

Łukasz Czapliński

## Needfinding

KCK, zadanie 2.

28 października 2013

### 1. Analiza problemu

Czynnością, której obserwacji się podjąłem, jest proces planowania i wykonywania codziennych zadań. Motywacją do tego były wielokrotnie widziane w internecie tematy poświęcone motywacji. Wydaje się, że wielu osobom brakuje impulsu do podjęcia działań. Chcieliby zacząć ćwiczyć, nauczyć się gry na instrumencie czy danego języka lub po prostu zacząć wynosić śmieci zanim kluczowym do tego zajęcia narzędziem stanie się siekiera. To badanie ma na celu sprawdzenie, czy faktycznie tak jest.

## 2. Obserwacje i wywiady

### 2.1. Student prawa

#### 2.1.1. Ankieta

Czy istnieją rzeczy, które chciałeś (chciałaś) zacząć robić, ale z różnych przyczyn nie zrobiłeś (zrobiłaś)?

Tak.

Jak często powodem były zajęcia pokroju siedzenia na facebooku, grania?

Komputer i rozleniwienie bardzo częstym powodem.

Czy próbowałeś (próbowałaś) się motywować w jakiś sposób? Np granie dopiero po zrobieniu odpowiednich rzeczy?

Próbowałem, ale nie dawałem rady. Słaba dyscyplina.

Jak myślisz, czy usprawnienie sposobu motywowania mogłoby ci pomóc?

Może, nie wiem o jakie usprawnienie chodzi.

Czy korzystasz z przypomnień na komórce lub komputerze?

Korzystam, normalnie działają – przypominają.

#### 2.1.2. Wywiad

**Q:** Używasz przypomnień do większych rzeczy, które na pewno musisz zrobić, czy też do bardziej codziennych czynności?

np sprzątanie

**A:** Do większych rzeczy. Lekarze, spotkania. Albo!

Że MAM O CZYMŚ POMYŚLEĆ.

Przypominam sobie o temacie, który muszę sam ze sobą podjąć wtedy i wtedy.

**Q:** a co z codziennymi czynnościami?

wynies smieci/wyjdz z psem ktorego nie masz/ pozmywaj

**A:** miałbym to zapisywać na komórce?

Lul.

Ale zapisuję sobie czasem plan dnia.

Z którego nic nie wychodzi.

**Q:** czemu nic z niego nie wychodzi?

**A:** Tzn część wychodzi, ale dyscyplina lub okoliczności zazwyczaj nie pozwalają mi się dostosować do niego w pełni.

Wychodzi może z 50%.

**Q:** hm

jesli moglbys latwo modyfikowac plan przesunac sobie jakas czynnosc na za jakis czas to ulatwiloby ci to wypelnianie tego planu?

**A:** no i zazwyczaj to robie.

Odjutryzm.

Przed spaniem - planik co do godziny i minuty, ulala, a w czasie dnia korekty.

**Q:** a jesli dodatkowo dostawalbys jakas mo-

tywacje zeby to zrobic teraz?

np motywujacy filmik czy cos

i kare/nagrade za wykonanie

to faktycznie uzywalbys tego czy raczej oszukiwal?

**A:** Nie wiem.

Chyba bym oszukiwal.

Niby jaka by to mogla byc kara.

**Q:** moglbys sam ustalac przy zapisywaniu zadania

**A:** Prawdziwą karą są wydarzenia już teraz, które zmuszają mnie do roboty. Ale jeśli chodzi o plan "zacząć się uczyć dalej Niemca" to nie mam żadnego sprawdzianu, który byłby karą w postaci pały.

**Q:** moglbys sobie sam ustawic np, ze komputer przestanie ci na dzien uruchamiac twoja ulubiona gre komputerowa ;d ew narysuje ci karnego kutasa na pulpicie

**A:** No dobra, ale skąd komputer będzie wiedział, że nie spełniłem zadania.

**Q:** no i własnie ;d

pytanie czy bys kilkal "tak, zrobilem" mimo niezrobienia

**A:** Hah!

Nie wiem.

