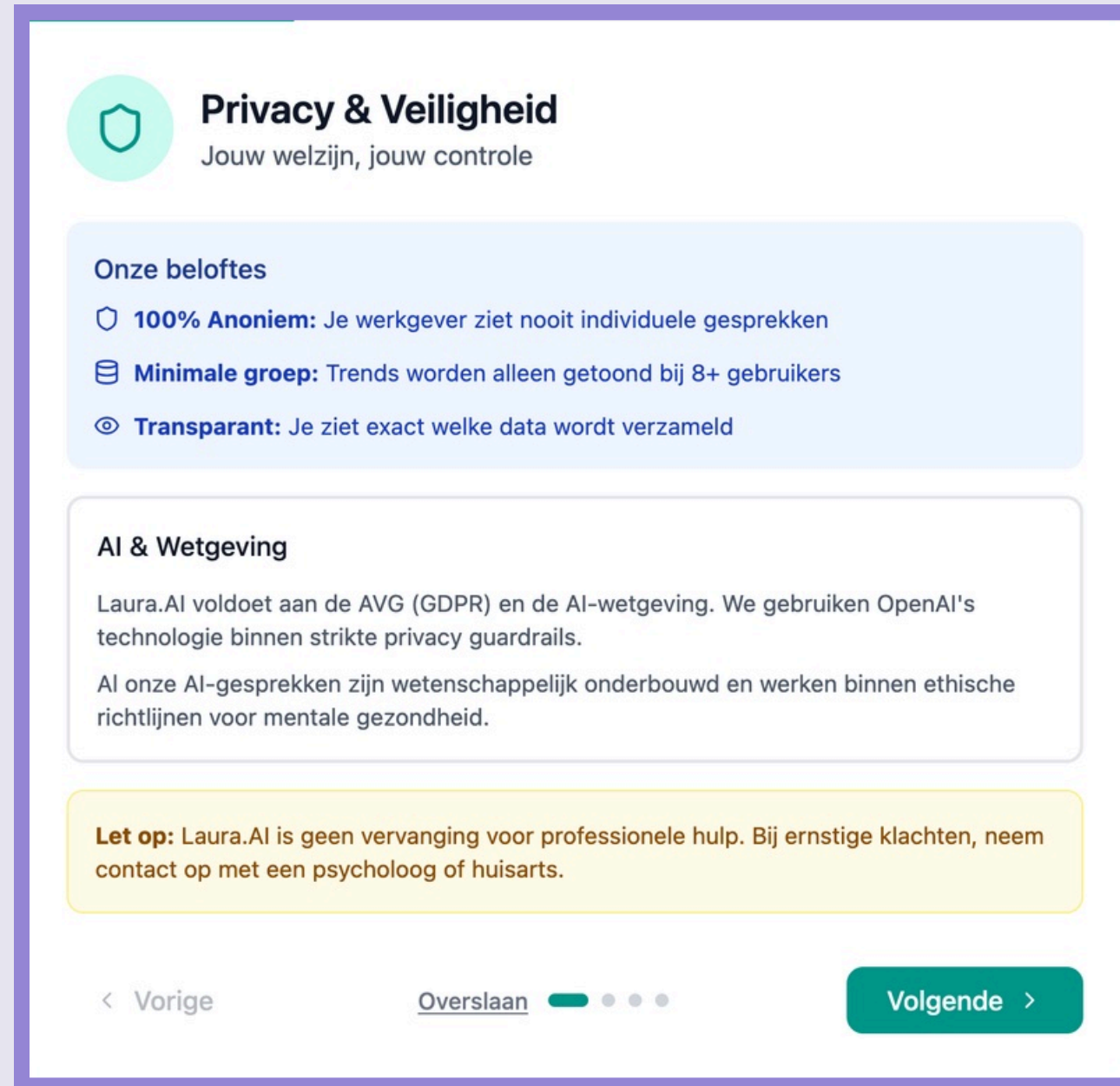
App

- Chat
- Dashboard
- Achievements
- Privacy-instellingen
- Doorverwijzing

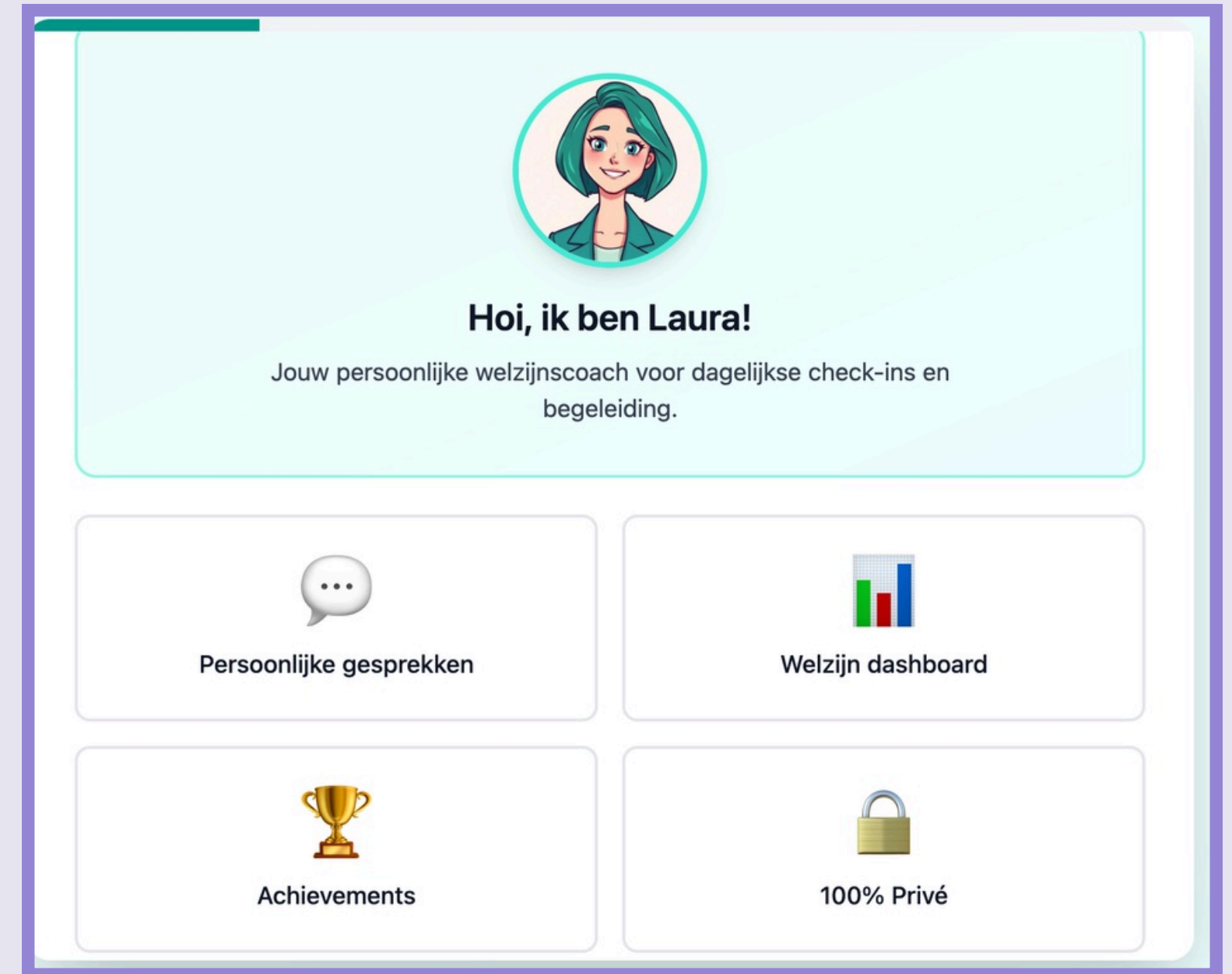
4 ® Ý ù ÿ ù Ý Ý ø ÿ ÿ

S Ý ÿ Ý ÿ Ý ø ÿ Ý ÿ

Prototype 1 vs 2 - onboarding

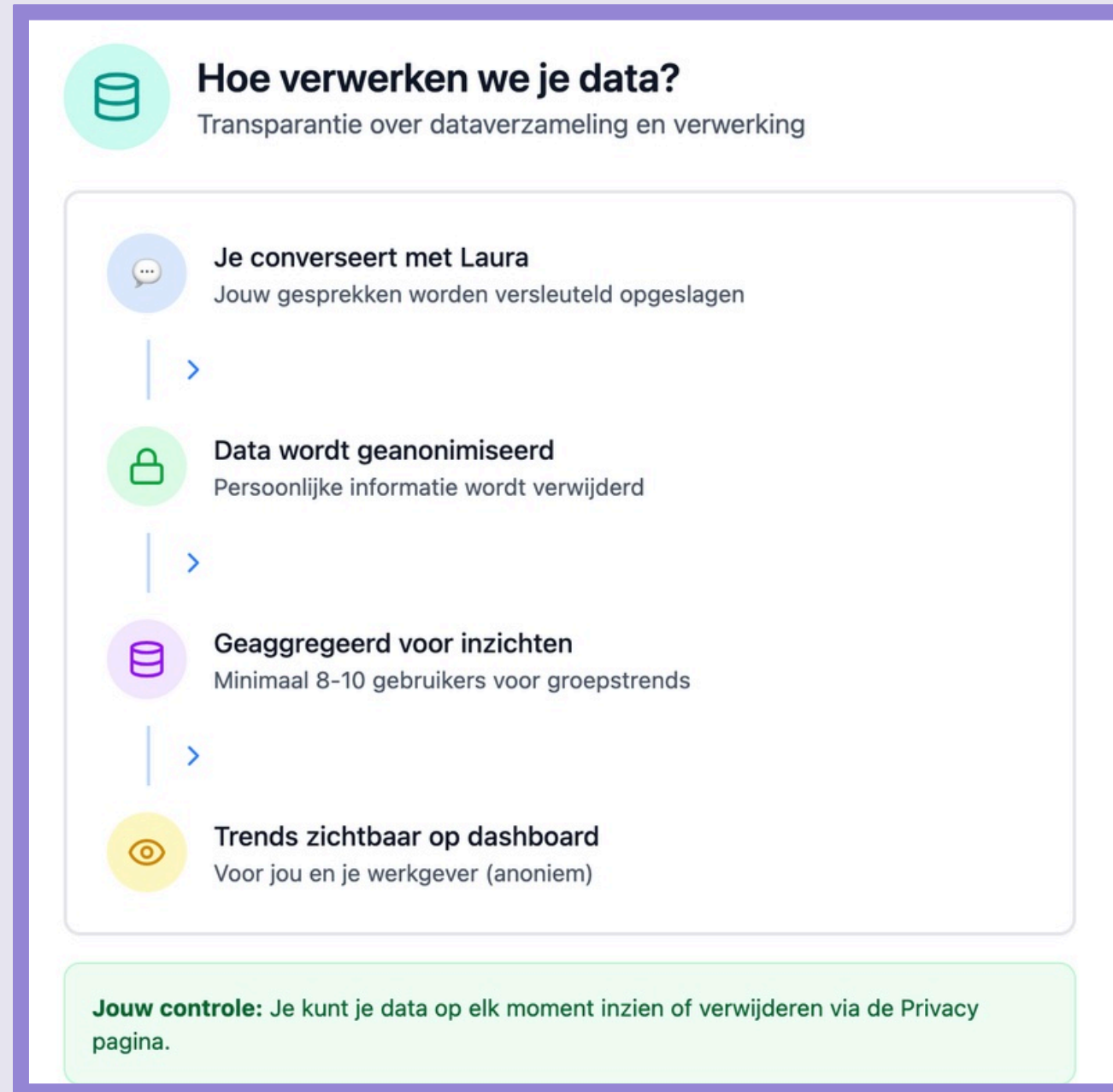


- Tekst
- Uitgebreid



- Visueel
- Beknopt

Prototype 1 vs 2 - onboarding



- Tekst
- Uitgebreid

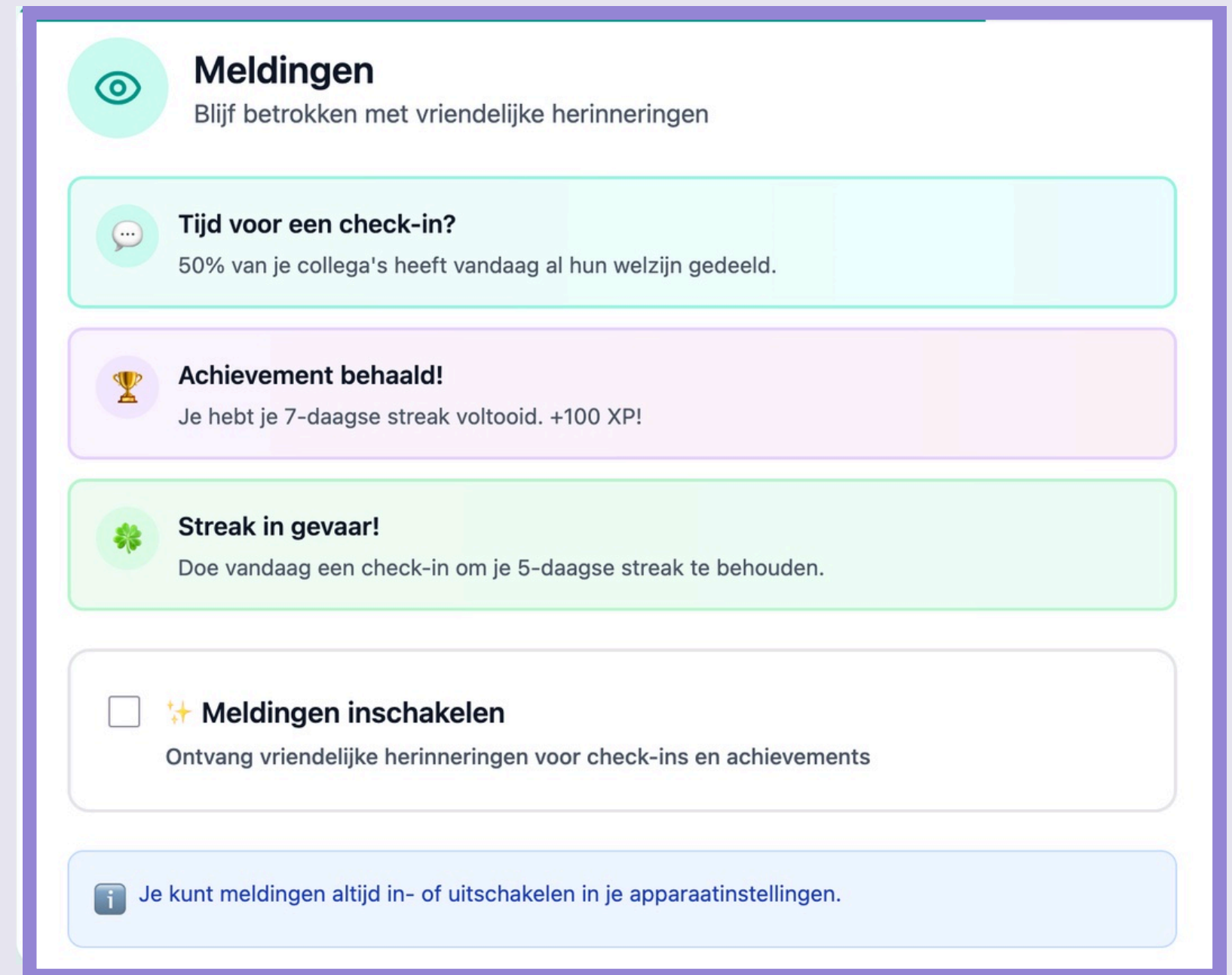


- Visueel
- Beknopt

Prototype 1 vs 2 - onboarding




- Tekst
- Uitgebreid




- Visueel
- Beknopt

Prototype 2 - onboarding



Personaliseer Laura

Stem Laura's persoonlijkheid af op jouw voorkeur



Hallo! Hoe gaat het met je welzijn vandaag?

↑ *Preview van Laura's communicatiestijl*

Toon Neutraal

Formeel 😊 Vriendelijk

Antwoordlengte Gemiddeld

Kort & bondig Uitgebreid

Antwoordlengte Gemiddeld

Kort & bondig Uitgebreid

Directheid Gebalanceerd

Voorzichtig 👉 Direct

Je kunt deze instellingen later altijd aanpassen in je privacy instellingen.

< **Vorige** Overslaan ● ● ● ● ● ✓ Start Laura.AI

Personalisatie → aanpasbare tone of voice

Prototype 1 vs 2 - dashboard

Laura.AI
Jouw welzijnscoach

Werknemers Dashboard

