

UŽIVATELSKÝ VÝZKUM

Celou vizualizaci průběhu a výsledků uživatelského výzkumu najdete v nejpřehlednější formě zde:

<https://www.figma.com/file/SRWrq0UZPLs9LLUDRSQpJi/Feel-Well-User-Research?tape=whiteboard&node-id=0%3A1&t=nbxW7fKWb5MjELs8-1>

CÍLE UŽIVATELSKÉHO VÝZKUMU (RESEARCH INTAKE FORM)

V rámci workshopu jsme zodpověděli 3 otázky:

1. Co potřebujeme zjistit?
2. Co už víme?
3. Jaké výsledky očekáváme?



Co už víme?

10 min

Ke stávajícím řešením:

Děti neznají a nevyužívají platformy, co už existují. Moc textu, neatraktivní.

Lucie Mannheimová

Zaměřují se jen na lidi s problémem - nejsou pro širokou populaci.

Lucie Mannheimová

Adolescenti tam nechodí, není to atraktivní.

Lucie Mannheimová

Malá propagace, malé povědomí u cílové skupiny.

Lucie Mannheimová

Forma, která nevyhovuje.

Lucie Mannheimová

Potřeby adolescentů:

Potřeby adolescentů:
pocit bezpečí, přijetí, sebehodnoty

Lucie Mannheimová

Adolescenti jsou více na soc. sítích - videa na TikTok, Youtube.

Lucie Mannheimová

Edukace - aby věděli, že je něco špatně

Lucie Mannheimová

Sebepoznání

Lucie Mannheimová

Zájem a podpora

Lucie Mannheimová

Definice duševní pohody

Lucie Mannheimová

Pozornost

Lucie Mannheimová

Potřeba individuality, osobnosti

Lucie Mannheimová

Pokud se někdo odlišuje, je dehonestován

Lucie Mannheimová

Rychlé uspokojení potřeb a zábava

Lucie Mannheimová

Otázky týkající se samotné platformy:

FORMA: sociální sítě jako primární forma komunikace

Lucie Mannheimová

Audiovizuální obsah lepší než text

Lucie Mannheimová

Senzace, extrémní, něco, co hodně upoutá pozornost, bizárny

Lucie Mannheimová

Platforma, která by změnila design na základě věku.

Lucie Mannheimová

Jaké výstupy očekáváme?

Že platforma je mimo, že ji nepotřebují

Lucie Mannheimová

Že budou chtít jednoduché návody, jak si rychle ulevit

Lucie Mannheimová

Že budou chtít reels

Lucie Mannheimová

“Vím o duševním zdraví dost.” - omezenost neznalosti

Lucie Mannheimová



Budou mít malé povědomí o tom, co se dá v dig. prostoru najít

Lucie Mannheimová



Nebudou si pamatovat názvy služeb

Lucie Mannheimová

Mnoho z nich žádnou platformu nenavštívilo

Lucie Mannheimová



Platformy saturují dost potřeb formou textu

Lucie Mannheimová



Mnoho adolescentů nad svým duš. zdravím buď vůbec nepřemýšlí nebo až moc

Lucie Mannheimová



Kdo potřebuje psych. péči je mimo, divnej

Lucie Mannheimová

Nedůvěra v autority v případě péče o duševní zdraví

Lucie Mannheimová

Jakákoliv komplexnější informace potřebuje čas (video jim neřekne nic)

Lucie Mannheimová

Výsledky výzkumu:

Testování na školách + dotazník



počet respondentů: 140

Otázky zahrnuté v rámci psychologického testování:

1. Kde získáváš informace o duševním zdraví?
2. Jakým způsobem se staráš o své duševní zdraví?
3. Využíváš již nyní nějaké aplikace nebo online zdroje zaměřené na duševní zdraví? Pokud ano, jaké?
4. Co se ti na těchto aplikacích líbí? Co naopak ne?
5. Už jsi zkoušel/a nějakou hru, která pečuje o duševní zdraví?



počet respondentů: 49

Zaměření dotazníku:

1. Hlubší prozkoumání péče o sebe a zdrojů, odkud mladí lidé čerpají informace o duš. zdraví + jak hodnotí jejich efektivitu.
2. Prozkoumání herního chování a preferencí.

dotazník zde →



VÝSLEDKY: TESTOVÁNÍ NA ŠKOLÁCH (OTEVŘENÉ OTÁZKY) a DOTAZNÍKU

OBLAST 1: PÉČE O DUŠEVNÍ ZDRAVÍ

Jakým způsobem se mladí lidé starají o své duševní zdraví?