Nie klikałbym.

Jakbym miał takie coś to bym nie klikał.

### 2.1.3. Obserwacje

Obserwowany na początku dnia. Był umówiony na spotkanie, nastawił budzik. Wyłączył go przez sen. Dopiero telefon od znajomych przypomniał mu, że powinien wstać. Nie pamiętał jak dojechać na spotkanie - musiał znowu dzwonić na spotkanie. Nie spakował się wcześniej - musiał pakować się przed wyjściem. Nie zdążył się dobrze przygotować: część rzeczy (naładowanie baterii) zajmowała więcej czasu niż miał dostępne.

## 2.2. Student informatyki

### 2.2.1. Ankieta

Czy istnieją rzeczy, które chciałeś (chciałaś) zacząć robić, ale z różnych przyczyn nie zrobiłeś (zrobiłaś)?

Chciałem zacząć przygotowywać się do zajęć na uczelnię, ale z powodu ogromnej niechęci do robienia czegokolwiek konstruktywnego grałem/oglądałem filmy etc.

Czy próbowałeś (próbowałaś) się motywować w jakiś sposób? Np granie dopiero po zrobieniu odpowiednich rzeczy?

tak, ale dopiero w momencie zbliżającego się terminu, na który miałem coś przygotować. Czasami jednak nie starczało czasu, a czasami nadal nie byłem zmotywowany

Jak myślisz, czy usprawnienie sposobu motywowania mogłoby ci pomóc?

Usprawnienie sposobu motywowania - nie. Inny sposób motywowania - może.

Czy korzystasz z przypomnień na komórce lub komputerze?

Nie, nie korzystam z żadnego sposobu przypominania gdyż wszystko pamiętam. Po prostu mi się nie chce.

### 2.2.2. Wywiad

Ankietowany grał w LoLa, brak komunikatywności mimo wcześniejszego umówienia się.

### 2.2.3. Obserwacje

Obserwowany długoterminowo - współlokator. Większość czasu spędza na graniu na komputerze lub oglądaniu filmów. Nie chodzi na większość zajęć - nie chce mu się. Gdyby nie konieczność załatwiania potrzeb nie wychodziłby z pokoju. Ekstremalne problemy z motywowaniem się do czegokolwiek. Jeśli czegoś od niego trzeba, wystarczy odłączyć internet - aby go odzyskać jest w stanie zrobić wszystko. Możliwość motywowania przez program kontrolujący dostęp do gry - musi jednak on być na tyle inteligentny, by nie przerwał mu rozgrywki (wówczas możliwe ofiary śmiertelne).

## 2.3. Studentka informatyki

### 2.3.1. Ankieta

Czy istnieją rzeczy, które chciałeś (chciałaś) zacząć robić, ale z różnych przyczyn nie zrobiłeś (zrobiłaś)?

Oczywiście. Niemal codziennie są takie rzeczy.

Jak często powodem były zajęcia pokroju siedzenia na facebooku, grania?

Jak mam większe plany to facebook raczej mnie nie zatrzymuje. Jeśli już, to najczęściej chodzi o jakieś obowiązki, których zwyczajnie nie chcę robić.

Czy próbowałaś (próbowałeś) się motywować w jakiś sposób? Np granie dopiero po zrobieniu odpowiednich rzeczy?

Myślałam kiedyś nad założeniem sobie blokady: 30 minut na facebooku dziennie. Ale tego nie zrobiłam, bo okazało się, że to nie to mi przeszkadza, ale moja własna niechęć.

Czy to działało?

Nie działało. Brałam się za inną głupotę. Zadziałałoby gdyby mnie zamknąć w domu tylko z mopem i niczym więcej.

Jak myślisz, czy usprawnienie sposobu motywowania mogłoby ci pomóc?

No jak mi ktoś da nagrodę za sprzątanie, to pewnie by mi pomogło.

Czy korzystasz z przypomnień na komórce lub komputerze?

Nie za często. Raczej zapisuję sobie na kartce. Lubię tę fizyczną możliwość skreślenia czegoś jak to zrobić.