Geaggregeerde welzijnsinzichten van je organisatie

Jouw Streak 1
Blijf consistent voor meer klavertjes! 🍀

Privacy: Alle data hieronder is volledig geanonimiseerd en geaggregeerd van minimaal 10+ medewerkers. Individuele scores en patronen zijn nooit zichtbaar.

Wat ziet mijn werkgever?
[Bekijk details](#)

Jouw Gemoedstoestand 😄
Zeer positief
Score: 8/10

Stress	2/10
Energie	9/10

Organisatie Gemiddelde 😊
Anonieme groepsdata

Positief
Score: 7/10

Stress (Gemiddeld)	3/10
Energie	7/10

Chat met Laura

Mijn Dashboard

Achievements

Privacy

Bekijk Onboarding

→ Vergelijking groepsgemiddelde

Laura.AI
Jouw welzijnscoach

Mijn Dashboard

Jouw persoonlijke welzijnsinzichten

Jouw Streak 1
Blijf consistent voor meer klavertjes! 🍀

Privacy: Deze data is volledig privé en alleen zichtbaar voor jou. Werkgevers zien alleen geanonimiseerde trends van minimaal 10+ medewerkers. [Wat ziet mijn werkgever?](#)

Jouw Gemoedstoestand 😄
Zeer positief
Score: 8/10

Welzijn	8/10
Stress	2/10
Energie	9/10

Chat met Laura

Mijn Dashboard

Achievements

Privacy

Onboarding bekijken

→ Enkel individuele score

Prototype 1vs2 - dashboard

Wat ziet mijn werkgever?

Wat ziet mijn werkgever?