Zde je výčet nejpopulárnějších odpovědí:

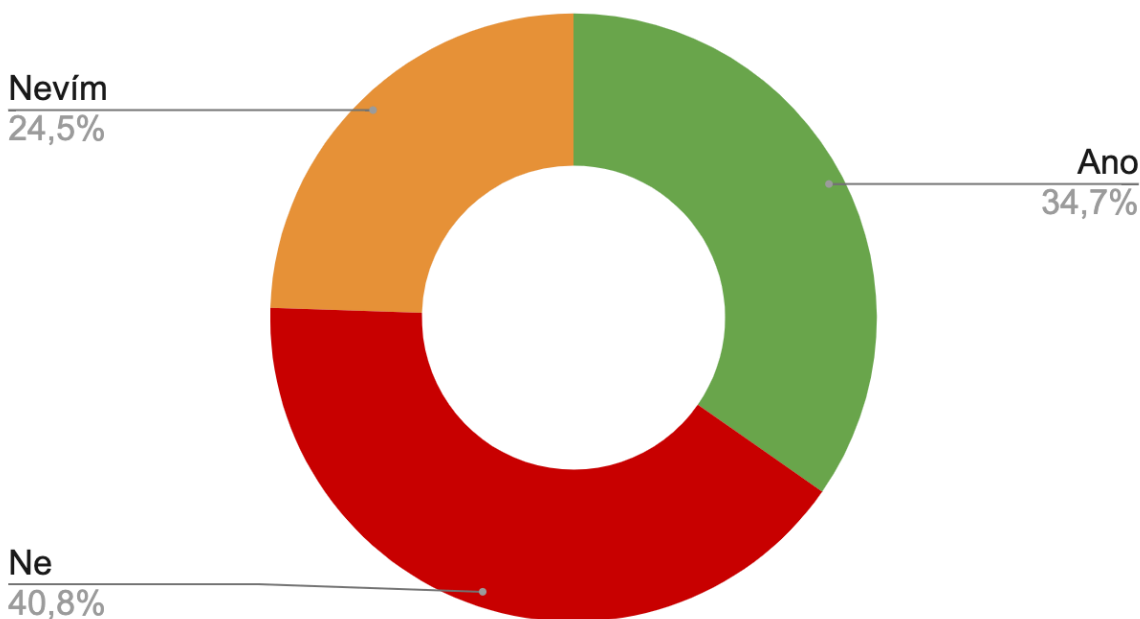
- sociální kontakt (kamarádi, vypovídání se)
- koníčky
- sport
- poslech hudby
- rozptýlení od problémů
- příroda
- meditace
- zdravá strava
- pozitivní myšlení
- dobrý spánek
- prostor pro sebe
- studené sprchy / otužování
- relaxace
- sebereflexe
- rutina
- nijak / nemám čas to řešit / nestarám se

Vnímají, že se o své duš. zdraví starají dostatečně?

🔑 Klíčová zjištění:

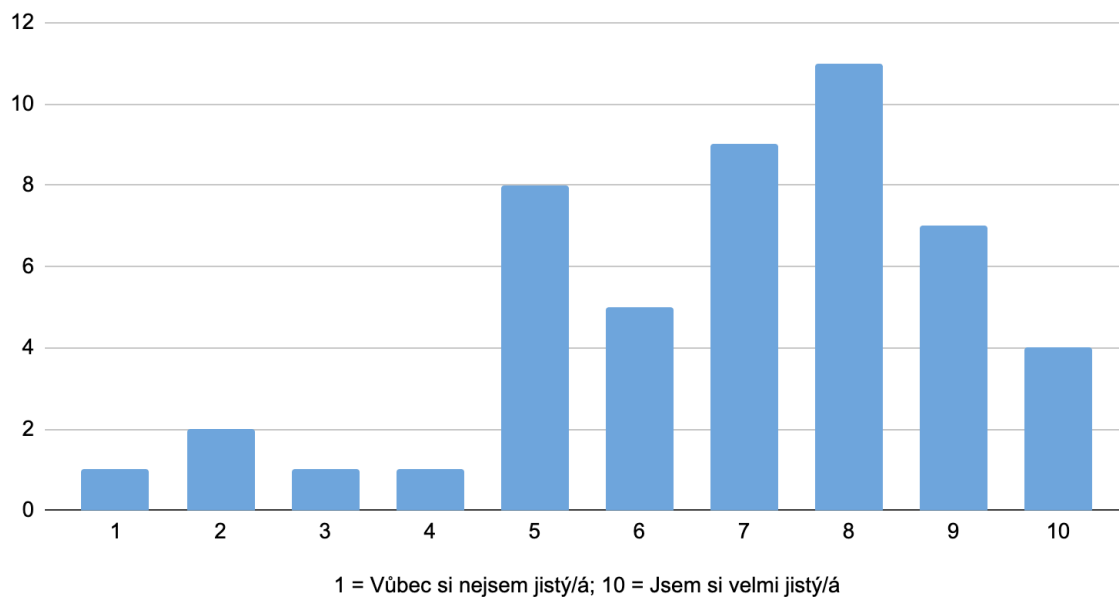
- Většina respondentů buď neví, jestli se o své duš. zdraví dostatečně starají, nebo vnímají, že jejich péče o sebe není dostatečná.

Vnímáš, že se o své duševní zdraví a pohodu dostatečně staráš?



Dokážou poznat příznaky duš. problémů u sebe a druhých?

