



Life's Good

STRESS IM ALLTAG? WER KENNT'S NICHT. MIT
UNSEREM SYSTEM WERDEN WIR EUREN ALLTAG
ERLEICHTERN UND EUCH ZUM ENTSPANNEN BRINGEN.

Von Kimberly Plackenhohn und Eda Serttas

„Beim **Prototyping** wird ein Entwurf als erste Version eines Produktes durch eine agile Vorgehensweise erzeugt. Dieser Entwurf dient der frühen Visualisierung und iterativen Optimierung einer Benutzeroberfläche und deren Interaktionsmöglichkeiten.“

QUELLE:

[WARUM PROTOTYPING HEUTZUTAGE UNVERZICHTBAR IST - BASECOM](#)

Vermerk:

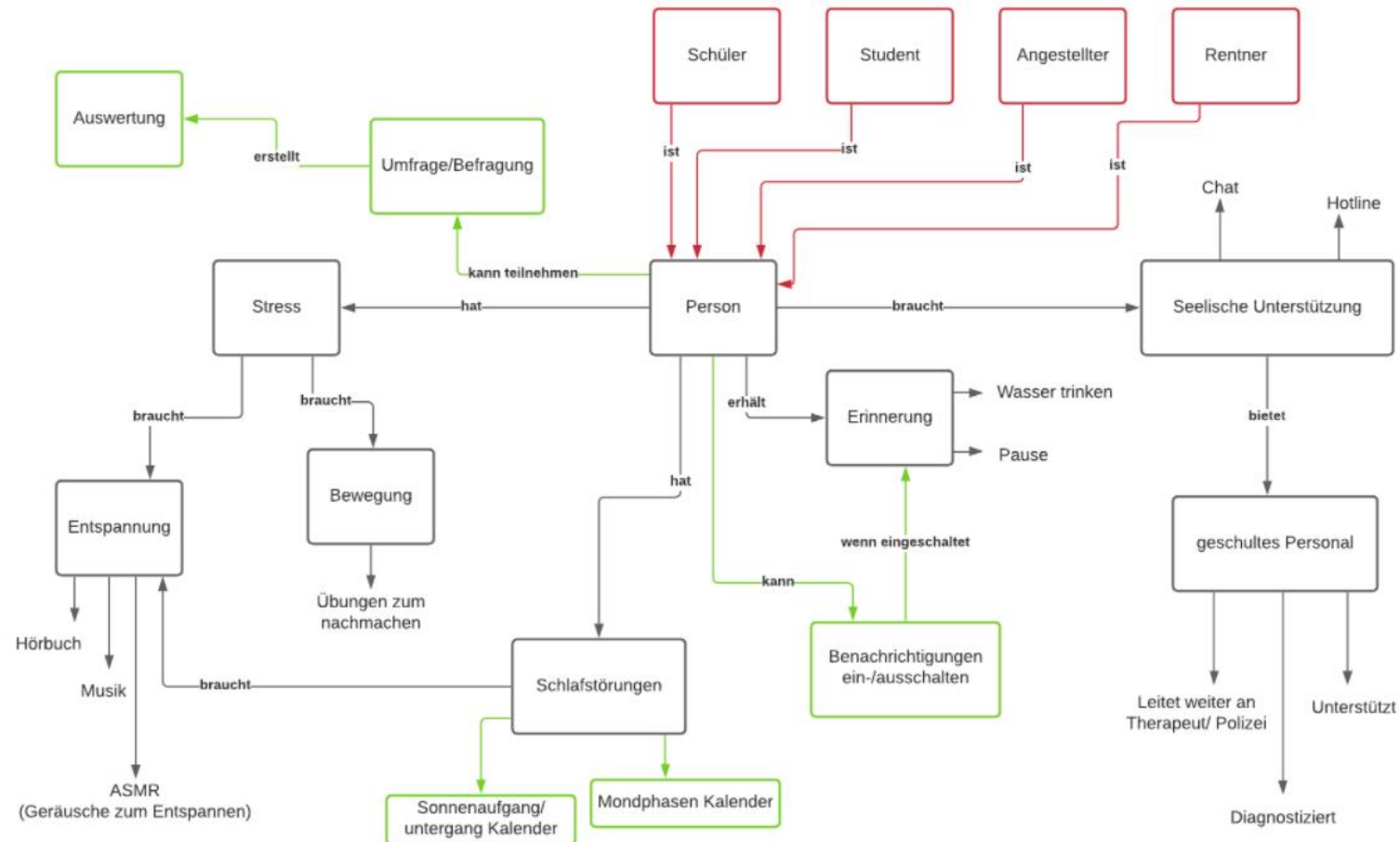
Alle Artefakte mit Begründungen befinden sich auch noch einmal auf unserem GitHub [Kplacken/EPWS2020SerttasPlackenhohn](#) unter Wiki.