[Verberg details](#)

Je werkgever heeft toegang tot:

- ✓ **Organisatie Trends:** Geaggregeerde stress-, energie- en welzijnsscores van minimaal 10+ medewerkers
- ✓ **Groepsgemiddeldes:** Anonieme statistieken zoals "gemiddeld welzijn: 7/10"

Je werkgever ziet NOOIT:


- × **Jouw persoonlijke scores** of individuele welzijnstrends
- × **Je gesprekken met Laura** - 100% vertrouwelijk
- × **Wie wel of niet deelneemt** aan Laura.AI

WEL zichtbaar

 Groepsgemiddelden (10+ personen)

 Algemene trends

% Percentages


 Anonieme statistieken

NIET zichtbaar

 Jouw individuele scores

 Je chatgesprekken

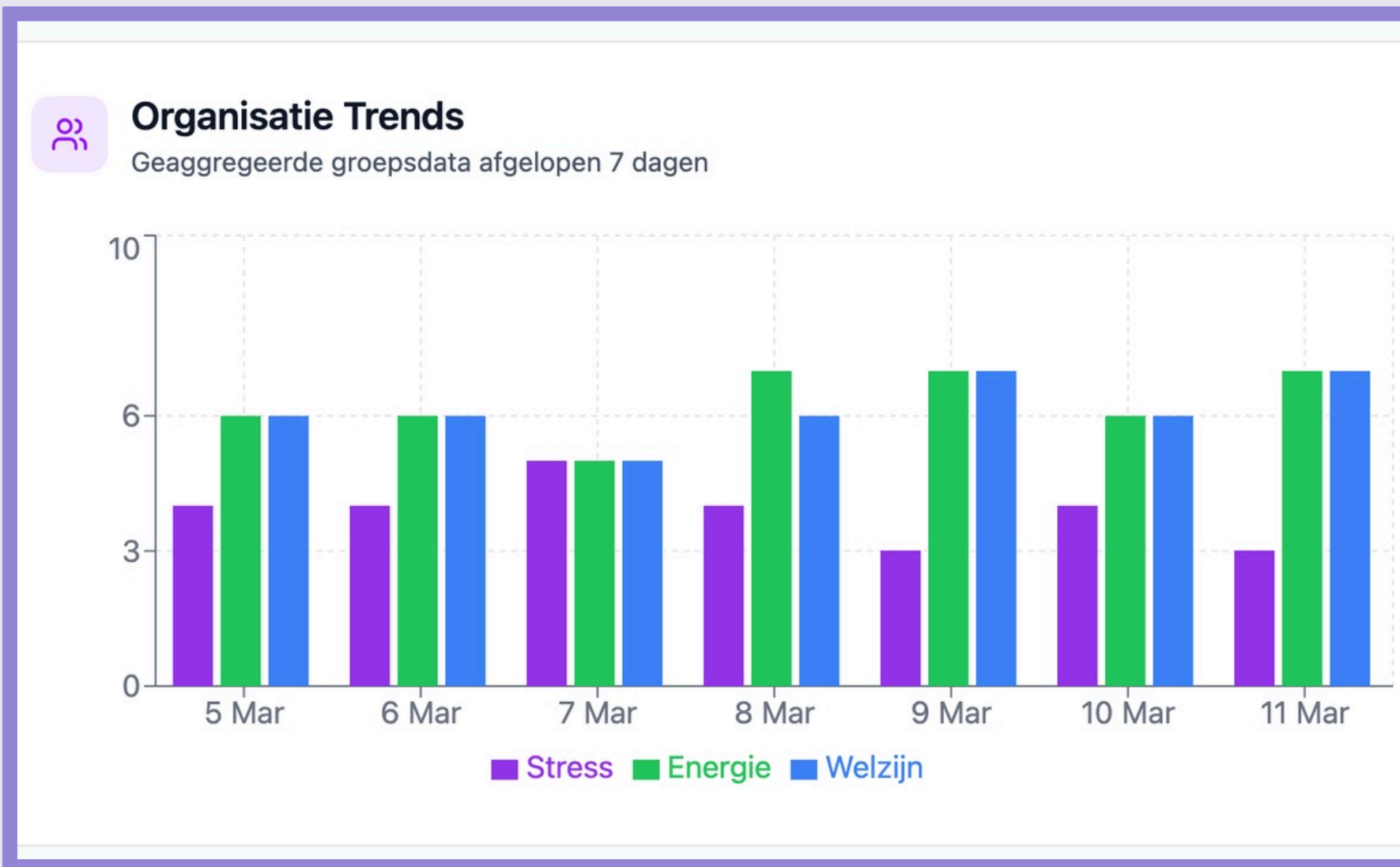
 Je persoonlijke grafiek

 Jouw achievements

- Tekst
- Meer info

- Visueel
- Kort

Prototype 1 vs 2 - dashboard



→ Vergelijking groepsgemiddelde

Laura.AI

Jouw welzijnscoach

Jouw Streak 1
Blijf consistent voor meer klavertjes! 🍀

Chat met Laura

Mijn Dashboard

Achievements

Privacy

Onboarding bekijken

Mijn Dashboard

Jouw persoonlijke welzijnsinzichten

Privacy: Deze data is volledig privé en alleen zichtbaar voor jou. Werkgevers zien alleen geanonimiseerde trends van minimaal 10+ medewerkers. [Wat ziet mijn werkgever?](#)