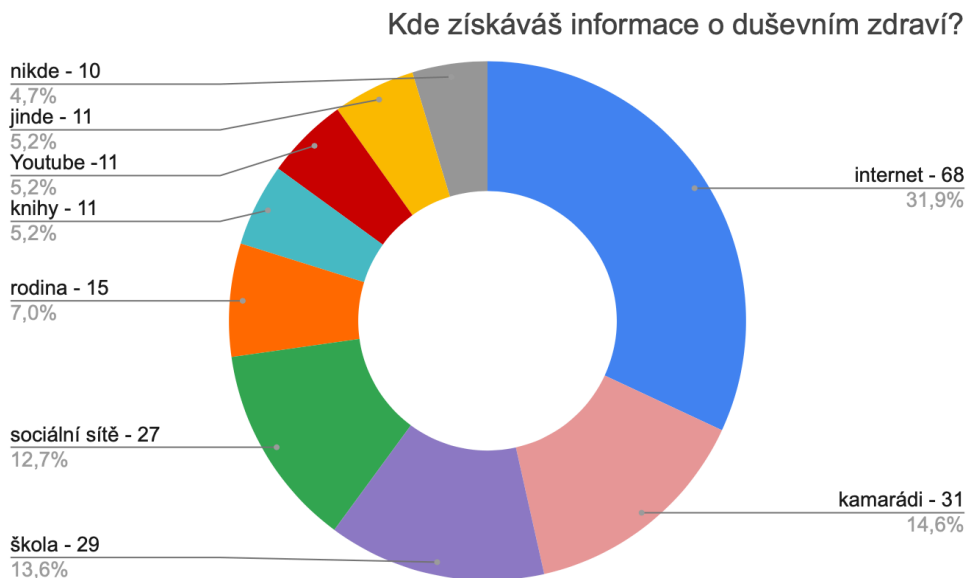
Jak si na stupnici od 1 do 10 věříš, že dokážeš rozpoznat příznaky duševních problémů u sebe nebo u druhých?



OBLAST 2: ZÍSKÁVÁNÍ INFORMACÍ O DUŠEVNÍ ZDRAVÍ

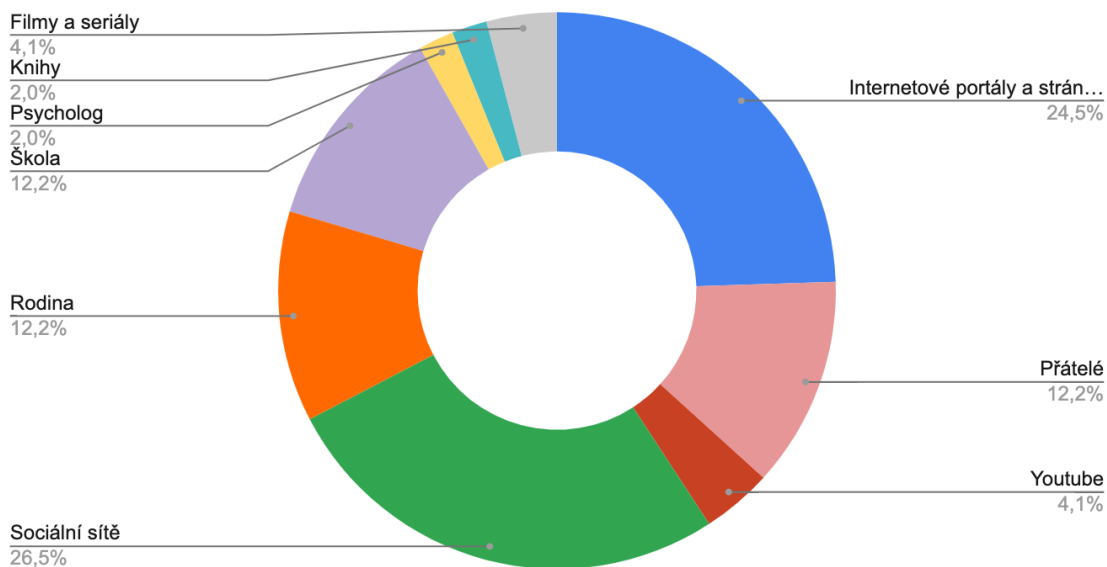
Kde získávají informace?