Inhalt

1. Iterierte Modellierung
 - Domänenmodell
 - Use-Case
2. Coding
3. Auswertung/ Verlauf
4. Datenbank
5. Zielhierarchie
6. Prozessassessment
7. Ausblick
8. Quellen

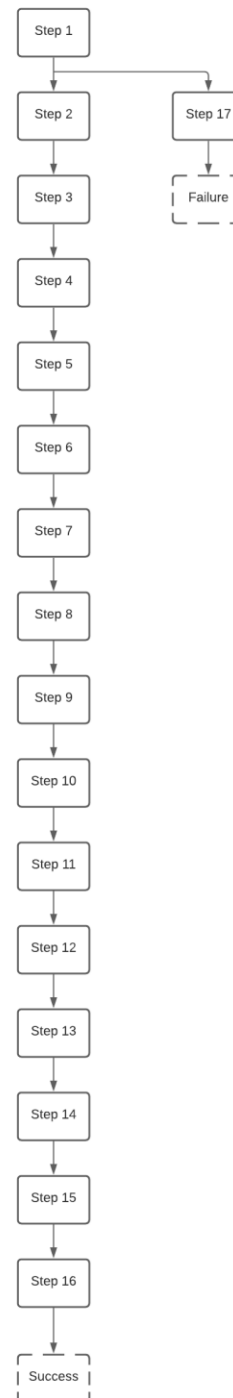
Iterierte Modellierung

Domänenmodell



* Neu
* Entfernt

Use-Case als Flow

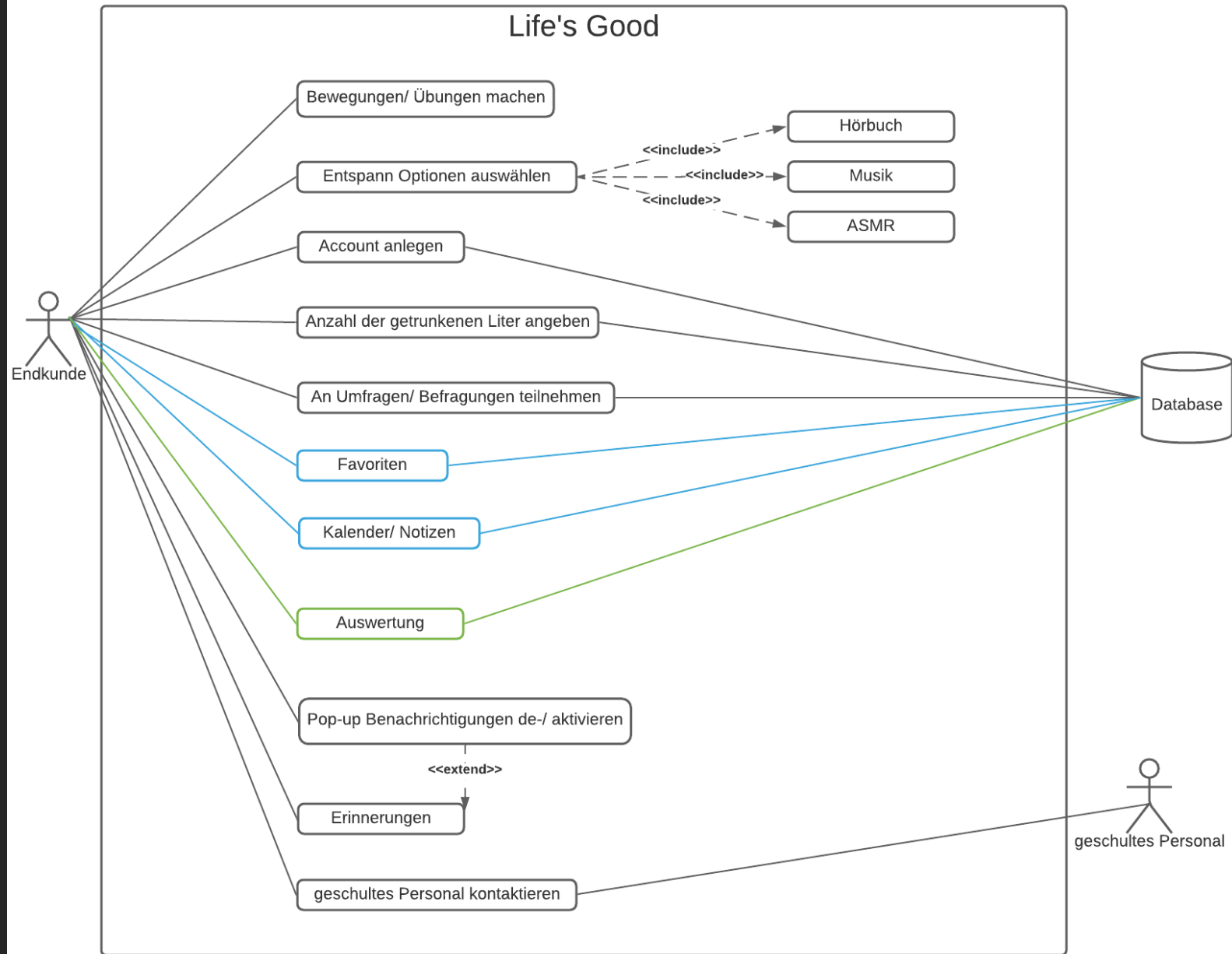


Main Flow:

1. Der User muss sich registrieren/ anmelden
2. Der User wird in die Datenbank aufgenommen
3. Der User macht Übungen
4. Der User hört sich Musik, Hörbücher oder ASMR an
5. Der User kann sich diese unter Favoriten setzen und später erneut aufrufen
6. Der User gibt die Anzahl seiner getrunkenen Liter an
7. Die vom User angegebenen Liter werden in die Datenbank gespeichert
8. Der User wird zum Entspannen an Pausen erinnert
9. Der User wird zum trinken erinnert
10. Der User schaut sich sein Trinkverhalten/ Verlauf an
11. Der User nimmt täglich morgens und abends an einer Befragung teil
12. Die vom User ausgewählten Antworten werden in die Datenbank gespeichert
13. Der User nimmt am Ende des Monats an einer Umfrage teil
14. Die vom User ausgewählten Antworten werden in die Datenbank gespeichert
15. Der User schaut sich seine Auswertung zu den wöchentlichen und monatlichen Umfragen an
16. Der User chattet /telefoniert mit unserem geschulten Personal
17. Der User kann sein Account löschen
18. Der User kann sein Passwort ändern