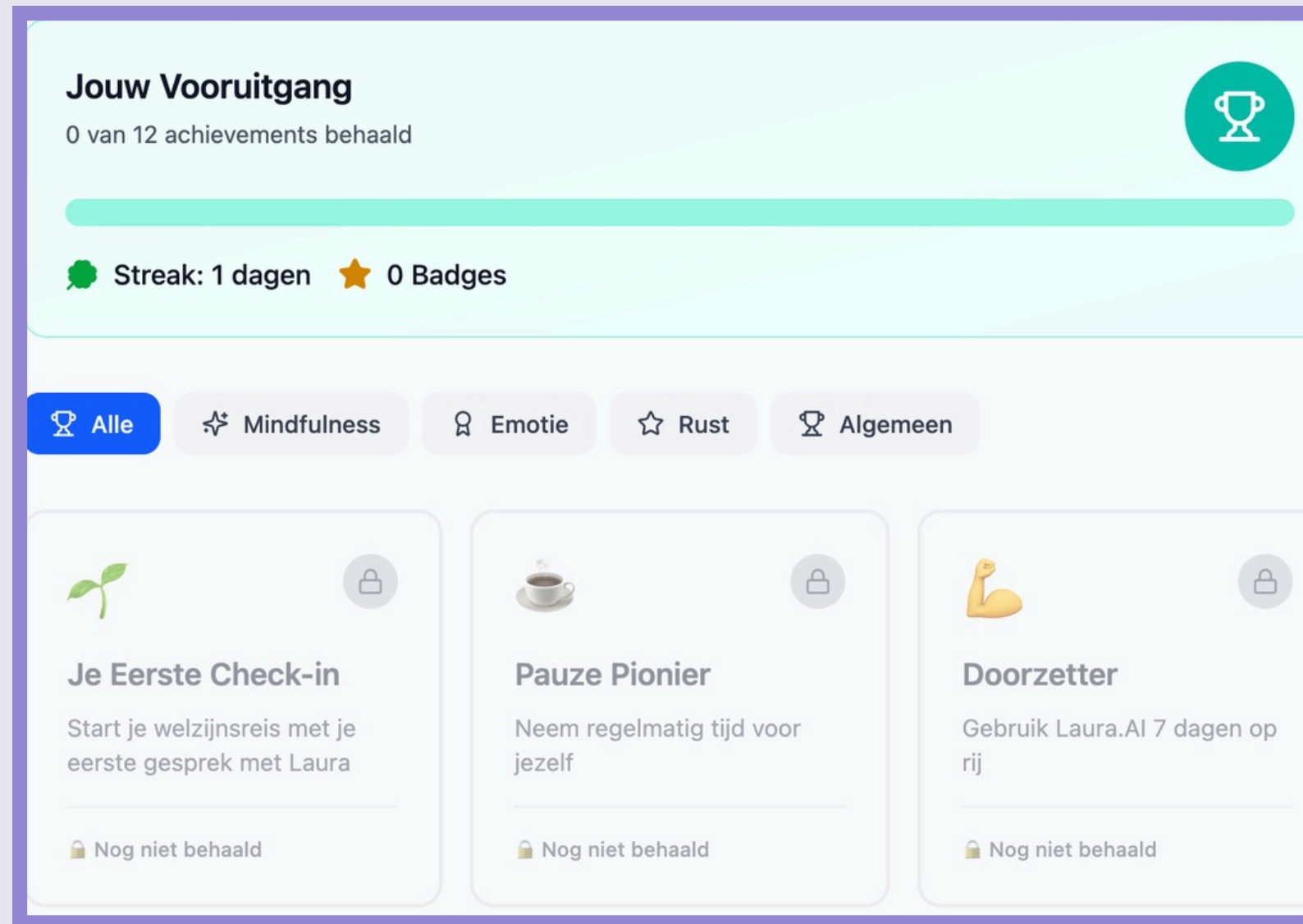
Jouw Gemoedstoestand

Zeer positief
Score: 8/10

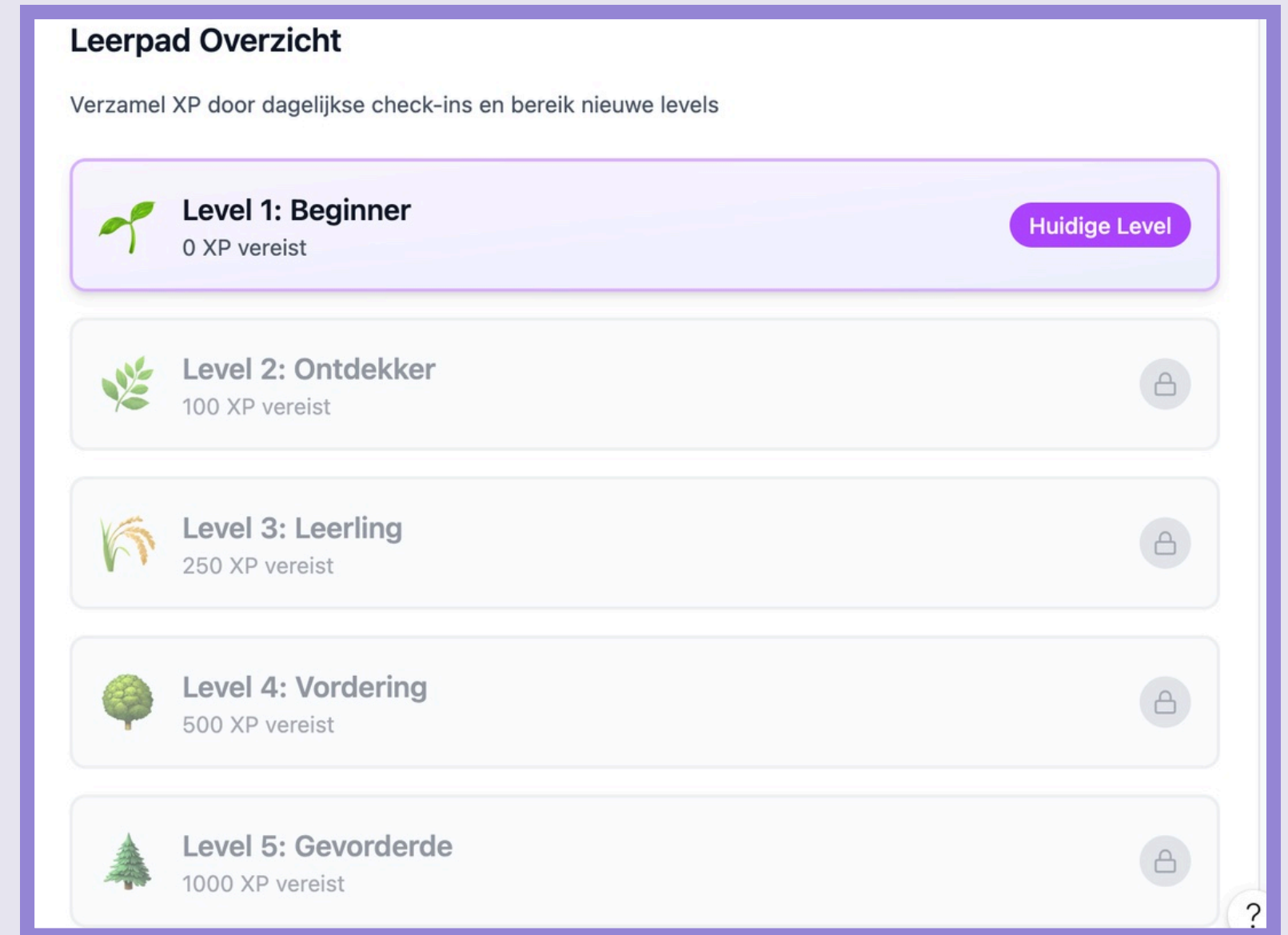
Welzijn	8/10
Stress	2/10
Energie	9/10

→ Enkel eigen score

Prototype 1 vs 2 - achievements

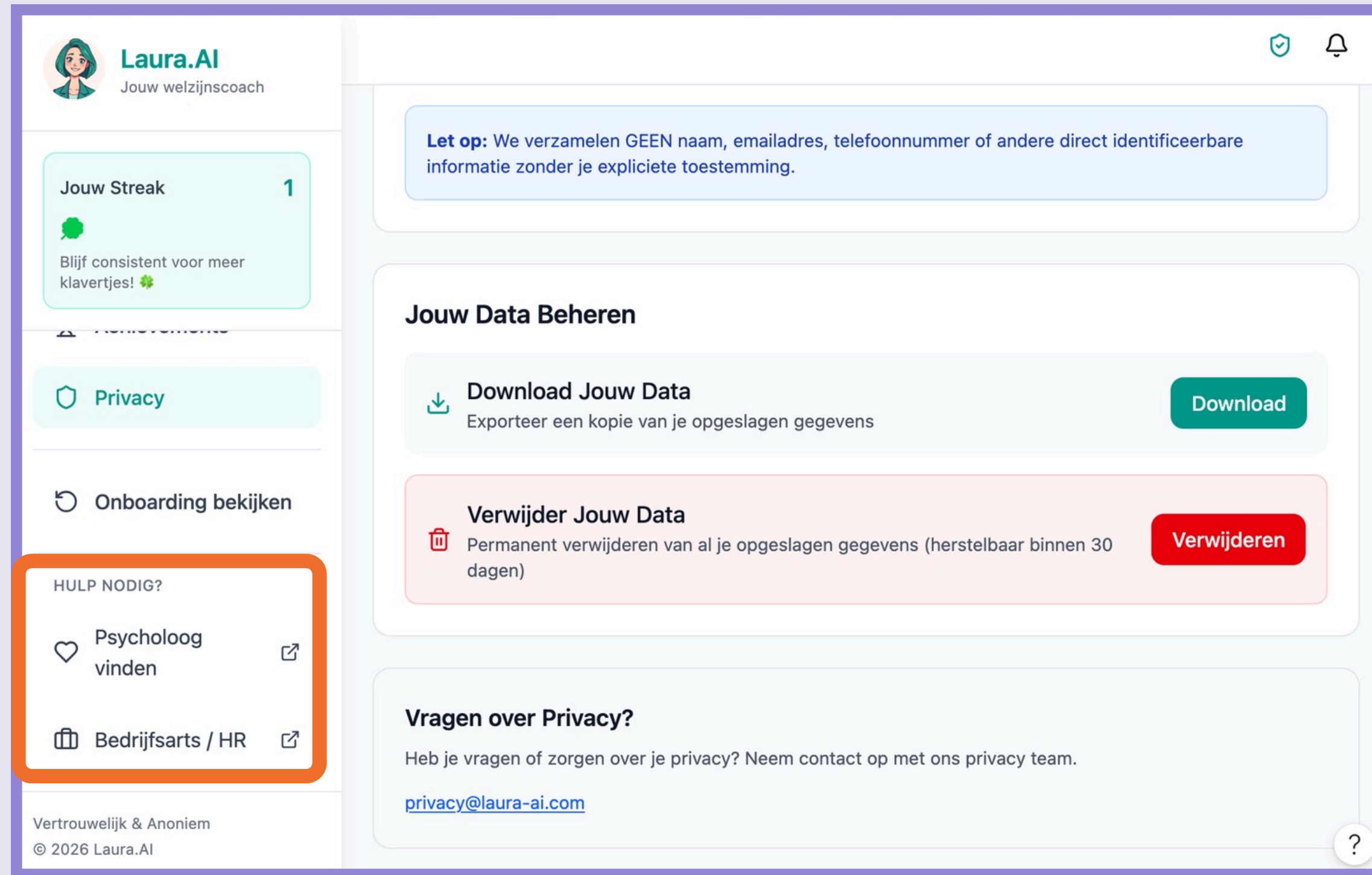


- Achievements
- Specifieke doelen



- Leerpads
- "Level-up"

Prototype 2 - doorverwijzing



→ Doorverwijzing naar externe psycholoog of interne hulp

Resultaten interviews

6 interviews: vergelijking 2 versies

Inzichten in:

- Meldingen
- Onboarding (eerste keer openen Laura-AI)
- Chatbot
- Werknemersdashboard
- Achievements
- Privacy
- Doorverwijzing

