

HET TAMAGOTCHI BORDJE

Neem eens je rust!



INHOUDSOPGAVE

INLEIDING & AANLEIDING

1.

HET CONCEPT

2.

T/M

6.

PROTOTYPE

7.

PERSUASIVE PRINCIPES

8.

MICROINTERACTIES

9.

T/M

12.

FEEDBACK LOOPS

13.

&

14.

INLEIDING & AANLEIDING



HET PROBLEEM

Zelf ervaar ik veel lichamelijke klachten, doordat ik onbewust veelste lang achter mijn bureau zit. Hier hebben veel studenten last van. Ook kan het voorkomen dat je onbewust in een focus raakt en de tijd niet meer in de gaten hebt, zo kan het zijn dat je 2 uur lang achter je bureau zit zonder een pauze te nemen. En juist een korte pauze nemen is goed voor je lichaam en voor je geest om zo daarna fris en fruitig verder te gaan.

HOE OP TE LOSSEN?

Voor mijn individuele UbiComp project heb ik een tamagotchi bordje als mijn op te lossen probleem genomen. Hierdoor hoop ik dat studenten bewust worden van hoelang zij achter hen bureau zitten en in zien dat korte pauzes beter voor je zijn.



UITWERKING

CONCEPT

“Het tamagotchi bordje” zal mijn doelgroep helpen om herindert te worden om regelmatig tijdens het studeren of het werken pauzes te nemen. Door de studenten te helpen om bewust te worden van wat de pauzes met hen zullen doen, hoop ik dat in de toekomst mijn oplossing / product niet meer nodig is en zij uit zich zelf pauzes nemen.

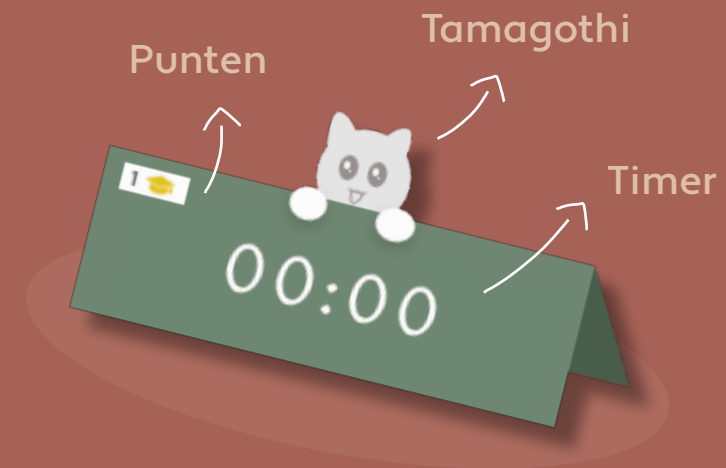
“Het tamagotchi bordje” zorgt ervoor dat de student door middel van de kleuren op het bordje en een zichtbare timer in zien wanneer het tijd is voor een pauze. Om de motivatie hoog te houden heb ik een tamagothi er in verwerkt die een emotie uitdrukt en je bij ‘goed gedrag’ punten kunt behalen.

Op de stoel waarop zij zitten is een sensor geplaatst die meet of er iemand op de stoel zit en voor hoelang. Deze informatie wordt doorgekoppeld aan de tamagotchi.

“ De student moet iedere +- 50 minuten een pauze nemen van minimaal 15 minuten ”

