



โครงการพัฒนา Mobile Application ระยะที่ 1 กลุ่มที่ 14  
เรื่อง แอปติดตามอารมณ์เพื่อสุขภาพจิต

เสนอ

อาจารย์ ศิริเพ็ญ

พงษ์ไพเชฐ

อาจารย์ สุรเดช

อินทกรณ์

จัดทำโดย

นาย ธนกฤต

กฤตธนาชาญพงษ์

6687061

นางสาว ลิปิการ์

กัลยาฤทธิ์

6687096

โครงการนี้เป็นส่วนหนึ่งของรายวิชา

ITDS283\_Mobile Application Development

คณะเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร มหาวิทยาลัยมหิดล

ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2567

## คำนำ

รายงานฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของวิชา ITDS283\_Mobile Application Development โดยมีจุดประสงค์เพื่อศึกษาการพัฒนาแอปพลิเคชันที่สามารถติดตามอารมณ์และสุขภาพจิต โดยจะครอบคลุมการออกแบบแอปพลิเคชัน และการวิเคราะห์กลุ่มเป้าหมาย รวมทั้งศึกษาความเป็นไปได้ในการใช้งานและการเปรียบเทียบกับแอปพลิเคชันในตลาดที่มีอยู่ในปัจจุบัน

ในรายงานนี้ เราจะพิจารณาถึงความสำคัญของการพัฒนาแอปพลิเคชันในเชิงเทคโนโลยีที่ช่วยส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิต โดยเฉพาะในแง่ของที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาอย่างยั่งยืน (Sustainable Development Goals: SDGs) เพื่อให้สอดคล้องกับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้ใช้งานและสังคมในภาพรวม

คณะผู้จัดทำ

วันที่ 10 มีนาคม 2568

## สารบัญ

คำนำ	ก
สารบัญ	๗
บทที่ 1 รายละเอียดของโครงการ	1
บทที่ 2 User Journey Map	9
บทที่ 3 User Flow	11
บทที่ 4 แผนงานของโครงการ	21
บรรณานุกรม	27

## บทที่ 1 รายละเอียดของโครงการ

### 1.1 ที่มาและความสำคัญของโครงการ

ในปัจจุบันปัญหาด้านสุขภาพจิตกลายเป็นประเด็นสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อผู้คนในทุกช่วงวัย โดยเฉพาะในยุคที่เต็มไปด้วยความเครียดจากการทำงาน การเรียน และสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว หลายคนประสบกับความเครียด ความวิตกกังวล หรือภาวะซึมเศร้าโดยไม่รู้ตัว ซึ่งหากไม่ได้รับการดูแลหรือจัดการที่เหมาะสมอาจส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตและสุขภาพโดยรวมในระยะยาว แอปพลิเคชันติดตามอารมณ์และสุขภาพจิตจึงถูกพัฒนาขึ้นเพื่อช่วยให้ผู้ใช้งานสามารถรับรู้และเข้าใจสภาวะทางอารมณ์ของตนเองได้ดียิ่งขึ้นผ่านการบันทึกอารมณ์ และการบทความเกี่ยวกับสุขภาพจิตจากแหล่งข้อมูลที่น่าเชื่อถือซึ่งเป็นเครื่องมือที่สามารถช่วยลดปัญหาสุขภาพจิตและส่งเสริมคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นนอกจากนี้การพัฒนาแอปพลิเคชันนี้ยังสอดคล้องกับเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน (Sustainable Development Goals: SDGs) โดยเฉพาะเป้าหมายที่ 3: Good Health and Well-being (สุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดี) ซึ่งมุ่งเน้นให้ทุกคนสามารถเข้าถึงบริการด้านสุขภาพรวมถึงการส่งเสริมสุขภาพจิตที่ดีผ่านการใช้เทคโนโลยีแอปพลิเคชันนี้จึงเป็นอีกแนวทางหนึ่งที่สามารถช่วยให้ผู้ใช้งานสามารถติดตามและดูแลสุขภาพจิตของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังนั้นโครงการนี้จึงมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการพัฒนาเครื่องมือที่ช่วยให้ผู้ใช้งานสามารถดูแลสุขภาพจิตของตนเองได้ง่ายขึ้นและสร้างสังคมที่มีความตระหนักถึงความสำคัญของสุขภาพจิตมากขึ้น

## 1.2 วัตถุประสงค์ของ Mobile Application

1.2.1 ช่วยให้ผู้ใช้สามารถติดตามและบันทึกอารมณ์ของตนเองได้อย่างสม่ำเสมอ ให้ผู้ใช้สามารถระบุและบันทึกอารมณ์ในแต่ละวัน ช่วยให้เข้าใจแนวโน้มทางอารมณ์ของตนเอง

1.2.2. วิเคราะห์แนวโน้มทางอารมณ์ผ่านข้อมูลที่บันทึกไว้ ช่วยให้ผู้ใช้สามารถมองเห็นรูปแบบของอารมณ์ในระยะยาว

1.2.3. เพิ่มการตระหนักรู้เกี่ยวกับสุขภาพจิต ให้ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพจิต เพื่อส่งเสริมให้ผู้ใช้มีความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพทางอารมณ์ของตนเอง

1.2.4. ส่งเสริมให้ผู้ใช้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อสุขภาพจิตที่ดีขึ้น กระตุ้นให้ผู้ใช้มีการดูแลสุขภาพจิตของตนเองอย่างต่อเนื่องผ่านกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพจิต

