

Uppbyggilegt eða ekki?

Leiðbeiningar: 1. hluti

Hér eru lýsingar á tveimur öppum sem hafa ákveðna eiginleika. Þú átt að merkja þá eiginleika sem nota uppbyggilega hönnun.

Sæmi sótti hugleiðsluapp til að hjálpa sér að undirbúa sig andlega fyrir fótboltaleiki. Appið gerir Sæma kleift að velja hvort hann vilji tilkynningar og hversu margar tilkynningar hann vill fá á hverjum degi. Tilkynningarnar í appinu gefa ráð til að slaka á og einbeita sér út frá markmiðum Sæma. Appið stingur upp á hlutum sem hann getur gert sjálfur eins og að anda djúpt fimm sinnum til að slaka á eða gera teygjur til að létta álagi.

Mun þetta app bæta líf Sæma og gefa því meira innihald? Hvers vegna eða hvers vegna ekki?

*Lísa notar skilaboðaapp til að spjalla við vini sína. Þegar Lísa vinnur heimanám notar hún stillinguna **Ekki trufla** í appinu. Það stoppar tilkynningar á þeim tímum sem Lísa setur inn. Vinir hennar fá skilaboð sem láta þá vita að hún sé ekki tiltæk fyrr en eftir valinn tíma. Appið heldur líka utan um hversu margar mínútur Lísa notar það. Hún getur skoðað appið í lok hvers dags til að sjá heildar skjátímann sinn. Hún getur líka sett sér markmið til að hjálpa sér að nota appið meira eða minna. Lísa getur unnið verðlaun/merki ef hún uppfyllir þessi tímamörk.*

Mun þetta app bæta líf Lísu og gefa því meira innihald? Hvers vegna eða hvers vegna ekki?

Uppbyggilegt eða ekki?

Leiðbeiningar: 2. hluti

Veldu tæki, app eða vefsíðu sem þú eyðir miklum tíma í að nota. Hugsaðu um mismunandi eiginleika sem það/hún hefur og hvort hönnunin er uppbyggileg eða ávanabindandi. Bættu þeim síðan við í dálkana hér fyrir neðan. Skoðaðu dæmin í 1. hluta til að hjálpa þér að ákveða hvaða eiginleikar ættu að fara hvar.

Nafn á tæki, appi eða vefsíðu:

Uppbyggileg hönnun	Ávanabindandi hönnun

Skrifaðu þrjár reglur til að hjálpa þér að halda utan um hegðun þína þegar þú notar mismunandi öpp með ávanabindandi hönnun.

1. [samfélagsmiðlar]

2. [leikur]

3. [myndbönd]