Speaker 0 | 00:00.168

Ja.

Speaker 1 | 00:00.829

Oké, De eerste vraag is, wat was je algemene ervaring van Bookstrap?

Speaker 0 | 00:08.459

Ik heb niet zo'n beracht op die, Dat is als je normaal zit en dan weer tijdjes moet opstaan, dan is het subtiel inderdaad. Dan krijg je weer een kleine hint van, nee, misschien kan je niks opstaan.

Speaker 1 | 00:20.075

Ja.

Speaker 0 | 00:21.512

En ja, dan heb je ook al een hele tijd een idee wat het weer is. Dan moet je opstaan. Ja.

Speaker 1 | 00:27.424

Misschien kun je iets meer uitleggen over wat vind je hier ten opzichte van een timer? Wat zijn de verschillen? Ik vind meer dat je kan kiezen van. Vanaf nu zou het goed zijn om een pauze te nemen.

Speaker 0 | 00:35.997

Zoals we kunnen interpreteren. En een timer, Als je die uitzet, dan vergeet je hem ook niet. Terwijl ik denk als ik zoiets zou gebruiken, dan zou ik denken,

Speaker 1 | 00:51.355

oh, het is tijd om een pauze te nemen. Ik moet even dit af. Ja, het is lastig om een pauze te nemen. inderdaad. En de volgende vraag is, waarom stond je toen op? Waarom niet eerder of later?

Speaker 0 | 01:06.213

Ja, omdat. Dat was de tweede keer dat hij omhoog was gegaan. De eerste keer was het, Oh, nu blijft het nog langer, We hebben nog 10.000 euro nodig. En de tweede keer toen ging hij omhoog en toen dacht ik, waarom heeft hij hem in de pot gehaald? Toen was de tijd van die ene kijk voorbij, Toen ging hij op de tafel rond. Ik kreeg wel signalen, dus nu heb ik wel zin om op te staan.

Speaker 1 | 01:28.103

Oké, dat is goed. En mijn laatste vraag is, Nu gaat die dus stapsgewijs omhoog. Vind je dat fijn, of had je liever dat die continu omhoog zou gaan?

Speaker 0 | 01:38.250

Ik denk wel stapsgewijs, want dan zit er meer een kleine, onwinderlijke. En als die continu omhoog zou gaan, dan zou ik misschien iets eerder wegfilteren.

Speaker 1 | 01:46.414

Ja, oké. Dankjewel. Dat was de vraag. Ja.

Ik merk niet zo heel erg dat ie dr is als je normaal zit en als het tijd is om op te staan dan is het subtiel van het is nu misschien wel tijd om op te staan. Bij een timer is het zo van pats, boem. Nu moet je opstaan, nou ik vind dit wel fijner. Hiermee kan ik kiezen, vanaf nu zou het wel goed zijn om een pauze te nemen. Maar bij timer, Als je die uitzet, dan vergeet je hem ook . Terwijl ik denk als ik zoiets zou gebruiken, dan zou ik denken, oh, het is tijd om een pauze te nemen. Ik maak even dit af. En daarna ga ik een pauze nemen.

Ja, omdat. Dat was de tweede keer dat hij omhoog was gegaan. De eerste keer was het, Oh, ik denk dat ik wel een pauze nodig heb. En de tweede keer ging het omhoog en toen dacht ik, ik maak wel even de tekst af. Toen was de tijd van die ene tekst voorbij, ik heb de taak afgerond. En toen kreeg ik een signaal en toen had ik wel zin om op te staan.

Ik denk wel stapsgewijs, want dan zit er meer een kleine, herinnering. En als die continu omhoog zou gaan, dan zou ik misschien iets eerder wegfilteren.

I don't really notice it when you're sitting normally, and when it's time to get up, it's subtle, like maybe it's time to get up now. With a timer, it's like bang, boom. Now you have to get up, well, I prefer this. This way, I can choose, from now on it would be good to take a break. But with a timer, if you turn it off, you forget about it. Whereas I think if I used something like that, I would think, oh, it's time to take a break. I'll just finish this. And then I'll take a break.

Yes, because. That was the second time it had gone up. The first time was, Oh, I think I need a break. And the second time it went up and then I thought, I'll just finish the text. Then the time for that one text was over, I finished the task. And then I got a signal and then I felt like getting up.

I think it's step by step, because then there's more of a little reminder. And if it went up continuously, I might filter it out a little earlier.