Spanningsvelden

Personalisatie vs. Privacy
Motivatie vs. Druk
AI vs. Menselijke hulp



Meldingen



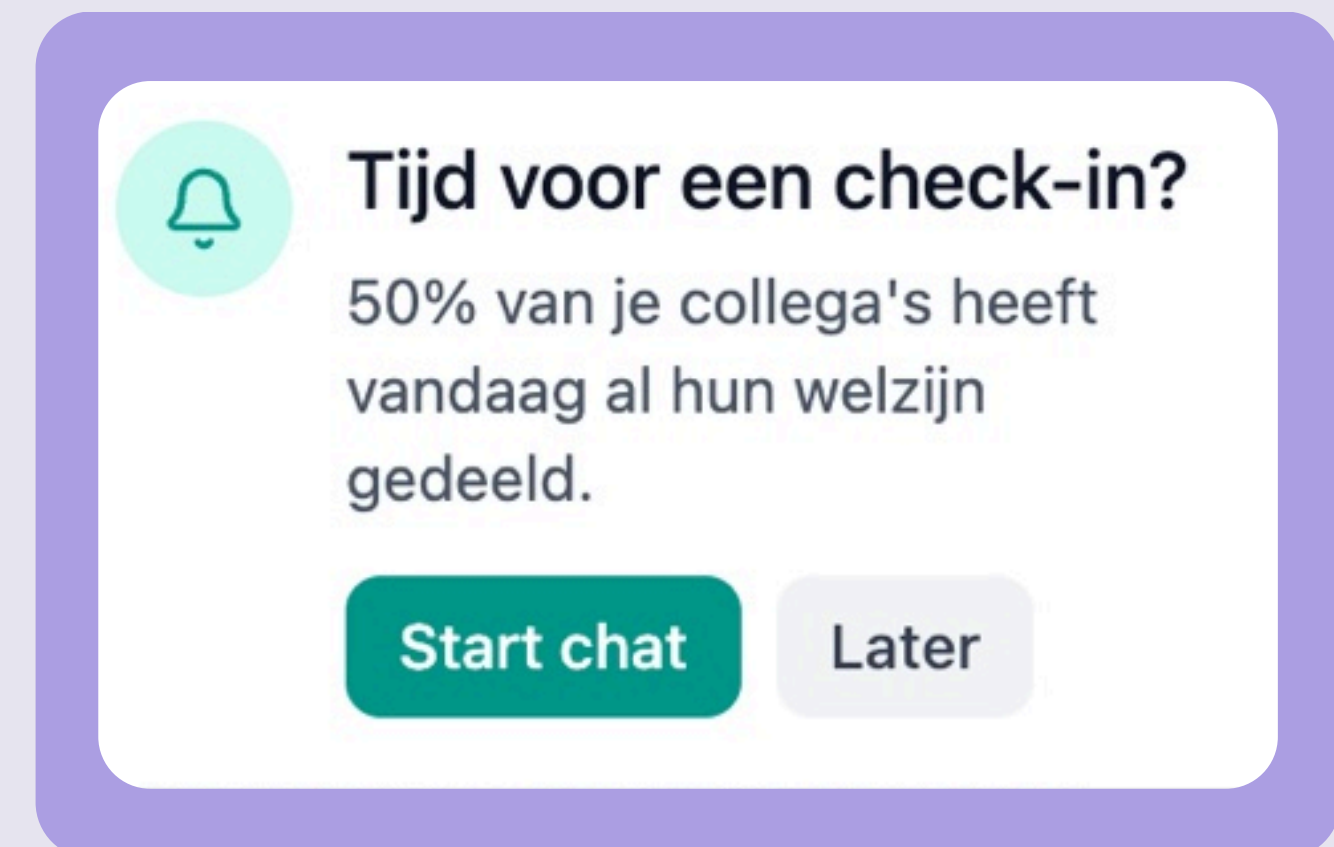
Timing & context



Vrije keuze

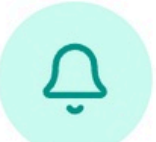


Woordkeuze: check-in





Versie 1



Meldingen

Blijf betrokken met vriendelijke herinneringen

We kunnen je af en toe een melding sturen om je te herinneren aan een check-in of om je te motiveren. Dit helpt bij consistent gebruik.

Meldingen inschakelen
Ontvang vriendelijke herinneringen voor check-ins en achievements


Voorbeelden van meldingen:

- "Tijd voor je dagelijkse check-in?"
- "50% van je collega's heeft vandaag al hun welzijn gedeeld"
- "Je hebt een nieuwe achievement behaald! 🏆"

Je kunt meldingen altijd in- of uitschakelen in je apparaatinstellingen.


[< Vorige](#) [Overslaan](#) ● ● ● ● [Start Laura.AI](#)

Nieuwe versie




Meldingen


Kies welke herinneringen je wilt krijgen

 **Alle meldingen**
Uitgeschakeld

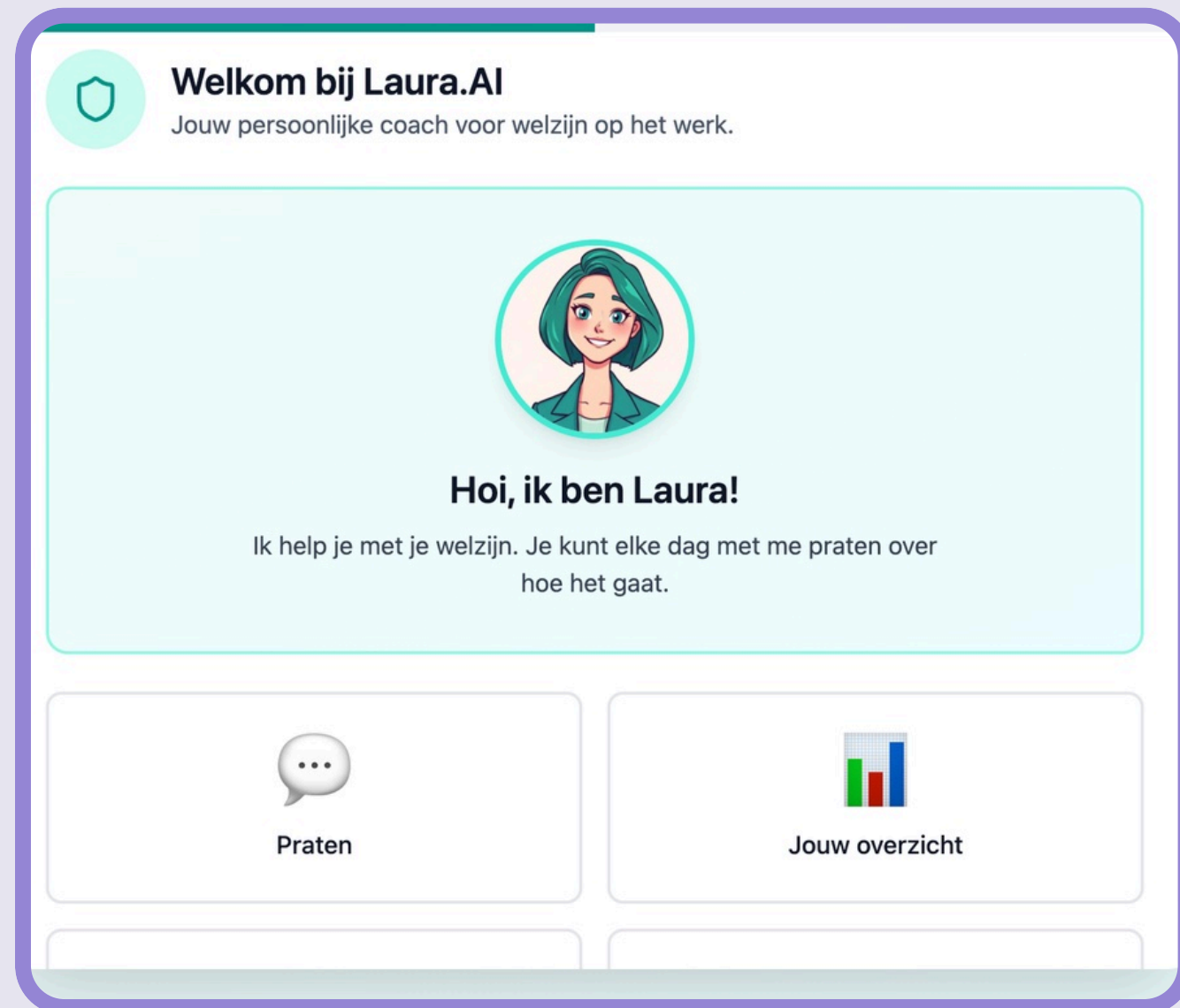
Dagelijkse check-in
Herinnering om in te checken

 Voorbeeld:
Hey, hoe gaat het?

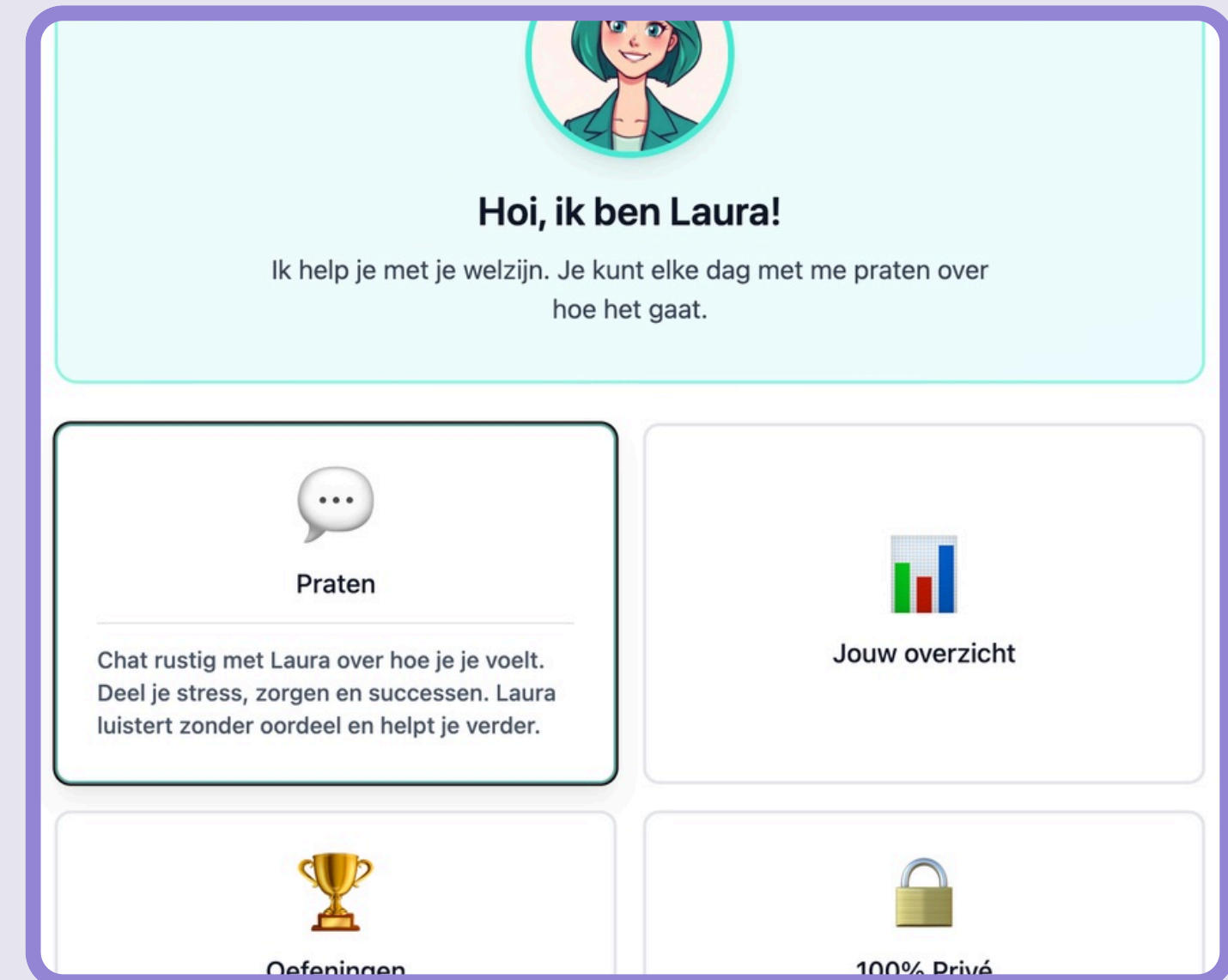
Badge verdiend
Als je een nieuwe badge hebt gekregen