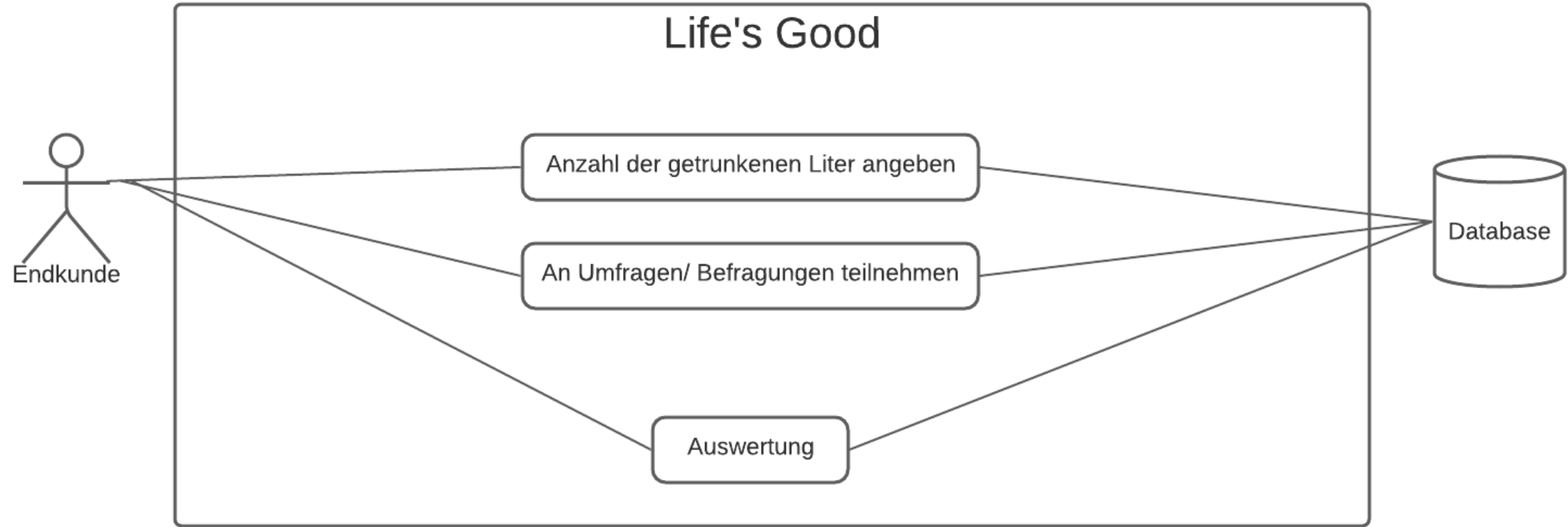
Use-Case

Allgemein



* Neu

* Nicht Umgesetzt



Use-Case

Beschreibung des Prototypen

Coding

DEN CODE DAZU FINDEN SIE IN UNSEREM GITHUB:

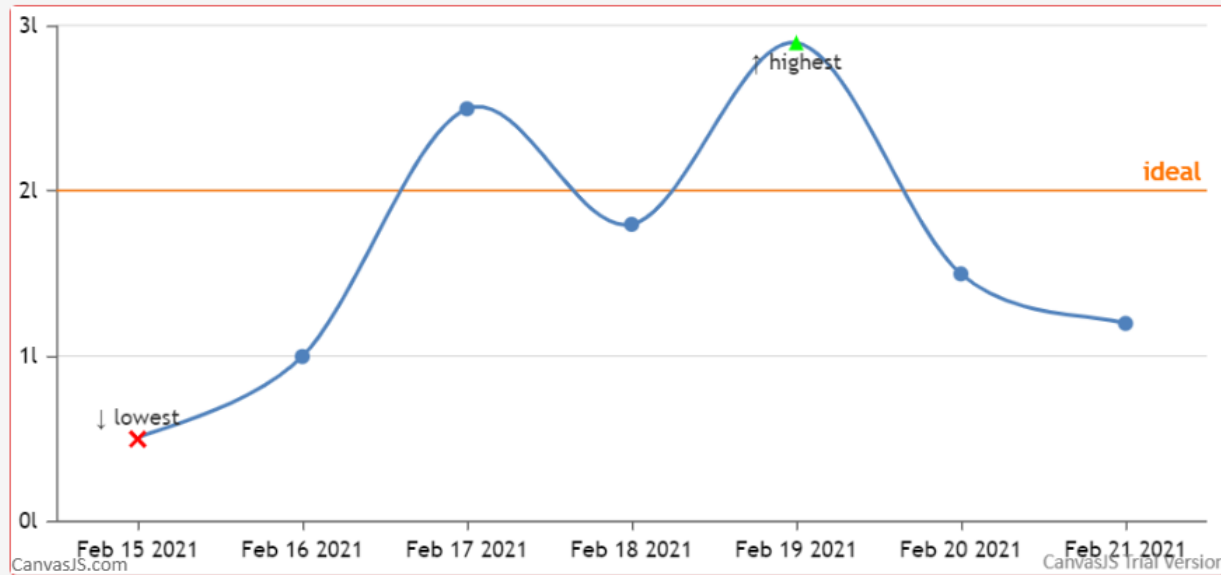
* [EPWS2020SERTTASPLACKENHOHN/CODING AT MAIN · KPLACKEN/EPWS2020SERTTASPLACKENHOHN \(GITHUB.COM\)](https://github.com/EPWS2020SERTTASPLACKENHOHN/CODING-AT-MAIN)

