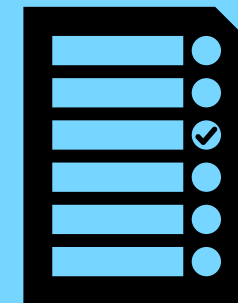


EmovEat

Feel the Food

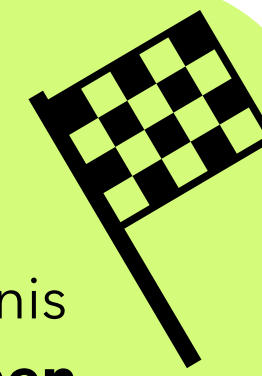
Emov -> emovere = Emotionen
+
Eat = Essen

Featureliste



- Mahlzeiten erfassen (ohne Kalorienangaben)
- Physischer und psychischer Zustand vor und nach Einnahme der Mahlzeit erfassen
- Ereignisse und aktuelle Lebenssituation eintragen
- Auswirkungen auf den Basiszustand
- Auswertung der erfassten Daten und einfache Visualisierung

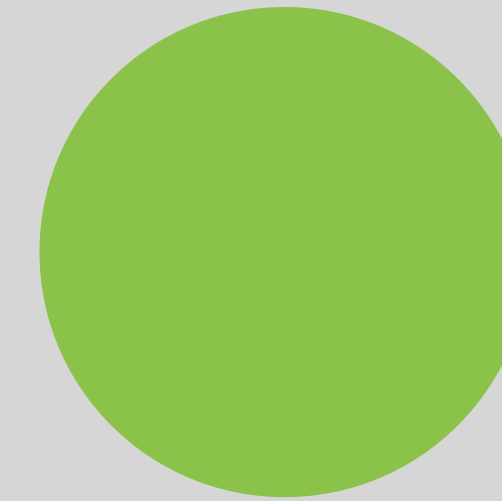
Ziele der App



Den Nutzern soll durch die App ein Verständnis über die eigenen **physischen** und **psychischen Reaktionen** auf die aufgenommene Nahrung ermöglicht werden.

Während andere Apps den Fokus auf Kalorienzufuhr oder Gewichtsabnahme/-zunahme setzen, so fokussiert sich diese App auf den **psychischen Zustand**, den **Ereignissen** und **Auswirkungen** auf die **Lebenssituation** in Kombination mit den Mahlzeiten.

Erscheinungsbild



Primärfarbe



Sekundärfarbe

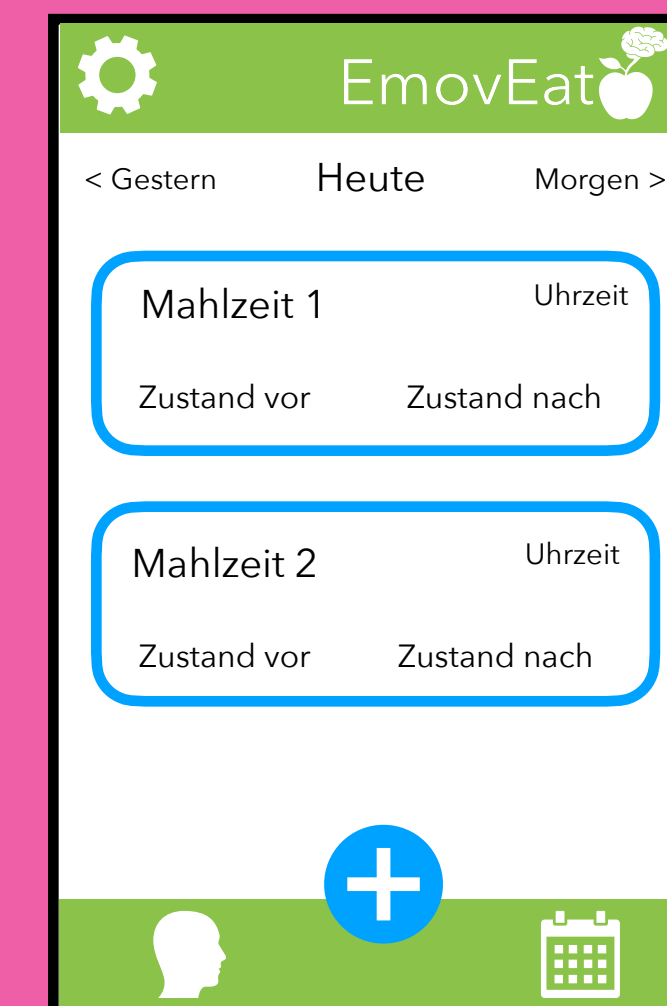
In der App werden die oben angeführten Farben für das Layout und Elemente verwendet. Grün wirkt besänftigend und natürlich und steht für Natur und Wachstum. Blau ist technisch und kühl und steht für Ruhe, Sicherheit, Vertrauen und Intelligenz.