1.2.5. สร้าง Interface ที่ใช้งานง่ายและเข้าถึงได้สำหรับทุกคน

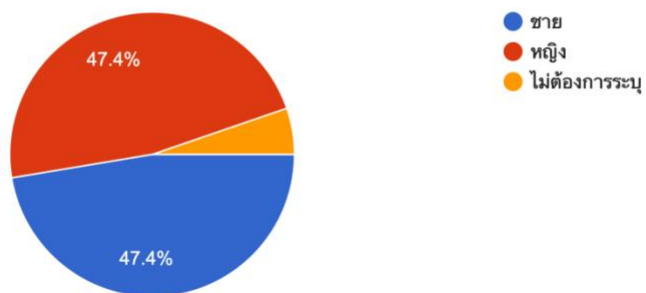
## 1.3 กลุ่มเป้าหมาย Mobile Application

### 1.3.1 การเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่างจากผู้ใช้งานจริง

ข้อมูลประชากร

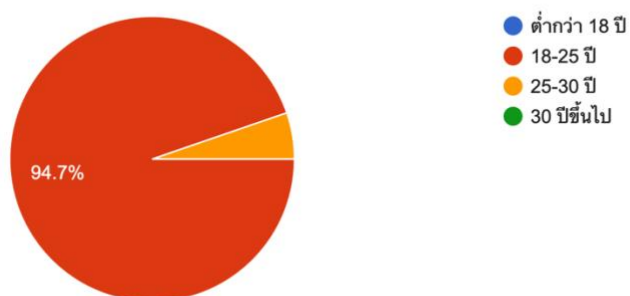
เพศ

19 responses



อายุ

19 responses

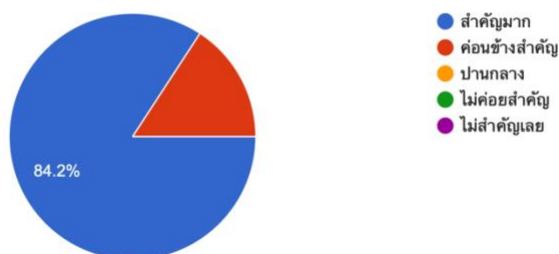


ข้อมูลข้างต้นแสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างหลักเป็นวัยรุ่นจนถึงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ซึ่งอาจมีนิสัยการและรูปแบบการใช้งานเทคโนโลยีที่เปิดกว้าง

## ความสำคัญของสุขภาพจิต (ส่วนที่ 1)

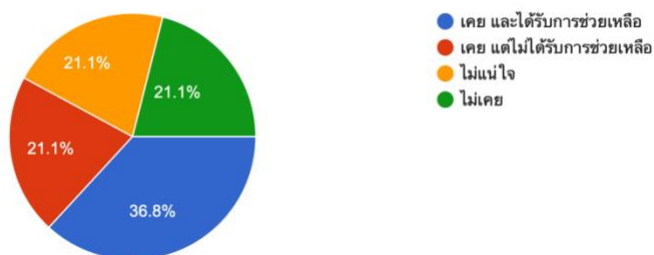
### 1. คุณคิดว่าสุขภาพจิตเป็นเรื่องสำคัญหรือไม่?

19 responses



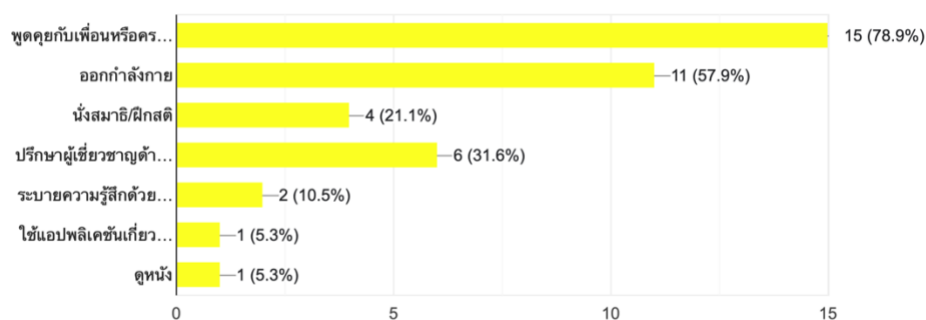
### 2. คุณเคยมีปัญหหรือความกังวลเกี่ยวกับสุขภาพจิตของตนเองหรือไม่?

19 responses



### 3. คุณมีวิธีจัดการความเครียดและสุขภาพจิตอย่างไร? (เลือกได้มากกว่า 1 ข้อ)

19 responses

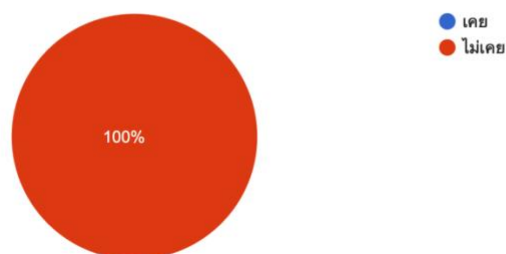


ข้อมูลข้างต้นแสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างให้ความสำคัญกับสุขภาพจิตเป็นอย่างมาก กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ 63.3% เคยมีปัญหหรือความกังวลเกี่ยวกับสุขภาพจิต และนิยมจัดการความเครียดด้วยการพูดคุยกับเพื่อน ออกกำลังกาย ปรึกษาผู้เชี่ยวชาญ และอื่นๆ

## ประสบการณ์การใช้แอปสุขภาพจิต (ส่วนที่ 2)

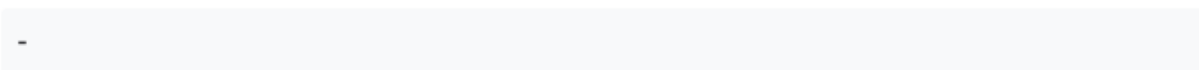
4. คุณเคยใช้แอปพลิเคชันที่เกี่ยวกับสุขภาพจิตมาก่อนหรือไม่?

19 responses



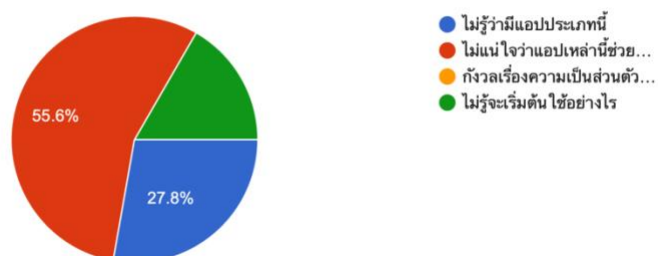
5. หากเคย คุณใช้แอปอะไรบ้าง และมีประสบการณ์อย่างไร?