Auswertung/ Verlauf

Auswertung Trinkverhalten

Trinkverhalten

15.02.2021 - 21.02.2021



Anhand der täglichen Liter Angaben

Bitte geben Sie hier die getrunkenen Liter an:

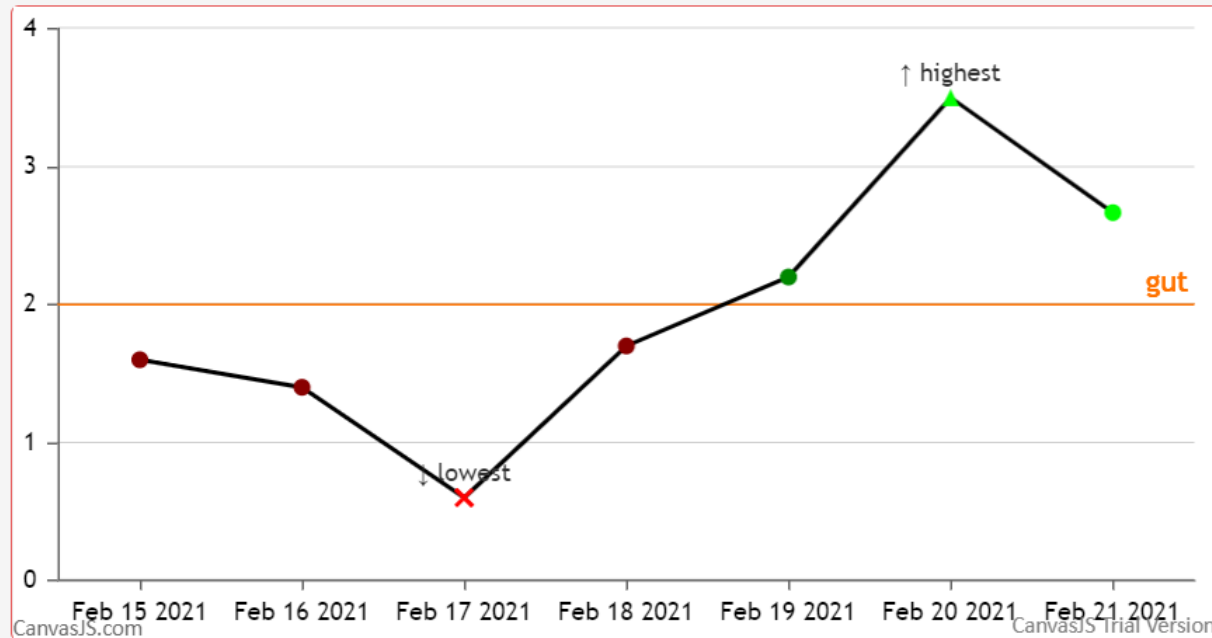


- 0.0 +

Wöchentliche Auswertung

Wöchentlicher Verlauf

15.02.2021 - 21.02.2021



Anhand der täglichen Befragung

Bitte Morgens ausfüllen:

Wie hast du die Nacht geschlafen?

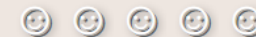


Fühlst du dich ausgeschlafen?

- ☐ ja
☐ nein

Bitte Abends ausfüllen:

Wie anstrengend war dein Tag?