### 2.3.2. Wywiad

**Q:** czy jakby nagroda nie pochodziła od kogos, ale np jakas aplikacja cie karala/nagradzala to uzywalabys jej?

**A:** nie

**Q:** czemu?

**A:** automat nie może mieć nade mną władzy

**Q:** np ustawiasz sobie "1800 wynies smieci. nagroda smieszne obrazki, kara; 50gr"

i jakas appka o 1800

ci wywala jakis motywujacy filmik

i zadanie: wynies smieci

to faktycznie wynioslabys smieci

i kliknela "zrobione"

(wygladaloby to jak skreslanie czegos z listy)

czy olala i kliknela "zrobione"

czy tez olala i kliknela "niezrobione"?

**A:** a bylaby opcja drzemka?

**A:** bo jakbym siedziala na kiblu np. to bym rozwalila telefon

**A:** nie, to by nie dzialalo na mnie

nie zawsze mam ochote na smieszne obrazki

a jakby mi jakis budzik o 18 powiedzial, ze mam wyniesc smieci, to bym puknela sie w czoło i stwierdzila, ze wiadro wcale nie jest pelne

**Q:** to raczej ty bys ustawiala budzik na 1800 po zauwazeniu rano przy sniadananiu ze jest pelne i by ci przypomnial po powrocie zajec ze przy-

daloby sie to zrobic

**A:** to bym wynisla od razu

**Q:** a nie walnac na lozko zawsze masz czas na to?

**A:** po co maja smierdziec?

no kosz mam po drodze

**Q:** no to zalozmy mniej natychmiastowe czynnosci

np zadanie z kck

czy cokolwiek innego, co nie zawsze mozesz zrobic od razu

**A:** nie... u mnie to nie dziala

ja tak nie umiem

ja wszystko robie ad hoc

**Q:** i nie myslisz nigdy np "kurcze, chcialabym zaczac sie uczyc xxx?"

**A:** noo eee tak

ale wtedy siadam i szukam kursu

ksiazki

dokonuje odpowiednich przygotowań i leci

**Q:** zawsze?

nie zapominasz o niczym?

**A:** no.. nie

pamietam kiedy ma urodziny wiekszosc z moich znajomych

jezlei zaczynam zapominać to ide spać

### 2.3.3. Obserwacje

Większość czasu, przez który rzekomo się uczy ogląda strony internetowe luźno powiązane z tematem. Zadania wykonuje jeśli najdzie ją na to ochota.

## 3. Spostrzeżenia

- Większość ludzi ma problemy z planowaniem: na mniejszą lub większą skalę.
- Na mniejszą: harmonogram dnia.
- Na większą: chcą coś zacząć robić regularnie, brakuje im motywacji.
- Standardowe rozwiązania są na zbyt małą skalę, przez to mało elastyczne (budzik) lub na zbyt dużą i przez to mało motywujące (notatki na przyszłość).
- Ludzie lubią być nagradzani jak coś zrobili. Lubią też, jak ta nagroda wydaje się spontaniczna.
- Często też jedyną motywacją jest postawienie ich pod ścianą: mogą zrobić tylko to, co trzeba. Nawet siedzenie i nie robienie niczego wydaje się wtedy interesujące.

## 4. Inspiracje

- Powiązanie kar i nagród z czynnościami: użytkownik miałby kontrolę (w mniejszym lub większym stopniu) na konsekwencje wykonania zadania.
- System znany z gier komputerowych: można wprowadzić porównywanie się ze znajomymi.
- Weryfikacja zadań mogłaby się odbywać przez serwis społecznościowy: inni potwierdzaliby wykonanie zadania
- Weryfikacją codziennych zadań mógłby zająć się aplikacja mobilna powiązana z systemem NFC: np naklejka na koszu na śmieci pozwalałaby na weryfikację, że śmieci zostały wyniesione.
- Plan zajęć powinien jedynie sugerować czasy, nie sztywno je określać (jak budzik). System drag'n'drop mógłby pozwolić na łatwe modyfikowanie kolejności i czasu zadań.