 Voorbeeld:
Badge behaald! 🏆

Onboarding



- Introductie Laura-AI
- Eenvoudige taal
- 1ste persoon



- Niet te tekstueel, ook niet te visueel
- Doorklik optie

Dataverwerking animatie

Animatie overbodig

- Niet meteen duidelijk
- Negatieve gevoelens



Nuttig, maar pas later



Personaliseer Laura

Stem Laura's persoonlijkheid af op jouw voorkeur



Hallo! Hoe gaat het met je welzijn vandaag?

↑ *Preview van Laura's communicatiestijl*

Toon

Neutraal



👤 Formeel

😊 Vriendelijk

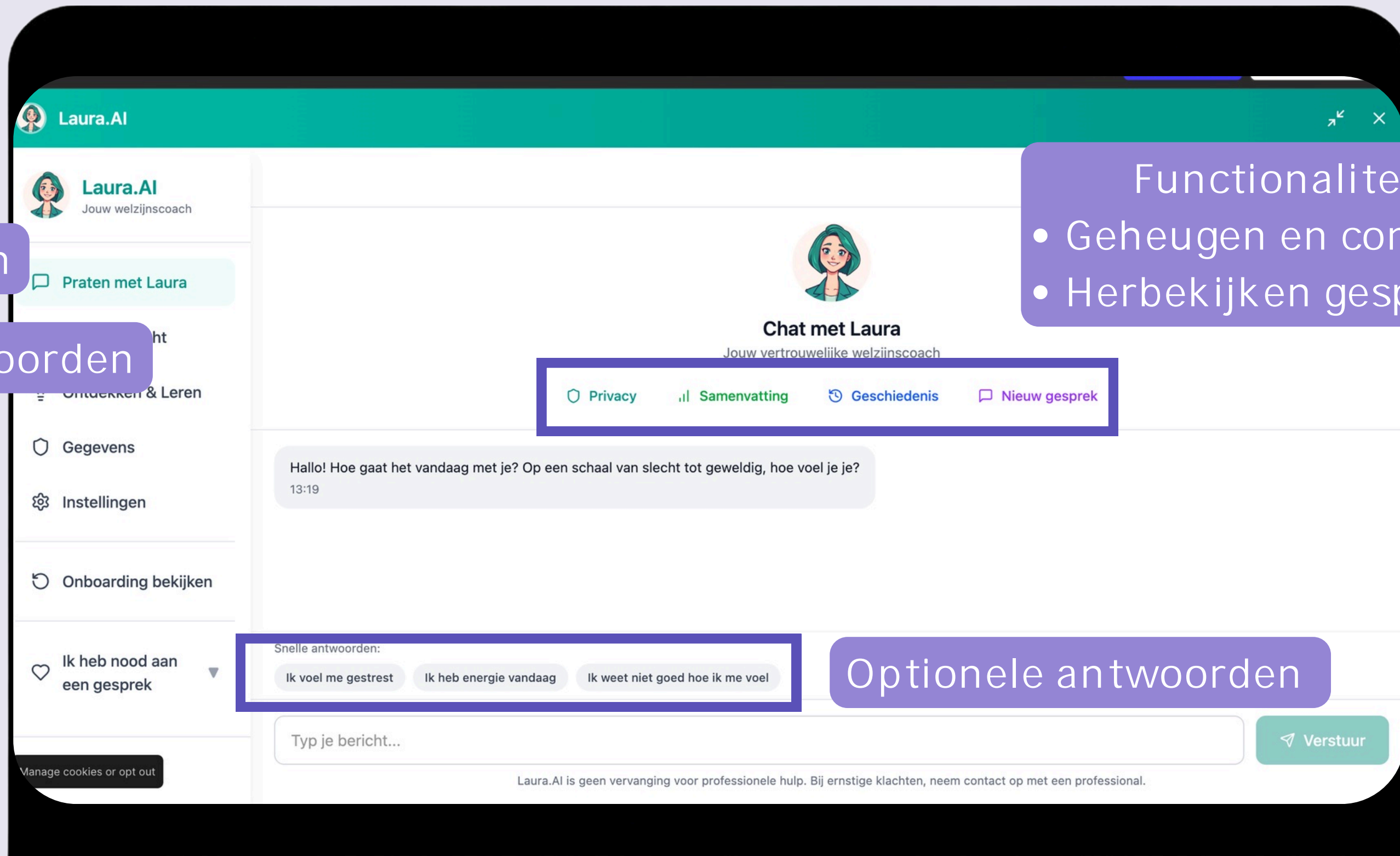
Antwoordlengte

Gemiddeld



📄 Kort & bondig

📖 Uitgebreid



Tips & oplossingen

Correctheid antwoorden

Functionaliteit:
• Geheugen en context
• Herbekijken gesprekken

Privacy Samenvatting Geschiedenis Nieuw gesprek

Snelle antwoorden:
Ik voel me gestrest Ik heb energie vandaag Ik weet niet goed hoe ik me voel

Optionele antwoorden

Persoonlijke menselijke AI


Werknemersdashboard


Focus op individu



Mijn Overzicht

Jouw persoonlijke welzijnsinzichten

 **Gegevens:** Deze gegevens zijn volledig privé en alleen zichtbaar voor jou. Werkgevers zien alleen geanonimiseerde trends van minimaal 30+ medewerkers.

 [Wat ziet mijn werkgever?](#)

Algemene stemming




Zeer positief

Jouw Check-in Systeem

 **Elke dag:** Laura vraagt hoe je je algemeen voelt (van slecht tot geweldig)

 **Vrijdag:** Uitgebreide check-in waarbij Laura vraagt naar je stress, energie én algemeen welzijn

 Zo houden we samen je groei bij en ontdekken we patronen over tijd

Wat ziet mijn werkgever?

Werkgeversweergave

Dit is exact wat je werkgever ziet van jullie team

WEL zichtbaar

Groepsgemiddelden (30+ personen)

Algemene trends

Percentages

Anonieme statistieken

NIET zichtbaar

Jouw individuele scores

Je chatgesprekken

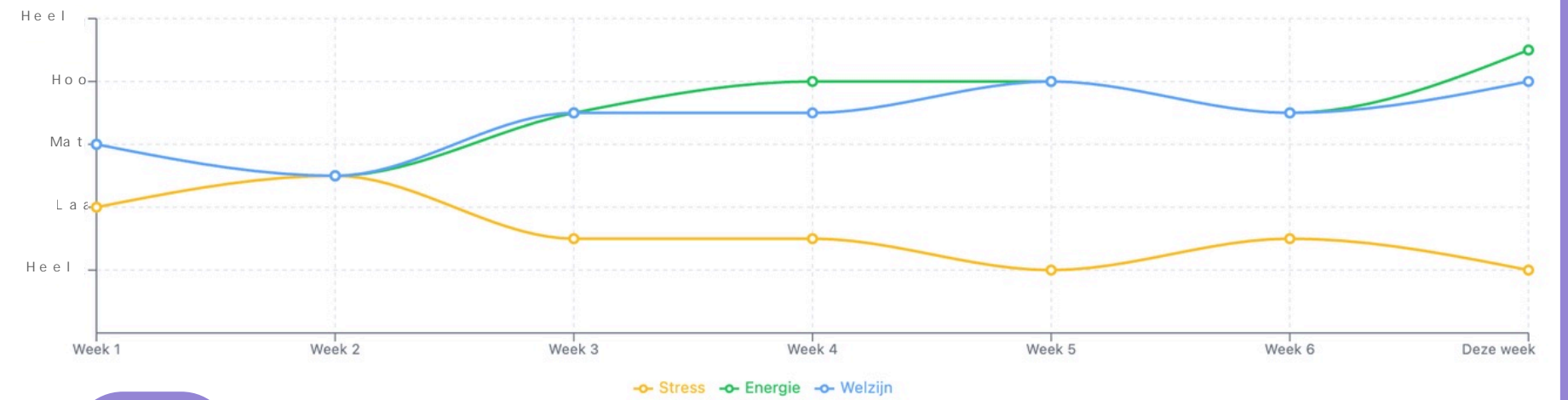
Je persoonlijke grafiek

Ontdekken & leren

Evolutie over Weken

Afgelopen weken - alleen jij ziet deze data

Einde Week



2

Voorbeeld Werkgever Overzicht

Team Welzijnstrends

1

Kan de werkgever dingen afleiden?