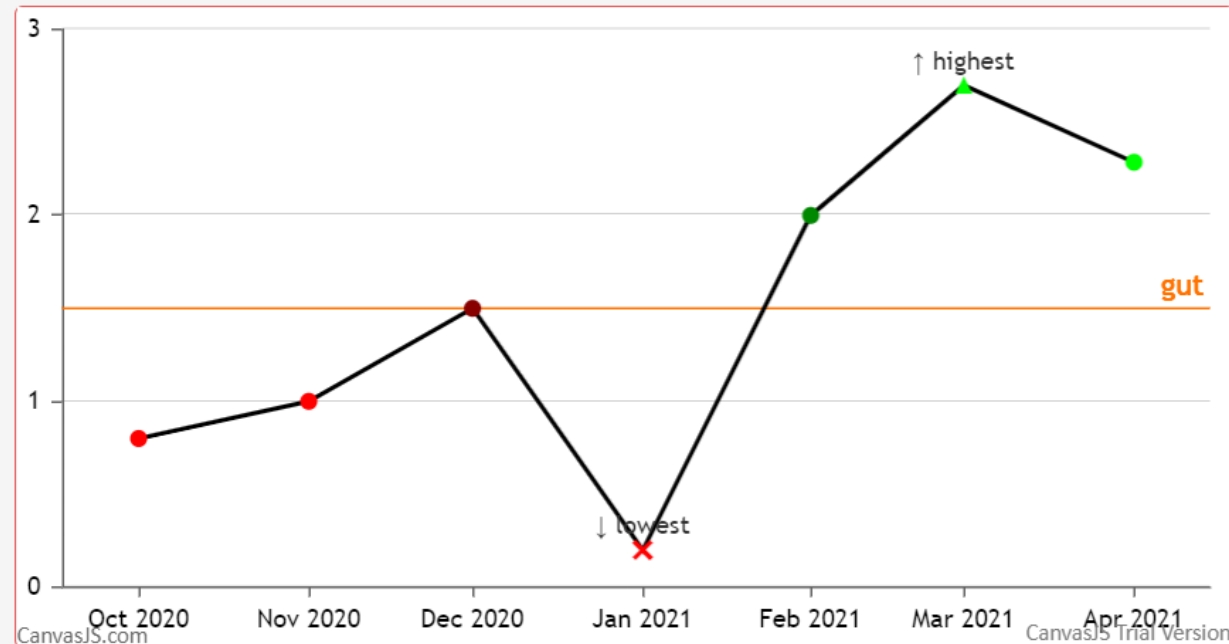


Speichern

Monatliche Auswertung

Monatlicher Verlauf

Okt 2020 - Feb 2021



CanvasJS.com

Add DataPoints

CanvasJS Trial Version

Anhand der monatlichen Umfrage

Wie geht es Ihnen derzeit?

- ☐ Mir geht es gut. :)
- ☐ Es geht. :/
- ☐ Mir geht es nicht so gut. :(

Wie zufrieden sind Sie zurzeit mit Ihrem Leben?

- ☐ Ich bin zufrieden mit meinem Leben.
- ☐ Es geht.
- ☐ Ich bin total unzufrieden mit meinem Leben.

Machen Sie außerhalb Ihrer Tätigkeiten noch zusätzlich Sport?

- ☐ Ja, regelmäßig.
- ☐ Ab und zu versuche ich sportliche Aktivitäten zu betreiben.
- ☐ So gut wie gar nicht.

Haben Sie finanzielle Probleme und/oder Schwierigkeiten?

- ☐ Nein, zum Glück nicht.
- ☐ Leider, ja.

Reden Sie mit Familie oder Freunden über Ihre Probleme?

- ☐ Ja, sie wissen im über alles bescheid.
- ☐ Manchmal, wenn das Thema aufgeht.
- ☐ Nein, tue ich nicht.

Werden Sie von Ihrer Familie unterstützt?

- ☐ Ja, sie stehen mir immer zur Seite.
- ☐ Nur bei Bedarf bekomme ich Unterstützung.
- ☐ Nein, ich bin selbstständig.

Wie viel Freizeit haben Sie?

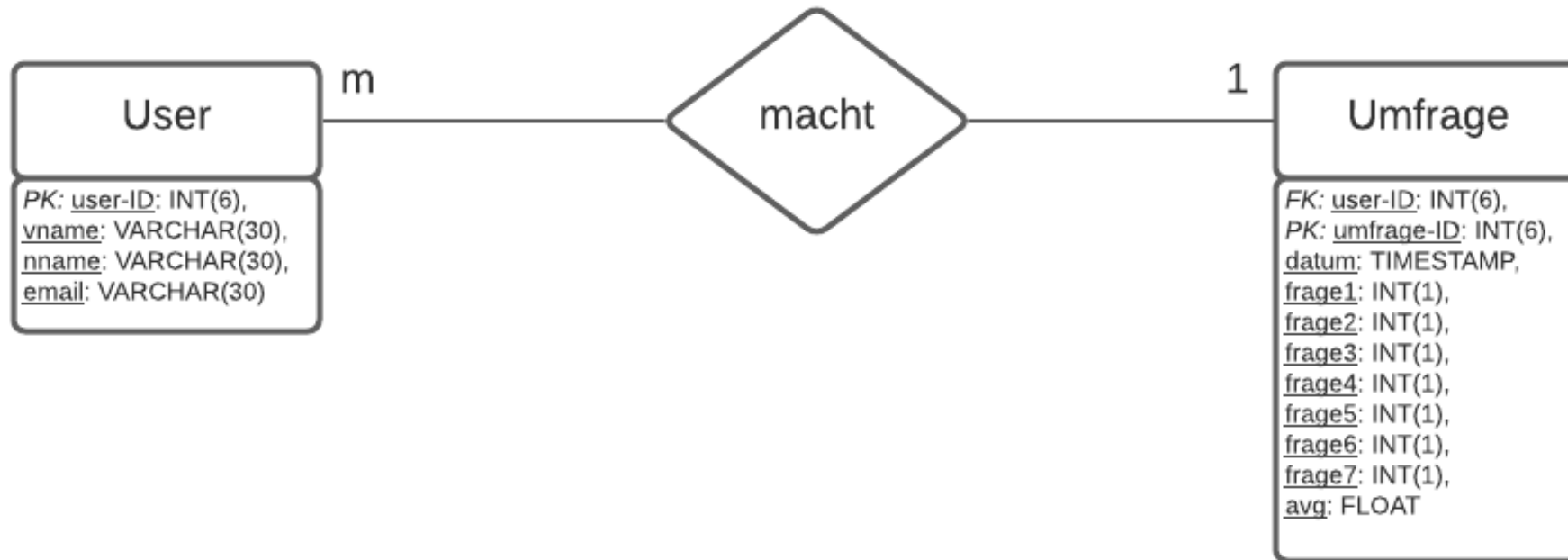
- ☐ Ich habe genug Freizeit um mich mit Freunden zu treffen oder Filme/Serien etc. zu schauen.
- ☐ Ich habe gerade so Zeit etwas zu unternehmen oder die Zeit für mich zu nutzen.
- ☐ Ich habe kaum Freizeit oder finde generell kaum Zeit für mich.