4 responses



6. หากยังไม่เคยใช้แอปสุขภาพจิต อะไรเป็นสาเหตุที่ทำให้คุณไม่ใช้?

18 responses



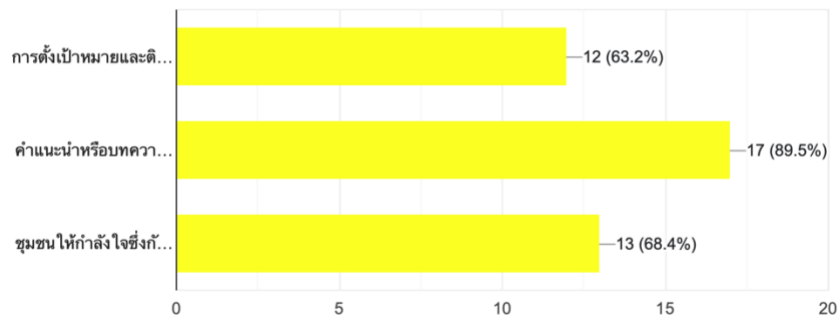
ข้อมูลข้างต้นแสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างไม่แน่ใจในแอปพลิเคชันว่าจะสามารถช่วยเรื่องสุขภาพจิตได้จริงหรือไม่ซึ่งเป็นสาเหตุหลักที่ทำให้ผู้คนไม่เคยลองใช้แอปสุขภาพจิต



### ความต้องการและความคาดหวังต่อแอปสุขภาพจิต (ส่วนที่ 3)

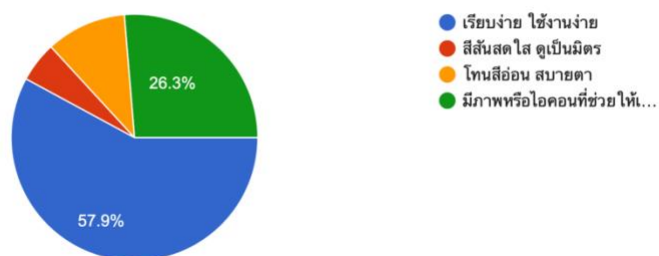
7. ถ้ามีแอปพลิเคชันเกี่ยวกับสุขภาพจิต คุณคิดว่าควรมีฟีเจอร์อะไรบ้าง? (เลือกได้มากกว่า 1 ข้อ)

19 responses



8. คุณอยากให้แอปมีหน้าตา (UI/UX) แบบไหน?

19 responses



9. คุณมีความคิดเห็นเพิ่มเติมเกี่ยวกับแอปสุขภาพจิตที่อยากแชร์หรือไม่?

4 responses

-
มีทำมุม
ไม่

ข้อมูลข้างต้นแสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างต้องการเครื่องมือที่ช่วยติดตามสภาวะจิตใจของตนเอง พร้อมทั้งให้ความรู้และวิธีผ่อนคลาย

จากการเก็บข้อมูลผ่านแบบสอบถามออนไลน์ พบว่ากลุ่มตัวอย่างทั้งหมด (19 คน) ให้ความสำคัญกับสุขภาพจิตอย่างมากโดย 63.3% เคยมีปัญหาหรือความกังวลด้านสุขภาพจิต แม้ว่าคนส่วนใหญ่จะยังไม่เคยใช้แอปพลิเคชันเกี่ยวกับสุขภาพจิตมาก่อน แต่ก็เปิดรับแนวคิดการใช้แอปพลิเคชันเพื่อดูแลจิตใจ หากได้รับข้อมูลที่ถูกต้องและฟีเจอร์ที่ตอบโจทย์ ฟีเจอร์ที่ผู้ตอบคาดหวัง ได้แก่ การให้คำแนะนำบทความเกี่ยวกับสุขภาพจิต บันทึกอารมณ์หรือกิจกรรมประจำวันนอกจากนี้ บางส่วนต้องการให้มีช่องทางติดต่อคอมมูนิตีเพื่อแลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกันด้านการออกแบบ (UI/UX) ผู้ตอบต้องการความเรียบง่าย โทนสีสบายตา และใช้งานได้สะดวก เพื่อกระตุ้นให้ผู้ใช้เปิดแอปเป็นประจำและช่วยส่งเสริมให้ผู้คนกล้าใช้แอปพลิเคชันสุขภาพจิตมากขึ้น