✓ Algemene trends

- "Team heeft meer stress"
- "Energie is hoog"
- "Positieve welzijnstrend"

✗ Individuele zaken

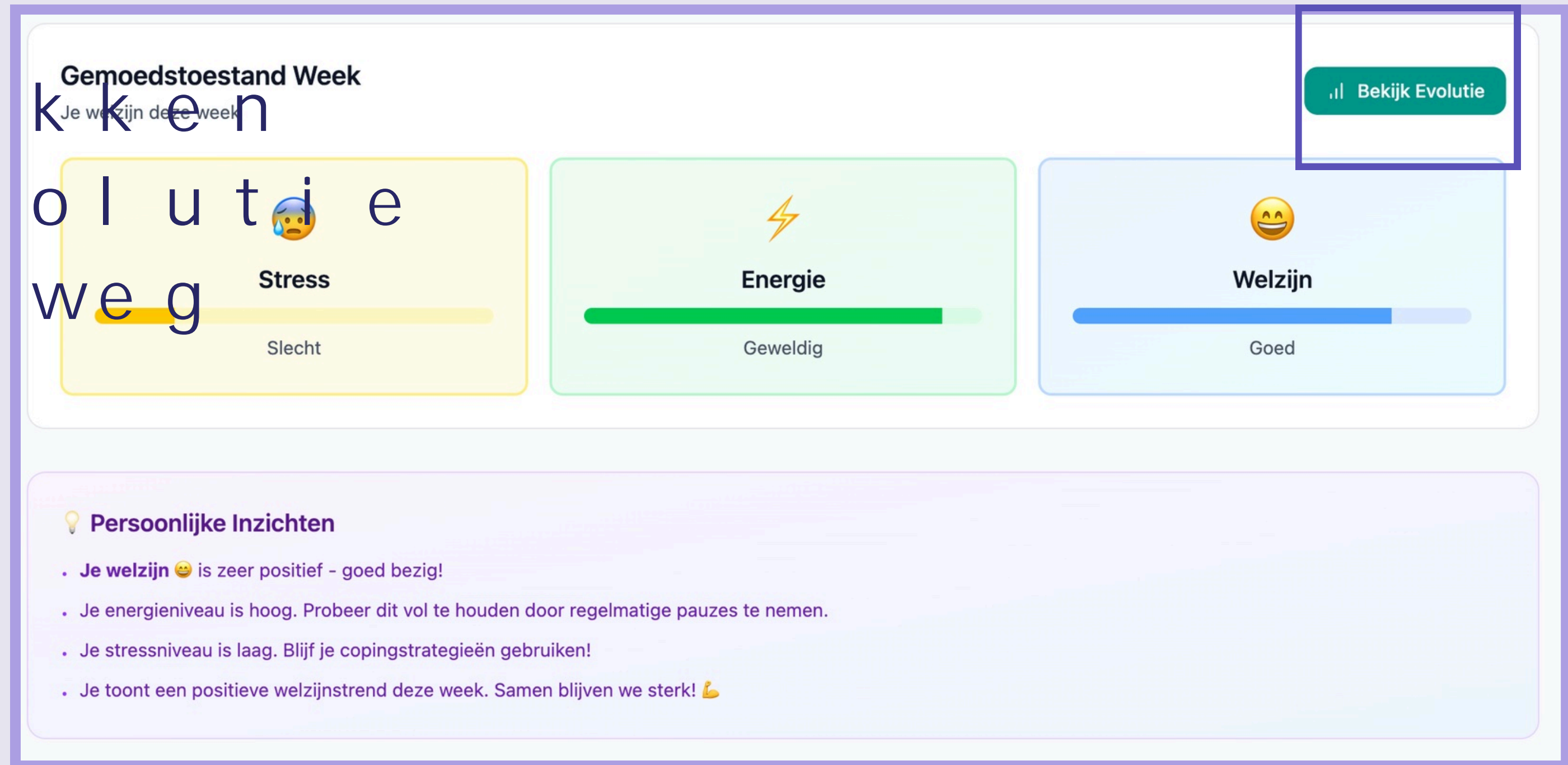
- "Jan heeft burn-out"
- "Maria scoort laag"
- "Afdeling X heeft problemen"

Extra bescherming: Cijfers worden pas getoond bij minimaal 30 personen.

3

Werknemersdashboard

- Door klikken naar evolutie
- Scores wegg

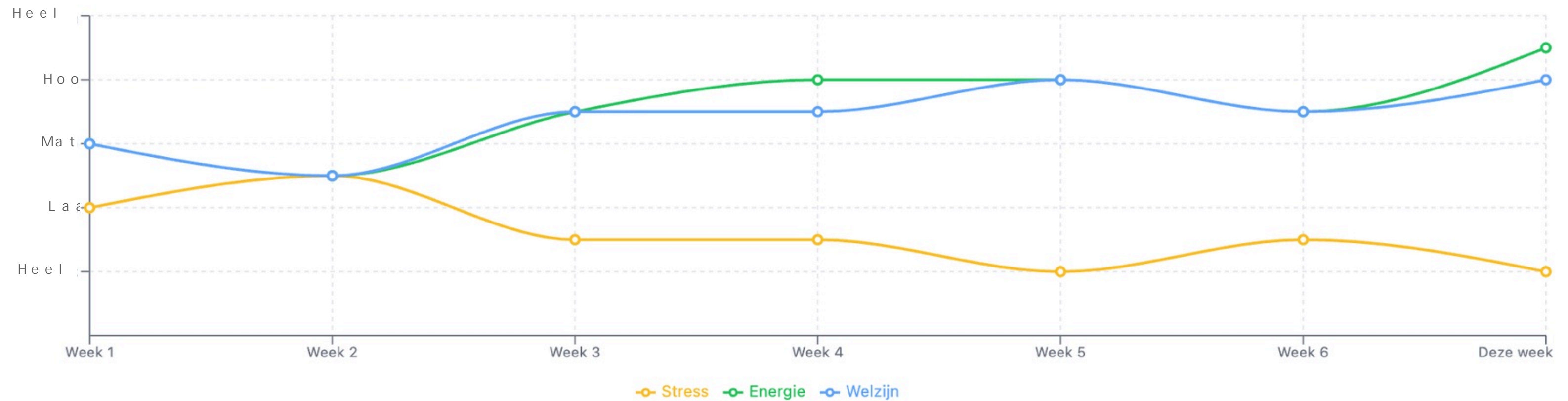


Pas na doorklikken evolutie

Evolutie over Weken

Afgelopen weken - alleen jij ziet deze data

Einde Week



'Achievements'



→ Ontdekken & leren

- Minder competitief
- Focus op interesses
- Streaks weg

Laura.AI
Jouw welzijnscoach

Ontdek & Leer

Kies oefeningen die bij je passen en ga aan de slag in je eigen tempo

Jouw Mindfulnessdoelen
Kies waar je aan wilt werken. Je kunt meerdere doelen kiezen en aanpassen wanneer je wilt.

BESCHIKBARE DOELEN

- Meer rust vinden**
Ik wil leren om beter te ontspannen en meer rust te ervaren
- Bewuster leven**
Ik wil meer in het moment zijn en minder afgeleid
- Emoties beter begrijpen**
Ik wil leren omgaan met intense gevoelens
- Kalmte vinden bij stress**
Ik wil technieken leren om mezelf te kalmeren
- Balans in werk en leven**
Ik wil betere grenzen en pauzes nemen
- Beter slapen**
Ik wil mijn slaapkwaliteit verbeteren
- Vriendelijker voor mezelf**
Ik wil minder streng zijn voor mezelf
- Meer energie krijgen**
Ik wil leren hoe ik mijn energie kan behouden
- Focus verbeteren**
Ik wil beter kunnen concentreren
- Meer verbinding**
Ik wil betekenisvolle relaties opbouwen

Manage cookies or opt out



♥ Jouw keuze, jouw tempo

Probeer wat je interesseert, laat liggen wat niet werkt. Deze oefeningen zijn tools, geen verplichtingen. Laura helpt je ontdekken wat bij jou past.

Alle Mindfulness Ademhaling Pauzes Emotieregulatie Rust Emotioneel welzijn Zelfcompassie Slaap



Body Scan

Mindfulness • 10-15 min

Scan je lichaam van hoofd tot teen en ontdek waar je spanning vasthoudt



4-7-8 Ademhaling

Ademhaling • 5 min

Kalmeer je zenuwstelsel met deze bewezen ademhalingstechniek



Mindful Koffiepauze

Pauzes • 10 min

Transformeer je koffiepauze naar een moment van bewuste rust



STOP Techniek

Emotieregulatie • 2-3 min

Voor intense momenten: Stop, Take a breath, Observe, Proceed



Mindful Wandelen

Mindfulness • 15-20 min

Combineer beweging met mindfulness voor mentale helderheid



Progressieve Spierontspanning

Rust • 15 min

Span en ontspan spiergroepen om diepe fysieke rust te ervaren



Dankbaarheidsmoment

Emotioneel welzijn • 5 min

Focus op wat goed gaat om je perspectief te verschuiven



Digitale Detox Moment

Pauzes • 30 min

Een bewuste pauze van schermen en notificaties



Zelfcompassie Moment

Zelfcompassie • 5-10 min

Spreek jezelf toe zoals je een goede vriend zou toespreken



Gegevens en beheer



- M i n d e r v a k j a r g o n
- L a y o u t
- G e g e v e n s a a n v r a g e n

Gegevens & Beheer

Transparantie over hoe we jouw gegevens beschermen en verwerken

Onze Beloftes

Laura.AI is gebouwd met privacy als hoogste prioriteit. Hier zijn onze kernprincipes:

100% Anoniem

Je werkgever ziet nooit je individuele gesprekken of scores

Veilig Bewaard

Alle data wordt goed beveiligd opgeslagen

Minimale Groep

Cijfers worden alleen getoond bij minimaal 30 personen

Volgens de Regels

We volgen alle Europese privacyregels

Jouw Gegevens Beheren



Vraag hier jouw data aan

Ontvang een kopie van al je opgeslagen gegevens

Gegevens aanvragen



Verwijder Jouw Gegevens

Kies wanneer je gegevens permanent worden verwijderd

Verwijderen



Doorverwijzing



C r u c i a a l e l e m e n t



Professionele hulp
Psycholoog of
hulpverlener



D o o r v e r w i j z e n



Chatbot
Vertrouwenspersoon
HR of bedrijfsarts



V e r a n d e r i n g t e r

m i n o l o g i e

Manage cookies or opt out



Ik heb nood aan
een gesprek



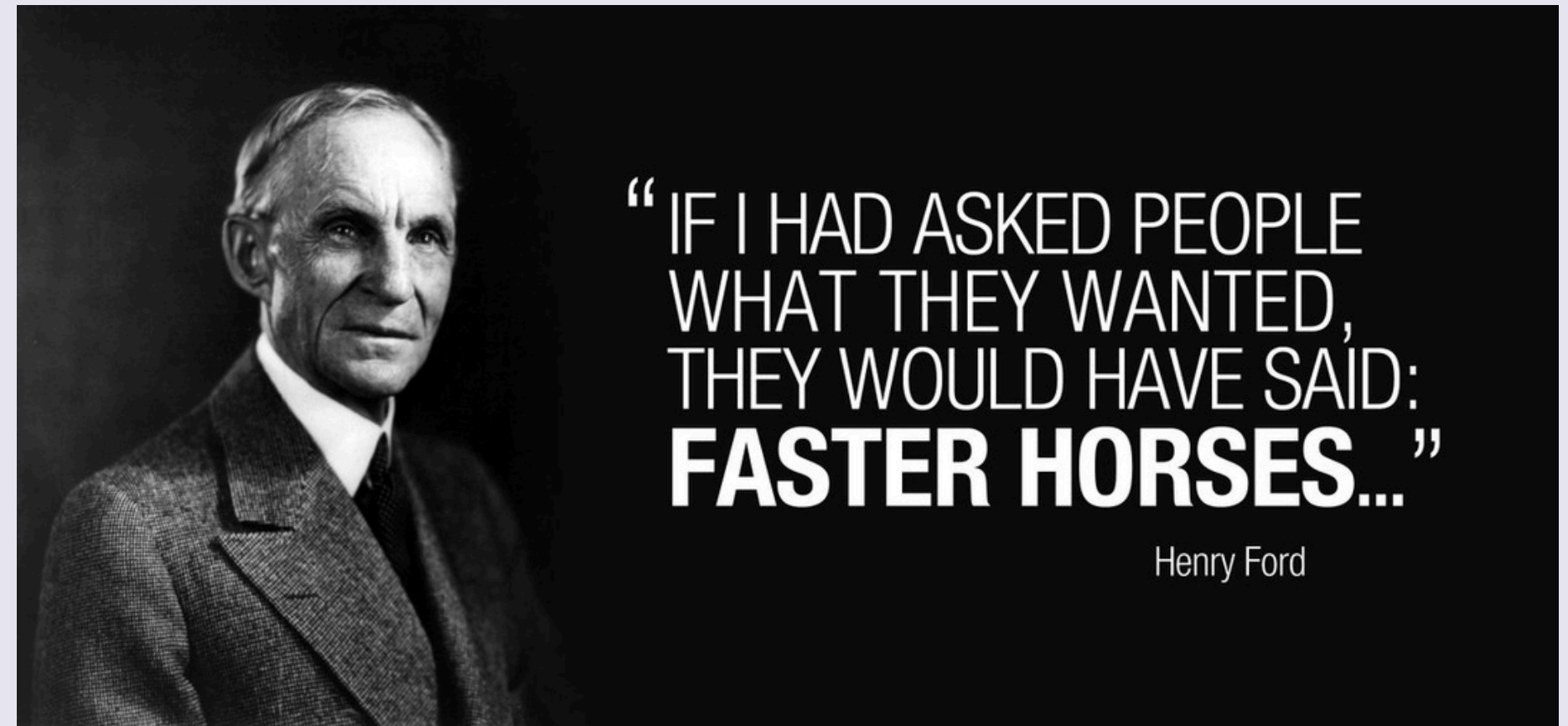
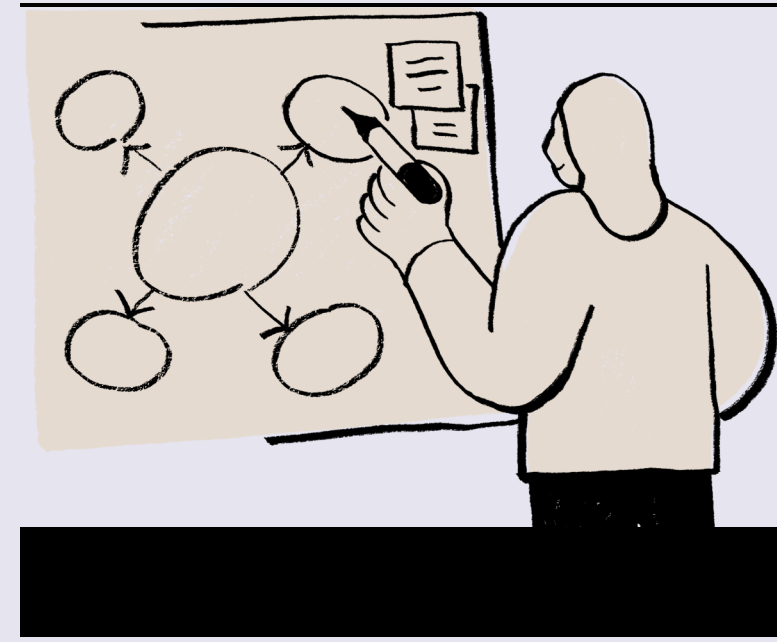
e e e

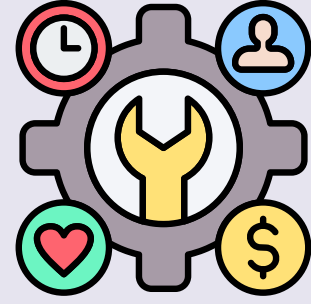
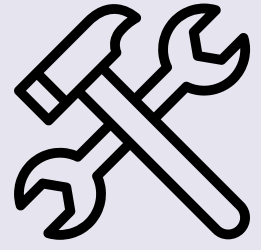
Methodologisch

- Kluisenestekproef

- Thinking aloud en social desirability

- Henry Ford!







Laura.AI
Jouw welzijnscoach

Praten met Laura

Mijn Overzicht

Ontdeken & Leren

Gegevens

Instellingen

Onboarding bekijken

Ik heb nood aan een gesprek

Ontdek & Leer

Kies oefeningen die bij je passen en ga aan de slag in je eigen tempo

Jouw Mindfulnessdoelen

Kies waar je aan wilt werken. Je kunt meerdere doelen kiezen en aanpassen wanneer je wilt.

BESCHIKBARE DOELEN

- Meer rust vinden**
Ik wil leren om beter te ontspannen en meer rust te ervaren
- Bewuster leven**
Ik wil meer in het moment zijn en minder afgeleid
- Emoties beter begrijpen**
Ik wil leren omgaan met intense gevoelens
- Kalmte vinden bij stress**
Ik wil technieken leren om mezelf te kalmeren
- Balans in werk en leven**
Ik wil betere grenzen en pauzes nemen
- Beter slapen**
Ik wil mijn slaapkwaliteit verbeteren
- Vriendelijker voor mezelf**
Ik wil minder streng zijn voor mezelf
- Meer energie krijgen**
Ik wil leren hoe ik mijn energie kan behouden
- Focus verbeteren**
Ik wil beter kunnen concentreren
- Meer verbinding**
Ik wil betekenisvolle relaties opbouwen

Tools om mee aan de slag te gaan

Wetenschappelijk onderbouwde oefeningen die je direct kunt toepassen. Kies wat jou aanspreekt en probeer het uit.

Alle Mindfulness Ademhaling Pauzes Emotieregulatie Rust Emotioneel welzijn Zelfcompassie Slaap

- Body Scan**
Mindfulness - 10-15 min
Scan je lichaam van hoofd tot teen en ontdek waar je spanning vasthoudt
- 4-7-8 Ademhaling**
Ademhaling - 5 min
Kalmeer je zenuwstelsel met deze bewezen ademhalingstechniek
- Mindful Koffiepauze**
Pauzes - 10 min
Transformeer je koffiepauze naar een moment van bewuste rust
- STOP Techniek**
Emotieregulatie - 2-3 min
Voor intense momenten: Stop, Take a breath, Observe, Proceed
- Mindful Wandelen**
Mindfulness - 15-20 min
Combineer beweging met mindfulness voor mentale helderheid
- Progressieve Spierontspanning**
Rust - 15 min
Span en ontspan spiergroepen om diepe fysieke rust te ervaren
- Dankbaarheidsmoment**
Emotioneel welzijn - 5 min
Focus op wat goed gaat om je perspectief te verschuiven
- Digitale Detox Moment**
Pauzes - 30 min
Een bewuste pauze van schermen en notificaties
- Zelfcompassie Moment**
Zelfcompassie - 5-10 min
Spreek jezelf toe zoals je een goede vriend zou toespreken