1. Z výzkumu na školách (mohli udávat více možností)



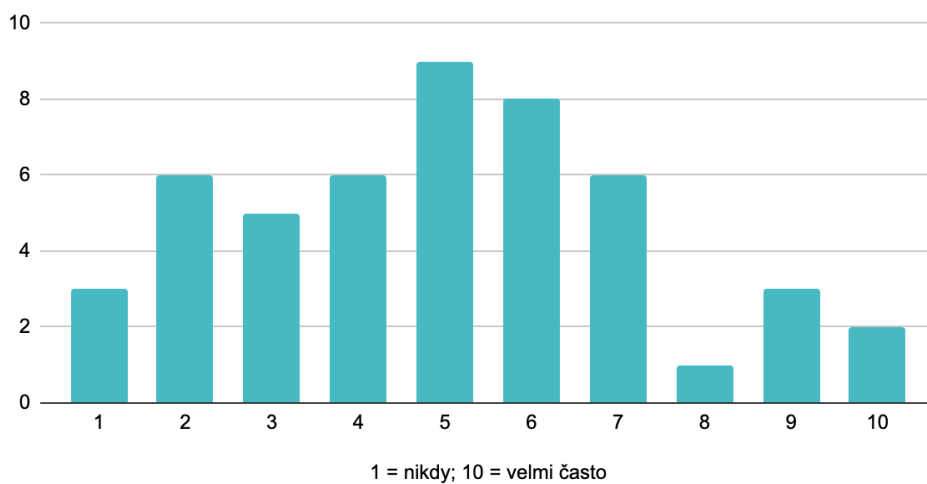
2. Z dotazníku (mohli udat jednu možnost)

Kde nejčastěji získáváš informace o duševním zdraví? Prosím vyber jen 1 nejčastější možnost.

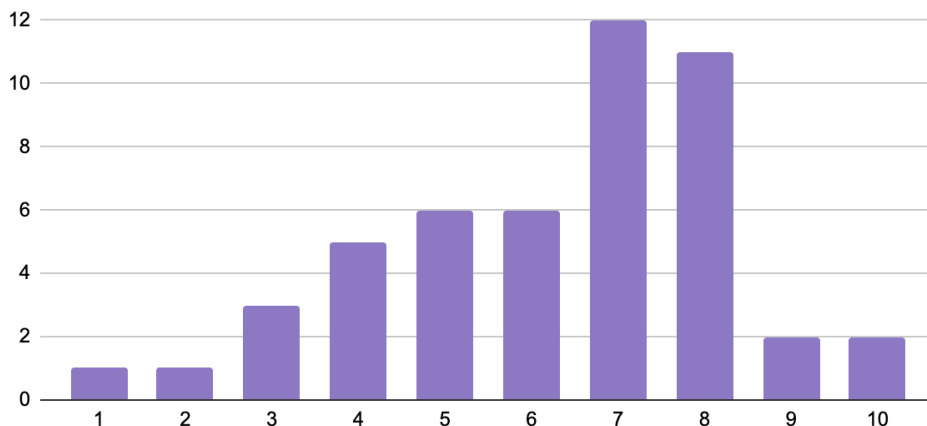


Vyhledávání informací:

Jak často aktivně vyhledáváš informace nebo zdroje týkající se duševního zdraví?



Jak nápomocné jsou informace, které nacházíš o duševním zdraví online?



1 = Nejsou vůbec nápomocné; 10 = Jsou maximálně nápomocné

🔑 Informace, které nacházejí jsou spíše nápomocné!

CO BY MOHLO BÝT JINAK?

Ověřené informace

Lucie Mannheimová

Ne vždy to vychází z relevantních zdrojů, taky někdy řešení není úplně řešením akorát zakrytím, oddálením problémů.

Lucie Mannheimová

ověřenost zveřejňovaných informací

Lucie Mannheimová

Lepší vysvětlení

Lucie Mannheimová

Více vysvětlení a jak problém řešit

Lucie Mannheimová

více informací o projevu a variaci symptomů, většina článků jsou zkopírována z jiného "hlavního" článku, pouze informace pomáhající pasivně

Lucie Mannheimová

Hodil by se výcuc informací

Lucie Mannheimová

Více ve škole

Lucie Mannheimová

učit se o tom víc ve škole

Lucie Mannheimová

Osobní kontakt

Lucie Mannheimová

Více dostupné online pomoci

Lucie Mannheimová

Podľa mna niečo čo ti pomôže musí byť s niekym osobne

Lucie Mannheimová

Větší propagace

Lucie Mannheimová

Zatím jsou v pohodě ale podle me je toto tema ktere by melo byt vice videt na verejnosti a melo by se o nem komunikovat

Lucie Mannheimová

Více propagace reklamy atd na toto tema

Lucie Mannheimová

Real life stories

Lucie Mannheimová

o čem jsou ty příběhy? jaké jsou pro ně důležité? vtipné / vážné?

Lucie Mannheimová

příklady z reálného života - příběhy

Lucie Mannheimová

Ať už rozhovory s lidmi, kteří si nějakým peklem prošli, pak třeba manuály na YouTube, jak rozpoznat manipulátora, narcise ve své blízkosti, pak různé portály právě zaměřené na tyto věci.

Lucie Mannheimová

zakomponovat do hry? nesprávná sebediagnóza a pochopení?

Lucie Mannheimová

Méně "diagnóz" na soc.sítích

Lucie Mannheimová

Občas mi přijde, že třeba hlavně příspěvky na sociálních sítích při popisování nemoci, poruchy napíší příznaky a skoro si až stojí za tím že pokud některý z těchto příznaků máte tak určitě trpíte touto nemocí.