### 1.3.2 ศึกษาการเปรียบเทียบ Mobile Application ที่มีอยู่ปัจจุบัน

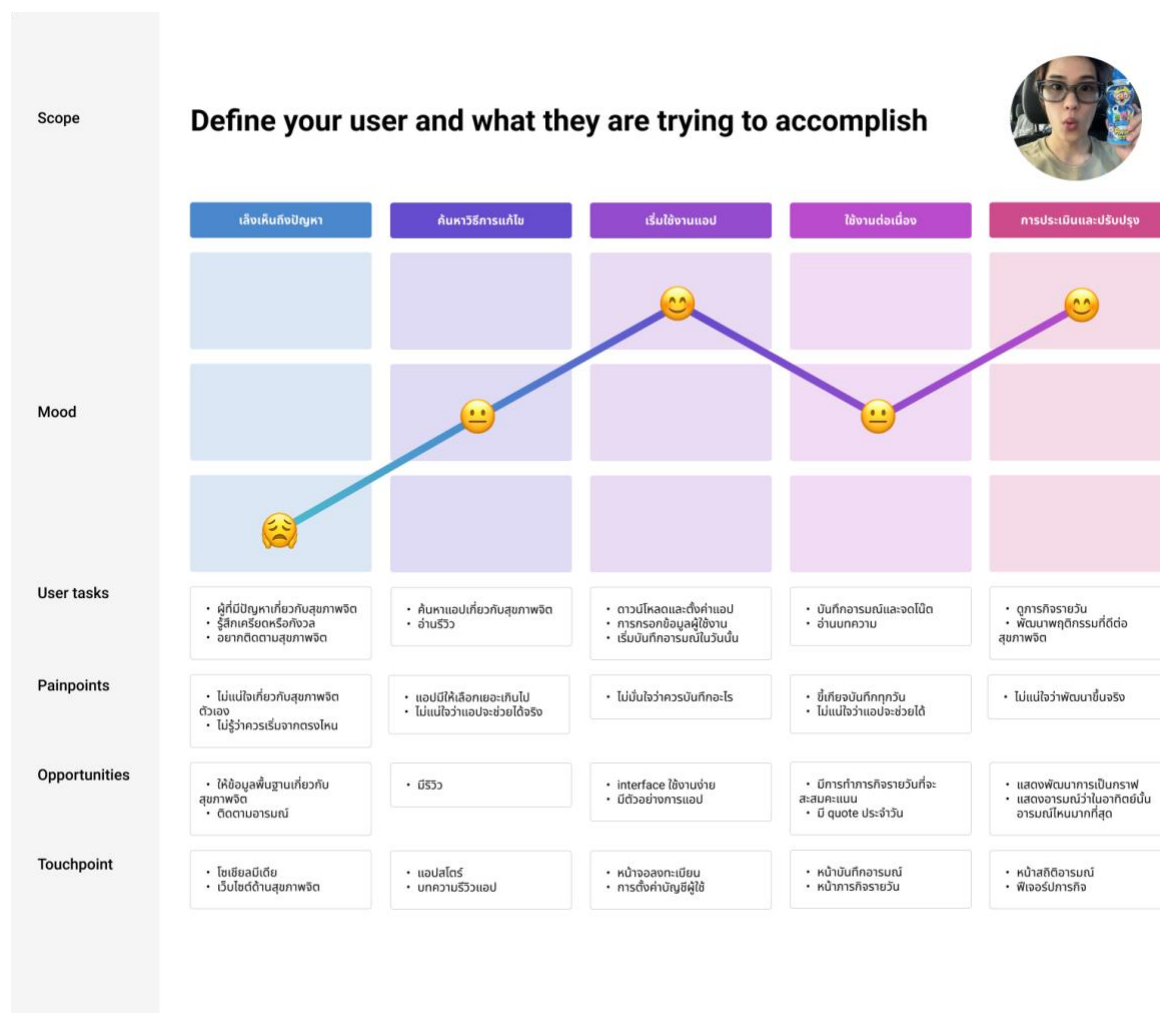
คุณสมบัติ	Daily Bean	Moodie – Mood Diary With Lock	Mooda
รูปแบบการบันทึก	ใช้ ถั่ว เป็นสัญลักษณ์ อารมณ์ในแต่ละวัน	ใช้ไอคอนและสีแทน ความรู้สึก	ใช้ไอคอนและตัวอักษร เพื่อบันทึกอารมณ์
ดีไซน์ UI	มินิมอล เรียบง่าย	สดใส น่ารัก	น่ารัก เรียบง่าย
การเพิ่มโน้ต/รายละเอียด	เพิ่มโน้ตและแท็กกิจกรรม ได้ (ใส่อารมณ์ได้ 1 อารมณ์หลักกับอีกหลาย กิจกรรม)	เพิ่มข้อความ, กิจกรรม, ภาพถ่าย (ใส่ได้หลาย อารมณ์ต่อวัน)	เพิ่มข้อความได้ แต่ไม่มี แท็กกิจกรรม (ใส่อารมณ์ ได้ 1 อารมณ์)
กราฟวิเคราะห์อารมณ์	มี (ดูแนวโน้มอารมณ์ได้)	มี (แสดงเปอร์เซ็นต์อารมณ์)	มี (แสดงไอคอนอารมณ์)
โหมดมืด (Dark Mode)	รองรับ	รองรับ	รองรับ
ฟีเจอร์ล็อกแอป	ไม่มี	มี (PIN + Biometric)	มี (PIN)

แอปพลิเคชัน	ข้อจำกัด
Daily Bean	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ไม่สามารถแนบรูปภาพได้</li> <li>- ไม่มีระบบล็อกแอปเพื่อความเป็นส่วนตัว</li> <li>- ใช้ได้ฟรี แต่บางฟีเจอร์ต้องซื้อเพิ่มเติม</li> <li>- ระบบแท็กกิจกรรมอาจยังไม่ละเอียดมาก</li> </ul>
Moodie – Mood Diary With Lock	<ul style="list-style-type: none"> <li>- มีโฆษณาในเวอร์ชันฟรี (ต้องซื้อฟรีเมียมเพื่อลบ)</li> <li>- ต้องสมัครบัญชีเพื่อซิงค์ข้อมูล</li> <li>- การแสดงผลกราฟและวิเคราะห์อารมณ์อาจดูซับซ้อน</li> </ul>
Mooda	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ไม่มีระบบแท็กกิจกรรม</li> <li>- ไม่สามารถซิงค์ข้อมูลหรือสำรองข้อมูลได้ (ถ้าลบแอป ข้อมูลจะหาย)</li> <li>- ไม่สามารถใช้งานได้ฟรี ต้องซื้อก่อนใช้งาน</li> <li>- ฟีเจอร์ค่อนข้างน้อย เน้นแค่บันทึกอารมณ์แบบเรียบง่าย</li> </ul>

จากการศึกษาการเปรียบเทียบ Mobile Application พบว่าส่วนใหญ่สามารถใส่อารมณ์ได้เพียงแค่ 1 อารมณ์ต่อวัน ซึ่งอาจเป็นข้อจำกัดสำหรับผู้ที่มีอารมณ์เปลี่ยนแปลงระหว่างวัน อย่างไรก็ตามมีบางแอปที่อนุญาตให้บันทึกหลายอารมณ์ต่อวัน เช่น Moodie ซึ่งช่วยให้ผู้ใช้สามารถติดตามความรู้สึกของตนเองได้แบบเรียลไทม์ ประเด็นที่น่าสนใจเพิ่มเติม เช่น

