过度使用社交媒体,并有不同程度的成瘾

使用频率变高

加重不 良影响

Covid-19

利用零碎时间上网

寻求快乐、轻松、兴奋和知识 记录生活

为什么使用社交媒体

慈富不同的平台 不同的用户生态

对辅助工具的态度





传统的时间管理工具 电子宠物 匿名发帖的方式

反思自我

时间

矛盾.....

社交媒体使用愉悦而却畸形

不良影响

如何感知过度使用社交媒体

计划和生活节奏被打乱 太多的时间浪费 工作效率低 做事拖延 陷入消极情绪

\_消除负面情绪

自我反省、转移注意力、和朋友或家人聊天

摆脱社交媒体过度使用 人内在驱动 (最重要) +外在驱动

## 解决方案 3 Develop

以设计小说的方式探索可能的解决方案,根据定性分析的结果及Future timeline和Future Scan Map提供的未来发展方向,构建一个社交媒体过度使用严重的未来世界,讲述设定角色在该世界发生的故事(https://shimo.im/docs/8h9v6G3xyp8rVdDX/),以此为切入点分析存在的问题及可能的解决方式。

## 用户画像

在设计小说中,用户画像通常用于模拟用户特征,预测潜在的用户行为和描绘未来世界的情况。因此,为了在设计小说中创造出更多可信的场景,下面展示了两个人物画像,分别代表了生活在2021年和20年后的两个人。