Lucie Mannheimová

Těžké vidět se v cizích problémech

Lucie Mannheimová

je těžký vidět sám sebe v cizích problémech... člověk si z toho až tolik neodnese

Lucie Mannheimová

Motivace při hledání informací

Lucie Mannheimová

Když pátrám hodně, poskládám si už dostatek. Když má člověk ochotu to pochopit, více porozumět, dá se to podle mě zvládnout jen za pomoci internetu.

Lucie Mannheimová

OBLAST 3: APLIKACE A HRY ZAMĚŘENÉ NA DUŠEVNÍ ZDRAVÍ Používají mladí lidé aplikace zaměřené na duševní zdraví?

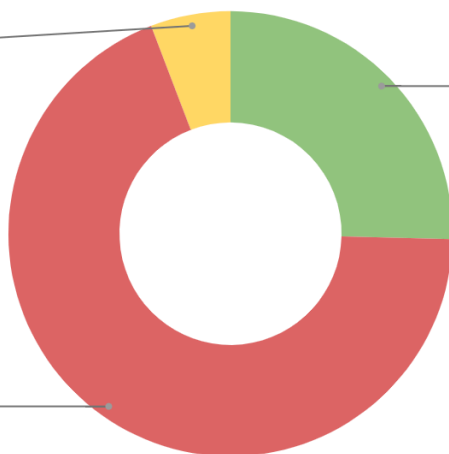
Máš zkušenosti s hraním hry nebo používáním aplikace zaměřené na duševní zdraví?

Respondenti ze škol i dotazníku (189)

Nevím
5,8%

Ano
25,4%

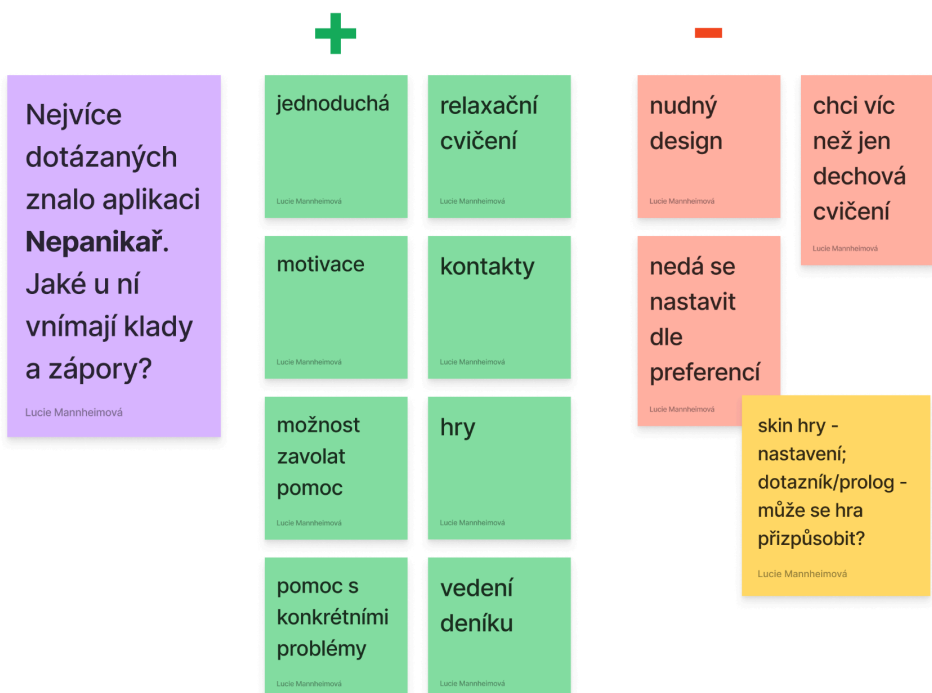
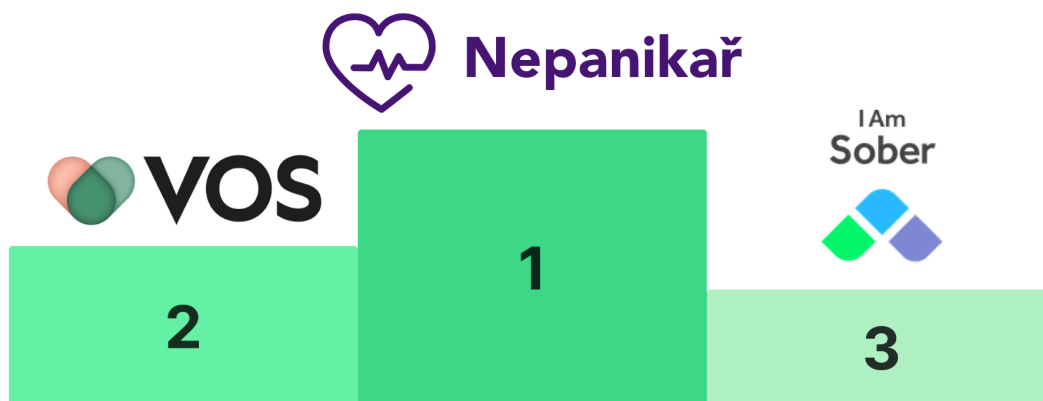
Ne
68,8%



🔑 Klíčová zjištění:

- Většina testovaných nemá zkušenosti s aplikacemi zaměřenými na duševní zdraví.
- Pokud zkušenosti mají, vedou u nich aplikace Nepanikař a VOS.