- การเพิ่มรายละเอียดเกี่ยวกับอารมณ์: แอปส่วนใหญ่จะให้เลือกเพียง 1 อารมณ์ต่อวัน แต่แอป เช่น Daily Bean อนุญาตให้ผู้ใช้เพิ่ม กิจกรรม ที่เกี่ยวข้องเพื่อบอกเล่ารายละเอียดของวันนั้น ๆ
- การแนบรูปภาพและบันทึกข้อความ: แอปบางตัว เช่น Mooda และ Moodie ให้ผู้ใช้เพิ่ม โน้ตและรูปภาพ เพื่ออธิบายอารมณ์ของตนเองในวันนั้น
- การวิเคราะห์อารมณ์ในระยะยาว: แม้ว่าแอปส่วนใหญ่จะจำกัดการบันทึกอารมณ์ต่อวัน แต่จะมีระบบวิเคราะห์แนวโน้มอารมณ์ ในรูปแบบกราฟ หรือปฏิทินสรุป

## บทที่ 2 User Journey Map



### 2.1 ตระหนักถึงปัญหาสุขภาพจิต

ทุกอย่างเริ่มต้นจากการที่ผู้ใช้เริ่มรู้สึกถึงความผิดปกติทางอารมณ์ เช่น เครียด วิตกกังวล หรือหมดไฟ พวกเขาต้องการเข้าใจสาเหตุและหาวิธีจัดการกับความรู้สึกเหล่านี้

ในช่วงแรกผู้ใช้นักเผชิญกับปัญหาสำคัญ เช่น

- ไม่แน่ใจว่าสุขภาพจิตของตนเองกำลังมีปัญหาหรือไม่
- ไม่รู้ว่าควรเริ่มต้นจากจุดไหน

โอกาสในการพัฒนาแอปในขั้นตอนนี้คือการให้ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับสุขภาพจิตที่เข้าใจง่าย ผ่านช่องทางโซเชียลมีเดียหรือบทความออนไลน์ เพื่อช่วยให้ผู้ใช้สามารถตระหนักถึงปัญหาของตัวเองได้ดีขึ้น

## 2.2 ค้นหาวิธีการแก้ไข

เมื่อเริ่มตระหนักถึงปัญหา ผู้ใช้จะเริ่มมองหาวิธีการแก้ไข โดยอาจค้นหาแอปพลิเคชันที่สามารถช่วยบันทึกอารมณ์และจัดการความเครียดได้ ความท้าทายมีดังนี้

- แอปมีให้เลือกมากเกินไป จนไม่รู้ว่าจะเลือกอันไหนดี
  - ไม่มั่นใจว่าแอปไหนมีความน่าเชื่อถือ
- แอปที่ต้องการสร้างความโดดเด่นควรมีรีวิวจากผู้ใช้จริง

## 2.3 เริ่มใช้งานแอป

หลังจากเลือกแอปที่ต้องการแล้ว ผู้ใช้จะเข้าสู่ขั้นตอนการติดตั้งและตั้งค่า ซึ่งอาจรวมถึงการกรอกข้อมูลส่วนตัวและทำแบบ ปัญหาที่พบได้บ่อยในขั้นตอนนี้คือ

- ผู้ใช้ไม่แน่ใจว่าควรเริ่มบันทึกอะไร

โอกาสในการพัฒนาคือการออกแบบinterface ที่ใช้งานง่าย พร้อมตัวอย่างการใช้งานที่ชัดเจน

## 2.4 ใช้งานอย่างต่อเนื่อง

เมื่อลงทะเบียนและเริ่มใช้งานแล้ว ความท้าทายต่อไปคือการทำให้ผู้ใช้ใช้งานแอปอย่างต่อเนื่อง ซึ่งอาจเกิดอุปสรรค เช่น

- ไม่มีแรงจูงใจให้บันทึกอารมณ์ทุกวัน
- รู้สึกว่าแอปไม่ได้ช่วยจริง

วิธีแก้ไขคือการสร้างระบบที่ช่วยเพิ่มแรงจูงใจ เช่น

- มีภารกิจรายวัน เพื่อสะสมคะแนน
- มี Quote ประจำวัน

## 2.5 การประเมินและปรับปรุง

เมื่อใช้งานไประยะหนึ่ง ผู้ใช้ต้องการทราบว่าตนเองมีพัฒนาการหรือไม่ ซึ่งหากไม่มีตัวชี้วัดที่ชัดเจน อาจทำให้ผู้ใช้ขาดแรงจูงใจในการใช้งานต่อไป ปัญหาที่พบในขั้นตอนนี้คือ

- ไม่แน่ใจว่าตนเองพัฒนาขึ้นจริงหรือไม่

โอกาสในการพัฒนาคือการแสดงผลพัฒนาการในรูปแบบที่เข้าใจง่าย เช่น

- กราฟแสดงแนวโน้มของอารมณ์

## บทที่ 3 User Flow

### 3.1 User Flow

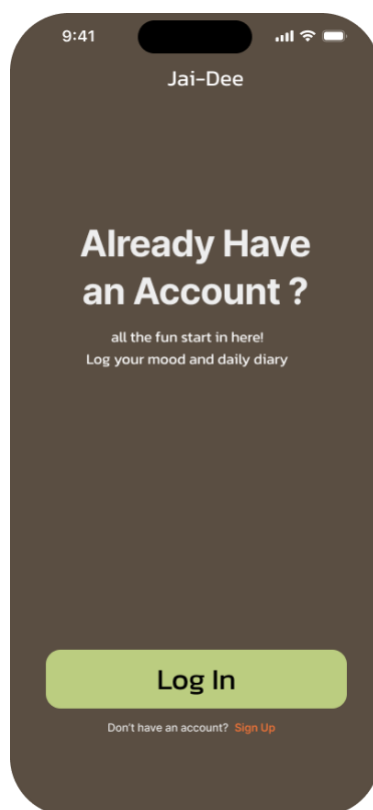
แผนภาพ User Flow แสดงให้เห็นลำดับการใช้งานของแอปพลิเคชัน ติดตามอารมณ์เพื่อสุขภาพจิต จากมุมมองของผู้ใช้ โดยมีขั้นตอนหลักดังนี้