Quelle: [https:// 99designs.de/blog/design-tipps/farbpsychologie-grundlagen/](https://99designs.de/blog/design-tipps/farbpsychologie-grundlagen/)

Interaktive Funktionen

- **Erfassen** und **Hinzufügen** von Emotionen und körperlicher Zustände
 - **Tippen einer Emotion oder eines Zustandes** und Autovervollständigungsvorschläge (z.B. "F..." - Frust, Freude)
 - **Wichtig:** Kein Lernen / keine Vorschläge in Abhängigkeit von vorherigen Emotionen
 - **Neue Emotionen hinzufügen** durch Tippen, werden dann zur Liste an verfügbaren Emotionen/Zustände hinzugefügt
- **Swipe-Geste** nach rechts/links um **Tag vor und zurückspringen**
- Verschiedene **Einstellungen**
 - App-Einstellungen
 - Account-Einstellung
 - ggf. Einstellungen zur Anordnung von optischen Inhalten

- **Erfassen** von **Ereignissen**
- **Kalender**, um bestimmtes Datum zu wählen



Fürsorglichkeit erfahren

Das System sorgt durch die Analysen und die Ratschläge beim Benutzer für ein Gefühl der Fürsorglichkeit. Die App kümmert sich um den Benutzer und rät ihm die jeweiligen Informationen, die in dem gewissen Moment passend sind. Zusätzlich kann der Benutzer ein eigenes Bewusstsein schaffen und sich selbst etwas Gutes tun.



Quelle: [1]

Intellektuelle Aufgeschlossenheit

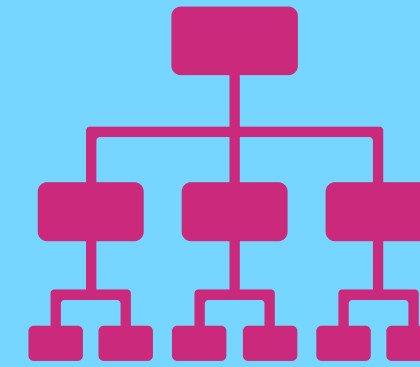
Durch das Auswerten der Tracking-Daten ermittelt das System die wahrscheinlichsten Unverträglichkeiten oder Allergien etc. Wenn keine Unverträglichkeiten der Grund für Probleme sind ermittelt das System, wie gesund sich der Benutzer ernährt und teilt ihm dies mit. Auf Basis dieser Informationen werden dem Benutzer mehrere Möglichkeiten genannt, auf deren Weise er seine Ernährung umstellen könnte, um sich gesünder zu ernähren.



Quelle: [1]

Ordnung

Das Bedürfnis der Ordnung wird durch das System auf mehreren Ebenen erfüllt. Zum einen kann der Benutzer durch das Erstellen von Mahlzeiten kann die eigene Nahrungsaufnahme geordnet werden. Außerdem wird auch für psychische Ordnung beim Benutzer gesorgt, da durch das Aufnehmen von Emotionen und Gefühlen der Benutzer einen Überblick über sein Empfinden bekommt.



Quelle: [1]

Kompetenz

Bedürfnis die Kontrolle über das eigene Handeln zu haben und der Wunsch die Kompetenz und Effektivität durch das Handeln zu erwerben hängen sehr stark von der Wahrnehmung eigener Erfolge und Misserfolge ab. In der App wird viel Feedback zu der eigenen Leistung gegeben – durch Diagramme, Abbildung der bereits erfolgten Leistung oder der Vergleichswert zu den früheren Angaben wird ein Gefühl von Dynamik vermittelt. Die speziellen Erfolge beim Erreichen der Ziele werden extra hervorgehoben. Es besteht die Möglichkeit benutzerdefinierte Herausforderungen zu setzen und diese zu verfolgen.



Quelle: [3]

Schmerzvermeidung

Durch die Analyse der Daten, die der Benutzer eingegeben hat werden mögliche Allergien oder Unverträglichkeiten ermittelt. Dadurch, dass die App den Benutzer informiert empfindet er das Bedürfnis der Schmerzvermeidung, da faktisch durch die Information, welche Lebensmittel nicht gut für ihn sind, mögliche Schmerzen des Benutzers vermieden werden.



Quelle: [1]

Motivationspsychologische Designentscheidungen

Physiologische Bedürfnisse

Die physiologischen Bedürfnisse werden dahingehend befriedigt, dass der Benutzer nicht nur seine Emotionen sondern auch sein körperliches Wohlergehen betrachten kann um zu ermitteln, welche Nahrung am angemessensten für die körperliche Beschaffenheit sein kann. Zu dem wird damit das Bedürfnis zu essen verbunden mit Wohlbefinden erfüllt.