Co respondenti znají a používají?

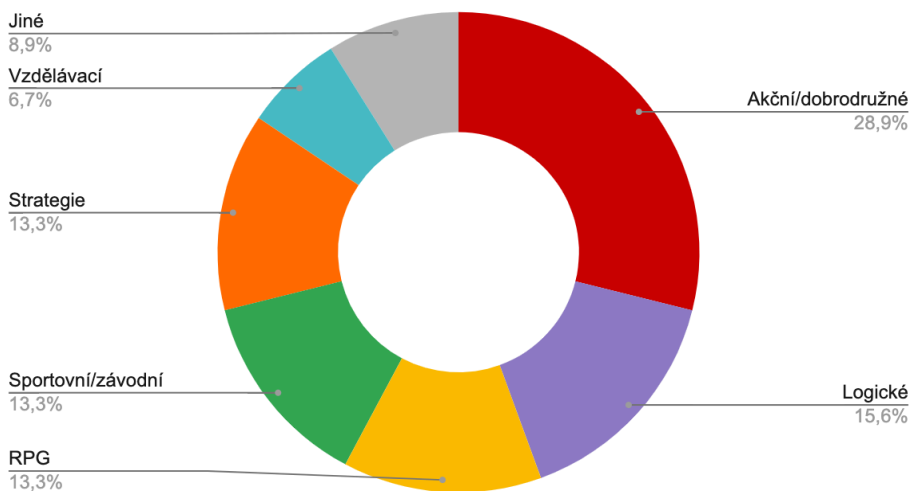


Nepanikař	13
VOS	8
I am sober	2

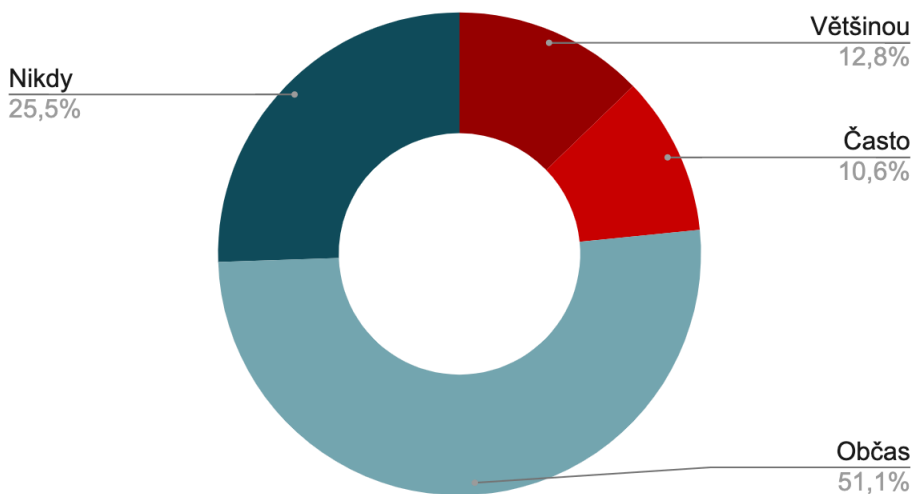
Kinder World	1
Pomodoro	1
Wim Hoff app	1
Endel	1
Reflectly	1
MyAi	1
Ano, ale nepamatuju si	3

OBLAST 4: UŽIVATELSKÉ CHOVÁNÍ PŘI HRANÍ DIGITÁLNÍCH HER

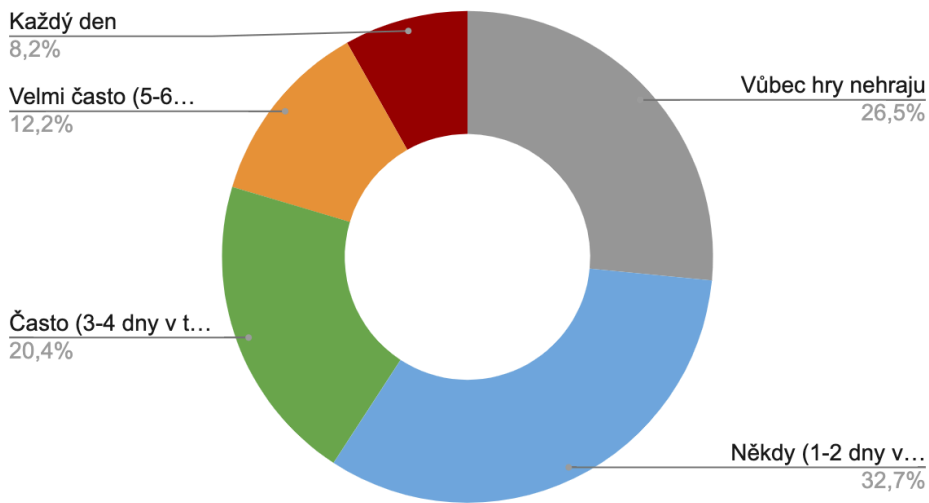
Jaký typ her hraješ nejčastěji?