Datenbank

ER-Diagramm

Monatliche Umfrage

Umgesetzt



SQL Datenbank

Monatliche Umfrage


Umgesetzt

umfrage-id	user-id	Datum	frage1	frage2	frage3	frage4	frage5	frage6	frage7
1	2	2021-02-15 13:49:58	1	2	3	2	2	2	2
2	4	2021-02-15 13:49:58	1	1	2	1	1	1	1
3	1	2021-02-15 13:49:58	3	3	2	2	3	3	3

SQL Struktur

Monatliche Umfrage

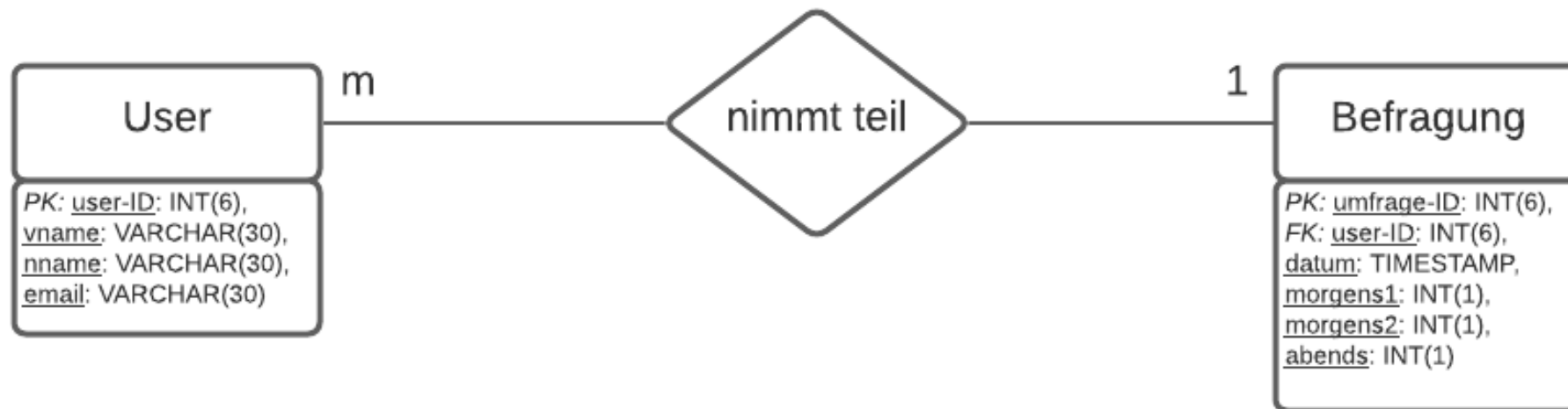
Umgesetzt

	#	Name	Typ	Kollation	Attribute	Null	Standard	Kommentare	Extra
<input type="checkbox"/>	1	umfrage-id 	int(1)			Nein	kein(e)		AUTO_INCREMENT
<input type="checkbox"/>	2	user-id	int(6)			Nein	kein(e)		
<input type="checkbox"/>	3	Datum	timestamp			Nein	current_timestamp()		ON UPDATE CURRENT_TIMESTAMP()
<input type="checkbox"/>	4	frage1	int(1)			Nein	kein(e)		
<input type="checkbox"/>	5	frage2	int(1)			Nein	kein(e)		
<input type="checkbox"/>	6	frage3	int(1)			Nein	kein(e)		
<input type="checkbox"/>	7	frage4	int(1)			Nein	kein(e)		
<input type="checkbox"/>	8	frage5	int(1)			Nein	kein(e)		
<input type="checkbox"/>	9	frage6	int(1)			Nein	kein(e)		
<input type="checkbox"/>	10	frage7	int(1)			Nein	kein(e)		

ER-Diagramm

Tägliche Befragung

Umgesetzt



SQL Datenbank

Tägliche Befragung


Umgesetzt

umfrageID	userID	Datum	morgens1	morgens2	abends
1	1	2021-02-18 21:14:23	4	2	3
2	1	2021-02-18 21:14:41	4	2	3
3	2	2021-02-18 21:14:41	3	4	5
4	0	2021-02-18 21:19:24	1	2	1