Quelle: [2]

Selbstaktualisierung

Das Bedürfnis der Selbstaktualisierung ist durch das System erfüllt, da der Benutzer durch die Erfahrung über mögliche Kombinationen aus Emotionen, Gesundheit und Ernährung eine Anpassung des eigenen Verhaltens und somit des eigenen Selbst erreichen kann.



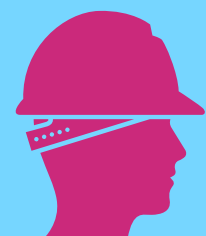
Quelle: [2]

Motivationspsychologische Ziele

- Die App wird mindestens **einmal am Tag** geöffnet
- Mindestens **60% der Mahlzeiten** eines Tages zu erfassen
- Nach dem Eintragen des Zustandes vor einer Mahlzeit wird auch der Zustand nach der Mahlzeit erfasst (z.B. über Reminder 45 Minuten nachdem der Zustand vorher erfasst wurde)

Selbstschutz

Ähnlich der Schmerzvermeidung kann durch das System der Selbstschutz befriedigt werden. Da der Benutzer durch die Verwendung möglicherweise Schmerzen und Komplikationen vermeidet schützt er sich somit quasi selbst von Schaden, da er sich dafür einsetzt dies zu verhindern.

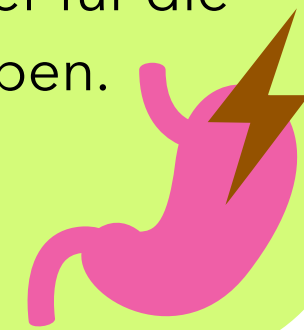


Quelle: [1]

Quellen: [1] Bedürfnisse nach Murray (Brandstätter et al., 2013)
[2] Bedürfnispyramide nach Maslow (1954/1981)
[3] Deci & Ryan (1985) & Sheldon et al. (2001)

Allergien und Unverträglichkeiten

Der Benutzer kann seine Lebensmittelallergien und Unverträglichkeiten angeben, sodass die App beispielsweise darauf hinweisen kann, welche Lebensmittel eher vermieden werden sollten bzw. warnt den Benutzer, sollte dieser unaufmerksam sein und Gefahr laufen, ein unverträgliches Lebensmittel zu konsumieren. Zudem kann der Benutzer für die Allergien und Unverträglichkeiten auch Spektren angeben.



Quelle: siehe Impulsvortrag von Mona Bickel

Zielgruppe



Die App soll für alle Zielgruppen zugänglich sein. Ausgenommen werden Kleinkinder sowie Personen mit bestimmten psychosomatischen Erkrankungen (insbesondere Essstörungen), da diese eine psychotherapeutische Unterstützung benötigen.

Quelle: E-Mail-Austausch mit Tim Schrills
(bezogen auf Personen mit Essstörungen)

Uhrzeit und Anzahl der Mahlzeiten

So individuell wie das Empfinden der Emotionen sein kann, so ist auch die individuelle Tagesstruktur bei jedem etwas anders.

Schichtarbeit, die aktuelle Tagesverfassung oder auch soziale Umstände können die Einnahme der Mahlzeiten verzögern oder verhindern.

Deshalb ist die Eintragung der Mahlzeiten nicht an feste Zeiten gebunden, sondern passt sich den Bedürfnissen des Benutzers an (z.B. nur 2 Mahlzeiten am Tag).

Außerdem wird keine feste Anzahl an Mahlzeiten vorgegeben, sondern diese können ebenfalls individuell angepasst werden.



Farbliche Darstellung

Wie auch schon in Folie 1 beschrieben, ist die farbliche Darstellung auf ein Minimum begrenzt. Das Design hat ruhige Farben und wirkt somit neben den Daten nicht zu sehr überladen. Das Design soll auch Personengruppen ansprechen, für welche eine überflutete Darstellung zu einem kognitiven Overload führen könnte. Sie orientiert sich an den Designprinzipien der genutzten Plattform (iOS / Android).

Auch Personen mit Farbsehschwächen sollen die App möglichst ohne Probleme verwenden können.

Quelle: https://epub.uni-regensburg.de/33832/4/2016%20Dissertation%20Farben%20im%20Kontext%20von%20Gefahr%20und%20Sicherheit_Künzer.pdf
Seite 34/35

Personalisierung der App

Technisches

Es soll eine Darstellung sowohl im **Light Mode** als auch im **Dark Mode** beim Smartphone zur Verfügung stehen.

Zudem sollen einzelne Inhalte (Emotionen, Mahlzeiten, etc.) individuell **ein- und ausgeblendet** werden können.