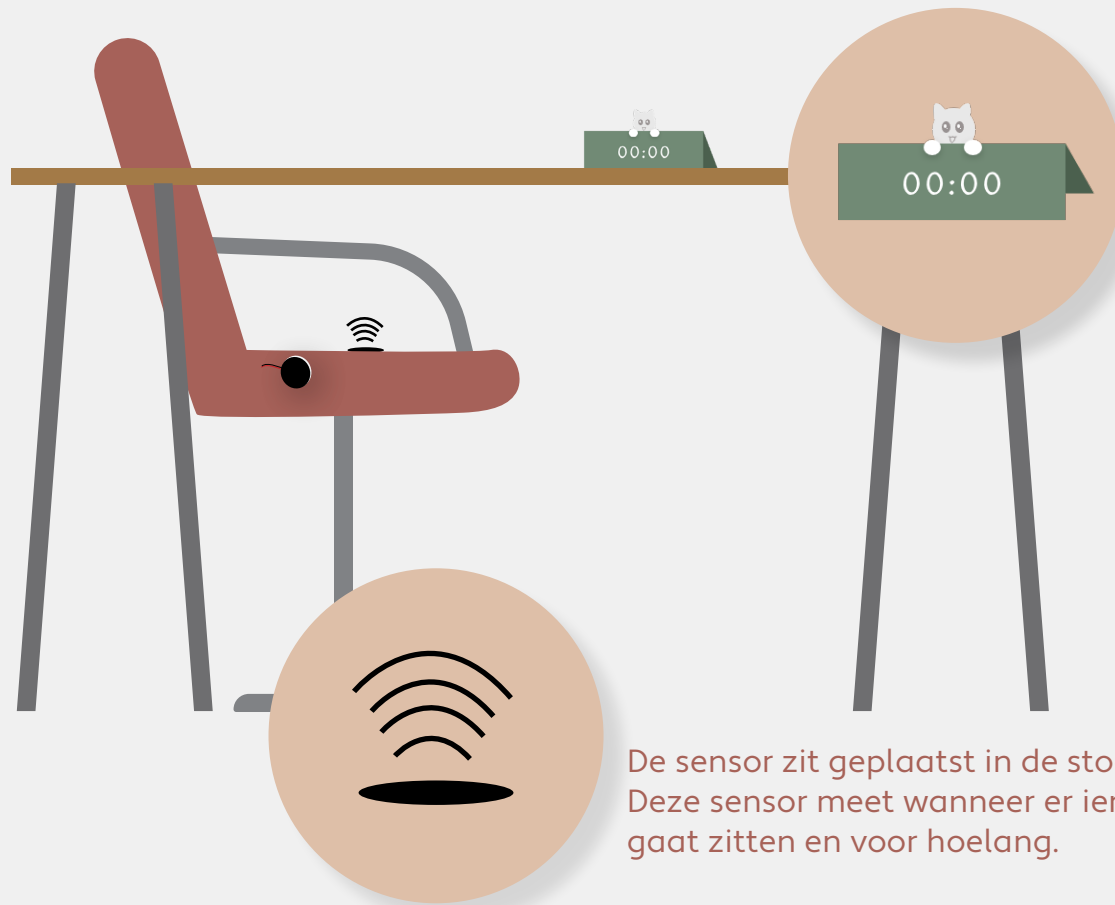
MULTIMODALE INTERACTIE

De bewegingen en het “gewicht” van de persoon wordt herkend door de sensor. De student geeft door middel van zijn/haar houding dus een input. De sensor herkent dit en geeft output door aan de tamagotchi door middel van tijd(timer), kleur en emotie (tamagotchi).



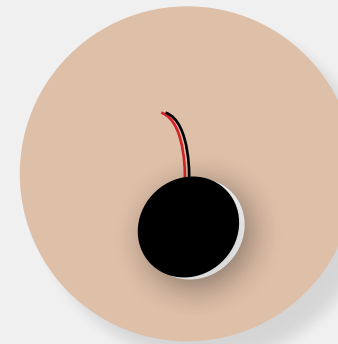
UITWERKING

CONTEXT



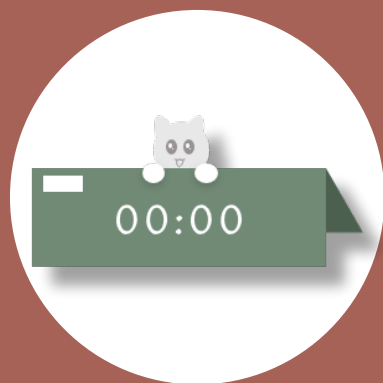
De sensor zit geplaatst in de stoel. Deze sensor meet wanneer er iemand gaat zitten en voor hoelang.

De sensor in de stoel geeft de feedback weer op het bordje (tamagotchi) door middel van kleur. Ook is er een timer aanwezig om de gebruiker bewust te maken van hoelang zij al zitten.



Naast de sensor zit er ook een trilmoter in de stoel. Wanneer de gebruiker 'slecht' gedrag toont wordt deze geactiveerd.

UITWERKING CONCEPT



GROEN
TOT EN MET 50
MINUTEN



GROEN > ORANJE
TUSSEN 50 EN 60
MINUTEN



ORANJE > ROOD
TUSSEN 60 EN 70
MINUTEN



ROOD
BOVEN DE 70
MINUTEN

UITWERKING CONCEPT

*“De student moet
iedere +- 50 minuten
een pauze nemen.”*


1



42:00

Student neemt voor de 50 minuten een pauze.

Of



50:12


Student neem tussen de 50 en 60 minuten pauze.




00:00

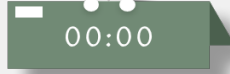
1 punt gewonnen!
De timer begint opnieuw.

2



69:33


Er zijn meer dan 60 minuten voorbij

00:00

Geen punten erbij.
De timer begint opnieuw.

3



71:10

Er zijn meer dan 70 minuten voorbij




00:00

Helaas een punt minder.
De timer begint opnieuw.

UITWERKING

CONCEPT - PAUZE



De student besluit binnen 50 minuten een korte pauze te houden.



De sensor in de stoel registreerd wanneer de student van de stoel af is.