SQL Struktur

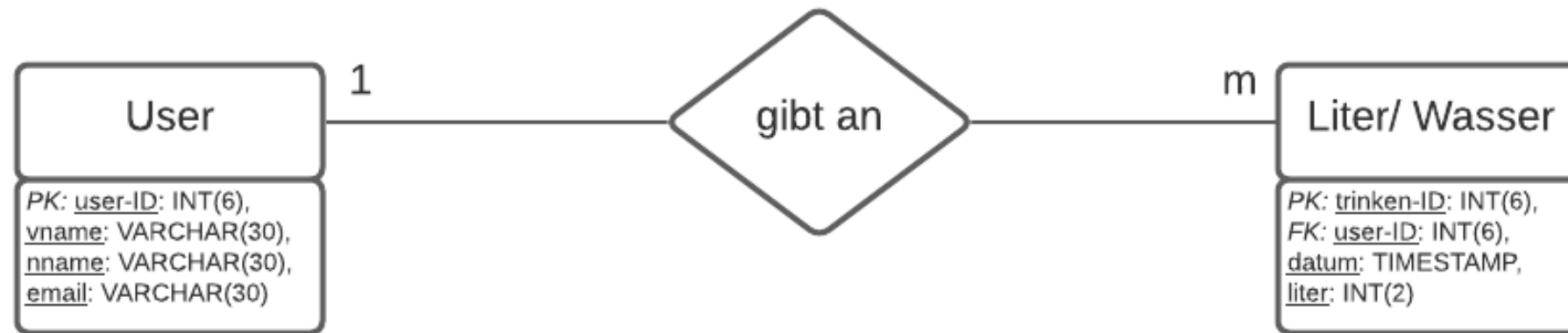
Tägliche Befragung

Umgesetzt

	#	Name	Typ	Kollation	Attribute	Null	Standard	Kommentare	Extra
<input type="checkbox"/>	1	umfrageID 	int(1)			Nein	<i>kein(e)</i>		AUTO_INCREMENT
<input type="checkbox"/>	2	userID	int(6)			Nein	<i>kein(e)</i>		
<input type="checkbox"/>	3	Datum	timestamp			Nein	current_timestamp()		ON UPDATE CURRENT_TIMESTAMP()
<input type="checkbox"/>	4	morgens1	int(1)			Nein	<i>kein(e)</i>		
<input type="checkbox"/>	5	morgens2	int(1)			Nein	<i>kein(e)</i>		
<input type="checkbox"/>	6	abends	int(1)			Nein	<i>kein(e)</i>		