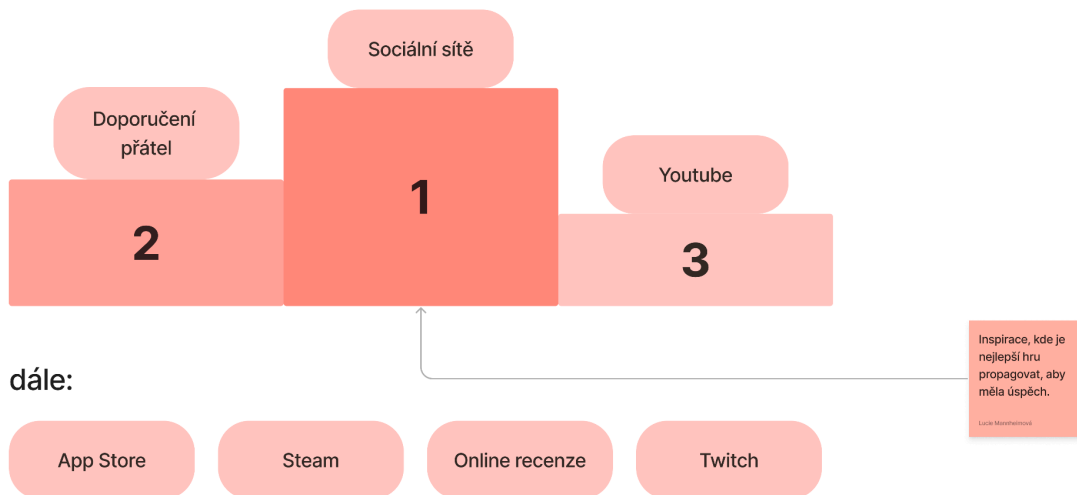
Hraješ hry s přáteli nebo jinými hráči?



Jak často v týdnu hraješ počítačové hry?



Kde se respondenti dozvídají o nových zajímavých hrách?



OBLAST 5: NÁPADY A OČEKÁVÁNÍ OD VÁŽNÉ HRY



= co koresponduje s
našimi představami z
meetingu v Opero

dotazník

rozhovory

Lucie Maršalová

Lucie Maršalová

Nápady a očekávání od vážné hry + rozhovory

Možnost progressu

Lucie Maršalová

měl by mít
možnost vidět
svůj progres.)

Lucie Maršalová



deník na
kontrolování
progressu

Lucie Maršalová



levly a obtížnosti

Lucie Maršalová

Adaptace na osobu / problém

Lucie Maršalová



Budování
atmosféry v
závislosti na
problému

Lucie Maršalová

možnost
flexibility a
adaptace na
každou
jednotlivou
osobu, která jí
bude používat

Lucie Maršalová

Poté v samotné
kapitole (např. o
zvládání emocí)
dát možnosti
výběru
(přínejlepším i
vlastních voleb) a
nechat mít impact
na další vyvíjení
příběhu/
scénáře...tzv.
butterfly effect

Lucie Maršalová

Komunikace s hráčem

Lucie Maršalová

Komunikácia s
hráčom. (niečo
ako Stanley
Parable)

Lucie Maršalová

aby hra pokládala
otázky hráčovi

Lucie Maršalová

aby hra
komunikovala s
námi

Lucie Maršalová

Péče o duševní zdraví

Lucie Maršalová



Člověk by se měl
dozvědět jak
vylepšovat své
duševní zdraví

Lucie Maršalová

duševní cvičení

Lucie Maršalová

Příběh

Lucie Maršalová



Story mode

Lucie Maršalová

reálný příběh

Lucie Maršalová

Pro dobré
propojení s dz je
dobré mít silný,
emotivní příběh.

Lucie Maršalová

Friendly vzhled

Lucie Maršalová

friendly vzhled

Lucie Maršalová

Libí se mi různé barvičky, nějaký
pěkný art style, ale intuitivní,
jednoduchý.

Lucie Maršalová

Kontakty - pomoc

Lucie Maršalová



v nejhorsim
kontakty na
pomoc

Lucie Maršalová

Důležitá telefonní
čísla

Lucie Maršalová

Možnost obrátit
se na pomoc

Lucie Maršalová

Možnost volby: postava, scénář



Výběr postavy a jejich problémů, situace kde by se hráč seznámil s problémy související s tématem, a nějaká další postava by třeba mohla být jako opora, která by věděla jak z toho ven a tak by pomáhala.

Nechat hráče vytvořit scénáře, nebo jim je připravit a nechat je si zvolit jaké přesně chtějí.