Figma: <https://www.figma.com/design/rsSuVucfcXuaRja3eua2ML/app-pj?node-id=0-1&t=0L6eB89FwonMnMHh-1>

## 1. หน้าเริ่มต้น (Start Page)

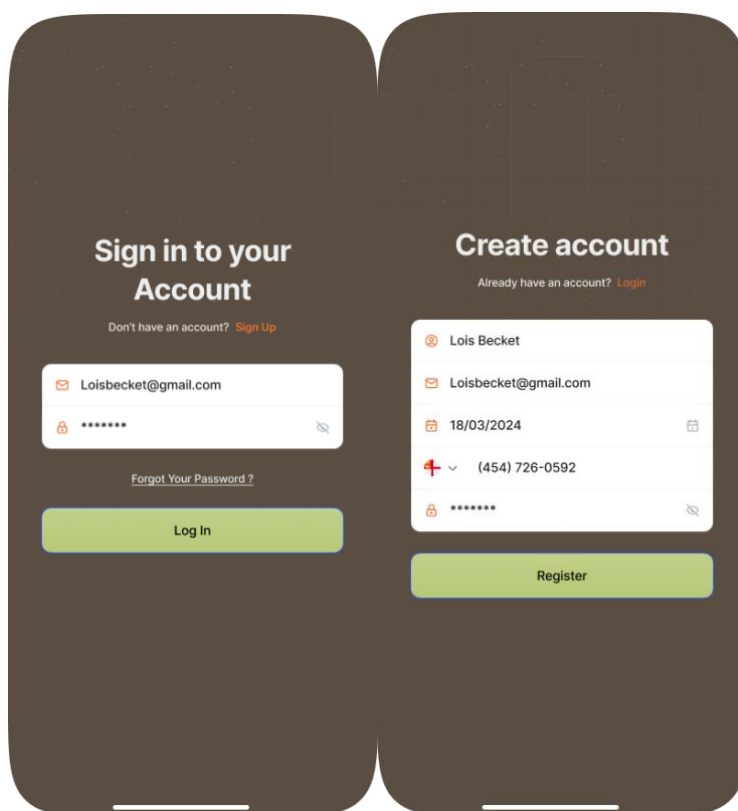
เมื่อใช้งานแอปพลิเคชันครั้งแรก หน้านี้จะเป็นหน้าแรก  
ผู้ใช้จะพบกับหน้าต้อนรับที่มีตัวเลือกในการเข้าสู่ระบบ หากผู้ใช้มีบัญชีอยู่แล้ว สามารถกด "Log In"  
เพื่อเข้าสู่ระบบได้ทันที แต่หากยังไม่มีบัญชี ระบบจะแสดงตัวเลือกให้สร้างบัญชีใหม่ ซึ่งจะนำไปสู่หน้าสมัครสมาชิก



## 2. หน้าล็อกอินและสมัครสมาชิก (Log-In & Sign-Up Page)

**Log-In:** ผู้ใช้สามารถเข้าสู่ระบบโดยกรอกอีเมลและรหัสผ่านที่เคยลงทะเบียนไว้

**Sign-Up:** สำหรับผู้ใช้ใหม่ ระบบจะให้กรอกข้อมูลพื้นฐาน เช่น อีเมล รหัสผ่าน และเบอร์โทรศัพท์ เพื่อสร้างบัญชี หลังจากสมัครเสร็จสิ้น ผู้ใช้สามารถเข้าสู่ระบบและเริ่มใช้งานแอปได้





### 3. หน้าหลัก (Home Page)

เป็นหน้าหลักที่ให้ผู้ใช้งานสามารถกดเพื่อบันทึกอารมณ์ของตนเองในแต่ละวัน มีส่วนของวันที่ที่บอกวันที่ปัจจุบัน และกระต่ายที่ทำหน้าที่เหมือนเพื่อนที่คอยรับฟัง มีปุ่มเพื่อเพิ่มบันทึก และ **Today Mood** ซึ่งจะแสดงอารมณ์ที่บันทึกในวันนั้น



#### 4. หน้าบันทึกไดอารี่ (Add new Diary Page)

เมื่อผู้ใช้กดเพิ่มไดอารี่จากหน้า Home ระบบจะนำมายังหน้าสำหรับพิมพ์บันทึก  
ผู้ใช้สามารถพิมพ์ข้อความเกี่ยวกับเหตุการณ์สำคัญหรืออารมณ์ของวันนั้นได้ โดยระบบจะมีไอคอนรูปอารมณ์ต่าง  
ๆ เพื่อให้เลือกอารมณ์ที่ตรงกับความรู้สึกมากที่สุด



## 5. หน้าสรุปอารมณ์รายสัปดาห์ (Dashboard Page)

แสดงสถิติอารมณ์ที่เกิดขึ้นในแต่ละวันของสัปดาห์ มี "Week Rank" ที่ช่วยให้ผู้ใช้เห็นแนวโน้มของอารมณ์ที่เกิดขึ้นบ่อยที่สุดในช่วงสัปดาห์ที่ผ่านมา ระบบจะเลือก Quote of the Day หรือคำคมที่ให้อำลางใจและเหมาะสมกับอารมณ์ของผู้ใช้ เพื่อช่วยเสริมสร้างพลังบวก