ER-Diagramm Trinkverhalten

Umgesetzt



SQL Datenbank

Trinkverhalten


Umgesetzt

trinkenId	userId	datum	liter
1	2	2021-02-18	2
2	4	2021-02-18	2
3	5	2021-02-18	4

SQL Struktur

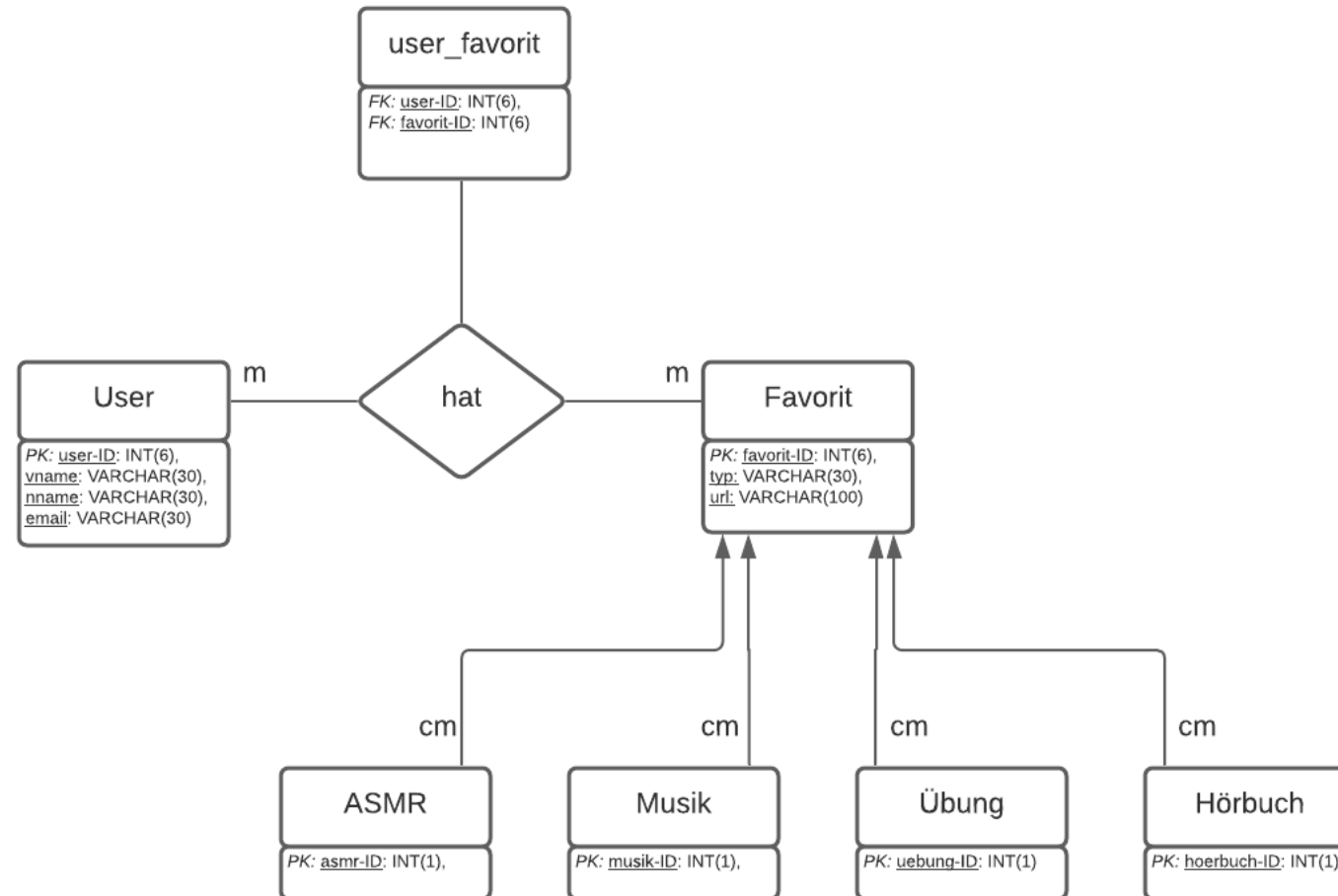
Trinkverhalten

Umgesetzt

	#	Name	Typ	Kollation	Attribute	Null	Standard	Kommentare	Extra
<input type="checkbox"/>	1	trinkenId 	int(6)			Nein	<i>kein(e)</i>		AUTO_INCREMENT
<input type="checkbox"/>	2	userId	int(6)			Nein	<i>kein(e)</i>		
<input type="checkbox"/>	3	datum	date			Ja	current_timestamp()		
<input type="checkbox"/>	4	liter	int(1)			Nein	<i>kein(e)</i>		

ER-Diagramm Favoriten

Nicht umgesetzt



SQL Datenbank

Favoriten


Nicht umgesetzt

favorit-id	typ	url
1	musik	http://127.0.0.1:5501/Entspannen.html
2	uebung	http://127.0.0.1:5501/html/%C3%9Cbungen/dehnung_vo...

user-id	favorit-id
1	2
4	1

SQL Struktur Favoriten

Nicht umgesetzt

	#	Name	Typ	Kollation	Attribute	Null	Standard	Kommentare	Extra
<input type="checkbox"/>	1	favorit-id 	int(1)			Nein	<i>kein(e)</i>		AUTO_INCREMENT
<input type="checkbox"/>	2	typ	varchar(30)	utf8mb4_general_ci		Ja	<i>NULL</i>		
<input type="checkbox"/>	3	url	varchar(100)	utf8mb4_general_ci		Ja	<i>NULL</i>		

	#	Name	Typ	Kollation	Attribute	Null	Standard	Kommentare
<input type="checkbox"/>	1	user-id	int(6)			Nein	<i>kein(e)</i>	
<input type="checkbox"/>	2	favorit-id	int(6)			Nein	<i>kein(e)</i>	

Zielhierarchie

Zielhierarchie

Strategische Ziele

- Der System soll den Nutzer zum entspannen bringen
- Das System soll das Stresslevel des Nutzers verringern
- Das System soll den Nutzer motivieren

Taktische Ziele

- Der Nutzer soll mehrmals täglich Pausen einlegen, um sich zu entspannen
- Der Nutzer soll genug trinken, da dies auf die Gesundheit geht, wenn man zu wenig trinkt
- Der Nutzer soll sich seine Auswertungen anschauen, damit er weiß, ob er noch mehr Pausen einlegen muss und ob es ihm derzeit gut geht

Operative Ziele

- ✓ Durch die Nutzung unseres Systems, kann der Nutzer verschiedene Übungen machen und sich Musik/ Hörbücher/ ASMR anhören. Dies hilft dem Nutzer dabei, sich zu entspannen
- ✓ Der Nutzer kann sich verschiedene Verläufe/ Auswertungen anzeigen lassen. Der Nutzer sieht so, ob sich das Stresslevel bessert und ob er genug trinkt
- ✓ Durch Pop-up Erinnerungen, wird der Nutzer erinnert, genug Pausen zu machen und sich zu entspannen, sowie genügend zu trinken

Prozessassessment

Umgesetzt:

Zielhierarchie:

- Verschiedene Übungen
- Musik, Hörbücher, ASMR (App Verlinkung)
- Literangabe
- Erinnerungen ans trinken und an Pausen
- Auswertungen
 - Tägliche Umfrage (Morgens und Abends)
 - Monatliche Umfrage
 - Trinkverhalten

Sonstiges:

- Anmelden
- Registrieren
- Datenbankverknüpfung
- Rapid Prototype codiert

Ausblick

Nicht umgesetzt, aber weitere Ideen:

- Für den User personalisierte Ansichten/ Auswertungen
- Apps (Musik, ASMR, Hörbücher) & Übungen zu Favoriten hinzufügen
- Kalender inkl. Sonnenaufgang/ Sonnenuntergang und Mondphasen
- In der Auswertung zu den verschiedenen Tagen Notizen machen

Quellen

- <https://wiki.selfhtml.org/wiki/HTML/Formulare/input/button>
- https://jsfiddle.net/red_stapler/wu3a0y6e/18/
- <http://microbuilder.io/blog/2016/01/10/plotting-json-data-with-chart-js.html>
- https://www.youtube.com/watch?v=NwgKh_QTKE0
- <https://canvasjs.com/html5-javascript-spline-chart/>
- <https://canvasjs.com/html5-javascript-line-chart/>
- <https://canvasjs.com/docs/charts/basics-of-creating-html5-chart/updating-chart-options/>
- <https://canvasjs.com/docs/charts/methods/dataseries/addto/>
- <https://www.gesundheit.gv.at/leben/ernaehrung/info/fluessigkeitsbedarf>
- [PHP MySQLi Einleitung - Dev-Tek.de \(dev-tek.de\)](#)
- [PHP: mysqli_result::fetch_array – Manual](#)
- [PHP: array_sum – Manual](#)
- [Passing PHP Variables to JavaScript \(dyn-web.com\)](#)



Life's Good

ENTSPANNEN • VERLÄUFE • SOFORTHILFE

Danke für Ihre Aufmerksamkeit 😊

Präsentiert von Kimberly Plackenhohn und Eda Serttas