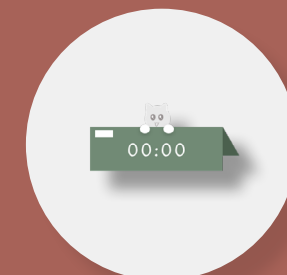
Het is belangrijk om minimaal 15 minuten pauze te houden om bijvoorbeeld even de benen te strekken



De sensor houdt bij voor hoelang er niet gezeten wordt. (pauze)



Minaal 15 minuten pauze gehouden? Dan verdien je een punt en gaat de timer weer op 0.

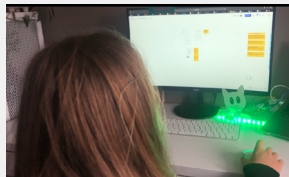


Komt de student binnen 15 minuten weer terug? Helaas geen punt. De timer gaat weer op 0.

PROTOTYPE

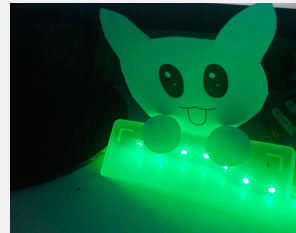
TAMAGOTCHI BORDJE

Om mijn idee naar een prototype te visualiseren ben ik als aller eerst begonnen om met papier de tamagotchi te maken. Vervolgens heb ik uit een plastic bakje de vorm van het bordje uitgesneden.



ARDUINO

Om te meten wanneer er iemand op de stoel zit en voor hoelang kan ik de "Accelormeter - bewegingsmeter" sensor gebruiken. Deze koppeld de feedback door aan de "Ledstrip" doormiddel van de kleuren. Wanneer er negatief - slecht gedrag wordt getoond (langer dan 70 minuten zitten zonder pauze) wordt de "Trilmotor" geactiveerd in de stoel. Deze stopt pas wanneer de "Accelormeter - bewegingsmeter" sensor registreerd dat de student van de stoel af is.



CONCEPT

PERSUASIVE PRINCIPLES

SCARCITY - SCHAARSTE

Studenten reageren sterk op de optie dat zij iets kunnen mislopen. In mijn oplossing om niet te lang achter je bureau te zitten en pauzes te nemen kun je punten behalen. Dit motiveert studenten, omdat zij graag punten willen scoren. Ook de timer zorgt er voor dat zij vaak werk sneller maken en bewust zijn van de tijd en dus 'door werken'. Hierdoor zullen ze een pauze nemen ook meer accepteren, omdat ze al ver zijn gekomen met bijvoorbeeld: het huiswerk.

CONSISTENT GEDRAG

Door het gebruik van de tamagotchi bordje zorg ik ervoor dat de studenten uiteindelijk de kracht hebben om consistent te blijven handelen > optijd pauzes te nemen. Zodra de student door heeft hoe goed het is om regelmatig pauzes te houden en zien dat ze hier door beter voelen zullen zij voortaan eerder geneigd zijn om zich hier aan te houden.

MICRO INTERACTIES

ALL GOOD STATE



De student zit 42 minuten op de stoel.



Wanneer er met 42 minuten pauze wordt gehouden blijft de Tamagotchi groen.

Na een pauze van minimaal 15 minuten keert de timer terug en kleurt het bordje weer groen.



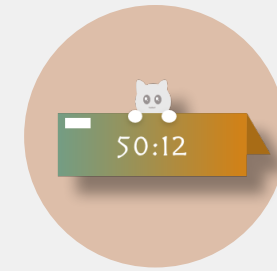
De tamagotchi is groen en drukt een blijde emotie uit.

Na de pauze van minimaal 15 minuten keert de timer op 0.

Er is een punt verdiend

MICRO INTERACTIES

ALL FINE STATE



De student zit al langer dan 50 minuten op de stoel.



Als er langer dan 50 minuten gezeten wordt dan kleurt het bordje langzaam oranje.

Na een pauze van minimaal 15 minuten keert de timer terug en kleurt het bordje weer groen.



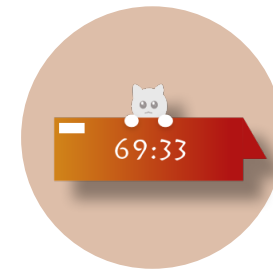
De tamagotchi kleurt langzaam oranje en drukt een minder blijde emotie uit.

Het bordje wordt weer groen en de timer keert terug op 0.

Er is een punt verdiend

MICRO INTERACTIES

DANGEROUS STATE



De student zit al langer dan 60 minuten op de stoel.



Als er langer dan 60 minuten gezeten wordt, dan kleurt het bordje langzaam rood.

Na een pauze van minimaal 15 minuten keert de timer terug en kleurt het bordje weer groen.