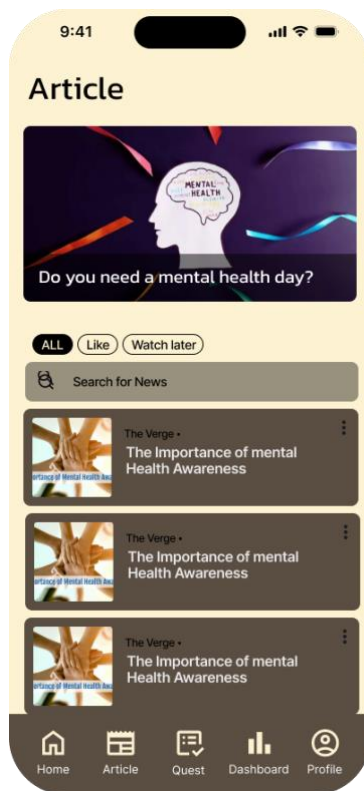
## 6. หน้า Quest (Quest Page)

เป็นหน้าสำหรับแสดงภารกิจรายวัน (Daily Quest) ที่ช่วยให้ผู้ใช้พัฒนาพฤติกรรมที่ดีต่อสุขภาพจิต ตัวอย่างภารกิจ เช่น "ดื่มน้ำให้เพียงพอ", "พูดสิ่งดี ๆ เกี่ยวกับตัวเอง", "พักผ่อนให้เพียงพอ" เมื่อทำภารกิจสำเร็จ ผู้ใช้สามารถกด **Checkbox** เพื่อติดตามความก้าวหน้าและสะสม **Streak**



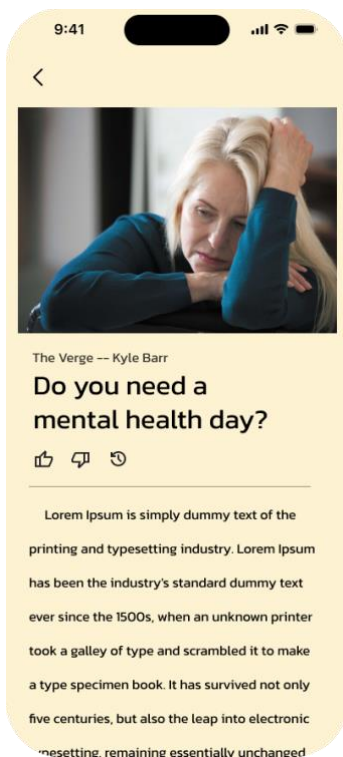
## 7. หน้าบทความสุขภาพจิต (Article Page)

ผู้ใช้สามารถเลือกอ่านบทความที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต โดยบทความจะถูกจัดเรียงตามหัวข้อที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์ของผู้ใช้ เมื่อคลิกที่บทความ ระบบจะแสดงเนื้อหาทั้งหมดในรูปแบบที่อ่านง่าย



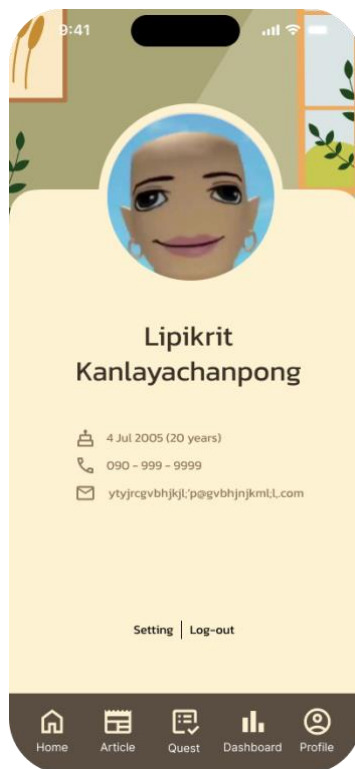
## 8. หน้ารายละเอียดบทความ (Read the Article page)

แสดงเนื้อหาของบทความที่เลือกอ่าน โดยมีการออกแบบให้เหมาะสมกับการอ่านเพื่อให้สบายตา มีปุ่มสำหรับ "ไลก์" หรือ "บันทึกเพื่อดูภายหลัง" บทความที่ชอบ



## 9. หน้าโปรไฟล์ (Profile Page)

ผู้ใช้งานสามารถดูข้อมูลส่วนตัว เช่น ชื่อบัญชี รูปโปรไฟล์ และข้อมูลส่วนตัว ที่ใช้ในการสมัครบัญชี