Lucie Mannheimová

Lucie Mannheimová

Dobry soundtrack



Hudba v pozadí

Dobry soundtrack

Lucie Mannheimová

Lucie Mannheimová

Zábava

Lucie Mannheimová

zabava

Lucie Mannheimová

zábava nějaký to střílení zavádění

Lucie Mannheimová

Zábavná

Lucie Mannheimová

Videa

Lucie Mannheimová

Videa, filmy

Lucie Mannheimová

Motivační notifikace

Lucie Mannheimová

Motivační notifikace

Lucie Mannheimová

Sebe realizace

Lucie Mannheimová

dať možnosti hráčovi na sebvýjadrenie

Lucie Mannheimová

hra formou seberealizace. Člověka dovede k řešení sama, donutí ho zaznamenat své chování a přijít na řešení

Lucie Mannheimová

Rady a tipy

Lucie Mannheimová

rady a tipy a otázky a odpovědi

Lucie Mannheimová

Jak v daných situacích reagovat a vysvětlit to popřípadě co s tím dělat

Lucie Mannheimová

Rozhodne jak v daných situacích postupovat bylo by to fajn

Lucie Mannheimová

Text adventure

Lucie Mannheimová

Hra by nemusela mít grafiku, stačil by text, přes který by se hráč seznámil s protagonisty příběhu se kterými by pak řešil, co se svými problémy dělat. Vlastně taková text adventure hra na způsob oregon trail.

Lucie Mannheimová

Zaměření na konkrétní témata

držet se obecné roviny spíše než jít do konkrétnosti? cíl - jít do sebe, pečovat o sebe

pomoc při panické atace, úzkosti

Výběr témat, které mě zajímá nebo s ním mám problém.

Problémy se spánkem

Měla by se zaměřit na konkrétní problémy - třeba problémy se spánkem

Stres/ vyhoření

Téma, které hodně řešíme jako studenti je vyhoření - že má člověk pocit, že aby mu neujel vlak, musí dělat vše a pak neví, jak z toho ven.

Asi by se měla zabývat tématy, se kterými se lidi v mém věku můžou potkat - třeba práce se stresem.

Stres je velký téma při studiu. Taký úzkosti, strachy z budoucnosti.

Mezilidské vztahy

Asi jak se chovat v různé situacích, třeba mezilidských vztazích.

možnost dostat se do vztahu

Třeba jak se lépe bavit s lidma a dostat se mezi ně.

Hrozně moc dětí ve škole nemají kamaráda a nemají tam tu jistotu.

Další téma jsou mezilidský vztahy - hodně věku budovat i hroudit.

Rozvod rodičů

Téma pro mé vrstevníky je rozvod rodičů. Tam začíná hrozně moc duševních problémů.

Hra zajímavá pro vrstevníky

Lucie Mannheimová

Myslím, že by pro mé vrstevníky taková hra zajímavá byla, protože se moje generace hodně zajímá o duš. zdraví.

Lucie Mannheimová

Záleží jací, ale můj okruh lidí (co nejsou takoví hráči) by asi zájem měli. Ale není to většina.

Lucie Mannheimová

Dobré reference

Lucie Mannheimová

Reference: Nejvíce koukaj na streamery na Twitch, Esport, Anime.

Lucie Mannheimová

Aby byla zajímavá i pro gamery, asi by měla na ty hry být dobrá reference.

Lucie Mannheimová

Gameři hodně koukaj na anime. Kdyby se tam o tomhle bavilo, tak by je to bralo.

Lucie Mannheimová

Duševní zdraví jako metafora

Lucie Mannheimová

Kolikrát ti lidi, kteří mají problém se mohou bránit pomoci a je těžký se k nim dostat. Musíš toho člověka přesvědčit o tvé myšlence, ale tak aby si myslel, že to vymyslel sám.

Lucie Mannheimová

Mě by se líbilo, kdyby to duševní zdraví nebylo v popředí té hry, ale bylo by to třeba součástí příběhu.

Lucie Mannheimová

Ztotožnění se s postavou

Lucie Mannheimová



Klíč jak se skrze tu hru k lidem dostat je ztotožnění s tou postavou, ale nesmí to bejt moc okatý.

Lucie Mannheimová

Je důležité se vcítit do postavy, za kterou hraje. Můžu mít empatii ke své postavě víc než k sobě samotnému.

Lucie Mannheimová

Napadá mě, že by se mohli lidi ztotožnit s nějakýma situacema, aby nabyli dojmu, že v tom nejsou sami, že se to neděje jen jim.

Lucie Mannheimová

Když se s tím člověkem dokáže ztotožnit, tak je to lepší, než cizí příběh.

Lucie Mannheimová

Hrát za člověka

Lucie Mannheimová



Spíš jsem hrála za fantastické bytosti, ale u tohodle tématu by to byl možná lepší člověk - záleží, jaká je cílovka. Neměl by to být 50 letý děda, když to hraju já.

Lucie Mannheimová

Radši bych hrála za člověka než mystickou postavu.

Lucie Mannheimová