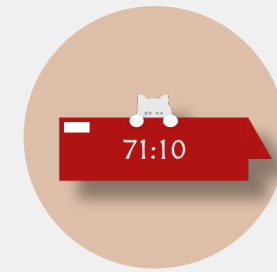


De tamagotchi kleurt langzaam naar rood en drukt een teleurgestelde emotie uit.

Het bordje wordt weer groen en de timer keert terug op 0.

MICRO INTERACTIES

BAD STATE



De student zit al langer dan 70 minuten op de stoel.



Als er langer dan 70 minuten gezeten wordt dan kleurt het bordje rood

Na een pauze van minimaal 15 minuten keert de timer terug en kleurt het bordje weer groen.



De tamagotchi kleurt rood en drukt een verdrietige emotie uit.

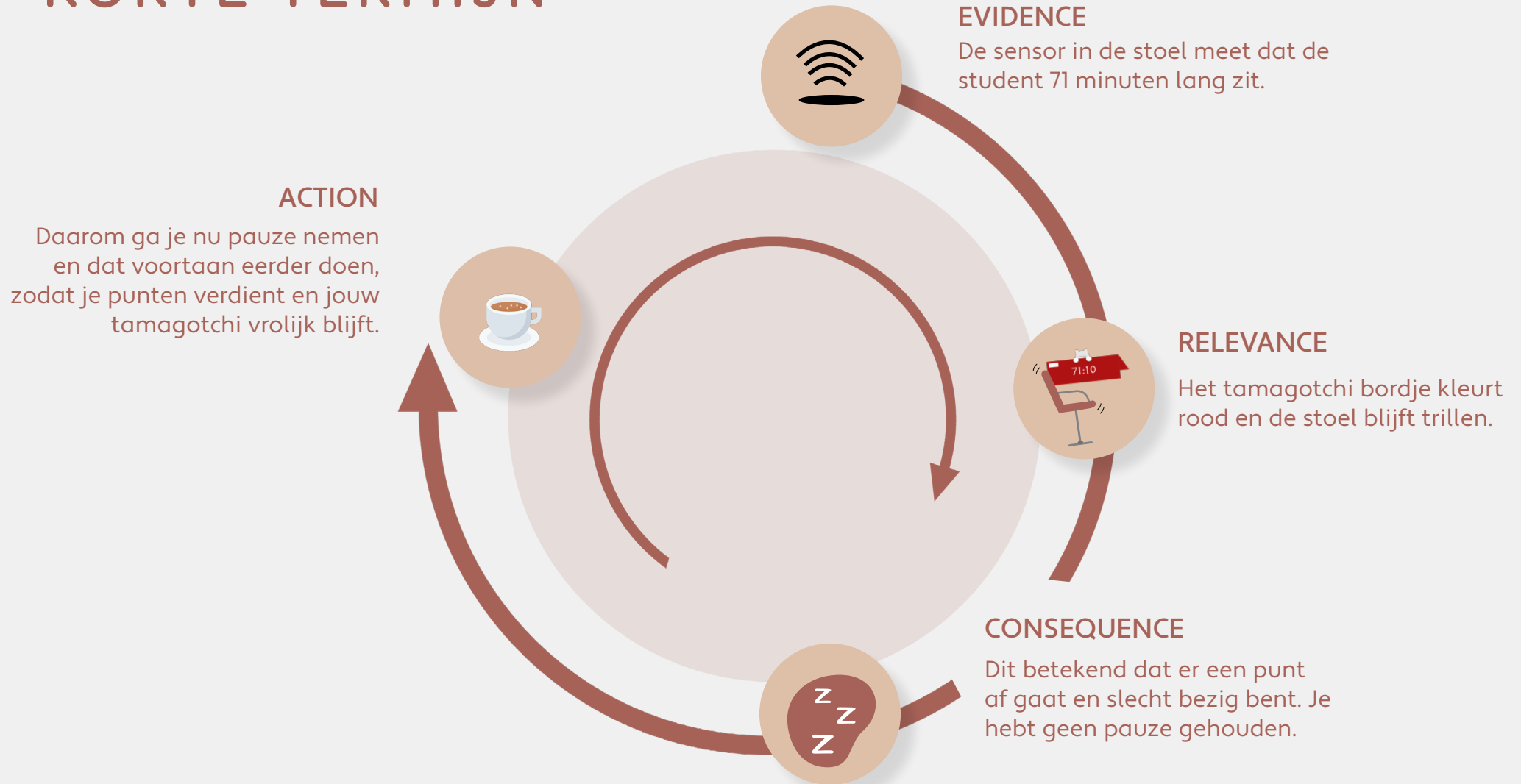
Het bordje wordt weer groen en de timer keert terug op 0.

Er gaat een punt van af.

De stoel geeft een trilling

FEEDBACK LOOP

KORTE TERMIJN



FEEDBACK LOOP

LANGE TERMIJN