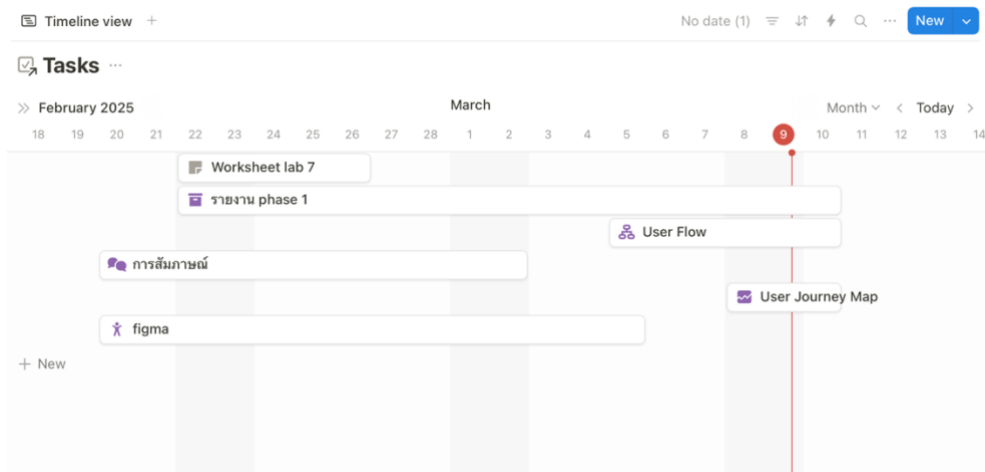


### 3.2 การออกแบบส่วนติดต่อผู้ใช้งาน (UI/UX Design)

การออกแบบส่วนติดต่อผู้ใช้งานของแอปพลิเคชันนี้ จุดมุ่งหมายคือ ความเรียบง่าย ใช้งานสะดวก และส่งเสริมสุขภาพจิต โดยแนวคิดการออกแบบ (Design Concept) ใช้การออกแบบ Minimalist Design ลดองค์ประกอบที่ซับซ้อนและไม่จำเป็น เพื่อให้ผู้ใช้งานสามารถโฟกัสไปที่การใช้งานหลักของแอป ใช้จิตวิทยาสีเพื่อสนับสนุนอารมณ์ โดยสีเขียว ช่วยให้รู้สึกมั่นคง ปลอดภัย และผ่อนคลาย ซึ่งเหมาะกับแอปที่เกี่ยวกับสุขภาพจิต และสีน้ำตาลอ่อน ให้ความรู้สึกอบอุ่นและ ลดความเครียดและความกดดัน นอกจากนี้ยังคำนึงถึงการส่งเสริมสุขภาพจิตที่ดี โดยมีตัวการ์ตูนกระต่ายที่เป็นเหมือน “เพื่อน” คอยอยู่เคียงข้าง ให้ความรู้สึกอบอุ่นและเป็นกันเอง มีข้อความให้กำลังใจ เช่น *"I'm always here"* หรือ *"You are stronger than you think"* เพื่อช่วยปลดปล่อย

## บทที่ 4 แผนงานของโครงการ

### 4.1 รายละเอียดและระยะเวลาการดำเนินงาน



Notion: <https://leaf-yard-7ea.notion.site/project-hamsik-19df048e13f78051b88dfa0cf89d6226>

#### 4.1.1 การเก็บข้อมูลผ่านแบบสอบถามออนไลน์ผ่าน Google form

ระยะเวลาทำทั้งหมด 10 วัน นับตั้งแต่วันที่ 20 กุมภาพันธ์ – 2 มีนาคม 2568

นางสาว ลิปิการ์ กัลยาฤทธิ์ รับผิดชอบในการดำเนินงาน



#### การสัมภาษณ์

Status

Done

Priority

High

Assignee

Lttrumbria13

Due

February 20, 2025 12:00 AM →  
March 2, 2025 12:00 AM

1 more property

Comments

Add a comment...

#### About this task

► การสัมภาษณ์โดยตรงแล้วก็มีฟอร์ม google ให้ตอบคำถาม

#### Add relevant files





#### 4.1.2 การทำ Figma: wire frame, prototype

ระยะเวลาทำทั้งหมด 2 สัปดาห์ นับตั้งแต่วันที่ 20 กุมภาพันธ์ – 5 มีนาคม 2568

นาย ธนกฤต กฤตธนาชาญพงษ์ รับผิดชอบในการดำเนินงาน



 Status

● Done

 Priority

High

 Assignee

 ธนกฤต กฤตธนาชาญพงษ์

 Due

February 20, 2025 12:00 AM →  
March 5, 2025 12:00 AM

✓ 1 more property

#### Comments



Add a comment...

## About this task

- มี prototype

#### 4.1.3 User Journey Map

ระยะเวลาทำทั้งหมด 3 วัน นับตั้งแต่วันที่ 8 มีนาคม – 10 มีนาคม 2568

นางสาว ลิปิการ์ กัลยาฤทธิ์ รับผิดชอบในการดำเนินงาน



### User Journey Map

⚙ Status

● Done

📌 Priority

High

👤 Assignee

🌍 Lttrumbra13

📅 Due

March 8, 2025 12:00 AM → March 10, 2025 12:00 AM

▼ 1 more property

Comments



Add a comment...

### About this task

- ออกแบบ user journey map, อธิบายส่วนที่เป็นปัญหา, อธิบายว่าแอปจะลดปัญหาได้ยังไงบ้าง

#### 4.1.4 การทำ user flow

ระยะเวลาทำทั้งหมด 5 วัน นับตั้งแต่วันที่ 5 มีนาคม – 10 มีนาคม 25568

นาย ธนกฤต กฤตธนาชาญพงษ์ รับผิดชอบในการดำเนินงาน



## User Flow

☀ Status

● Done

⌵ Priority

High

👤 Assignee

ธ ธนกฤต กฤตธนาชาญพงษ์

📅 Due

March 5, 2025 12:00 AM → March 10, 2025 12:00 AM

✓ 1 more property

Comments



Add a comment...

## About this task

- User Flow ไม่รวม log in/log out
- อธิบายแต่ละ flow ในรายงาน

## 4.1.5 รายงาน

ระยะเวลาทำทั้งหมด 16 วัน นับตั้งแต่วันที่ 22 กุมภาพันธ์ – 10 มีนาคม 2568

นาย ธนกฤต กฤตธนาชญพงษ์ และนางสาว ลิปิการ์ กัลยาฤทธิ์ รับผิดชอบในการดำเนินงาน



## รายงาน phase 1

 Status

In progress

 Priority

High

 Assignee

 Lttrumbria13

 ธนกฤต กฤตธนาชญพงษ์

 Due

February 22, 2025 12:00 AM →  
March 10, 2025 11:59 PM

✓ 1 more property

### Comments

 Add a comment...

## About this task

หน้าปก คำนำ สารบัญ

- ▶ บทที่ 1
- ▶ บทที่ 2
- ▶ บทที่ 3
- ▶ บทที่ 4

## 4.2 เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินงาน

4.2.1 Google Forms: สำหรับการสร้างแบบสอบถามและเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง

4.2.2 Figma: สำหรับการออกแบบ wireframe prototype และ user journey map

4.2.3 Notion: สำหรับการวางแผนงานกำหนดระยะเวลาในการดำเนินงาน

4.2.4 Word: สำหรับการทำรายงาน

4.2.5 Adobe illustrator: สำหรับการทำ user flow

## บรรณานุกรม

<https://www.pinterest.com>

<https://medium.com/upskill-ux/journey-mapping-แผนที่ภาพเส้นทางขอ-คืออะไร-b85942b59a06>

<https://www.figma.com/community/file/1010321128635031106>